

Paraurheilu tutuksi

Nina Peltonen, seuratoiminnan asiantuntija

Petri Räbinä, lajipäällikkö



Avoin ja yhdenvertainen, urheileva ja liikkuva Suomi



**Autamme muita onnistumaan.
Me teemme tämän yhdessä.**



Meidän äänemme kuuluu.



**Avaamme ovia liikunnan pariin.
Rakennamme polkuja kohti menestystä.**



**Olemme paraurheilun ja soveltavan
liikunnan asiantuntija.**

Menestys näyttää sinulta

Osallisuus



Yhdenvertaisuus



Esteettömyys



Vastuullisuus



Menestys

SHOOTING

PARA SPORT

Para Tir sportif



#WeThe15



- WeThe15 on Kansainvälisen Paralympiakomitean IPC:n koordinoima maailmanlaajuinen kampanja, jonka tarkoituksena on – urheilun välityksellä – tuoda esiin vammaisten henkilöiden yhteiskunnalliseen asemaan liittyviä kysymyksiä, puheenaiheita ja epäkohtia, tavoitteena tehdä maailmasta entistä yhdenvertaisempi ja inklusiivisempi paikka elää.
- Luku 15 viittaa laskennalliseen prosenttiosuuteen maailman väestöstä, jolla on jokin vamma. Se on noin 1,2 miljardia ihmistä, joka seitsemäs meistä.
- [#WeThe15-videot](#)

15% =

1,2 miljardia ihmistä,
joka seitsemäs meistä

**SE ON PALJON
SIVUUTETTAVAKSI**



#WeThe15

Urheilun vastuu

Liikuntalaki (390/2015)

- Liikuntalaki sisältää kirjauksen urheilutoimijoiden velvoitteesta huomioida yhdenvertaisuus ja tasa-arvo toiminnan lähtökohtina.

Yhdenvertaisuus- ja tasa-arvolaki

- Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta (609/1986) viittaa sukupuolten väliseen tasa-arvoon.
- Yhdenvertaisuuslaissa (1325/2014) viitataan muihin tekijöihin, jotka voivat asettaa ihmisiä tai eri väestöryhmiä eri arvoiseen asemaan yhteiskunnassa. Ketään ei saa syrjiä iän, alkuperän, kansalaisuuden, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, poliittisen toiminnan, ammattiyhdistystoiminnan, perhesuhteiden, terveydentilan, vammaisuuden, seksuaalisen suuntautumisen tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella.

Vammaisten henkilöiden oikeuksia koskeva YK:n yleissopimus 2016

- Vammaisten henkilöiden kohtelua ohjataan myös YK:n vammaissopimuksella, jonka Suomi allekirjoitti keväällä 2016.
- Yleissopimuksen artikla 30.5 koskee vammaisten henkilöiden yhdenvertaista osallistumista virkistys-, vapaa-ajan- ja urheilutoimintaan.





