

# Ήφαιστος

Ένα Βιωματικό & Εκπαιδευτικό  
Πρόγραμμα Γνωριμίας με τα  
Παραολυμπιακά  
Αθλήματα  
στις εγκαταστάσεις του  
**SPORTCAMP**

**sPORTcamp**  
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ  
ΛΟΥΤΡΑΚΙ  
[www.sportcampkids.gr](http://www.sportcampkids.gr)



# Πρόγραμμα

Μία σπουδαία ευκαιρία για τους νεαρούς συμμετέχοντες, να συναντήσουν Παραολυμπιονίκες αθλητές και να βιώσουν μια μοναδική εμπειρία ζωής!

- Η βιωματική προσέγγιση των παραολυμπιακών αθλημάτων προσφέρεται για την ευαισθητοποίηση των μαθητών και την καλλιέργεια αξιών.
- Μέσα από διαδραστικά workshops, άθληση, διασκέδαση και ενεργό συμμετοχή προπονητών, αθλητών, ως προτύπων που επικοινωνούν αποτελεσματικά με τους μαθητές, το πρόγραμμα βοηθά τους τελευταίους να ενστερνιστούν έννοιες όπως η ανεκτικότητα, η ισότητα και η ίση μεταχείριση.
- Χάρη σ' αυτή τη μοναδική εμπειρία, οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν τα παραολυμπιακά αθλήματα, να εντρυφήσουν στη σπουδαιότητα τους και στο πώς οι αξίες τους μπορούν να έχουν θετική επιρροή στην προσωπικότητά τους.
- Ένα διήμερο πρόγραμμα που πραγματοποιείται καθ' όλη την διάρκεια της σχολικής χρονιάς.



# Πρόγραμμα

Είναι υπέροχο να βλέπεις όλους τους ανθρώπους να μοχθούν για το ολυμπιακό ιδεώδες ανεξαρτήτως είδους αναπηρίας ή αρτιμέλειας να αλληλεπιδρούν και να ανταγωνίζονται με άλλους συνανθρώπους τους, στην φυσική κατάσταση, στην δύναμη, στην ταχύτητα, στην αντοχή, στην ισορροπία και σε τόσες άλλες δεξιότητες του σώματος.

Οι Παραολυμπιακοί Αγώνες είναι το μεγαλύτερο αθλητικό γεγονός για το Παραολυμπιακό κίνημα. Γίνονται κάθε τέσσερα χρόνια μετά την λήξη των Ολυμπιακών αγώνων, κι έχουν σκοπό να αναδείξουν τον αθλητή και όχι την αναπηρία καθώς η καλύτερη δυνατή επίδοση και η νίκη του αγώνα είναι στόχοι του κάθε Παραολυμπιακού αθλητή. Στις αξίες του αθλητισμού συγκαταλέγονται οι εξής :

- Άρση του αποκλεισμού
- Άρση των διακρίσεων
- Ισότιμη συμμετοχή σε όλους
- Ισότιμες ευκαιρίες σε όλους
- Ευγενής συναγωνισμός



sPORTcamp

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ  
ΛΟΥΤΡΑΚΙ

[www.sportcampkids.gr](http://www.sportcampkids.gr)



# Δομή

## 1 ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ – ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

- Αξία γνωριμίας με τα παραολυμπιακά αθλήματα
- Ιστορία & Εξέλιξη των Παραολυμπιακών Αγώνων
- Ενημέρωση και εκπαίδευση με οπτικοακουστικά μέσα για τους Παραολυμπιακούς Αγώνες και για τους Παραολυμπιονίκες αθλητές.

## 2 ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

- Προσομοίωση & Συμμετοχή σε παραολυμπιακά αγωνίσματα.

## 3 ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΕΛΛΗΝΕΣ ΠΑΡΑΟΛΥΜΠΙΟΝΙΚΕΣ ΑΘΛΗΤΕΣ



sPORTcamp

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ  
ΛΟΥΤΡΑΚΙ

[www.sportcampkids.gr](http://www.sportcampkids.gr)





# SPORTCAMP

Ο όμιλος SPORTCAMP, αποτελεί τον ηγέτη στον κλάδο των αθλητικών κατασκηνώσεων και του αθλητικού τουρισμού, προσφέροντάς μοναδικές εμπειρίες ζωής μέσα από τον αθλητισμό, τη φύση και τον ελληνικό πολιτισμό.

Συνεργάζεται με ευρύ δίκτυο αθλητικών Ομοσπονδιών, συλλόγων, σχολείων και οργανισμών, παρέχοντας εξατομικευμένα προγράμματα εκπαίδευσης, προπόνησης, εκγύμνασης και πολιτιστικής κατάρτισης. Πλήθος ομάδων από την Ευρώπη, τις ΗΠΑ και την Ασία, φιλοξενούνται κάθε χρόνο στις εγκαταστάσεις του.

