



**ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ**

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ UNIFIED SPORTS (UNS) ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ
ΝΟΗΤΙΚΗ ΑΝΑΠΗΡΙΑ: ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ**

Μαρία Ζουμπουλάκη

Επιβλέπων Καθηγητής:

Σκορδίλης Εμμανουήλ

ΑΘΗΝΑ

ΙΟΥΛΙΟΣ 2022

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ.....	iii
ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	iv
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 - ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	σελ.1-2
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 - ΜΕΘΟΔΟΣ.....	σελ.3-5
Πίνακας 2.1: Αποτελέσματα.....	σελ.3-5
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 - ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....	σελ.6-14
Οι Ολυμπιακοί Αγώνες των Special Olympics και η ανάγκη για την ένταξη των Unified Sports.....	σελ.6-8
Τα Unified Sports (UNS) και το κοινωνικό περιβάλλον.....	σελ.8-9
Η Αυτο-αντίληψη των μαθητών/τριών που συμμετείχαν στα προγράμματα των UNS.....	σελ.9-10
Κοινωνική ένταξη και ευαισθητοποίηση μέσω των UNS.....	σελ.10-14
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 - ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	σελ.15
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	σελ.16-17

Ευχαριστίες

Θα ήθελα να ευχαριστήσω τον δάσκαλο και επιβλέποντα καθηγητή μου κ. Μανώλη Σκορδίλη και την μεταπτυχιακή φοιτήτρια, Ζωή Τσιφοπανοπούλου για όλη την βοήθεια, την καθοδήγηση που μου προσέφεραν, τον χρόνο που μου αφιέρωσαν και την γνώση που μου μετέδωσαν με κάθε δυνατό μέσο, τόσο στα πλαίσια της Ειδίκευσης της Προσαρμοσμένης Κινητικής Αγωγής, όσο και στα πλαίσια της εκπόνησης της παρούσας πτυχιακής εργασίας.

Περίληψη

Η παρούσα εργασία αρχικά αναφέρεται στην έννοια του όρου «Unified Sports» των Special Olympics. Από όλες τις σχετικές δημοσιεύσεις που μελετήθηκαν, αναλύεται ποια είναι η επίδρασή των Unified Sports (UNS) σε συνανθρώπους μας με νοητική αναπηρία. Αρχικά, τονίζεται η αναγκαιότητα να ενταχτούν τα UNS στους Ολυμπιακούς αγώνες των Special Olympics, λόγω των σημαντικών βελτιώσεων που επιφέρουν μέσα από τα ομαδικά αθλητικά προγράμματα, τα οποία παρέχουν ίδιες συνθήκες για συνανθρώπους μας με και χωρίς νοητική αναπηρία. Έπειτα, αναφέρονται τα αποτελέσματα της ένταξης των UNS, ως ένα καλύτερο κοινωνικό περιβάλλον, σε Ευρώπη/Ευρασία, Αίγυπτο, Τουρκία και Νέα Ζηλανδία στους διάφορους τομείς της προσωπικότητας και φυσικής κατάστασης των συνανθρώπων μας με νοητική αναπηρία. Επιπρόσθετα, επισημαίνονται τα θετικά αποτελέσματα που έδειξαν τα παιδιά χωρίς νοητική αναπηρία στην ανάπτυξη των διαπροσωπικών σχέσεων και φιλιών με συμμαθητές/τριες τους με νοητική αναπηρία. Τέλος τονίζεται η σημαντικά θετική επίδραση των Unified Sports στα Special Olympics σε παιδιά με νοητική αναπηρία.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1- ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το Special Olympics Unified Sports είναι ένα πρόγραμμα χωρίς αποκλεισμούς που απευθύνεται σε άτομα με νοητική αναπηρία (αθλητές-athletes) και άτομα χωρίς νοητική αναπηρία (συνεργάτες-partners) που συμμετέχουν από κοινού σε αθλητικές ομάδες για προπόνηση και αγώνες. Αθλητές/τριες και συνεργάτες αγωνίζονται ο ένας δίπλα στον άλλον, ο καθένας σε έναν ουσιαστικό και αναπόσπαστο ρόλο στην ομάδα των Unified Sports (ενοποιημένου αθλητισμού). Τα Special Olympics Unified Sports δημιουργούν μοναδικούς δεσμούς ανάμεσα στους αθλητές/τριες μέσω του αθλητισμού και πρωτόγνωρες εμπειρίες όπως ακριβώς συμβαίνουν σε όλα τα ομαδικά αθλήματα. Αυτές οι εμπειρίες δημιουργούν μια κουλτούρα ένταξης και προωθούν την έννοια της κατανόησης σε σχολεία και κοινότητες (Special Olympics στο [Special Olympics - Unified Sports](#)).

Για κάθε ομάδα Unified Sports υπάρχουν τρία Ενοποιημένα Αθλητικά Μοντέλα: το Ανταγωνιστικό Μοντέλο, το Μοντέλο Ανάπτυξης Αθλητών/τριών και το Μοντέλο Αναψυχής. Το Ανταγωνιστικό Μοντέλο του Ενιαίου Αθλητισμού βασίζεται στα ακόλουθα κριτήρια: περίπου ίσος αριθμός από αθλητές/τριες και συνεργάτες, παρόμοια αθλητική ικανότητα και ηλικία ανάμεσα σε αθλητές/τριες και συνεργάτες, έντονη προσπάθεια από όλη την ομάδα, αθλητικές δεξιότητες και κατανόηση κανόνων, καμία τροποποίηση στους κανόνες του αθλήματος, προγραμματισμένη προπόνηση και αγώνες μέσα σε σεζόν (συνήθως 8-12 εβδομάδες), πιστοποιημένος προπονητής ενηλίκων για όλες τις ομάδες, κτλ. Το Μοντέλο Ανάπτυξης Αθλητών/τριών περιλαμβάνει τα ακόλουθα κριτήρια: περίπου ίσος αριθμός από αθλητές/τριες και συνεργάτες, παρόμοια ηλικία όλων των συμπαικτών, παίκτες με περισσότερες ικανότητες που λειτουργούν ως μέντορες, τροποποιήσεις κανόνων για ισότιμη συμμετοχή, προγραμματισμένη προπόνηση και αγώνες μέσα στη σεζόν (συνήθως 8-12 εβδομάδες), και πιστοποιημένος προπονητής ενηλίκων για όλες τις ομάδες. Τέλος, το μοντέλο αναψυχής χαρακτηρίζεται από: ευέλικτη σύνθεση ομάδας, η οποία θα πρέπει να είναι τουλάχιστον 25% από αθλητές/τριες με αναπηρία ή συνεργάτες, δεν είναι απαραίτητη η παρόμοια ηλικία ή ικανότητα, η συμμετοχή πρέπει να είναι τακτική, αλλά δεν απαιτείται προγραμματισμένη συμμετοχή, και οι

