

ARTYKUŁ 13 – PŁYWANIE

Wszystkie konkurencje pływania Olimpiad Specjalnych odbywają się zgodnie z Oficjalnymi Przepisami Special Olympics. W związku z międzynarodowym charakterem Olimpiad Specjalnych przepisy te zostały oparte na zasadach ustalonych przez Międzynarodową Federację Pływania Amatorskiego (FINA) oraz Narodowy Związek Pływacki (NGB). Przepisy FINA lub NGB obowiązują we wszystkich przypadkach, gdy nie są sprzeczne z Oficjalnymi Przepisami Sportowymi Special Olympics. W przypadku sprzeczności obowiązują Oficjalne Przepisy Sportowe Special Olympics.

Zawodnicy z Zespołem Downa, którzy mają rozpoznaną niestabilność w stawie szczytowo-obrotowym nie mogą uczestniczyć w konkurencjach w stylu motylkowym i nie mogą wykonywać skoku startowego.

SEKCJA A – KONKURENCJE OFICJALNE

1. 50 m stylem dowolnym
2. 100 m stylem dowolnym
3. 200 m stylem dowolnym
4. 400 m stylem dowolnym
5. 800 m stylem dowolnym
6. 1500 m stylem dowolnym
7. 50 m stylem grzbietowym
8. 100 m stylem grzbietowym
9. 200 m stylem grzbietowym
10. 25 m stylem klasycznym
11. 50 m stylem klasycznym
12. 100 m stylem klasycznym
13. 200 m stylem motylkowym
14. 25 m stylem motylkowym
15. 50 m stylem motylkowym
16. 100 m stylem motylkowym
17. 200 m stylem motylkowym
18. 100 m stylem zmiennym
19. 200 m stylem zmiennym
20. 400 m stylem zmiennym
21. Sztafeta 4 x 25 m stylem dowolnym
22. Sztafeta 4 x 50 m stylem dowolnym
23. Sztafeta 4 x 100 m stylem dowolnym



24. Sztafeta 4 x 200 m stylem dowolnym
25. Sztafeta 4 x 25 m stylem zmiennym
26. Sztafeta 4 x 50 m stylem zmiennym
27. Sztafeta 4 x 100 m stylem zmiennym
28. Sztafeta Zunifikowana 4 x 25 m stylem dowolnym
29. Sztafeta Zunifikowana 4 x 50 m stylem dowolnym
30. Sztafeta Zunifikowana 4 x 100 m stylem dowolnym
31. Sztafeta Zunifikowana 4 x 200 m stylem dowolnym
32. Sztafeta Zunifikowana 4x 25 m stylem zmiennym
33. Sztafeta Zunifikowana 4 x 50 m stylem zmiennym
34. Sztafeta Zunifikowana 4 x 100 m stylem zmiennym

Konkurencje dla zawodników o najniższych możliwościach:

35. 25 m stylem dowolnym
36. 25 m stylem grzbietowym
37. 15 m chód po dnie
38. 15 m z pomocą sprzętu pływającego (pneumatycznego)
39. 25 m z pomocą sprzętu pływającego (pneumatycznego)
40. 10 m pływanie z asystą
41. 15 m pływanie bez asysty

SEKCJA B – PERSONEL

1. Ratownik – wymagania

- a. Aktualna licencja ratownika
- b. Aktualne zaświadczenie o umiejętności reanimacji
- c. Aktualne zaświadczenie o umiejętności udzielania pierwszej pomocy

Wspomniane kwalifikacje są wymagane przez Międzynarodowy Czerwony Krzyż lub jego odpowiednik w kraju ojczystym ratownika. Ratownik nie może zajmować się czymś innym podczas wykonywania swoich obowiązków. Jeśli trener ma także uprawnienia ratownika, to nie może równocześnie być ratownikiem i sprawować opieki trenerskiej. Może wykonywać tylko jedną funkcję.

2. Trener główny – wymagania

- a. Zalecane jest, aby trener główny był przeszkolony w ramach Olimpiad Specjalnych.
- b. Trener główny powinien także posiadać aktualne zaświadczenie (lub jego odpowiednik) o umiejętności reanimacji i udzielaniu pierwszej pomocy.



- c. Zaleca się, by trener główny miał kwalifikacje do prowadzenia podstawowych czynności ratowania życia
- d. Jeśli trener główny albo któryś z trenerów będzie chciał sprawować funkcję ratownika, to musi spełniać powyższe wymagania dotyczące ratownika.