Διοργανώνει με αξιοπιστία και εμπειρία άνω των 45 ετών, αθλητικά Tours & Camps και εκδηλώσεις και στελεχώνεται από άρτια εκπαιδευμένο και έμπειρο προσωπικό.



# Οφέλη

- Ανάπτυξη ενσυναίσθησης και κατανόηση αναφορικά με τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα ΑμεΑ, τόσο στην καθημερινότητά τους, όσο και σε θέματα που αφορούν την πρόσβαση στην εκπαίδευση ή/και τον αθλητισμό.
- Κατανόηση των όρων της ανεκτικότητας, ισότητας και ίσης μεταχείρισης, της αξίας της προσπάθειας.
- Καλλιέργεια αρχών όπως η άρση του αποκλεισμού και των διακρίσεων.
- Η κοινωνική ενσωμάτωση, η αλληλεγγύη, η συνεργασία.
- Η διεύρυνση του ρόλου του σχολείου, καθιστώντας το συνδετικό κρίκο μεταξύ γονέων, μαθητών και κοινωνίας και αποδεικνύοντας έμπρακτα το ρόλο του ως «φορέα πολιτισμού».





# Αγωνίσματα

● TABLE TENNIS (ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ)

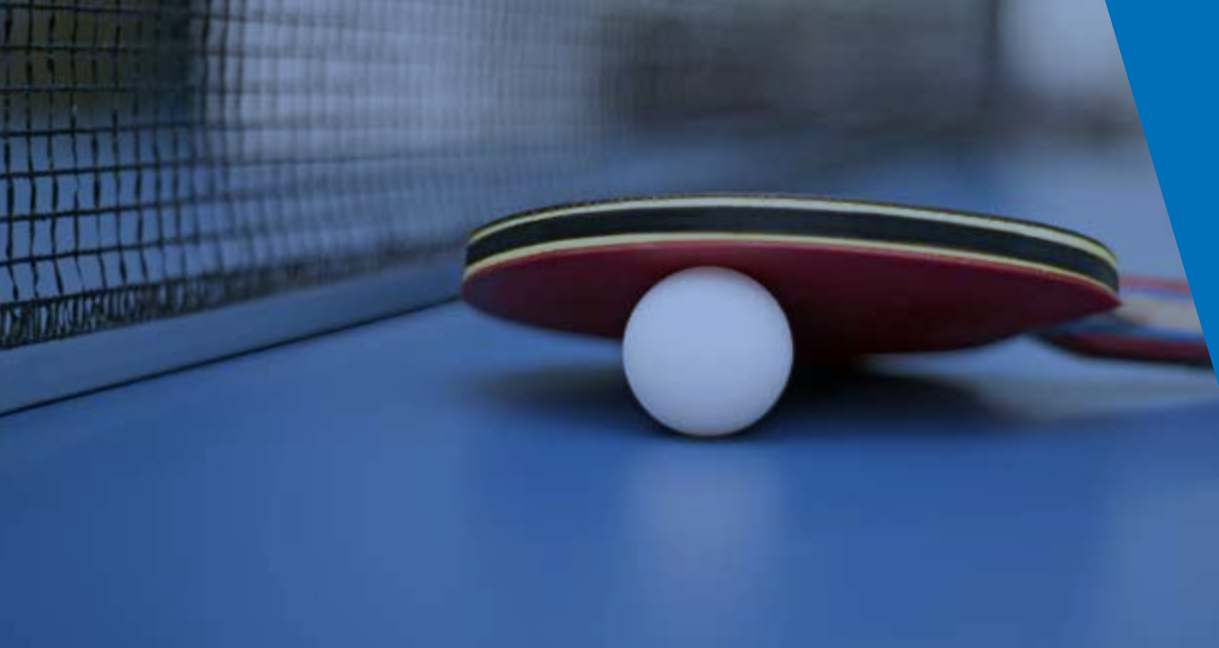
● GOALBALL

● ΣΤΙΒΟΣ

(Αγώνας 100μ τυφλών με συνοδό, σφαίρα, ακόντιο, δίσκος)

● ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΚΑΘΙΣΤΩΝ (SITTING VOLLEY)

● ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ 5Χ5 ΤΥΦΛΩΝ





# Table tennis

(επιτραπέζια αντισφαίριση)

Η ταχύτητα και οι γρήγορες αντιδράσεις αποτελούν τα δύο κύρια χαρακτηριστικά των αθλητών/τριών της Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης. Κάθε αγώνας αποτελείται από πέντε σετ. Νικητής του κάθε σετ είναι ο αθλητής/-τρια ή η ομάδα που θα σημειώσει πρώτη 11 βαθμούς.

