

15/2024



Informator Biura ds. Osób z Niepełnosprawnościami Uniwersytetu Rzeszowskiego

Aktywni i Sprawni

ISSN 2081-7614

W numerze:

Sport determinantem jakości życia osób z niepełnosprawnościami s. 4

Igrzyska Paralimpijskie Paryż 2024 s. 10

Relacja z Gali Guttmany 2024 s. 36

Spis treści

Wsparcie społeczne

- 1 Adaptowana aktywność fizyczna na każdym poziomie edukacji a włączenie społeczne
- 4 Sport determinantem jakości życia osób z niepełnosprawnościami
- 8 Dr Rafał Wilk – sylwetka wielokrotnego medalisty paralimpijskiego
- 10 Igrzyska Paralimpijskie Paryż 2024
- 17 Boccia – debiut reprezentacji Polski na Igrzyskach Paralimpijskich w Paryżu
- 21 Tenis – osiągnięcia reprezentantów Polski w paratenisie stołowym (1996 – 2024)

- 27 „Dusza w ruchu: Kreacja trójwymiarowych postaci”

Prawo

- 29 Co nowego w prawie?

Różne

- 32 Wakacyjne wyjazdy z BON UR
- 36 Wieczór, który na długo pozostanie w pamięci. Relacja z Gali Guttmany 2024

Z działalności BON UR

- 39 Sprawozdanie z działalności Biura ds. Osób z Niepełnosprawnościami UR w roku akademickim 2023/2024

Funkcję pełnomocnika rektora ds. osób z niepełnosprawnościami Uniwersytetu Rzeszowskiego pełni

dr hab. Iwona Tabaczek-Bejster, prof. UR – Kolegium Nauk Medycznych

Konsultantami ds. osób z niepełnosprawnościami w poszczególnych jednostkach UR są:

dr hab. Anna Jamrozek-Sowa, prof. UR – Kolegium Nauk Humanistycznych, Instytut Polonistyki i Dziennikarstwa, 606-624-995, a_js@op.pl

dr Anna Steliga – Kolegium Nauk Humanistycznych, Instytut Sztuk Pięknych, 725-355-030, asteliga@ur.edu.pl

dr hab. Katarzyna Walicka-Cupryś, prof. UR – Kolegium Nauk Medycznych, Instytut Nauk o Zdrowiu, 502-636-006, kwcuprys@o2.pl

mgr Katarzyna Pado – Kolegium Nauk Medycznych, Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej, 514-612-594, kpado@ur.edu.pl

dr Ewa Bonusiak – Kolegium Nauk Społecznych, Instytut Nauk Prawnych, 604-580-423, ewabon@ur.edu.pl

dr Małgorzata Zaborniak-Sobczak – Kolegium Nauk Społecznych, Instytut Pedagogiki, Instytut Nauk Społecznych, 601-886-536, gosiazs@ur.edu.pl

dr Marta Kawa – Kolegium Nauk Społecznych, Instytut Ekonomii i Finansów, 691-263-898, marka@ur.edu.pl

dr Anna Augustyńska-Prejsnar – Kolegium Nauk Przyrodniczych, Instytut Technologii Żywności i Żywnienia, 691-709-544, augusta@ur.edu.pl

dr hab. Małgorzata Kus-Liśkiewicz, prof. UR – Kolegium Nauk Przyrodniczych, Instytut Biologii i Biotechnologii, 505-020-217, mkus@ur.edu.pl

dr Anna Szpila – Kolegium Nauk Przyrodniczych, Instytut Matematyki, 725-355-180, anszpila@ur.edu.pl

dr Sławomir Schultis – Studium Języków Obcych, 609-193-200, schultis@ur.edu.pl

dr Miłosz Szczudło – Studium Wychowania Fizycznego i Rekreacji, 502-033-463, miszcz@ur.edu.pl

Strona BON UR:

www.bon.ur.edu.pl,

e-mail: bon@ur.edu.pl

Biuro czynne jest od poniedziałku do piątku, w godz. 8:00–16:00, tel. (017) 872 1031

35-310 Rzeszów, ul. Pigionia 6, parter, pokój nr 2

Aktywni i Sprawni

Wydawca

Biuro ds. Osób z Niepełnosprawnościami
Uniwersytetu Rzeszowskiego
ul. Pigionia 6, 35-310 Rzeszów

bon@ur.edu.pl

PISZCIE DO NAS!

