

Aktywność fizyczna i sport osób z niepełnosprawnością intelektualną

Wprzeszłości niektóre prace badawcze z zakresu aktywności fizycznej wyrażały pogląd o tym, że osoby z niepełnosprawnością intelektualną mogą uczestniczyć jedynie w specjalnych formach aktywności ruchowej (Dziedzic 1988). Długo uważano, że dzieci z niepełnosprawnością intelektualną nie są w stanie rywalizować w sporcie. Od lat 70. XX w. zaczęto intensywnie zastanawiać się, jak można kształcić i rozwijać zdolności oraz umiejętności osób upośledzonych umysłowo (Eichstaedt, Lavay 1992). Okazało się, że poprzez celową aktywność w różnych sferach życia można uzyskiwać zaskakująco dobre postępy (Hulek 1981, Polkowska 1998, Marchewka 1999a). Jak się wydaje, największe efekty edukacyjne i wychowawcze uzyskujemy w aktywności fizycznej.

Obecnie osoby z niepełnosprawnością intelektualną¹ (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities)² są pełnoprawnymi obywatelami swych lokalnych społeczności i mają takie same prawa jak wszyscy inni obywatele.

Celem rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną jest uzyskanie jak najwyższego stopnia dojrzałości osobistej, społecznej i zawodowej (Winnicki, 1995). Praktyka jednak wykazuje, że nawet osoby o względnie niskim poziomie intelektualnym (iloraz inteligencji w granicach



fot. www.inmagine.

1 Termin wprowadzony w 1997 roku przez Międzynarodowe Stowarzyszenie do Badań Naukowych nad Niepełnosprawnością Intelektualną zastępujący termin upośledzenie umysłowe

2 http://www.aamr.org/About_AAIDD/MR_name_change.htm, 27-04-2007. W 2007 roku nastąpiła zmiana nazwy organizacji z American Association on Mental Retardation (AAMR) na American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD).

30 do 50) mogą osiągnąć stosunkowo wysoki poziom przystosowania społecznego.

Rehabilitacji służy zinstytucjonalizowana sieć szkolnictwa specjalnego podstawowego i zawodowego, a także placówki opieki społecznej oraz inne rządowe oraz

dr Waldemar Skowroński
Akademia Wychowania
Fizycznego Józefa Piłsudskiego
w Warszawie,
Wydział Rehabilitacji

pozarządowe inicjatywy. Tworzone są warsztaty pracy chronionej, a także stanowiska pracy przystosowane dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Wszędzie tam istotną rolę odgrywają możliwości motoryczne ich uczestników.

W wychowaniu fizycznym i sporcie często występują sytuacje wymagające formułowania poleceń i wykonywania działań konkretno-obrazowych, najlepiej przyswajalnych dla tej grupy osób niepełnosprawnych. Stymulacje typu konkret-



fot. www.inmagin.com

no-obrazowego oddziaływają na zmysły, zmuszają do myślenia i wymagają działania praktycznego. Aktywność w wychowaniu fizycznym i sporcie jest najbardziej zbliżona do tzw. wychowania naturalne-

go. Jednym z ważnych problemów wychowania fizycznego i sportu osób z niepełnosprawnością intelektualną jest poznanie i badanie sprawności motorycznej. Obecnie przy orzekaniu o stopniu niepełnosprawności nie bierze się pod uwagę sfery fizycznej danej osoby. Oznacza to, że niezależnie od stopnia sprawności motorycznej uważa się daną osobę z niepełnosprawnością intelektualną za upośledzoną również pod tym względem. Nie zawsze jednak musi tak być. Testowanie i oszacowanie sprawności motorycznej powinno stać się nieodłączną częścią procedur kwalifikowania do specjalnego lub integracyjnego, a być może nawet regularnego wychowania fizycznego czy sportu. Tego ostatniego nie można wykluczyć np. w przypadku osób z lekkim stopniem niepełnosprawności uprawiających sport specjalny. Praktyczne obserwacje uczestników Światowych Igrzysk Olimpiad Specjalnych (Tyczyński 1986, 1987, 1987a, Krukowska, Maszczak 1988, Maszczak 1997, Marchewka 1998, 1999) potwierdzają fakt gwałtownego skoku rozwojowego pod wpływem sytuacji związanych z trenowaniem określonej dyscypliny sportu, przygotowaniem, wyjazdami i pobytami w nowych miejscach czy krajach oraz udziałem w światowej rywalizacji sportowej. Zawodnicy z dnia na dzień stają się osobami bardziej zaradnymi życiowo i to na dodatek w środowisku, które jest dla nich obce.