ομάδες αναψυχής δεν είναι επιλέξιμες για πρόκριση σε υψηλότερο επίπεδο (Special Olympics στο [Special Olympics - Unified Sports](#)).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 - ΜΕΘΟΔΟΣ

Για τις ανάγκες της παρούσας εργασίας χρησιμοποιήθηκαν ορισμένες ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων. Πιο συγκεκριμένα η αναζήτηση έγινε από το δίκτυο του ΕΚΠΑ, το Google Scholar και το SPORTDiscus, με τις παρακάτω λέξεις κλειδιά: Unified Sports program, Special Olympics, Special education, children with intellectual disabilities (παιδιά με νοητική αναπηρία), social inclusion (κοινωνική ένταξη), personal development (προσωπική ανάπτυξη), social acceptance (κοινωνική αποδοχή). Συνολικά η αναζήτηση αυτή ανέδειξε αρχικά 2.000 έρευνες. Η αξιολόγηση συνεχίστηκε με βάση τον τίτλο των ερευνών, με την χρονολογία, και περιορίστηκε ο αριθμός τους σε όσες υπήρχε πρόσβαση από το δίκτυο του πανεπιστημίου και μπόρεσαν να ανακληθούν ολόκληρες από το 2007 στην αγγλική γλώσσα. Για τις ανάγκες της παρούσας εργασίας αξιολογήθηκαν τελικά 12 έρευνες που παρουσιάζονται στη συνέχεια.

Πίνακας 2.1: Αποτελέσματα

Συγγραφείς	Δείγμα	Εργαλεία	Σκοπός	Αποτελέσματα
Baran et al. (2013)	46 αγόρια με νοητική αναπηρία (NA) 30 αγόρια χωρίς NA	1 BPFTest (Φυσική Κατάσταση) 2 FASA (Αξιολόγηση ποδοσφαιρικών ικανοτήτων)	Επιπτώσεις σε ανθρωπομετρία, φυσική κατάσταση & δεξιότητες ποδοσφαίρου.	↑ Φυσικής κατάστασης & ικανοτήτων ποδοσφαίρου. Καμία αλλαγή σε ανθρωπομετρία.
Baran et al. (2009)	23 αγόρια με NA 23 αγόρια χωρίς NA	Ερωτηματολόγιο από SO-UNS (εμπειρία με UNS, ανησυχίες, στόχοι, αυτό-αντίληψη, σωματικές ικανότητες)	Ατομικές διαφορές και θετικά συναισθήματα	↑ Ικανοτήτων, συμπεριφορών, σχέσεων. Κοινωνική ευαισθητοποίηση και κοινωνική ένταξη.

Bota et al. (2014)	92 αθλητές/τριες (46 με NA, ηλικίας 11-46 και 46 χωρίς NA ηλικίας 11-21)	2 Ερωτηματολόγια από SOEurope. Για μαθητές/τριες με NA (κίνητρο συμμετοχής, αυτο- αντίληψη) και ξεχωριστά για μαθητές χωρίς NA (αντιλήψεις για συναθλητές με NA)	Η αυτο- αντίληψη και η αυτοεκτίμηση των μαθητών/τριών με NA	↑ αυτο-εικόνας & αυτο-αντίληψης ↑ σωματικό, γνωστικό, συναισθηματικό επίπεδο ↑ αποδοχη, φιλία, φροντίδα
Elsissy (2013)	40 μαθητές/τριες με NA	1 Eurofit Fitness testing Battery (ευκινησία, αντοχή, δύναμη & ταχύτητα) 2 Piers-Harris Self-concept Scale (αυτο- έννοια & αυτο- εικόνα)	Η Αυτο- αντίληψη των αθλητών/τριών μέσα από τα Unified & Segregated Sports	Unified Sports > Segregated Sports > Καμία δραστηριότητα.
Hassan et al. (2012)	53 μαθητές/τριες & 25 προπονητές από 5 χώρες	Συνέντευξη (τυπικό οδηγό θεμάτων των UNS & εμπειρίες- αντιλήψεις για UNS)	Να μελετηθούν οι εμπειρίες των μαθητών/τριών μέσα από τα UNS	↓ των φόβων και των στερεοτύπων. ↓ ανησυχίας των προπονητών
Karkalets, et al. (2021)	219 μαθητές/τριες , με και χωρίς NA	Ερωτηματολόγιο σύμφωνα με την SOI & AIR (7 συμπεριφορικά, 5 συναισθηματικά) Συνέντευξη 7 ενοτήτων	Η επίδραση των UNS σε παιδιά με και χωρίς NA γενικότερα.	↑ ευαισθητοποίησης, διαπροσωπικών σχέσεων, φιλιών & κοινωνικών αλληλεπιδράσεων

McConkey et al. (2012)	5 μαθητές/τριες από κάθε μια από τις 5 χώρες.	Face to face training (εξάσκηση τεχνικών) & συνεντεύξεις με κασετόφωνα	Επιβεβαίωση άλλων ερευνών για κοινωνική ένταξη	↑ κοινωνικής ένταξης & κοινωνικοποίησης.
Özer et al (2012)	76 αγόρια (38 με NA, 38 χωρίς NA)	1 CBCL (ικανότητες, προβληματικές συμπεριφορές) 2 FAS (κοινωνική γνώση, ανάπτυξη φιλίας) 3 ACL (συμπεριφορικές προθέσεις & κρίση για τους νέους συνομήλικους)	Επιπτώσεις των UNS σε σύγκριση με καμία άλλη δραστηριότητα	↓ μη αποδεκτών συμπεριφορών ↑ κοινωνικής ικανότητας
Townsend & Hassall (2007)	170 μαθητές/τριες	2 Ερωτηματολόγια (Γνώσεις για UNS & στάση μαθητών/τριών χωρίς NA στα UNS) & Συνέντευξη	Η στάση των μαθητών/τριών στην ένταξη των UNS στο σχολείο.	Θετική στάση για συνεργασία.
Wilski et al. (2012)	221 μαθητές/τριες , συνεργάτες, γονείς και προπονητές	Συνέντευξη (λειτουργικότητα μέσα σε ομάδα, απόψεις για το UNS & προβληματισμοί)	Το αντίκτυπο των UNS στην προσωπική ανάπτυξη.	↑ Φυσικής κατάστασης, τεχνική ικανότητα, ομαδικότητα, εμπιστοσύνη.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 – ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι Ολυμπιακοί Αγώνες των Special Olympics και η ανάγκη για την ένταξη των Unified Sports