Redakcja

dr hab. Iwona Tabaczek-Bejster, prof. UR
dr Małgorzata Zaborniak-Sobczak
mgr Anna Pałys

**Opracowanie techniczne
skład, łamanie i projekt okładki**

Julia Sońska-Lampart

Korekta językowa

Lucyna Solak

Zdjęcie na okładce

AdobeStock/Florence Piot

Druk

Drukarnia
Uniwersytetu Rzeszowskiego

ISSN 2081-7614

Adaptowana aktywność fizyczna na każdym poziomie edukacji a włączenie społeczne

prof. dr hab. Anna Zwierzchowska

Katedra Podstaw Nauk Biomedycznych AWF im. Jerzego Kukuczki w Katowicach, Kierownik Zakładu Aktywności Fizycznej Osób z Niepełnosprawnościami. Obszary zainteresowań badawczych to sport osób z niepełnosprawnościami, jego wymiar zdrowotny i społeczny, adaptowana aktywność fizyczna, kompensacja i korekcja postawy ciała.

Adaptowana aktywność fizyczna (AAF) odgrywa kluczową rolę w rozwoju inkluzyjnego społeczeństwa, ponieważ promuje integrację i akceptację osób z różnorodnymi potrzebami. Jest to interdyscyplinarne podejście, które umożliwia włączanie osób z niepełnosprawnościami w różne aspekty życia społecznego, przyczyniając się do ich aktywizacji, poprawy jakości ich życia i samodzielności. AAF wzmacnia społeczną inkluzję przez tworzenie warunków do aktywności fizycznej i sportowej, które są dostosowane do indywidualnych możliwości morfofunkcjonalnych człowieka i jego potrzeb emocjonalno-społecznych. Takie działania nie tylko pomagają utrzymać zdrowie fizyczne, ale także poprawiają kondycję psychiczną, wzmacniają poczucie własnej wartości, a przede wszystkim wspierają integrację osób z niepełnosprawnościami z otoczeniem społecznym. Zdaniem badaczy aktywność fizyczna działa jako most między osobami z niepełnosprawnościami a resztą społeczeństwa, umożliwiając tworzenie więzi społecznych i eliminowanie uprzedzeń (Koper, Tasiemski 2013). Dodatkowo sport adaptowany, który za sprawą **Ludwiga Guttman-**

na jest coraz bardziej sprofesjonalizowany, będąc równocześnie integralną częścią AAF, kształtuje wrażliwość społeczną, zwiększając świadomość różnorodności i potrzeby włączenia w polityce społecznej. Zgodnie z opiniami ekspertów odpowiednie wsparcie prawne i organizacyjne dla aktywności fizycznej osób z niepełnosprawnościami jest warunkiem budowy bardziej inkluzyjnych społeczności, co podkreślają badania nad rolą instytucji publicznych i trzeciego sektora w tym zakresie (Niedbalski 2021), badania skuteczności legislacji z perspektywy sportu osób z niepełnosprawnościami. Jakub Zwierzchowski i Joanna Sobiecka (2024) wykazali między innymi, że zmiany legislacyjne, które wynikają z ustawy o sporcie i dotyczą modelu funkcjonowania polskich związków sportowych organizujących zajęcia sportowe i zawody dla osób z niepełnosprawnością, przynoszą pozytywne i oczekiwane efekty dla integracji całego środowiska sportowego.