Definicje i klasyfikacje powodowały określone skutki praktyczne dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Polegały one na traktowaniu wszystkich sfer ich życia jako wymagających pomocy. Wychowanie fizyczne i sport nosiły znamiona specjalnych czy adaptowanych form aktywności fizycznej bez względu na poziom i możliwości praktyczne tych osób.

Obecnie poszukuje się optymalnych rozwiązań wszechstronnego usprawniania jednostki. Podkreśla się ogromną wartość aktywności fizycznej osób z niepełnosprawnością w ich ogólnym usprawnianiu. Wydaje się, że w świetle nowoczesnego podejścia do definiowania i diagnozowania osób z niepełnosprawnością intelektualną, specjaliści z zakresu wychowania fizycznego będą mieli w tym znaczący udział.

W nowym podejściu do osób niepełnosprawnych intelektualnie proponują zastą-

pić dotychczas obowiązującą czterostopniową klasyfikację uwzględniającą lekkie, umiarkowane, znaczne i głębokie upośledzenie, skalą także czterostopniową, ale obejmującą rodzaje koniecznej pomocy. Z tym jednak zastrzeżeniem, że pomoc czy wsparcie nie musi w jednakowym stopniu dotyczyć wszystkich, bez wyjątku, aspektów życia jednostki. Można, np. stwierdzić, że osoba z niepełnosprawnością, jeśli prezentuje odpowiedni poziom sprawności motorycznej, może z powodzeniem uczestniczyć w regularnych zajęciach wychowania fizycznego i sportu.

Identyfikacja obszarów wymagających pomocy czy wsparcia opiera się na czterowymiarowym schemacie. Pomoc może mieć następujący charakter (Pietrulewicz 1994):

- » **okresowy** – pomoc udzielana jest przejściowo, sporadycznie przez krótki czas i ma różną intensywność, jednostka jest autonomiczna, jedynie w pewnych okresach wymaga pomocy, np. utrata pracy czy problemy zdrowotne,
- » **ograniczony** – jedynie w pewnych aspektach życia, pomoc udzielana jest regularnie przez dany okres, np. szkolenie zawodowe,
- » **rozszerzony** - regularna pomoc bez ograniczenia czasu i miejsca, np. codzienna długoterminowa pomoc w domu i pracy,
- » **kompletny** - stała pomoc o wysokim stopniu intensywności, np. zabezpieczenie życia we wszystkich niezbędnych aspektach.

Sprawność motoryczna może ulegać różnego rodzaju zaburzeniom pod wpływem czynników wywołujących niepełnosprawność intelektualną. Większość autorów wskazuje na jej opóźnienia w stosunku do osób pełnosprawnych (Skowroński 2003, 2006).

Do najważniejszych zasad, stosowanych w rewalidacji osób z niepełnosprawnością intelektualną zaliczamy (Marchewka 1999a):

- » **akceptację** – dziecko niepełnosprawne winno posiadać prawo do szczególnej opieki, akceptacji i pomocy. Należy traktować je jako obciążone większymi trudnościami rozwojowymi.
- » **pomoc** – ma ona zastosowanie w każdym działaniu pedagogicznym, każde dziecko ma prawo do pomocy w procesie rozwoju. Opiekun ma pomóc dzie-

Celem rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną jest uzyskanie jak najwyższego stopnia dojrzałości osobistej, społecznej i zawodowej (...)

ku w aktywizacji jego sił biologicznych, w usamodzielnianiu się, w przewyciężaniu trudności rozwojowych oraz trudności wynikających z niepełnosprawności.

- » **indywidualizację** – przypomina o potrzebie dostosowania procesu nauczania do indywidualnych właściwości dziecka oraz o tym, że każdy wychowanek jest inną osobowością (indywidualnością).
- » **terapię pedagogiczną** – w procesie wychowania dziecko poddawane jest różnym formom leczenia: terapii medycznej, psychoterapii, socjoterapii, a także terapii pedagogicznej, która, wspierając działanie terapeutyczne lekarza, jest terapią całkowicie niezależną.
- » **współpracę z rodziną** – ideą podstawową jest wykorzystanie oddziaływań najbliższej rodziny w celu uzyskania możliwie najlepszego efektu wychowawczego.