3. Zakres obowiązków kierownika zawodów (główny organizator) lub głównego trenera

Kierownik zawodów lub główny trener ponosi odpowiedzialność za prowadzone treningi lub organizowane zawody pływackie Olimpiad Specjalnych i do jego obowiązków należą niżej podane zagadnienia:

- a. Przeszkolenie całego personelu przed rozpoczęciem zawodów lub treningów Olimpiad Specjalnych.
- b. Nadzór nad obiektem sportowym przed przybyciem zawodników.
- c. Kontrola gotowości niezbędnego personelu odpowiedzialnego za przebieg zawodów lub treningów.
- d. Przygotowywanie do umożliwienia postępowania w przypadku sytuacji wyjątkowej opisanej w sekcji C.
- e. Zapoznanie się z obiektem w celu sprawdzenia, czy spełnia on warunki wymagane dla rozegrania wszystkich konkurencji lub treningów następującym zakresie:
 - 1) sprzęt ratunkowy,
 - 2) ruch wewnątrz obiektu,
 - 3) warunki sanitarne (w tym stan wody),
 - 4) czynniki środowiska naturalnego,
 - 5) w przypadku zajęć w akwenie otwartym (rzeka, jezioro) w celu zapewnienia bezpieczeństwa kierownik zawodów musi zachować szczególne środki ostrożności.

UWAGA: Wszyscy uczestnicy zajęć lub zawodów, łącznie z zawodnikami, trenerami i wolontariuszami, którzy biorą udział w dowolnej konkurencji, przebywają na łódkach, zarówno na pływalni jak i w akwenie otwartym, obowiązkowo muszą mieć ubrane atestowane kamizelki ratunkowe lub kapoki, przez cały czas przebywania na łodzi.

- f. Wskazać ratownikom zawodników cierpiących na epilepsję.
- g. Kierownik zawodów lub trener przed rozpoczęciem zawodów lub treningów musi zapoznać się z przepisami Olimpiad Specjalnych dotyczącymi wymagań związanych z uwarunkowaniami medycznymi do uczestnictwa w niektórych konkurencjach (np. zawodnicy z zespołem Downa, z niestabilnością w stawie szczytowo obrotowym mają przeciwwskazania do pływania stylem motylkowym, zmiennym i do wykonywania skoku startowego).



4. Wszyscy sędziowie, sędziujący podczas zawodów pływackich (także w konkurencjach dla osób o najniższych możliwościach) muszą posiadać oficjalne kwalifikacje sędziowskie nadane im przez narodowy związek pływacki danego kraju.

SEKCJA C – BEZPIECZEŃSTWO

Wszystkie treningi i zajęcia rekreacyjne, a przede wszystkim zawody Olimpiad Specjalnych powinny odbywać się według następujących zasad i przepisów mających na celu zapewnienie bezpieczeństwa wszystkim sportowców, trenerów i wolontariuszy.

1. Przepisy podstawowe

- a) Na każdym 25 pływaków w wodzie musi przypadać co najmniej 1 wykwalifikowany ratownik.
- b) Jedynym zajęciem ratownika w czasie treningu lub zawodów pływackich może być wyłącznie obserwacja i ratowanie osób tego potrzebujących. Jeśli na pływalni nie ma ratownika, to wszyscy muszą wyjść z wody, nawet w przypadku jeśli ratownik opuścił swoje stanowisko pracy na bardzo krótki czas.
- c) Kierownik zawodów, trener główny musi zapoznać się z planem akcji ratowniczej przed rozpoczęciem zajęć. Musi być zapewniona zgodnie z wytycznymi przepisów związku sportowego dostateczna liczba trenerów.
- d) Formularze medyczne zawodników powinny być dostępne w czasie zajęć, zawodów i osoby odpowiedzialne za bezpieczeństwo (personel medyczny, ratownicy) powinny zapoznać się z tymi dokumentami przed ich rozpoczęciem.
- e) Na ścianie basenu powinna być bardzo wyraźnie zaznaczona głębokość wody.
- f) Minimalna głębokość wody w miejscu słupków startowych wynosi 1,52 m. Zawodnicy mogą skakać z krawędzi basenu (ale nie ze słupków startowych) jeśli głębokość wody w tym miejscu jest przynajmniej 1,22 lub więcej. Skoki do wody z trampoliny są dozwolone jeśli głębokość wody wynosi minimum 2,74 metra.
- g) W czasie pływania rekreacyjnego i nauki pływania należy specjalną linią oddzielić część głęboką pływalni od części płytkiej.
- h) Nie wolno rozpocząć jakichkolwiek zajęć w wodzie bez uprzedniego sprawdzenia stanu pływalni.
- i) Zawodnik z zespołem Downa, u którego zdiagnozowano niestabilność w stawie szczytowo-obrotowym nie może pływać stylem motylkowym, wykonywać skoku startowego i nurkowania. Więcej informacji dot. tych ograniczeń – Artykuł 1.