Rozwój obszaru nauki, jaką jest AAF, to między innymi promowanie wartości inkluzji i równości przez aktywność rekreacyjną i sportową, co ma kluczowe znaczenie w budowaniu spójnego społeczeństwa, w którym różnorodność jest postrzegana jako siła, a nie bariera. Stąd rozwój programów adaptowanej aktywności fizycznej, gdzie profesjonalny sport jest tylko jednym z jej elementów, staje się obecnie priorytetem w wielu krajach, w tym i w Polsce. Dąży się więc do systemowego wsparcia tej dziedziny w ramach polityki społecznej i zdrowotnej. Przykładem takiego działania jest wsparcie Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego w ramach programowego projektu „Nauka dla Społeczeństwa”, w którym AWF w Katowicach uzyskał finansowanie dla działań badawczych i aplikacyjnych.

W ramach realizowanego projektu *Deficyty nie są ograniczeniem – adaptowana aktywność fizyczna szansą dla każdego ucznia (2024–2027)* zaplanowano między innymi opracowanie i przeprowadzenie kursu kwalifikacyjnego dla nauczycieli wychowania fizycznego pt. *Holistyczna diagnoza i prognoza potencjału morfofunkcjonalnego (P-Mf) ucznia z wykorzystaniem innowacyjnych procedur i technik*. Dzięki podjętym działaniom możliwe stało się poszerzenie kompetencji nauczycieli WF w zakresie oceny dobrostanu ucznia z uwzględnieniem, obok potencjału morfofunkcjonalnego, jego możliwości emocjonalnych i społecznych. Takie działania podyktowane są przede wszystkim bieżącymi potrzebami. Dzisiejsza edukacja wraz z codziennością, w jakiej funkcjonuje uczeń, jest stresorem, który niesie ze sobą deprivację zdrowia emocjonalnego, społecznego, a w konsekwencji prowadzi do zmian psychicznych młodych ludzi. Ważne są więc także badania skryningowe, które mogą wykonywać również nauczyciele WF. Pozyskane dane pozwolą na ustalenie profilu ucznia w wieku 7–18 lat, jego potrzeb nie tylko w zakresie stanu morfofunkcjonalnego, ale i psychicznego, a w dalszej kolejności stworzenie programów interwencyjnych. Współczesna szkoła na każdym poziomie edukacji powinna dążyć do stworzenia środowiska, w którym każdy młody człowiek – bez względu na poziom swoich możliwości i występujących ograniczeń – będzie miał równe szanse na rozwój fizyczny, intelektualny, emocjonalny i społeczny. Wydaje się, że przy dzisiejszym stanie wiedzy rozwijający się obszar nauki i praktyki adaptowanej aktywności fizycznej jest jednym z kluczowych narzędzi wspierających rozwój nowoczesnej edukacji i stanowi wyzwanie dydaktyczne **szczególnie dla uczelni pedagogicznych**.

Prowadzone w latach 2018–2022 badania oceniające poczucie włączenia w edukacji realizowane wśród uczniów śląskich szkół wskazują wyraźnie na rozbieżności w postrzeganiu włączenia w edukacji przez ucznia, nauczyciela i rodzica, szczególnie w komponencie społecznej i kognitywnej. Szczególnie ciekawe rezultaty uzyskano, gdy ocenę poczucia włączenia ucznia dokonywał nauczyciel WF i nauczyciel przedmiotowy, wówczas również odnotowano istotne różnice w opiniach głównie w komponencie emocjonalnej. Zatem wydaje się, że lekcje WF tworzą dobrą przestrzeń, która wypełniona aktywnością fizyczną, dostosowaną do

indywidualnego potencjału dzieci i młodzieży, stanowić może fundament działań inkluzyjnych sprzyjających integracji i wszechstronnemu rozwojowi wszystkich osób w procesie edukacji.

Czym jest adaptowana aktywność fizyczna w edukacji?

