

Puudega inimeste spordist ja liikumisharrastusest



Kaia Kollo
Eesti Paralümpiakomitee liikumisharrastuse juht

123 658 puudega inimest Eestis 9,3% kogu Eesti rahvastikust



Keskmine - esineb raskusi	45 995 (38%)
Raske - piiratud	62 032 (51%)
Sügav - täielikult takistatud	12 569 (10%)

Laps (0-17)	10 148 (8%)
Töoealised (18-63)	42 382 (35%)
Eakad (64 +)	68 128 (56%)

KOV	0-17	18-63	64 +
Saare	222	1001	1868
Muhu	9	53	103
Saare	222	1001	1868

Puudega inimeste sport ja liikumisharrastus Eestis



Liikumisharrastus
ja tippsport

Kurdid



Liikumisharrastus
ja paratippsport

Füüsiline puue
Nägemispuue
Intellektipuue



Special Olympics
Estonia

Liikumisharrastus ja
võistlussport

Intellektipuue
Downi sündroom



12.10.2023



Special Olympics Canada Winter Games
CALGARY 2024
Jeux d'hiver d'Olympiques spéciaux Canada



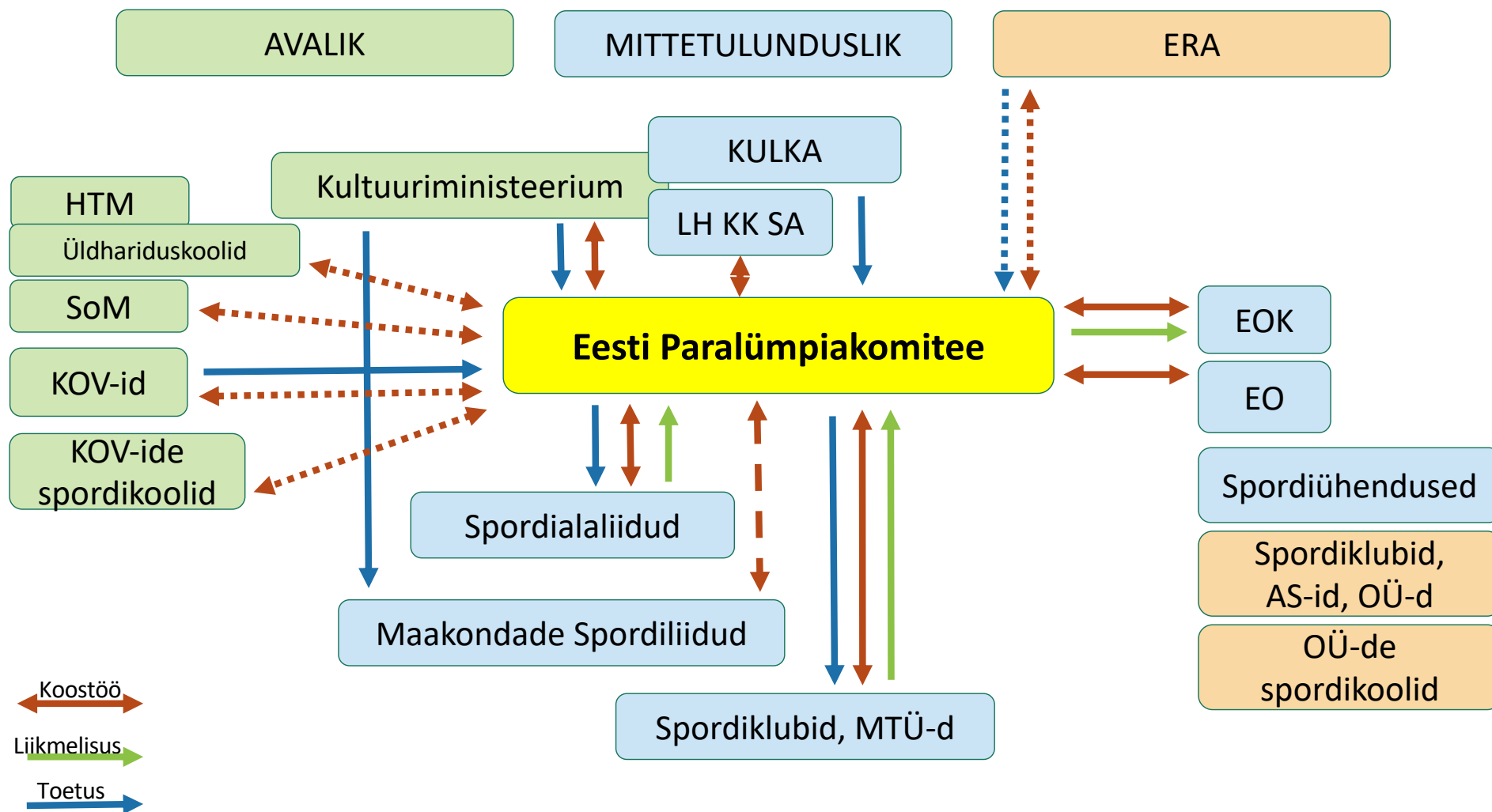
Liikmed

- ✓ Spordialaliidud
- ✓ Puudepõhised spordiliidud
- ✓ Spordiklubid, ühingud

✓ **Liikmed**

- Hoolekandeesutused
- ✓ Päeva- ja tugikeskused
- ✓ MTÜ, SA
- ✓ KOV
- ✓ Spordiklubid
- ✓ Eraisikud
- ✓ Toetajaliikmed

Suhted



Parasport Eestis



Paramäesuusatamine

Paravibusport

Parakergejõustik

Parasulgpall

Parabiatlon

Boccia

Parakanuu

Para murdmaasuusatamine

Pararattasport

Paratantsusport*

Pararatsutamine

Pimedate jalgpall

Veerepall

Parajäähoki

Parajudo

Parajõutõstmine

Parasõudmine

Parapurjetamine*

Paralumelauasport

Paraujumine

Paralauatennis

Parataekwondo

Paratriatlon

Paralaskesport

Istevõrkpall