2. Plan działania w razie wypadku

Należy opracować plan działania w razie nagłych przypadków w czasie zajęć w wodzie. Plan taki musi być sformułowany pisemnie i przedstawiony personelowi, trenerom



przed rozpoczęciem jakichkolwiek zajęć w wodzie. Plan powinien zawierać następujące punkty:

- a. Sposób pozyskania szybkiej pomocy w przypadku braku na pływalni lekarza.
- b. Wyznaczenie obszaru kontroli dla każdego ratownika.
- c. Obserwacja pogody oraz sposób ostrzegania o możliwości jej pogorszenia gdy konkurencja rozgrywana jest na akwenu otwartym lub na zewnątrz.
- d. Procedura zawiadomienia o wypadkach.
- e. Postępowanie w razie wypadku i przeprowadzenia poszukiwań oraz wyznaczenie osoby odpowiedzialnej za kontakt z mediami.
- f. Inne punkty wymagane przez lokalne władze.

3. Wymagania w stosunku do personelu nadzorującego

W trakcie wszystkich zajęć i zawodów pływackich Olimpiad Specjalnych powinna być odpowiednia liczba personelu nadzorującego. Rodzaj personelu może ulegać zmianie w zależności od rodzaju zajęć.

- a) Pływanie rekreacyjne – co najmniej 1 ratownik na 25 osób w wodzie.
- b) Trening i nauka pływania:
 1. co najmniej 1 ratownik na 25 osób w wodzie,
 2. odpowiednia liczba instruktorów – trenerów (powinni posiadać certyfikat Special Olympics) w wodzie, aby zapewnić potrzebną pomoc każdemu zawodnikowi.
- c) Zawody:
 1. co najmniej 1 ratownik na 25 osób w wodzie,
 2. co najmniej jeden opiekun na dwóch zawodników z epilepsją,
 3. przy nurkowaniu co najmniej jeden opiekun na 10 zawodników wykonujących nurkowanie lub skoki.

SEKCJA D – PRZEPISY OGÓLNE

Wszystkie przepisy szczegółowe dotyczące stylów i sposobu rozgrywania konkurencji znaleźć można w przepisach Międzynarodowej Federacji Pływania (FINA) oraz narodowych związków pływackich. Poniżej zamieszczono listę przepisów dodatkowych dla potrzeb Special Olympics:

1. Wszystkie konkurencje

- a. Główny sędzia zawodów w porozumieniu z kierownikiem zawodów (głównym organizatorem zawodów) ma prawo modyfikować i przystosowywać istniejące przepisy ze względu na bezpieczeństwo i dobre samopoczucie zawodników.



Może on interweniować na każdym etapie zawodów w przypadku stwierdzenia nieprawidłowości oraz rozpatrywać ewentualne protesty.

- b. Główny sędzia ma prawo wyrazić zgodę na pływanie niezgodne z wymogami stylu, jeżeli ta niezgodność wiąże się z upośledzeniem narządu ruchu zawodnika. Wniosek o taką interpretację i decyzja w jego sprawie muszą zostać zgłoszone i wydane przed rozpoczęciem zawodów. Taka interpretacja nie może dać przewagi nad pozostałymi zawodnikami. Nad zgodnością stylu z przepisami czuwa specjalny sędzia, który głównie analizuje ruchy kończyn górnych i dolnych zawodników w wodzie.
- c. Sędzia główny powinien mieć pełną kontrolę nad wszystkimi sędziami, aprobować ich decyzje oraz udzielać im wszelkich wskazówek odnośnie specyfiki zawodów Special Olympics. Jego rola polega na egzekwowaniu przestrzegania przepisów Special Olympics i FINA w czasie zawodów.
- d. Stanie na dnie basenu, w trakcie pływania stylem dowolnym lub w czasie pływania stylem dowolnym podczas konkurencji stylu zmiennego, nie powoduje dyskwalifikacji dopóki zawodnik nie zacznie iść.
- e. Stawanie na dnie w czasie wyścigu może nastąpić tylko dla odpoczynku. Chodzenie lub skakanie po dnie powoduje dyskwalifikację.
- f. Pomocnik startera może pomagać pływakom zająć odpowiednie pozycje na starcie.
- g. Zawodnicy nie mogą używać żadnego sprzętu pomocniczego (poza pływaniem z pomocą sprzętu pływającego) jak płetwy, rękawki, deski itd. Mogą być używanie okulary pływackie.
- h. Pływakowi należy udzielić pomocy na jego prośbę.