Adaptowana aktywność fizyczna to forma zajęć ruchowych dostosowanych do indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników. Jest szczególnie ważna dla dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami (fizycznymi, intelektualnymi, sensorycznymi) oraz tych, którzy z różnych przyczyn nie mogą brać aktywnego udziału w tradycyjnych zajęciach wychowania fizycznego. Celem AAF jest nie tylko poprawa zdrowia i sprawności fizycznej, ale również integracja społeczna, redukcja barier psychologicznych oraz wspieranie rozwoju emocjonalnego i poznawczego.

Rola AAF w działaniach inkluzyjnych

Działania inkluzyjne w edukacji polegają na włączaniu osób o zróżnicowanych potrzebach w życie społeczności edukacyjnej przez:

- 1. Organizację zajęć wychowania fizycznego.** Odpowiednie dostosowanie zajęć WF w zakresie metod i form prowadzenia, organizacji zajęć, wykorzystywanych środków dydaktycznych (konwencjonalnych i niekonwencjonalnych), formułowania zadań i korzystania z pedagogicznych metod wsparcia, każdy uczący się – niezależnie od stopnia swojej sprawności – ma możliwość aktywnego i efektywnego uczestnictwa w zajęciach WF i osiągania sukcesów na swoją miarę. Wskazane elementy są niezwykle ważne dla budowania poczucia własnej wartości, wzmacniają i pozwalają nabrać przekonania, że jest się pełnoprawnym członkiem grupy społecznej.
- 2. Budowanie relacji między osobami uczącymi się.** Wspólne zajęcia ruchowe sprzyjają wzajemnemu poznawaniu się i redukują uprzedzenia. Uczestnicy zajęć uczą się współpracy, empatii i zrozumienia dla odmiennych potrzeb, co wpływa na tworzenie bardziej spójnego i akceptującego środowiska szkolnego.
- 3. Wsparcie w rozwoju emocjonalnym.** Zakłada się, że ruch ma ogromne znaczenie terapeutyczne. Osoby z niepełnosprawnościami i specyficznymi potrzebami edukacyjnymi, uczest-

nicząc w AAF, zyskują większą pewność siebie, redukują stres i mogą lepiej radzić sobie z wyzwaniami emocjonalnymi.

Programy AAF w szkołach, w tym szkołach wyższych, mogą obejmować różnorodne formy aktywności, takie jak:

- gry zespołowe z modyfikowanymi zasadami, np. unihokej na wózkach,
- ćwiczenia sensoryczne,
- pływanie terapeutyczne dla osób z niepełnosprawnościami ruchowymi,
- zajęcia taneczne wspierające koordynację i wyrażanie emocji.

Znaczenie adaptowanej aktywności fizycznej w edukacji

Adaptowana aktywność fizyczna odgrywa kluczową rolę w procesie edukacji, szczególnie w kontekście wspierania rozwoju osób z różnorodnymi potrzebami edukacyjnymi i zdrowotnymi. Autorka tego opracowania wraz z innymi badaczami wielokrotnie podkreśla, że odpowiednio zaprojektowana aktywność fizyczna może nie tylko wspierać rozwój fizyczny, ale również wpływać pozytywnie na aspekty społeczne i emocjonalne. Badania dowodzą, że regularne uczestnictwo w programach AAF zwiększa sprawność fizyczną osób z różnymi niepełnosprawnościami, poprawiając ich kondycję, koordynację oraz siłę mięśniową (Zwierzchowska 2011). Adaptowane zajęcia, dopasowane do indywidualnych potrzeb uczestników, pozwalają na aktywność mimo ograniczeń ruchowych czy sensorycznych. AAF sprzyja również włączaniu społecznemu. Zajęcia sportowe organizowane w sposób dostosowany do możliwości uczestników mogą integrować osoby o różnych poziomach sprawności, rozwijając empatię, współpracę i wzajemne zrozumienie (Zwierzchowska 2009). Dzięki temu osoby z niepełnosprawnościami mogą czuć się pełnoprawnymi członkami grupy rówieśniczej. W literaturze przedmiotu podkreśla się także pozytywny wpływ AAF na zdolności poznawcze, koncentrację i pamięć (Sherrill 2004). Zwierzchowska wskazuje, że aktywność fizyczna zmniejsza poziom stresu i napięcia emocjonalnego, co jest szczególnie istotne w przypadku uczniów z trudnościami emocjonalnymi lub autyzmem.