Για να μπορεί να συμμετάσχει κάποιος στους Ολυμπιακούς Αγώνες των Special Olympics θα πρέπει να είναι τουλάχιστον 8 ετών και να έχει νοητική αναπηρία. Για τα άτομα με αναπηρία που βρίσκονται σε στάδιο αποκατάστασης είναι αναγκαίο να δημιουργούνται συνθήκες για την προσωπική τους ανάπτυξη. Αυτό θα πρέπει να αντικατοπτρίζεται σε όλες τις ανθρώπινες λειτουργίες όπως είναι η σωματική, η ψυχική και οι κοινωνική ανάπτυξη. Η ευελιξία (Wilski et al, 2012) λοιπόν μπορεί να προσφέρει σε ένα άτομο ισορροπημένη ανάπτυξη και είναι μια ολοκληρωμένη προσέγγιση αποκατάστασης μέσω του αθλητισμού και της σωματικής άσκησης. Ωστόσο, αυτό μπορεί να επιτευχθεί μόνο εάν το άτομο θέλει να ενεργοποιήσει το αναπτυξιακό του δυναμικό σε όλους τους τομείς της ανθρώπινης λειτουργίας. Ως αποτέλεσμα, αυτό συμβαδίζει με πνευματική ανάπτυξη, ανάπτυξη θετικών χαρακτηριστικών του χαρακτήρα, επιμονή, φιλοδοξία, πνευματική δύναμη, την κατανόηση των κατάλληλων κοινωνικών συμπεριφορών, καθώς και την αξιοποίηση των ευκαιριών και συνολικά την κοινωνική ενσωμάτωση.

Οι ψυχαγωγικές δραστηριότητες και ο αθλητισμός βοηθούν τα άτομα με αναπηρία να βελτιώσουν την ποιότητα ζωής τους, τους επιτρέπουν μεγαλύτερη ανεκτικότητα, μειώνουν την υπέρταση, τους επιτρέπουν να χτίσουν και διατηρήσουν σχέσεις με την οικογένεια και τους φίλους και επίσης αυξάνουν την αυτοεκτίμηση και βελτιώνουν τη φυσική τους κατάσταση και υγεία (Wilski et al, 2012). Για να καλυφθεί αυτή η ανάγκη, τα Special Olympics εισήγαγαν το πρόγραμμα Unified Sports που σκοπό είχε την ενσωμάτωση ατόμων με νοητική αναπηρία (αθλητές) με άτομα χωρίς νοητική αναπηρία (συνεργάτες) μέσω κοινών πρακτικών και ομαδικών παιχνιδιών. Το πρόγραμμα αυτό υλοποιείται και στην Ευρώπη/ Ευρασία, και κυρίως επικεντρώνεται σε ομαδικά αθλήματα ή αγώνες. Η ιδέα του προγράμματος είναι η δημιουργία συνθηκών που επιτρέπουν την ένταξη των αθλητών/τριών και των συνεργατών σε ισότιμο καθεστώς για όλα τα μέλη με τους ίδιους στόχους και

εμπειρίες, ώστε να μπορούν να συνεργαστούν τα μέλη κάθε ομάδας και κάθε άτομο να συνεισφέρει στην επιτυχία της (Wilski et al, 2012).

Έτσι λοιπόν και με βάση τα παραπάνω, μπορούν να δημιουργηθούν φιλίες και συνεργασίες μεταξύ των μελών της ομάδας και να προωθηθεί η αποδοχή ατόμων με νοητική αναπηρία γενικότερα. Το 2009 το πρόγραμμα Unified Sports λειτούργησε σε 28 χώρες σε Ευρώπη/Ευρασία με πάνω από 16.000 αθλητές/τριες. Οι περισσότεροι αθλητές/τριες που συμμετείχαν ήταν άτομα που δραστηριοποιούνταν στον αθλητισμό και είχαν ένα επίπεδο κινητικών δεξιοτήτων που είχαν αποκτηθεί από την συμμετοχή σε αθλητικά προγράμματα των Special Olympics. Παρά το επίπεδο που συνάντησαν στους αγώνες τόσο οι αθλητές/τριες όσο και οι συνεργάτες, παρατηρήθηκε βελτίωση στα επίπεδα φυσικής κατάστασης και σε τεχνικές ικανότητες. Οι αθλητές/τριες με αναπηρία είχαν την ευκαιρία να προπονηθούν με συνεργάτες χωρίς αναπηρία και έτσι άρχισαν να αυξάνουν τη φυσική τους κατάσταση. Έχει μεγάλη σημασία οι αθλητές να νιώθουν ότι είναι αξιόπιστα μέλη μίας ομάδας που κάποιος μπορεί να βασιστεί, και αυτό αποτελεί συχνά ένα εντελώς νέο ρόλο για άτομα με αναπηρίες, καθώς στα περισσότερα πλαίσια πρέπει να βασίζονται καθημερινά στη βοήθεια άλλων. Ο αθλητισμός λοιπόν παρέχει ίδιες ευκαιρίες σε όλους, και κυρίως παρέχει μία εντελώς διαφορετική μορφή αντίληψης για τους ανθρώπους με αναπηρίες. Μπορούμε λοιπόν να συμπεράνουμε ότι το πρόγραμμα Unified Sports, με βάση τις απόψεις των συμμετεχόντων, έχει σημαντικό αντίκτυπο στην προσωπική τους ανάπτυξη. Η συμμετοχή επιτρέπει στα άτομα να αναπτύξουν τις δεξιότητές τους στην επικοινωνία, την αυτοπεποίθηση, τις κοινές εμπειρίες, τη γνώση ανθρώπων και τόπων και τη φυσική τους κατάσταση. Επιτρέπει στους συμμετέχοντες να χρησιμοποιούν αυτές τις όψεις ως εργαλεία που μπορούν να συμβάλουν στην ενεργό συμμετοχή τους και στην ένταξη ατόμων με νοητική αναπηρία γενικότερα (Wilski et al, 2012).