2. Sprzęt

- a) Sprzęt startera to: gwizdek, pistolet lub syrena. W przypadku udziału zawodników z upośledzeniem słuchu należy sygnał dźwiękowy połączyć z sygnałem wzrokowym. Zalecane jest wykorzystanie świateł zgodnie z zaleceniami FINA.
- b) Tory winny być oddzielone linami.
- c) Stopery lub elektroniczny pomiar czasu – przynajmniej jeden na każdy tor.
- d) Chorągiewki powinny być umieszczone w odległości 5m od ściany, wskazując w ten sposób dystans do ściany pływalni, dotyczy to zwłaszcza konkurencji w stylu grzbietowym.
- e) W konkurencji pływanie z pomocą sprzętu pływającego każdy zawodnik sam zabezpiecza sobie ten sprzęt. Najbardziej odpowiednimi są pneumatyczne kamizelki, które podtrzymują tułów i zapobiegają wpadaniu głowy pod wodę, a za-



wodnik nie musi tego sprzętu podtrzymywać. Nie są odpowiednie do tej konkurencji: deski do nauki pływania, koła ratunkowe oraz „rękawki”.

3. Konkurencje sztafetowe

- a. Każda sztafeta składa się z czterech pływaków.
- b. Każdy członek zespołu sztafetowego przepływa jedną-czwartą całego dystansu. Żaden zawodnik nie może przepłynąć dwóch odcinków sztafety.
- c. Członkowie zespołu sztafetowego muszą reprezentować tę samą ekipę.
- d. Zespoły mieszane pod względem płci zawsze uważane są za sztafetę męską.
- e. Zawodnik, który zakończył swój odcinek powinien jak najszybciej opuścić wodę.

4. Chód i pływanie z pomocą sprzętu pływającego (dla zawodników o najniższych możliwościach). Każdy sprzęt nie wymieniony w oficjalnych przepisach jest zabroniony.

- a. Postanowienia ogólne.
 - 1) W czasie zawodów na każdym dwóch zawodników powinno być dwóch ratowników/obserwatorów.
 - 2) Linia startu powinna być zaznaczona w odpowiedniej odległości od linii mety.
 - 3) W konkurencji chodu głębokość wody nie powinna być większa niż 1 m.
 - 4) Zaleca się, aby i te konkurencje sędziowane były przez kwalifikowanych sędziów.
- b) Przepisy.
 - 1) W konkurencji chodu zawodnik powinien mieć cały czas kontakt jedną nogą z dnem (nie wolno skakać).
 - 2) W żadnej konkurencji poza „konkurencją pływania z pomocą sprzętu pływającego” nie wolno używać sprzętu pomocniczego.

5. Pływanie bez asysty (dla zawodników o najniższych możliwościach)

- a. Zawodnicy muszą przepłynąć cały dystans bez pomocy z zewnątrz. (Zachęty i instrukcji mogą udzielać trenerzy, sędziowie, ratownicy i widzowie, ale spoza toru, po którym płynie zawodnik).

6. Pływanie z asystą (dla zawodników o najniższych możliwościach)

- a. Każdy pływak powinien mieć obok siebie asystę trenera lub ratownika. Osoba ta może pomagać zawodnikowi podtrzymując go, udzielając wskazówek lecz nie może przemieszczać jego ciała do przodu. Pływak dodatkowo może mieć sprzęt pomocniczy (Sprawdź: Sekcja D, Sprzęt). Asystent może znajdować się w wodzie lub nie.



7. Konkurencje Sportów Zunifikowanych

a. Sztafety

- 1) Każda sztafeta zunifikowana musi składać się z dwóch zawodników i dwóch partnerów.
- 2) Zawodnicy w konkurencjach zunifikowanych mogą pływać w dowolnej kolejności.