Podsumowując, opracowania naukowe zwracają uwagę na szeroki zakres korzyści wynikających z AAF, który dotyczy głównie:

– **rozwój fizyczny i poznawczy osób**: zwiększenie sprawności, poprawa koordynacji i mobilności, koncentracji, pamięci i zdolności rozwiązywania problemów;

– **integracji społecznej**: budowanie więzi rówieśniczych i poczucia przynależności;

– **wsparcia zdrowia psychicznego**: redukcja lęku, poprawa nastroju i lepsze radzenie sobie z presją. Adaptowana aktywność fizyczna to coś więcej niż modyfikacja zajęć ruchowych, to potężne narzędzie inkluzji społecznej, które pozwala każdej osobie znaleźć swoje miejsce w grupie rówieśniczej, rozwijać swoje możliwości i budować zdrową samoocenę. Badania własne pozwalają na postawienie tezy, że **włączenie AAF do programów edukacyjnych to krok w stronę przyszłości – takiej, która wspiera każdego uczestnika na drodze do pełnego wykorzystania jego potencjału**. Wdrażanie programów AAF powinno zatem być priorytetem w nowoczesnym systemie edukacji. Zastosowanie adaptowanej aktywności fizycznej w edukacji to nie tylko narzędzie wsparcia osób z niepełnosprawnościami, ale również sposób na budowanie bardziej inkluzyjnego środowiska społecznego.

Bibliografia

- Koper M., Tasiemski T., 2013, *Miejsce sportu w procesie rehabilitacji osób niepełnosprawnych fizycznie*, „Niepełnosprawność. Zagadnienia, problemy, rozwiązania”, 3(8), 111-134.
- Niedbalski J., 2019, *Niepełnosprawność i osoby z niepełnosprawnością. Od pasywności i wykluczenia do aktywności życiowej i integracji społecznej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź.
- Sherrill C., 2004, *Adapted Physical Activity, Recreation and Sport: Crossdisciplinary and Lifespan*, McGraw-Hill, Boston.
- Zwierzchowska A., 2009, *Integracyjne funkcje wychowania fizycznego*, „Rocznik Naukowy AWF Katowice”, 18(1), 12–24.
- Zwierzchowska A., 2011, *Adaptowana aktywność fizyczna – teoretyczne i praktyczne aspekty*, AWF Katowice.
- Zwierzchowski J.B., Sobiecka J., 2024, *The Sports Act vis-a-vis integration of athletes with disabilities*, „Acta Iuris Stetinensis (Roczniki Prawnicze)”, vol. 48, no. 2, pp. 123–143, DOI:10.18276/ais.2024.48-07

Sport determinantem jakości życia osób z niepełnosprawnościami¹

dr hab. Janusz Zieliński, prof. UR

Kolegium Nauk Społecznych UR, Instytut Pedagogiki. Specjalista pedagogiki opiekuńczo-wychowawczej w zakresie resocjalizacji, a także wychowania fizycznego. Społecznie związany z Akademickim Związkiem Sportowym, w którym pełni funkcję prezesa Zarządu Środowiskowego na Podkarpaciu.

Nawet najprostsze czynności wykonywane każdego dnia przez osoby pełnosprawne mogą okazać się bardzo trudne, a wręcz niewykonalne dla ludzi z ograniczoną sprawnością. Ważne jest więc udzielanie im pomocy i wsparcia, co może skutkować większą motywacją osób z niepełnosprawnościami do zmagania się ze swoimi słabościami. Mimo wielu przeciwności starają się one jednak włączać w przebieg naturalnego, rzeczywistego życia. Ich droga do „normalności” w społeczeństwie nie jest jednak prosta. Napotykanie każdego dnia trudności w formie przeszkód architektonicznych, informacyjnych, komunikacyjnych, czy również prawnych, ekonomicznych, społecznych powodują destabilizację dążenia do wolności, jak i zadowalającego trybu życia².