Ερευνήθηκε σε κάποια σχολεία της Τουρκίας, ποια ήταν η επίδραση ενός προγράμματος Unified ποδοσφαίρου, στην φυσική κατάσταση των μαθητών, την ανθρωπομετρία (δομή σώματος) και τις διάφορες ποδοσφαιρικές δεξιότητες (Baran et al, 2013). Στην έρευνα συμμετείχαν 76 αγόρια (46 με νοητική αναπηρία και 30 χωρίς αναπηρία) με ηλικία από 12 έως 15 ετών. Για να πραγματοποιηθεί η έρευνα αυτή, χωρίστηκαν οι μαθητές σε πειραματική μονάδα και μονάδα ελέγχου. Η ομάδα ελέγχου συμμετείχε μόνο στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής που διεξαγόταν στο σχολείο, ενώ η πειραματική ομάδα συμμετείχε σε ένα πρόγραμμα 8 εβδομάδων από

τρεις φορές την εβδομάδα, μετά το σχολείο. Έγιναν μετρήσεις για ανθρωπομετρικά στοιχεία των μαθητών και για την φυσική τους κατάσταση, πριν και μετά την έρευνα, χρησιμοποιώντας το Brockport test. Τα UNS δεν φάνηκε να συνέβαλλαν στην δομή του σώματος (ανθρωπομετρία), αλλά σημειώθηκε, πως σε μελλοντικές έρευνες, χρονικά μεγαλύτερες από την παρούσα, με διάρκεια μεγαλύτερη των 8 εβδομάδων, θα υπάρξουν διαφορές. Βελτιώθηκε σημαντικά η φυσική κατάσταση των μαθητών, η μυϊκή τους δύναμη, η ισορροπία αλλά και οι δεξιότητες στο ποδόσφαιρο (Baran et al, 2013).

Τα Unified Sports (UNS) και το κοινωνικό περιβάλλον

Το Unified Sports είναι ένα ολοκληρωμένο αθλητικό πρόγραμμα στο πλαίσιο των Ολυμπιακών Αγώνων των Special Olympics και λειτουργεί ως γέφυρα μεταξύ των ατόμων με και χωρίς νοητική αναπηρία για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης. Ενιαία αθλήματα βοηθάνε τους αθλητές/τριες με αναπηρία και αθλητές/τριες χωρίς αναπηρία (συνεργάτες-partners) για να εμπλακούν ουσιαστικά μέσω προπόνησης και αγώνα, προωθώντας παράλληλα φιλίες και κατανοώντας τις διαφορές μεταξύ τους (McConkey et al, 2013).

Ο Slininger (στο Baran et al, 2009) δημιούργησε ένα τυχαιοποιημένο σχεδιασμό unified ομάδας για να προσδιορίσει τις επιπτώσεις μίας δομημένης επαφής στις στάσεις και στις θέσεις των μαθητών/τριών προς τους συνομηλίκους με νοητική αναπηρία και χρησιμοποιούσαν αναπηρικά αμαξίδια. Τα ευρήματα αυτής της μελέτης έδειξαν αναμενόμενες αλλαγές στην στάση για τις δομημένες επαφές. Αξιολογήθηκε ένα άτομο χωρίς αναπηρία που θα μάθαινε για τις πιθανές ατομικές διαφορές μέσω της συμμετοχής του στο Ενοποιημένο Πρόγραμμα Ποδοσφαίρου και άτομα με και χωρίς αναπηρία που θα βελτιώναν τα θετικά τους συναισθήματα μέσω της συμμετοχής τους στο Ενοποιημένο Πρόγραμμα Ποδοσφαίρου. Σκοπός της μελέτης ήταν να συγκριθούν οι αντιλήψεις αθλητών/τριών, συνεργατών, γονέων και προπονητών σχετικά με την έννοια του ενοποιημένου αθλητισμού. Το ενοποιημένο πρόγραμμα ποδοσφαίρου ενεργοποίησε τους αθλητές/τριες να είναι σε επαφή και με τους δύο φίλους τους και συνεργάτες μέσω του αθλητισμού. Λαμβάνοντας υπόψη πως οι αθλητές/τριες δεν είχαν την ευκαιρία να έρχονται σε επαφή με τους συμμαθητές τους έξω από το σχολείο, θεωρήθηκε ότι το ενοποιημένο πρόγραμμα ποδοσφαίρου αποτέλεσε ένα καλύτερο κοινωνικό περιβάλλον. Υπήρξαν γονείς

αθλητών/τριών που δήλωσαν ότι λόγω του προγράμματος τα παιδιά τους απέκτησαν ευρύτερη κοινωνική ζωή διότι συμμετείχαν σε αθλήματα, ανέπτυξαν δεξιότητες και απέκτησαν περισσότερη αυτοπεποίθηση

Η Αυτο-αντίληψη των μαθητών/τριών που συμμετείχαν στα προγράμματα των UNS.

