

## Пути братьев/сестер

Будучи братом/сестрой, вы можете быть вовлечены в Специальную Олимпиаду различными способами всю свою жизнь. С течением времени ваша роль может меняться в зависимости от ваших интересов, целей и временных обязательств. Для вас всегда найдется место на Специальной Олимпиаде! Ниже приведен одно из направлений, по которому вы могли бы следовать.



Миссия Специальной Олимпиады - проведение круглогодичных спортивных тренировок и соревнований для людей с интеллектуальными нарушениями. Это дает им возможность постоянно поддерживать здоровье, проявлять мужество и испытывать радость. Они могут обмениваться подарками, навыками и устанавливать дружеские связи с членами своих семей, другими спортсменами Специальной Олимпиады и обществом.



В сотрудничестве с



## Участие брата/сестры

Для получения дополнительной информации об участии брата/сестры в Специальной Олимпиаде и информации о каждой из возможностей, ознакомьтесь с Руководством по участию брата/сестры в Специальной Олимпиаде для молодежи!

[www.specialolympics.org](http://www.specialolympics.org)

# Участие брата/сестры

## Привлечение родных братьев/сестер

происходит тогда, когда один из родственников активно участвует в жизни родного брата или сестры с интеллектуальными нарушениями. Вовлеченные в программу брат/сестра **активно участвуют** со своими братом/сестрой на протяжении всей Специальной Олимпиады. Вместе они играют, учатся, развиваются и работают. В ходе этого процесса они укрепляют свои взаимоотношения. **Кровные родственники** - это команда, в которой каждый из членов мотивирует другого. Они стремятся и работают на достижение общих и личных целей.

Совместное участие кровных брата/сестры на протяжении всего периода проведения Специальной Олимпиады приносит **взаимовыгодные результаты** для вас и вашего брата/сестры. Ваш родной брат/сестра оценят то, что Вы инвестируете свое время в достижении его/ее целей. Вовлеченность в деятельность брата/сестры дает следующий результат:

Гордость за себя и своего брата/сестру

Повышение самооценки

Развитие профессиональных навыков

Навыки решения проблем

Развитие лидерских навыков и возможностей

Навыки информационно-разъяснительной работы

Дружба с другими братьями/сестрами

Сильная связь со своим братом/сестрой

Большая терпимость и принятие

Укрепление единства семьи

Личностный и спортивный рост

Специальная Олимпиада - это идеальная платформа для того, чтобы принять участие в деятельности вместе с братом/сестрой. Изучите варианты ниже.

### Поддержка

- Поддержите своего брата/сестру на тренировках и соревнованиях.

### Волонтерство

- Станьте волонтером на местных соревнованиях Специальных Олимпийских игр
- Окажите содействие в проведении медицинских осмотров и обучения на соревнованиях Healthy Athletes®.
- Станьте официальным представителем на спортивных мероприятиях Специальной Олимпиады.

### Участие

- Участвуйте в программе для детей-спортсменов в возрасте от 2 до 7 лет или возглавьте ее.
- Станьте партнером программы Объединенный Спорт (Unified Sports®) со своим братом/сестрой или другим спортсменом с ограниченными возможностями.
- Присоединитесь к клубу Специальной Олимпиады/обществу/группе студентов в своем университете.
- Станьте тренером Специальных Олимпийских игр

### Держите себя в форме

- Присоединяйтесь к Объединенному фитнес-клубу, чтобы поддерживать хорошую физическую форму со спортсменами и болельщиками.
- Соревнуйтесь в 6-недельном семейном фитнес-конкурсе
- Присоединяйтесь к 8-недельной Объединенной фитнес-программе Специальных олимпийских игр, которая обучает фитнесу и комплексному оздоровлению.

### Связь

- Присоединяйтесь к сообществу поддержки семьи и братьев/сестер Специальной Олимпиады, чтобы делиться идеями и опытом с другими братьями/сестрами и членами семьи.

### Защита

- Распространяйте инклюзивность в своей школе или коллективе, являясь инклюзивным молодежным лидером.
- Станьте спортсменом Специальных олимпийских игр

"За время, проведенное на Специальной Олимпиаде, я изменил свое **отношение** к людям с нарушениями интеллекта и развил больше **сочувствия** и **уважения**... Многие спортсмены, включая мою сестру, дали мне понять, что если я буду **настойчив**, я смогу воплотить свои мечты в жизнь".

- Фарис,

*Родной брат, Специальная Олимпиада  
Пакистан*



"К счастью, я увидел, с каким невыносимым неприятием относились к моей матери и сестре Розмари.... Сочетание **любви** моей **семьи** и ужасный укол отторжения укрепили мою уверенность в вере в то, что я могу **изменить мир к лучшему**".

- Юнис Кеннеди Шрайвер,  
*Основатель Специальных олимпийских игр*