¹ Opracowanie na podstawie artykułu: J. Zieliński, A. Jurczak, M. Ozimek, K. Görner, *Sport determinantem jakości życia osób niepełnosprawnych* [w:] *Kultura fizyczna w rehabilitacji życiowej osób niepełnosprawnych*, red. I. Pezdan-Śliż, Fabryka Druku, Warszawa 2014, s. 9–20.

² C. Barnes, G. Mercer, *Niepełnosprawność*, Sic, Warszawa 2008, s. 29.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) jakość życia wyraża się poczuciem satysfakcji jednostek lub grup społecznych wynikającym ze świadomości zaspokojenia własnych potrzeb oraz postrzegania możliwości rozwoju jednostkowego i społecznego³. Jest ona subiektywną oceną sytuacji życiowej, celów, potrzeb oraz lęków w obszarze obowiązujących systemów wartości i norm społecznych preferowanych w środowisku osób z niepełnosprawnościami⁴.

Osoby z niepełnosprawnościami, wykorzystując nieterapeutyczne środki działania, wzmacniają zdrowie fizyczne i psychiczne, a tym samym mogą skutecznie walczyć z chorobą, co dzięki poprawie sprawności daje im szansę na dłuższe życie. Czynne uczestnictwo jednostek w programach promujących zdrowie lub aktywny udział w różnych akcjach społecznych zwiększa ich motywację do współdziałania w do tej pory niedostępnych dla większości osób z niepełnosprawnościami sferach życia⁵.

Rozpoznawanie czynników determinujących jakość życia jest istotne nie tylko dla ludzi, którzy zostali dotknięci nieodwracalnym inwalidztwem, ale i dla tych, którzy są pośrednimi lub bezpośrednimi świadkami codziennych zmagania osób obciążonych niepełnosprawnością. U lu-

³ A. Hulek, *Człowiek niepełnosprawny w społeczeństwie*, PZWL, Warszawa 1986, s. 56.

⁴ WHOQOL Group, The World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization, „Social Science and Medicine” 1995, 41, 1403.

⁵ C. Barnes, G. Mercer, dz. cyt., s. 33.



Obóz letni BON Wierchomla, 2024

dzi chorych oraz z dysfunkcjami oczekiwanie na poprawę jakości życia wydaje się być głównym wyznacznikiem motywacji, która skłania ich do podjęcia leczenia oraz eliminacji z życia niekorzystnych przyzwyczajęń zdrowotnych⁶. Wówczas to ruch staje się szczególnym stymulatorem biologicznym. To on reguluje procesy rozwojowe ustroju, a tym samym podtrzymuje prawidłowe funkcjonowanie narządów. Uaktywnienie mięśni powoduje zwiększenie wydajności serca, które zaopatruje cały organizm w krew. Bezpośrednio wpływa to na polepszenie przemiany materii. „Metodyczne stosowanie ćwiczeń ruchowych wpływa korzystnie na dojrzewanie ośrodków ruchowych w mózgu i przyspiesza naturalny rozwój motoryczności. Zmiany wyraźnie uwidaczniają się w rozwoju aparatu ruchu: przyrasta masa i obwód mięśni, wzrasta ich napięcie, pobudliwość i siła skurczu. Władzta stają się grubsze, silniejsze i wzrasta

ich wytrzymałość na rozciąganie. Znacznie powiększa się zakres ruchu w stawach, przez co ruch staje się swobodny, lekki, elastyczny i bardziej ekonomiczny”⁷.