Το πρόγραμμα Unified Sports (Elsissy, 2013) είναι η απάντηση των Ολυμπιακών Αγώνων των Special Olympics στο κίνημα ένταξης. Το πρόγραμμα περιλάμβανε φοιτητές/τριες με αναπηρία και μαθητές/τριες χωρίς αναπηρία που συνεργάζονταν σε αθλητικούς αγώνες. Έτσι λοιπόν, διεξήχθη μία μελέτη (Elsissy, 2013) που σκοπό είχε να διερευνηθεί η συμμετοχή στο UNS και το Segregated Sports που αφορούσε άτομα με νοητική αναπηρία με θέμα «η αυτο-αντίληψη του αθλητή». Επιλέχθηκαν 40 άτομα με νοητική αναπηρία ηλικίας 12-16 χρονών που επιλέχθηκαν από την αιγυπτιακή ειδική Ολυμπιακή ομάδα και τρία δημόσια ειδικά σχολεία. Το δείγμα διανεμήθηκε σε τρεις ομάδες. Η πρώτη ομάδα συμμετείχε σε ένα ενοποιημένο άθλημα, η δεύτερη σε ένα διαχωρισμένο άθλημα και η τρίτη δεν συμμετείχε σε αθλητικές δραστηριότητες. Τα αποτελέσματα, έδειξαν πως υπήρχαν σημαντικές διαφορές στην αυτο-αντίληψη των αθλητών/τριών μεταξύ αυτών των τριών ομάδων. Η πρώτη ομάδα είχε υψηλότερη αυτο-αντίληψη σε σχέση με τις άλλες δύο. Η δεύτερη ομάδα είχε υψηλότερη βαθμολογία επίσης από την τρίτη ομάδα, που δεν συμμετείχε σε καμία δραστηριότητα. Η ένταξη στους Ολυμπιακούς αγώνες των Special Olympics δεν ήταν επιζήμια για την αυτο-αντίληψη στο συγκεκριμένο δείγμα παιδιών από την Αίγυπτο με νοητική αναπηρία. Εξάλλου η εκπαίδευση χωρίς αποκλεισμούς είναι βιώσιμη επιλογή για αυτόν τον πληθυσμό. Αν και η προώθηση της κοινωνικής ένταξης μέσω του αθλητισμού έχει λάβει αυξημένη προσοχή σε σχέση με άλλες ομάδες, αυτό δεν ισχύει για τα παιδιά και τους ενήλικες με νοητική αναπηρία που βιώνουν έντονα την κοινωνική απομόνωση (Elsissy, 2013).

Ο εντοπισμός του βαθμού αντίληψης, αυτο-αντίληψης και αυτοεκτίμησης, που έχουν οι μαθητές/τριες με νοητική αναπηρία, μέσα από τα UNS, αποτέλεσε σημαντική αιτία για έρευνα στα σχολεία της Ρουμανίας (Bota et al. 2014). Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 92 μαθητές/τριες, με τους 46 να ήταν μαθητές/τριες με νοητική αναπηρία και η ηλικία τους κυμαινόταν από τα 11 έως και τα 46 έτη και 46 μαθητές/τριες χωρίς νοητική αναπηρία (συνεργάτες-partners), με ηλικία από 11 έως

21 έτη, από 7 διαφορετικά σχολεία. Χρησιμοποιήθηκαν ερωτηματολόγια 32 ερωτήσεων για την διεξαγωγή της έρευνας. Τα αποτελέσματα έδειξαν πώς οι μαθητές/τριες είχαν σημαντική βελτίωση στην κοινωνική τους ένταξη, αλλά και ανεπτυγμένη την αυτο-αντίληψη, αυτοεκτίμηση και αυτο-εικόνα τους. Μέσα από την Φυσική Αγωγή και τον αθλητισμό φάνηκε να έχουν υψηλές αντιλήψεις για τον εαυτό τους, φαινόμενο που συνεπάγεται με την ανάπτυξη τους σε σωματικό, γνωστικό και συναισθηματικό επίπεδο. Οι συνεργάτες-partners ήταν θετικοί για τους συναθλητές/τριες με νοητική αναπηρία και τόνισαν ότι αποτελούν σημαντικό ρόλο για την κοινότητα. Ο αθλητισμός και κατ' επέκταση τα Unified Sports, αποτελούν παράγοντα, ώστε οι συνάνθρωποί μας με νοητική αναπηρία να είναι πιο κοινωνικοί αλλά και πιο ανεξάρτητοι μακροπρόθεσμα (Bota et al. 2014).

Κοινωνική ένταξη και ευαισθητοποίηση μέσω των UNS

Το πρόγραμμα Αθλητών/τριών των Ολυμπιακών Αγώνων των Special Olympics (McConkey et al, 2013) συνδυάζει παίκτες με νοητικές αναπηρίες και άτομα χωρίς νοητικές αναπηρίες με παρόμοιο επίπεδο δεξιοτήτων, στις ίδιες αθλητικές ομάδες για προπόνηση και αγώνα. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα εκτός από την ανάπτυξη αθλητικών δεξιοτήτων προσφέρει στους αθλητές/τριες μια ευκαιρία για κοινωνικοποίηση με τους συνομηλίκους τους και συμμετοχή στην ζωή της κοινότητάς τους. Στη μελέτη συμμετείχαν ενοποιημένες ομάδες ποδοσφαίρου και καλαθοσφαίρισης από πέντε χώρες (Γερμανία, Ουγγαρία, Πολωνία, Σερβία και Ουκρανία). Το πρόγραμμα Unified Sports παρέχει τις προϋποθέσεις για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης των ατόμων με νοητικές αναπηρίες, που είναι αξιόπιστο από την άποψη της ενίσχυσης του κοινωνικού κεφαλαίου και το οποίο περιέχει μαθήματα για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης σε άλλα πλαίσια. Ωστόσο, εντοπίζονται ορισμένοι περιορισμοί που απαιτούν περαιτέρω εξέταση για την ενίσχυση της κοινωνικής ένταξης των αθλητών στην ευρύτερη κοινότητα (McConkey et al, 2013).

Στην Τουρκία (Ozer et al, 2011) πραγματοποιήθηκε μία έρευνα, που αφορούσε, την επίδραση ενός ενοποιητικού προγράμματος ποδοσφαίρου στο σχολείο. Στην έρευνα συμμετείχαν 76 αγόρια, με και χωρίς νοητική αναπηρία, σε ηλικίες από 12 έως και 15 ετών, όπου χωρίστηκαν στην πειραματική ομάδα και στην ομάδα ελέγχου. Η πειραματική ομάδα συμμετείχε σε ένα πρόγραμμα 8 εβδομάδων, 3 φορές την

εβδομάδα από 1,5 ώρα την κάθε φορά, ενώ η ομάδα ελέγχου συμμετείχε μόνο στο μάθημα την Φυσικής Αγωγής που πραγματοποιούνταν στο σχολείο. Τα αποτελέσματα αυτής της έρευνας έδειξαν, πως υπήρξε σημαντική μείωση σε προβληματικές συμπεριφορές και αύξηση της κοινωνικής ικανότητας των αγοριών με νοητική αναπηρία, ενώ τα αγόρια χωρίς νοητική αναπηρία έδειξαν να έχουν μία πολύ καλή στάση και να έχουν ευαισθητοποιηθεί απέναντι στους συναθλητές τους με νοητική αναπηρία.