- Οι μαθητές θα συμμετέχουν σε ζευγάρια σε αγώνα ενός σετ ( 2 εναντίον 2).
- Για την καλύτερη εξοικείωσή τους με την δυσκολία του αθλήματος, τα παιδιά θα κάθονται σε καρέκλες, ως προσομοίωση αγώνα με αθλητές οι οποίοι κάθονται σε αναπηρικό αμαξίδιο.

sPORTcamp

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ  
ΛΟΥΤΡΑΚΙ

[www.sportcampkids.gr](http://www.sportcampkids.gr)



# Goalball

Το Goalball είναι αποκλειστικά Παραολυμπιακό άθλημα. Σκοπός του παιχνιδιού είναι η μία ομάδα να κυλήσει τη μπάλα με το χέρι προς την αντίπαλη πλευρά και να σημειώσει γκολ, ενώ οι αντίπαλοι παίκτες προσπαθούν να την αποκρούσουν με οποιοδήποτε μέρος του σώματός τους.

- Οι μαθητές συμμετέχουν αν 3άδες σε αγώνα 10 λεπτών (3 εναντίον 3).
- Για την καλύτερη εξοικείωσή τους, θα χρησιμοποιούν μπάλα Γκόλμπολ και θα φορούν στα μάτια σκουρόχρωμα μαντήλια ώστε να μειώνεται η δυνατότητα όρασης.



sPORTcamp

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΙΚΗ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ  
ΛΟΥΤΡΑΚΙ

[www.sportcampkids.gr](http://www.sportcampkids.gr)



## Στίβος – Αγώνας 100μ τυφλών με συνοδό

- Ο αγώνας 100 μέτρων είναι η μικρότερη απόσταση στους δρόμους ταχύτητας. Ο κάθε αθλητής αγωνίζεται στη δική του διαδρομή (κουλουάρ).
- Τα παιδιά θα αθλούνται σε ζευγάρια (τυφλός αθλητής και οδηγός). Σε κάθε κούρσα θα τρέχουν 6 ζευγάρια.
- Για την καλύτερη εξοικείωσή τους, ο ένας αθλητής φορά σκουρόχρωμο μαντήλι στα μάτια ώστε να μειώνεται η δυνατότητα όρασης. Ο ίδιος και το ζευγάρι του θα κρατούν ένα λάστιχο ώστε να τον καθοδηγεί στην κούρσα.

## Στίβος – αγωνίσματα ρίψεων

- Οι μαθητές θα αγωνιστούν στα αθλήματα σφαιροβολία – ακοντισμός – δισκοβολία.
- Για την καλύτερη εξοικείωσή τους, οι αθλούμενοι θα κάθονται σε καρέκλα από όπου και θα πραγματοποιούν τις ρίψεις.



# Πετοσφαίριση καθιστών

(sitting volley)

Οι αγώνες διεξάγονται μεταξύ δύο ομάδων σε κλειστό γήπεδο, σε αγωνιστικό χώρο διαστάσεων 10 x 6 μέτρων. Κάθε ομάδα αποτελείται από έξι βασικούς παίκτες, ενώ οι αναπηρωματικοί δεν ξεπερνούν τους έξι. Ένας αγώνας αποτελείται το πολύ από πέντε σετ.

- Οι μαθητές θα συμμετέχουν χωρισμένοι σε 2 ομάδες των 6. Νικήτρια είναι η ομάδα που θα κερδίσει πρώτη 2 σετ.
- Για την καλύτερη εξοικείωση με το άθλημα, οι αθλητές θα κάθονται στο έδαφος, ενώ ο αγώνας θα γίνεται σε γήπεδο τένις, ώστε το ύψος του φιλέ να διευκολύνει το πέρασμα της μπάλας και την πιο πιστή προσομοίωση και διεξαγωγή του αθλήματος.



# Ποδόσφαιρο 5x5 τυφλών

Οι μαθητές συμμετέχουν χωρισμένοι σε 2 ομάδες των 5. Κάθε ομάδα έχει έναν τερματοφύλακα χωρίς προβλήματα όρασης και 4 αθλητές με μερική ή ολική απώλεια όρασης. Χρησιμοποιείται ειδική μπάλα με κουδουνάκι, ενώ κάθε ομάδα έχει 3 βοηθούς (χωρίς προβλήματα όρασης) έξω από το γήπεδο οι οποίοι καθοδηγούν τους αθλητές που αγωνίζονται.

Οι μαθητές για την προσομοίωση φορούν σκουρόχρωμο μαντήλι στα μάτια.





# Επικοινωνία

Επικοινωνήστε μαζί μας για να σχεδιάσουμε  
από κοινού τη δική σας εκδρομή!



[www.sportcampkids.gr](http://www.sportcampkids.gr)



[ekdromes@sportcamp.gr](mailto:ekdromes@sportcamp.gr)



27440 23999 - 66860

