

Sport i wypoczynek osób niepełnosprawnych

*„Pragnę zwyciężyć,
lecz jeśli nie będę mógł zwyciężyć,
niech będę dzielny w swym wysiłku.”*

Prof. dr Wiktor Dega, znakomity polski chirurg, ortopeda a także twórca nowoczesnego modelu rehabilitacji uważał, że *„Ruch jako lek nie ma substancji ani opakowania. Substancją tego leku jest pomysł zrodzony u nauki i doświadczenia. Jego podanie wymaga prawdziwego mistrzostwa. Przekazanie go choremu wraz z osobowością i sercem czyni ten lek niezastąpionym.”*. Osoby niepełnosprawne stanowią grupę, w której obserwuje się bardzo różne postacie kliniczne uszkodzeń somatycznych. Na skutek zadziałania wady genetycznej, choroby lub urazu, bardzo często dochodzi do niekorzystnych zmian w zakresie sprawności motorycznej, manualnej, sensorycznej, emocjonalnej, intelektualnej oraz społecznej.

Znaczenie sportu w procesie rehabilitacji osób niepełnosprawnych dostrzeżono 70 lat temu, kiedy to dr Ludwig Guttmann (*twórca światowego ruchu paraolimpijskiego i Igrzysk Paraolimpijskich*) wprowadził zajęcia sportowe do programu usprawniania pacjentów z paraplegią oraz zorganizował dla nich w 1948 r. zawody łucznicze. To wydarzenie przyjęło się uważać za początek uprawiania sportu przez osoby niepełnosprawne. W 1960 r., również z inicjatywy dr Ludwiga Guttmanna, odbyły się w Rzymie pierwsze igrzyska paraolimpijskie. W zawodach wzięło udział 400. zawodników z 23. krajów. Od tamtej pory paraolimpiady odbywają się co cztery lata.

Sport wyczynowy jest obecnie najchętniej podejmowaną przez osoby niepełnosprawne fizycznie formą aktywności ruchowej. Do konkurencji paraolimpijskich uprawianych w Polsce należą 24 dyscypliny: Boccia, biathlon, curling na wózkach, goalball, jeździectwo, kajakarstwo, kolarstwo, koszykówka na wózkach, lekkoatletyka, łucznictwo, narciarstwo biegowe, narciarstwo zjazdowe, piłka siatkowa na siedząco, piłka siatkowa na stojąco, pływanie, podnoszenie ciężarów, rugby na wózkach, strzelectwo, szermierka na wózkach, taniec na wózkach, tenis na wózkach, tenis stołowy, wioślarstwo, żeglarstwo.

Polski Komitet Paraolimpijski tworzą:

- Polski Związek Sportu Niepełnosprawnych "Start",
- Związek Stowarzyszeń Sportowych "Sprawni Razem",
- Fundacja Aktywnej Rehabilitacji,
- Stowarzyszenie Kultury Fizycznej, Sportu i Turystyki Niewidomych i Słabowidzących "CROSS",
- Związek Kultury Fizycznej "OLIMP",
- Związek Stowarzyszeń "Polska Federacja Bocci Niepełnosprawnych".

Na terenie Powiatu Wadowickiego od 1992 r. funkcjonuje Oddział Regionalny Olimpiad Specjalnych - Beskidzkie, którego siedziba znajduje się przy SOSW w Kaczynie. Stowarzyszenie to, jako jedno z pierwszych rozpoczęło działania na rzecz osób z niepełnosprawnością intelektualną w powiatach: wadowickim, oświęcimskim, suskim, bielsko-bialskim, żywieckim i cieszyńskim. Beskidzki Oddział zrzesza obecnie: 1005 sportowców, którzy mogą wybrać odpowiednią dla siebie dyscyplinę spośród 14 letnich oraz 5 zimowych konkurencji sportowych.

Najważniejszym celem działań prowadzonych przez Beskidzki Oddział Olimpiad Specjalnych jest wdrażanie zawodników do: aktywnego spędzania wolnego czasu, zajmowania się sobą, nabywania różnego rodzaju umiejętności socjalnych i społecznych, co zwiększa ich samodzielność i ułatwia im funkcjonowanie w życiu codziennym.

Główne działania Oddziału Beskidzkiego skupiają się na:

- systematycznych treningach sportowych,

- organizacji zawodów i igrzysk rangi ogólnopolskiej,
- organizacji regionalnych igrzysk letnich i zimowych, mityngów oraz turniejów,
- organizacji integracyjnego ogólnopolskiego rajdu „Z Tobą na Groń”, w którym każdorazowo bierze udział ok. 500 osób,
- organizacji letnich obozów sportowych w różnych nadmorskich miejscowościach oraz zimowych obozów w Zakopanem, Wiśle i Węgierskiej Górze.

Aktywność ruchowa jest dla ludzi z niepełnosprawnością psychofizyczną szansą na poprawę jakości funkcjonowania, zwiększenie samodzielności oraz samospelnienie. Sport jest także drogą do integracji społecznej i zawodowej, ponadto ma zbawienny wpływ na kondycję psychiczną człowieka, ponieważ *„Każdy rodzaj sportu niesie ze sobą bogaty skarb wartości. Ćwiczenie uwagi, kształcenie woli, wytrwałości, odpowiedzialności, znoszenie trudu i niewygód, duch wyrzeczenia i solidarności, wierność obowiązkom – to wszystko należy do cnót sportowca.”* - Arkadiusz Golaś