**Inkluusio =
Kaikille avoin**



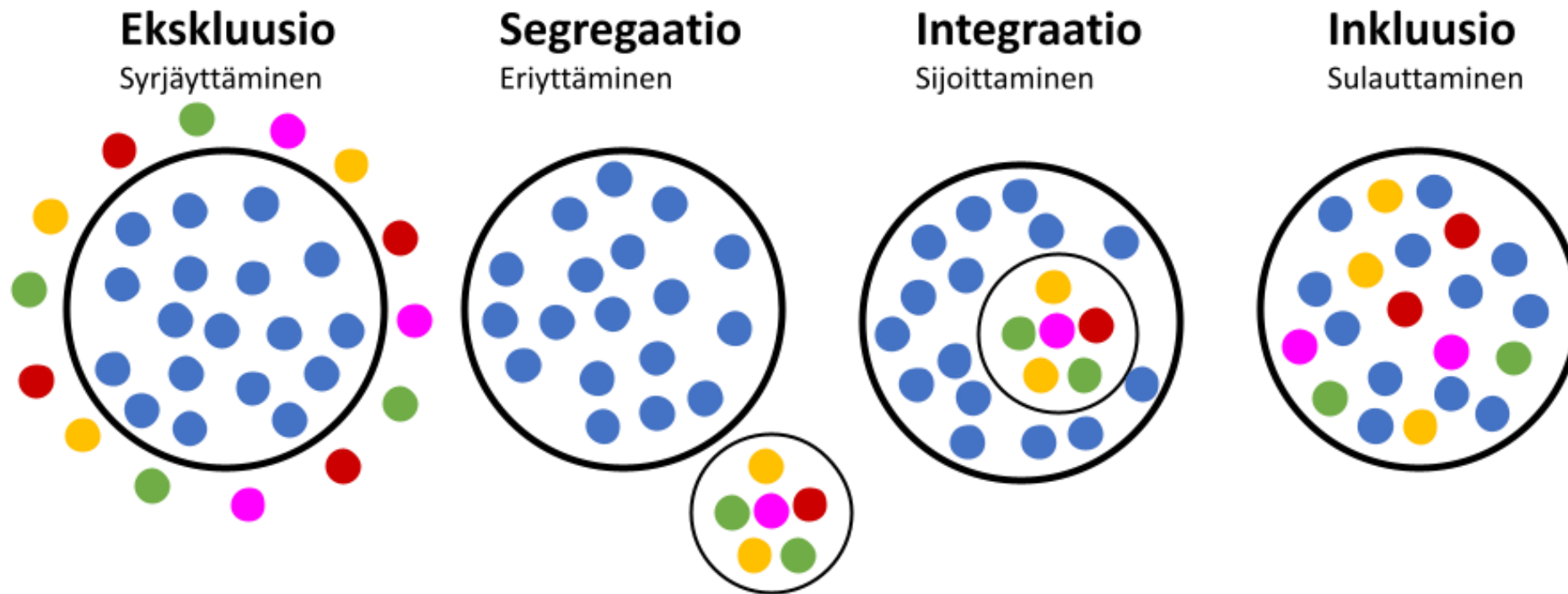
SUOMEN
PARALYMPIAKOMITEA



Mitä tarkoitetaan inklusiolla?

- Inklusiivisessa toiminnassa = kaikille avoimessa, kaikki liikkujat ovat yhdenvertaisia ja yhtä arvokkaita omassa lähiseurassa. Jokainen tuntee kuuluvansa joukkoon ja tuntee itsensä tervetulleeksi.
 - Huomio suunnataan liikkumisen olosuhteisiin ja toimintatapoihin: mahdollistavatko vai estävätkö
 - Toiminnan suunnittelun lähtökohdaksi otetaan se, että jokainen pääsee tekemään ja onnistumaan
 - Ihmisten erilaisuus ja moninaisuus nähdään rikkautena ja mahdollisuutena kehittää toimintaa entistä paremmaksi
- 

Yhteiskunnallisessa ja sosiaalisessa mielessä inkluusio tarkoittaa johonkin kuulumista, jäsenyyttä ja osallistumista yhdenvertaisesti ja tasa-arvoisesti.



PyeongChang 2018
PARALYMPIC GAMES



Eri-laiset toimintakyvyt


PyeongChang 2018


SUOMEN
PARALYMPIAKOMITEA

Näkövammat

- Erilaisia ja eriasteisia näkövammoja
- Erityisesti synnynnäisen näkövamman vaikutukset motorisiin liikkumisen perustaitoihin
- Opas opastaa, ohjaaja ohjaa
- Kommunikaation merkitys – kerro, kuvaile, käytä puhutellessa nimiä
- Suunnat: oikea, vasen, ylös, alas, eteen, taakse, sivulle
- Tilaan ja välineisiin tutustuminen
- Palaute äänen ja tuntoaistin kautta





Näin näet ladun edessäsi
näkövammaisena:



Putkinäkö



Toiminnallisesti
epätasainen näkökenttä



Näkökentän keskeinen puutos



Näkökentän puoliskon puutos



Täysin sokea

Erilaiset näkövammat (video)



SUOMEN
PARALYMPIAKOMITEA



Henkilö, jolla näkövamma

- Kysy: "Haluatko että tulen kanssasi ja opastan vai riittääkö, että selitän miten edetä? "
- Opastaminen - Kysy miten
- Pidä kohtuullinen etäisyys
- Harjoittelun aikana:
 - Näytä ja kerro henkilön haluamalla tavalla
 - Kerro mitä huoneessa/tilassa tapahtuu

