

## Parem tervis, parem elu

Maailma Tervise Organisatsiooni konverentsil Bukarestis novembris 2010. a võeti vastu Euroopa ühisdeklaratsioon "Better health, better lives: children and young people with intellectual disabilities and their families" intellektipuudega laste ja noorte ning nende perede tervise edendamiseks, mille eesmärgiks on saavutada laste ja noorte parim elukvaliteet. Intellektipuudega inimesed on teistega võrdsed kodanikud ning neil on õigus tervishoiu- ja sotsiaalteenusele, haridusele, kutseharidusele, kaitsle ja toele.

Võru Järve Kool on toetanud oma õpilaste füüsilist arengut ja heaolu ning püüdnud luua parimad võimalikud tingimused aktiivseks liikumiseks.

Oluline on pöörata tähelepanu õpilaste sisemisele motivatsioonile, võimete ja oskuste edasiarendamisele, enesehinnangu tõstmisele, eduelamuse tunde saavutamisele.

Kehalise kasvatus tunde viiakse läbi Võru Spordikeskuses ja staadionil, Kubija terviseradadel ja käiakse Haanjas suusatamas. Lisaks käiakse üks kord nädalas Väimela Tervisekeskuses ujumas. Parima tulemuse saavutamiseks viiakse täiendavalt läbi liikumise individuaal- ja grupitunde ning võimlemise rühmatunde, kus täiustatakse ja kinnistatakse kehalise kasvatus ja rütmi-ka tundides õpitud oskusi.

Rühmatundides omandatu väljundiks on esinemised tantsukavadega kooli pidudel ja väljaspool kooli ning osalemine tantsufestivalil Valga Jaanikese koolis.

Meie kool on olnud alates 2000. aastast aktiivne Eriolümpia Eesti Ühen-

duse ja Eesti Vaimsete Puuetega Inimeste Spordiliidu liige. Püüame alati osaleda nende spordiliitude poolt korraldatavatel võistlustel üle Eesti. Kolmel korral on meie kooli õpilased esindanud Eestit paraolümpia kergejõustiku- ja ujumisvõistlustel Norras. Oleme saavutanud märkimisväärseid tulemusi, jõudes auhinnalistele kohtadele. Erinevatel võistlustel osalemine andnud õpilastele võimaluse demonstreerida oma võimeid, tunda rõõmu enda ja teiste saavutustest ning leida uusi sõpru.

Märkimist väärt on EO Eesti Ühenduse poolt korraldatud liikumisaktiivsuse päev raske liitpuudega õpilastele, kelle võimetele sobivaid ettevõtmisi korraldatakse harva. Viimati osales sellisel võistlusel Kiigemetsa koolis üle saja osaleja 13 koolist.

Mõned aastad tagasi korraldas ka Võru Järve Kool oma ruumides liikumisaktiivsuse päeva intellektipuudega õpilastele. Eesoleval kevadel tahame läbi viia sisekergejõustiku võistlused Kagu-Eesti erivajadustega õpilastele, kasutades ära Võru Spordikeskuse suurepäraseid tingimusi, et järjepidevalt toetada meie noorte füüsilist arengut ja potentsiaali.

Aktiivne kehaline liikumine tagab kõigile parema tervise kogu elukaare jooksul.

Läheneva rahvusvahelise puuetega inimeste päeva puhul, mis on 3. detsembril, tahame tänada kõiki koostööpartnereid ja toetajaid.

**Gaida Vassin**  
liikumisõpetaja  
Võru Järve Kool



**Võru Järve kooli lapsed osalesid käesoleva aasta septembris Kiigemetsa jooksukrossil.**