Τα σχολεία στη Νέα Ζηλανδία (Townsend & Hassall, 2017) συνήθως δεν περιλαμβάνουν μαθητές/τριες με νοητική αναπηρία στα αθλητικά τους προγράμματα. Με αφορμή αυτό το γεγονός πραγματοποιήθηκε μία μελέτη που εξέτασε τη στάση των μαθητών/τριών απέναντι στην πιθανή ένταξη των μαθητών με νοητική αναπηρία σε ένα ολοκληρωμένο αθλητικό πρόγραμμα στο σχολείο τους. Το δείγμα αποτέλεσαν 170 μαθητές/τριες ηλικίας 6 έως 12 ετών σε τέσσερα σχολεία του Ωκλαντ και αξιολογήθηκαν με την βοήθεια μιας κλίμακας στην αποδοχή ενός πιθανού ενοποιημένου αθλητικού προγράμματος στο σχολείο τους, τις γνώσεις τους για τους Ολυμπιακούς Αγώνες των Special Olympics, καθώς επίσης και στις απόψεις τους για τον ενοποιημένο αθλητισμό. Η στάση των μαθητών/τριών ήταν θετική απέναντι στην συνεργασία τους με μαθητές/τριες με νοητική αναπηρία σε ενοποιημένα αθλήματα. Η ενίσχυση της ένταξης και της ομαλοποίησης μέσω του ενοποιημένου αθλητισμού θα είχε θετική κοινωνική αποδοχή από τους συγκεκριμένους μαθητές/τριες (Townsend & Hassall, 2017).

Το Πρόγραμμα Unified Sports (Baran et al, 2009), το οποίο αναπτύχθηκε από τα Special Olympics, είναι μια νέα πρωτοβουλία, που έχει σχεδιαστεί για να βοηθήσει στη μετάβαση αθλητών/τριών με αναπηρία στα γενικά αθλήματα της κοινότητας. Τα Unified Sports συνδυάζουν περίπου ισάριθμους αθλητές/τριες των Special Olympics και αθλητές/τριες χωρίς αναπηρία, παρόμοιας ηλικίας και ικανότητας, σε αθλητικές ομάδες για προπόνηση και αγώνες. Το Unified Sports επικεντρώνεται σε αθλητές/τριες υψηλής λειτουργικότητας που είναι ικανοί να παίξουν σε προγράμματα βασισμένα στην κοινότητα και ιδιαίτερα σε αυτούς, που μπορούν να επωφεληθούν από την κοινωνική αλληλεπίδραση με τους συνομηλίκους τους. Το Unified Sports περιλαμβάνει μια ποικιλία εσωτερικών και εξωτερικών αθλητικών εκδηλώσεων. Το μπάσκετ, το μπόουλινγκ, το γκολφ, το σόφτμπολ και το βόλεϊ είναι τα κοινά αθλήματα που παρέχουν ένα ευρύ φάσμα ενοποιημένων αθλητικών δραστηριοτήτων

για να καλύψουν τις προσωπικές ανάγκες των περισσότερων μαθητών/τριών. Για κάθε αθλητική εκδήλωση, απαιτούνται 8 εβδομάδες προπόνησης πριν από τη συμμετοχή τους σε επίσημους αγώνες. Μελέτες κατέδειξαν πως οι αναμενόμενες αλλαγές στάσεων για ένα δομημένο περιβάλλον τάξης δεν συνέβησαν μετά από τέσσερις εβδομάδες σε συνεργατικά παιχνίδια. Αυτό θα μπορούσε να έχει πραγματοποιηθεί λόγω μεγάλων μεγεθών στις τάξεις. Μία χαρακτηριστική μελέτη που ασχολήθηκε με τις αλλαγές στάσεων από το Unified Sport Program έλαβε υπόψη διάφορες κατευθύνσεις όπως το μέγεθος της τάξης, την ευχάριστη ανταμοιβή την επαφή καθώς και την ισότιμη σχέση μεταξύ των μελών της ομάδας (Baran et al, 2009).

Στη μελέτη (Baran et al, 2009) συγκρίθηκαν οι αντιλήψεις αθλητών/τριών, συνεργατών, γονέων και προπονητών σχετικά με τη δέσμευσή τους στην έννοια του Ενιαίου Αθλητισμού και τη συνολική ικανοποίησή τους με το Ενιαίο Πρόγραμμα Ποδοσφαίρου 8 εβδομάδων στην αρχή και στο τέλος του προγράμματος. Το δείγμα αποτέλεσαν 46 αγόρια με και χωρίς νοητική αναπηρία. Εξετάστηκε ένα άτομο χωρίς αναπηρία που θα ενημερωνόταν για τις ατομικές διαφορές μέσω της συμμετοχής του σε ένα ενιαίο πρόγραμμα ποδοσφαίρου και ένα άτομο με αναπηρία που θα βίωνε πιο θετικά συναισθήματα για τον εαυτό του μέσω της συμμετοχής του σε ένα ενιαίο πρόγραμμα ποδοσφαίρου.

Οι φόρμες του Ενιαίου Αθλητικού Ερωτηματολογίου χορηγήθηκαν σε αθλητές, συνεργάτες, προπονητές και γονείς ως προκαταρκτικό τεστ τη δεύτερη εβδομάδα της προπόνησης και ένα τεστ μετά το τουρνουά. Παρατηρήθηκε σημαντική μείωση των απαντήσεων μετά από πρόγραμμα των εταίρων στην απόλαυση της εκπαίδευσης και στην αντίληψη του επιπέδου συνεννόησης με τους άλλους σχολικούς φίλους. Στους αθλητές, υπήρξε σημαντική αύξηση μόνο στη σύσταση του προγράμματος Unified Sports σε έναν φίλο. Οι γονείς των αθλητών και συνεργατών αντιλήφθηκαν βελτιώσεις στις ικανότητες, τις συμπεριφορές και τις σχέσεις των παιδιών τους. Όλοι οι προπονητές πίστευαν στην ανάγκη τροποποίησης των κανόνων κατά τη διάρκεια του προγράμματος. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα αυτής της μελέτης, το Unified Sports θα επέτρεπε την ένταξη των παιδιών με νοητική αναπηρία στην κοινωνία και την ενίσχυση της κοινωνικής ευαισθητοποίησης των συνομηλίκων τους χωρίς αναπηρία (Baran et al, 2009).