Systematyczne ćwiczenia, jakie wykonują osoby z niepełnosprawnością, zapobiegają powikłaniom będącym konsekwencją niepoprawnego funkcjonowania organizmu, hamują zakończenie procesów kompensacyjnych. Polepszeniu ulega wszechstronna sprawność, jak i wydolność organizmu. Ma to istotne znaczenie dla osób, które poruszają się za pomocą wózka inwalidzkiego. One to bowiem niejednokrotnie w codziennym życiu muszą pokonywać bariery architektoniczne i przeszkody terenowe. Dlatego sport, jako aktywność o wysokim poziomie intensywności wysiłku fizycznego, może mieć decydujący wpływ na zmianę jakości życia tych osób.

⁶ Tamże, s. 34.

⁷ S. Szczepański, *Kluczowe zagadnienia dydaktyki wychowania fizycznego*, Politechnika Opolska, Opole 2008, s. 30.



Obóz letni BON Polańczyk, 2024

Na jakość życia osób z niepełnosprawnościami wpływa wiele różnych czynników. Próby rozpoznawania poszczególnych z nich zmuszają badaczy do wieloobszarowego diagnozowania tego zjawiska, co jest przedsięwzięciem bardzo mozolnym i trudnym. Badania wykazały, że również typ schorzenia, cechy osobowościowe, samoocena kondycji fizycznej i psychicznej osób z niepełnosprawnościami mają istotny wpływ na optymalny poziom ich jakości życia. Istotną rolę odgrywa tutaj sam sposób postrzegania przez osobę chorą własnej niepełnosprawności oraz związanych z nią ograniczeń.

Do innych czynników mających znaczny wpływ na niską jakość życia można zaliczyć przejawy depresyjne, niezadowolające życie rodzinne, brak nowych znajomości, problemy w porozumiewaniu międzypersonalnym, umocniona postawa wycofania i niechęć do nawiązywania kontaktów społecznych. Jakość życia, jak się okazuje, wielu osób dotkniętych danym schorzeniem może mieć znacznie wyższy poziom w porównaniu z tym sprzed choroby. Dzieje się tak, gdy choroba i związana z nią niepełnosprawność stają się dla chorego motywacją do wyeliminowania z życia niesprzyjających zachowań szkodzących zdrowiu. Na poprawę jakości życia osób z niepełnosprawnością ma duży wpływ wiedza na temat danej choroby oraz rodzaj niepełnosprawności, a także profesjonalna opieka medyczna⁸.

⁸ Z. Pawlik, A. Lewicka, A. Bujakowska, *Jakość życia a niepełnosprawność*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2006, s. 93.

Z badań przeprowadzonych przez autora niniejszego opracowania w 2014 r., którymi objęto również grupę 30 osób z niepełnosprawnościami – zawodników w wieku 26–45 lat uprawiających kolarstwo szosowe – wynika, że wśród zaangażowanych w sport wyczerpanych respondentów o 26,6% wzrósł odsetek osób z niepełnosprawnością zadowolonych z własnego samopoczucia (20% nietreningujących i 46,6% treningujących). Właśnie ci respondenci określają swoją sprawność fizyczną na poziomie bardzo wysokim. Po podjęciu decyzji związanej z treningami sportowymi wymieniają ten etap w swoim życiu jako korzystny, dostarczający możliwości samorealizacji na innym niż przed wypadkiem poziomie aktywności społecznej. Twierdzą również, że rzadziej wnikają się w konflikty w środowisku lokalnym, bardziej są zmotywowani do załatwiania różnych spraw urzędowych, częściej spotykają się z innymi ludźmi, nie tylko z kolarzami ręcznymi, i łatwiej nawiązują nowe znajomości. Zasadne jest zwrócenie uwagi na fakt, że w grupie sportowców nie ma osób, które źle lub bardzo źle oceniają własne samopoczucie, a tylko 6,7% osób badanych, dlatego że kiedyś nie trenowało, zadeklarowało niekorzystne samopoczucie.