Rewalidacja osób z niepełnosprawnością intelektualną opiera się na (Marchewka 1999a):

- » poznaniu każdej jednostki – warunków jej rozwoju, historii życia, charakteru i stopnia niepełnosprawności oraz związanych z tym czynników etiologicznych
- » uwzględnieniu w metodach nauczania i wychowania typu temperamentu danej osoby
- » zorientowaniu się w zahamowaniach, jakie powstały z niezaspokojonych potrzeb,
- » zorientowaniu się w charakterze oddziaływania środowiska na daną jednostkę
- » zastosowaniu warunków kształtujących nowe motywacje
- » dostosowaniu zadań do sił i możliwości jednostki
- » stosowaniu w całej pełni metod kompensacyjnych, korygujących, usprawniających i dynamizujących.

Aktywność fizyczna osób z niepełnosprawnością intelektualną obok globalnego rozwoju jednostki zapewnia możliwość uczestnictwa także we współzawodnictwie sportowym, a tym samym zwiększa świadomość społeczną i wiedzę o możliwościach osób z niepełnosprawnością intelektualną. Zapewnia rodzicom i członkom rodzin oraz opiekunów osób z niepełnosprawnością intelektualną przeżycie radości i dumy z uczestnictwa ich podopiecznych w zawodach sportowych.



© Geralt/PIXELIO

Istotną korzyść widzimy także w poszerzeniu wiedzy pedagogów, trenerów i zawodników na temat zakresu konkurencji i dyscyplin sportowych możliwych do uprawiania przez dzieci i młodzież z niepełnosprawnością intelektualną. ■

Literatura

- Dziedzic S., Rewalidacja upośledzonych umysłowo, 1988 W: A. Hulek (red.), Pedagogika rewalidacyjna, PWN, Warszawa, 179-200.
- Eichstaedt C. B., Lavay B. W., Physical Activity for Individuals With Mental Retardation. Human Kinetics Books, Champaign, Illinois, Canada 1992.
- Hulek A., Pedagogika rewalidacyjna, PWN, Warszawa 1981.
- Krukowska A., Maszczak T., Ewolucja ruchu Special Olympics na świecie, "Kultura Fizyczna" 1988, 11-12: 21-32.
- Marchewka A., Wpływ Olimpiad Specjalnych na rozwój sprawności psychomotorycznej osób głębiej upośledzonych umysłowo, 1998 W: E. Rutkowska (red.), Aktywność fizyczna w pielęgnowaniu zdrowia i terapii chorób, Akademia Medyczna, Lublin.
- Marchewka A., Olimpiady Specjalne i zajęcia sportowo-rekreacyjne jako środek adaptacji i integracji społecznej osób głębiej upośledzonych umysłowo, 1999 W: J. Ślężyński (red.), Sport w rehabilitacji niepełnosprawnych, PSON ZG, Kraków.
- Marchewka A., Wychowanie fizyczne specjalne, Podręczniki i Skrypty AWF w Krakowie, nr 7. Kraków 1999.
- Maszczak T., Wychowanie fizyczne i sport dzieci specjalnej troski, AWF, Warszawa 1994.
- Maszczak T., Rola aktywności ruchowej w pomnażaniu szans życiowych niepełnosprawnych. Wychowanie Fizyczne i Sport, AWF Warszawa 1997, tom XLI nr1-2, 225-232.
- Pietrulewicz B., Nowe pojęcie upośledzenia umysłowego, Postępy Rehabilitacji, 1994, Tom VIII z. 4, 133-137.
- Polkowska I., Praca rewalidacyjna z dziećmi upośledzonymi umysłowo w szkole życia: poradnik metodyczny dla nauczycieli pierwszego poziomu nauczania, WSZiP, Warszawa 1998.
- Skowroński W., Sprawność motoryczna i budowa somatyczna osób z lekkim, umiarkowanym oraz znacznym upośledzeniem umysłowym w wieku od 10,5 do 17,5 lat, Studia i Monografie nr 93, AWF, Warszawa 2003.
- Skowroński W., Sprawność motoryczna osób niepełnosprawnych intelektualnie w 1993 i 2004 roku w Polsce, Studia i Monografie nr 111, AWF, Warszawa 2006.
- Tyczyński J., Rozwój sportu specjalnego, "Przyjaciel Dziecka", nr 12, 1986.
- Tyczyński J., Ogólnoswiatowa Olimpiada Specjalna, "Przyjaciel Dziecka", nr 11, 1987.
- Tyczyński J., Olimpiada Specjalna, "Przyjaciel Dziecka", nr 5, 1987a.
- Winnicki J., The performance of visually impaired youngsters in physical education activities: Implications for mainstreaming, Adapted Physical Activity Quarterly, 1985, 2: 292-299.