Το πρόγραμμα των Ειδικών Ολυμπιακών Αγώνων (Hassan et al, 2012) για νέους σε πέντε χώρες στην Ευρώπη/Ευρασία επικεντρώνεται στη διαδικασία με την οποία επιτυγχάνεται ο αντίκτυπος, που οδηγείται ως επί το πλείστον από προπονητές που συμμετέχουν στην προετοιμασία των συμμετεχόντων για τον διαγωνισμό μέσω της εκπαίδευσης. Αυτό πραγματοποιείται μέσω της δημιουργίας αθλητικών ομάδων, που στην περίπτωση αυτής της έρευνας σημαίνει ομάδες ποδοσφαίρου και μπάσκετ, στις οποίες επιλέγονται αθλητές (νέοι με νοητική αναπηρία) μαζί με συνεργάτες (χωρίς αναπηρία) για να σχηματίσουν ζευγάρια που στη συνέχεια ανταγωνίζονται αντίστοιχα ζευγάρια σε τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο. Τα αποτελέσματα έδειξαν θετικό αντίκτυπο, κατά την ένταξη των αθλητών/τριών που συμμετείχαν στο πρόγραμμα Unified Sports και παρατηρήθηκαν τα θετικά αποτελέσματα για μια σειρά ενδιαφερόμενων, που κυμαίνονται από τους υπευθύνους των Special Olympics σε οργανωτικό επίπεδο, τους συγγενείς των συμμετεχόντων, τους συνεργάτες και προπονητές καθώς και τους αθλητές (Hassan et al, 2012).

Στην χώρα μας τα Special Olympics Hellas ιδρύθηκαν το 1988 και αποτελούν έναν αθλητικό, εκπαιδευτικό και μη κερδοσκοπικό οργανισμό ο οποίος στηρίζεται στον εθελοντισμό. Προσφέρουν δυνατότητες προπόνησης σε άτομα με νοητική αναπηρία σε 26 Ολυμπιακά Αθλήματα. Μέσω της προπόνησης, και της συμμετοχής τους σε αγώνες οι αθλητές/τριες αναπτύσσονται σωματικά, νοητικά, κοινωνικά και πνευματικά και βιώνουν την χαρά του αθλητισμού μέσα σε ένα κλίμα σεβασμού αποδοχής και κοινωνικής ένταξης. Οι Έλληνες αθλητές/τριες που κατά καιρούς έχουν λάβει μέρος σε αγώνες τόσο στην χώρα μας τόσο και στο εξωτερικό ξεπερνούν τους 14.000 (Pan & Davis, 2015).

Σε μία πρόσφατη έρευνα (Karkaletsis, et al., 2021) εξετάστηκε η επίδραση των Unified Sports στην Ελλάδα, σε αθλήματα όπως τον στίβο, το ποδόσφαιρο, το μπάσκετ, το βόλεϊ, το bocce κ.α. Οι συμμετέχοντες της έρευνας ήταν 219 έφηβοι/ες μαθητές/τριες χωρίς νοητική αναπηρία και 38 μαθητές/τριες με νοητική αναπηρία, ηλικίας 12 έως 18 ετών από 13 γενικά και ειδικά σχολεία της Αττικής. Για την πραγματοποίηση της έρευνας χορηγήθηκαν ερωτηματολόγια 12 θεμάτων, εξετάζοντας με αυτόν τον τρόπο τις συμπεριφορές και τα συναισθήματα των μαθητών/τριών. Επιπλέον, πραγματοποιήθηκαν και κάποιες συνεντεύξεις από τις οποίες καταγραφόταν το ιστορικό των μαθητών/τριών, αν είχαν προηγούμενες εμπειρίες στα Unified Sports, εντυπώσεις για την καθιέρωση των UNS, αλλά ακόμα

ποιες ήταν οι προσδοκίες και οι βλέψεις τους για το πρόγραμμα. Η πλειοψηφία των μαθητών/τριών χωρίς νοητική αναπηρία δεν είχαν καμία προηγούμενη εμπειρία με τα Unified Sports, αλλά ούτε και με μαθητές/τριες με νοητική αναπηρία. Μετά την συμμετοχή τους στις διάφορες εκδηλώσεις που πραγματοποιήθηκαν, έδειξαν μεγαλύτερη ευαισθητοποίηση και ήταν πιο θετικοί στο να αναπτύξουν παραπάνω διαπροσωπικές σχέσεις με τους/τις μαθητές/τριες με νοητική αναπηρία. Επιπλέον, όλοι ήταν σύμφωνοι στην θετική επίδραση των UNS, ανέπτυξαν φιλίες και κοινωνική αλληλεπίδραση μεταξύ των μελών, κλπ.