Ratastoolikorvpall

Ratastoolikurling

Ratastoolivehklemine

Ratastooliragbi

Ratastoolitennis

Kuidas alustada?



- ✓ Millistele spordialadele oleks võimalik kaasata erineva puudega inimesi?
- ✓ Ligipääsetavus Jah/Ei Kirjelda
- ✓ Kas ja millistel tingimustel on treener/juhendaja valmis vastu võtma puudega harrastajat?
- ✓ Puude või erivajaduse valimine/eelistamine on ok
- ✓ Para- või puudega inimese treenerit EI OLE olemas!
- ✓ Transpordi tugi nt treeningule või spordisündmusele ülioluline
- ✓ Leia partnerid (nt. KOV sotsiaalosakond jne)
- ✓ Infokokanalid, kodulehed, sotsmeedia

Spirit in Motion

Julgus
Pühendumus

Inspiratsioon
Võrdsus



12.10.2023

Eesti Paralümpiakomitee täna



Rõõmud

Mured

Ootame

Pakume

NB! para- ehk paralleelne



Kaia Kollo

www.paralympic.ee

kaia@paralympic.ee

Tel: 5263683

Parasportlik nädalalõpp noortele ja algajatele



KOOLITUS



Lisamaterjal
(2 x TO2020, 6 x taliparasport jt)



Õpetaja
Käsiraamat ja
Ülevaade
Paraspordist

13 x
Algkooli
materjal

10 x Põhikooli ja
Gümnaasiumi
materjal

TÖÖMATERJALID

(Eesti, inglise, prantsuse ja hispaania
keeles)

Piisava suurusega huvigrupi kogunemisel (min 10 osalejat)

Kontakt: kaia@paralympic.ee, 5263683

S - Freestyle, Backstroke, Butterfly

Klassifitseerimine



- Kõikide paraspordialade lahutamatu osa
- Struktuur ausaks ja õiglaseks võistlemiseks
- Võistlusklassid
- Tervisekahjustuse võimalikult väike mõju sooritusele
- Edu määravad kiirus, jõud, vastupidavus, treenitus jne





“Sport ühendab!”





Mis on parasport?