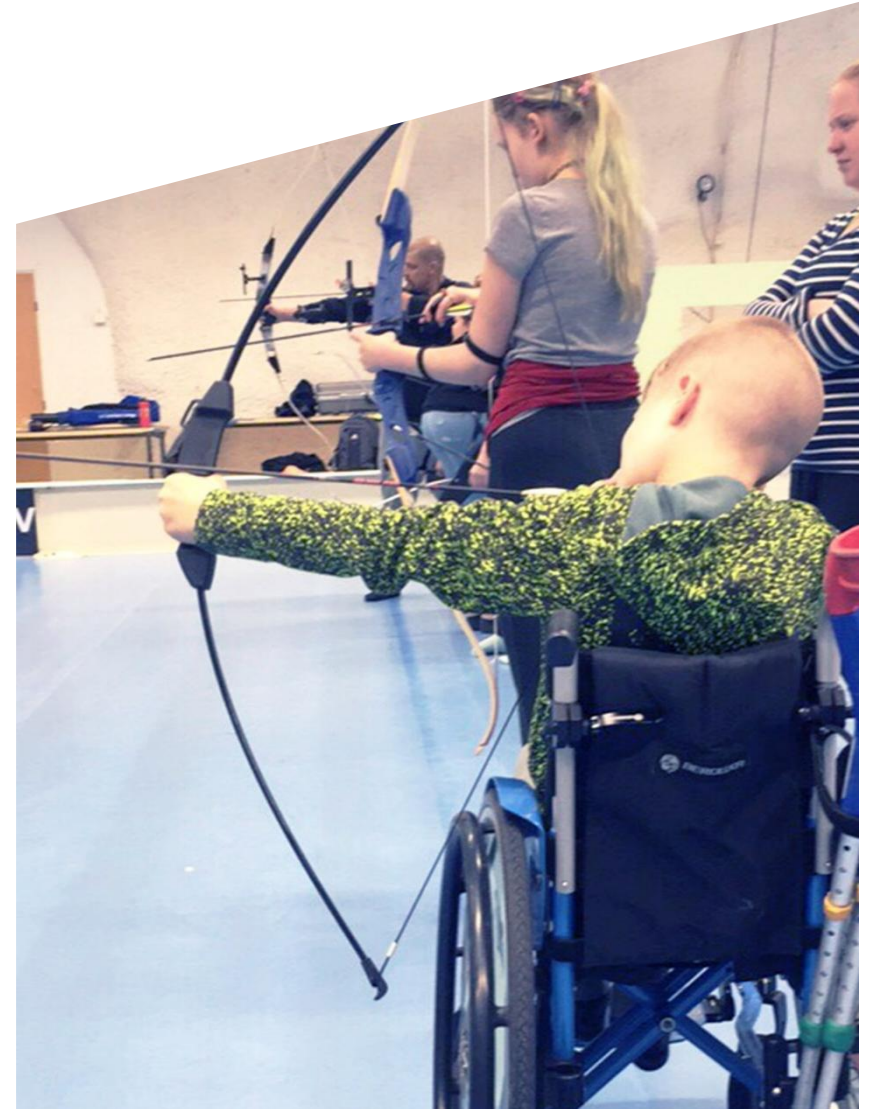




Pysty- ja makuuammuntakilpailuissa ammutaan 60 kilpalaukausta.

Liikuntavammat

- Mm. eritasoiset selkäydin- ja CP-vammat, amputaatio, tuki- ja liikuntaelimestön sairaudet, lyhytkasvuiset henkilöt
- Välineiden käyttö – lajiin sopivat välineet
- Fyysisen avustuksen tarve
- Avustaja avustaa, ohjaaja ohjaa
- Kuntoutuksen ja liikuntaharrastuksen/urheilun vuoropuhelu



Henkilö, jolla liikuntarajoite

- Älä oletta mitään
- Kysy ensin
- Kunnioita ei-vastausta
- Älä auta ketään, joka ei ole pyytänyt apua:
 - Tavaroiden kantaminen
 - Pyörätuolin työntäminen



Luokittelu

PARALYMPIALAJIT JA SOVELTUVAT VAMMAT

* EI VIELÄ
PARALYMPIA-
OHJELMASSA

	ALENTUNUT LIHASVOIMA	ALENTUNUT NIVELTEN LIKKUVUUS	RAAJAPUUTOS	ALARAAJOJEN PITUUSERO	LYHYTKASVUISUUS	HYPERTONIA, KOHONNUT LIHASJANTEYS	ATAKSIA	ATETOOSI	NAKOVAMMA	KEHITYSVAMMA	
 AMPUMAUURHEILU	X	X	X			X	X	X	X*		7

- Reilun kilpailun varmistamiseksi kaikissa paraurheilulajeissa on käytössä luokittelujärjestelmä.
- Luokittelun avulla määritetään, ketkä urheilijat ovat oikeutettuja kilpailemaan kyseisessä lajissa ja miten heidät ryhmitellään kilpailutilanteessa niin, että vamman vaikutus urheilusuoritukseen minimoituu.
- Luokittelu on lajikohtaista, koska vamma vaikuttaa suoritukseen eri tavoin eri lajeissa. Tämän vuoksi urheilija voi olla kelpoinen kilpailemaan yhdessä lajissa, mutta ei täytä vaatimuksia toisessa.
- Para-ampumaurheilussa on seitsemän eri urheiluluokkaa liikunta- tai näkövammaisille urheilijoille.

Hyödyllisiä linkkejä

- [World Shooting Para Sport](#)
- [Selkäydinvammaiset Akson](#)
- [CP-liitto](#)
- [Näkövammaliitto](#)
- [Paralympiakomitea](#)
- [Paraurheilu](#)
- [Avoimet ovet -infopankki](#)