Σύμφωνα με την Karkaletsι και συνεργάτες (2021), υπήρξαν κάποιες διαφορές στις συγκρίσεις φύλου, ηλικίας και σχολείου. Πιο συγκεκριμένα, τα κορίτσια έδειξαν μεγαλύτερη ευαισθητοποίηση, σε σχέση με τα αγόρια, ήταν πιο πρόθυμα να εντάξουν στο κοινωνικό τους περιβάλλον μαθητή/τρια με νοητική αναπηρία, αλλά και να έρθουν σε τηλεφωνική επικοινωνία. Τα αγόρια από την άλλη πλευρά, θα ανέπτυσσαν συζητήσεις και θα προτιμούσαν να δώσουν κάποιο αντικείμενο τους. Επίσης όσον άφορα την ηλικία, οι νεότεροι μαθητές/τριες είχαν αναπτύξει καλύτερη διαπροσωπική σχέση σε σχέση με τους μεγαλύτερους, οι οποίοι διέφευγαν στις φιλίες μέσω των social media. Ακόμα, οι μαθητές/τριες των δημόσιων σχολείων κρατούσαν επαφές και εκτός σχολείου, σε αντίθεση με τους μαθητές/τριες των ιδιωτικών σχολείων, οι οποίοι θεωρούσαν το σχολείο ως καλύτερο μέσο επικοινωνίας (Karkaletsι, et al., 2021).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4-ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Συμπερασματικά, η ένταξη των Unified Sports στα Special Olympics έδειξαν θετικά αποτελέσματα σε διεθνές επίπεδο στους μαθητές/τριες με νοητική αναπηρία, αλλά και στους μαθητές/τριες χωρίς νοητική αναπηρία. Αρχικά οι μαθητές/τριες με νοητική αναπηρία είχαν μεγάλη βελτίωση στην ποιότητα ζωής τους, αφού μέσω των ομαδικών αθλημάτων που συμμετείχαν βελτίωσαν την φυσική τους κατάσταση και υγεία, ανέπτυξαν δεξιότητες και μείωσαν την υπέρταση. Επιπλέον μέσα από την ομαδικότητα και τη συνεργασία, κοινωνικοποιήθηκαν και διεύρυναν το κοινωνικό τους περιβάλλον. Ανέπτυξαν τις δεξιότητες επικοινωνίας, καταφέρνοντας να χτίσουν και να διατηρήσουν σχέσεις με την οικογένεια και τους φίλους τους, είχαν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση, αυτοεκτίμηση και αυτο-αντίληψη.

Ακόμα, οι μαθητές/μαθήτριες χωρίς νοητική αναπηρία έδειξαν μεγάλη ευαισθητοποίηση μετά τη συμμετοχή τους στα Unified Sports, αναπτύσσοντας φιλίες και διαπροσωπικές σχέσεις με τους συμμαθητές/τριες με νοητική αναπηρία. Συνολικά τα UNS φάνηκαν πολλά υποσχόμενα για την προώθηση της κοινωνικής ένταξης των συνανθρώπων μας με νοητική αναπηρία γενικότερα.

Τέλος, υπήρξαν κάποιοι περιορισμοί από τους οποίους τα αποτελέσματα της παρούσας ανασκόπησης δεν μπορούσαν να γενικευτούν σε μαθητές/τριες με συννοσηρότητα, αναπτυξιακές διαταραχές, αλλά ούτε και σε παιδιά κάτω των 5 ετών. Συνολικά αξιολογήθηκαν 12 έρευνες, από το 2007 και μετά, και ήταν στην αγγλική γλώσσα. Χρησιμοποιήθηκαν συγκεκριμένες βάσεις δεδομένων, όπως το δίκτυο του ΕΚΠΑ, το Google Scholar και το SPORTDiscus. Παρ' όλα αυτά, φαίνεται από τα αποτελέσματα ότι τα UNS είναι ευεργετικά γι' αυτόν τον πληθυσμό.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Baran, F., Aktop, A., Özer, D., Nalbant, S., Ağlamış, E., Barak, S., & Hutzler, Y. (2013). The effects of a Special Olympics Unified Sports Soccer training program on anthropometry, physical fitness and skilled performance in Special Olympics soccer athletes and non-disabled partners. *Research In Developmental Disabilities, 34*(1), 695-709. doi: 10.1016/j.ridd.2012.10.003
- Baran, F., Top, E., Aktop, A., Özer, D., & Nalbant, S. (2009). Evaluation of a Unified football program by Special Olympics athletes, partners, parents, and coaches. *European Journal Of Adapted Physical Activity, 2*(1), 34-45. doi: 10.5507/euj.2009.003
- Bota, A., Teodorescu, S., & Şerbănoiu, S. (2014). Unified Sports – A Social Inclusion Factor in School Communities for Young People with Intellectual Disabilities. *Procedia - Social And Behavioral Sciences, 117*, 21-26. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.02.172
- Elsissy, A., (2013). Effects Of Unified Sports Program On Athlete Self- Concept. *Science, Movement and Health, 13*(2), 740-74
- Hassan, D., Dowling, S., McConkey, R., & Menke, S. (2012). The inclusion of people with intellectual disabilities in team sports: lessons from the Youth Unified Sports programme of Special Olympics. *Sport In Society, 15*(9), 1275-1290. doi: 10.1080/17430437.2012.695348
- Karkaletsis, F., Theotokatos, G., Chrysagis, N., Tsifopanopoulou, Z., Staebler, T., Papadopoulou, V., Yin, M., Hussey, M., Vougiouka, A., & Skordilis, E. (2021). The Effect of the Special Olympics' Unified Program upon the Attitudes towards Inclusion of Students with Intellectual Disabilities in Greece. *Advances in Physical Education, 11*, 460-480. doi: 10.4236/ape.2021.114038
- McConkey, R., Dowling, S., Hassan, D., & Menke, S. (2012). Promoting social inclusion through Unified Sports for youth with intellectual disabilities: a five-nation study. *Journal Of Intellectual Disability Research, 57*(10), 923-935. doi: 10.1111/j.1365-2788.2012.01587.x
- Özer, D., Baran, F., Aktop, A., Nalbant, S., Ağlamış, E., & Hutzler, Y. (2012). Effects of a Special Olympics Unified Sports soccer program on psycho-social

- attributes of youth with and without intellectual disability. *Research In Developmental Disabilities*, 33(1), 229-239. doi: 10.1016/j.ridd.2011.09.011
- Pan, C., & Davis, R., (2015). Promoting Inclusion For All Through The Unified Sport Of Bocce. *Special Olympics* , 29(3), 15-19.
- Special Olympics-Unified Sports: A student's guide. How to start a Unified Sport Program at your school.* Ανακτήθηκε από: <mailto:https://media.specialolympics.org/resources/community-building/youth-and-school/unified-champion-schools/Unified-Sports-A-Student-Guide.pdf>
- Townsend, M., & Hassall, J. (2007). Mainstream Students' Attitudes to Possible Inclusion in Unified Sports with Students who have an Intellectual Disability. *Journal Of Applied Research In Intellectual Disabilities*, 20(3), 265-273. doi: 10.1111/j.1468-3148.2006.00329.x
- Wilski, M., Nadolska, A., Dowling, S., Mcconkey, R., & Hassan, D. (2012). Personal development of participants in special Olympics unified sports teams. *Human Movement*, 13(3), 271–279. doi: 10.2478/v10038-012-0032-3