Istotnym aspektem rehabilitacji osób z niepełnosprawnością jest reedukacja samodzielności. To od nowo wyuczonych czynności samoobsługowych zależy otwartość społeczna ludzi obciążonych dysfunkcjami. Tak proste dla ogółu ludzi czynności, jak m.in.: toaleta poranna, czynności związane z higieną osobistą, samodzielne wykonywanie prac domowych, przygotowywanie posiłków nie tylko dla siebie, lecz również dla domowników, podnoszą poczucie przydatności środowiskowej i likwidują wyalienowanie społeczne. To zaś bez wątpienia optymalizuje u tych osób poczucie wartości, a w perspektywie korzystnie wpływa na postęp w rehabilitacji i tak ważną wtórną adaptację społeczną. Dzięki systematycznej działalności sportowej 33,3% osób badanych zmieniło na korzyść swoją opinię o własnej samodzielności (zdecydowanie tak – 36,6% treningujących i 18,3% nietreningujących; raczej tak – 30% treningujących i 15% nietreningujących). Większość ankietowanych (56,6%) twierdzi, że dzięki ich zaangażowaniu w działalność sportową możliwe jest przełamywanie szeroko rozumianych

barier. Sport jako jedna z form uczestnictwa ludzi w kulturze przyczynił się do polepszenia sprawności psychomotorycznej i wydolności tlenowej respondentów. Dzięki systematycznej pracy w ramach treningów sportowych możliwe było usprawnienie organizmu osób z niepełnosprawnością do tego stopnia, że znaczna część ankietowanych stwierdza, iż od momentu podjęcia wyczynowej aktywności ruchowej nie zauważa większych utrudnień w środowisku lokalnym. Przed rozpoczęciem działalności sportowej z przerażeniem patrzyli oni na zbyt wąskie korytarze, wejścia, drzwi, schody, stopnie, nieprzystosowane windy, małe pomieszczenia, głównie sanitarno-higieniczne, brak dobrego oświetlenia, nieodpowiednie wysokości wyłączników, klamek, nierówne i śliskie nawierzchnie itd. Obecnie, jeśli pojawiają się jakieś większe przeszkody, z którymi nie radzili sobie przed treningami, potrafią znaleźć inne rozwiązanie w zastanej rzeczywistości.

Uzyskane opinie respondentów pozwoliły sformułować wnioski o wysokim poziomie uogólnienia. Okazało się, że większość sportowców (kolarzy ręcznych) różnicuje jakość swojego życia w zależności od etapu podejmowania systematycznej aktywności ruchowej. Zawodnicy stwierdzili, że sport przyczynił się do większej satysfakcji życiowej, możliwości skuteczniejszej samorealizacji społecznej oraz pojawienia się nowych aspiracji w realizacji celów życiowych. Dzięki podjętej przez badane osoby stymulacji biologicznej (aktywność ruchowa) możliwe jest skuteczniejsze zaspokajanie ich potrzeb, nie tylko podstawowych, które przed systematyczną działalnością sportową były w znacznym stopniu ograniczone. Zmiany w wypowiedziach ankietowanych, w zależności od ich gotowości do podejmowania systematycznego treningu sportowego, jednoznacznie wskazują, że sport determinuje opinie na temat polepszenia jakości życia osób niepełnosprawnych uprawiających kolarstwo szosowe.

Zastosowanie takich środków oddziaływania w rehabilitacji życiowej osób z niepełnosprawnościami powinno być istotnym aspektem poruszanym w dyskusjach przez środowiska zajmujące się problemem reintegracji społecznej jednostek ze szczególnymi potrzebami. Wśród wielu niezbędnych instrumentów rehabilitacyjnych sport staje się jednym z istotnych biologicznych sty-

mulatorów, które nadają pęd i kierunek osobom z niepełnosprawnościami na drodze do wtórnej adaptacji społecznej. To dzięki niemu osoby z niepełnosprawnością stają się sprawniejszymi uczestnikami życia publicznego, angażując się w działalność kulturalną, towarzyską i polityczną. Aktywność fizyczna ułatwia jednostkom tym przełamywanie barier nie tylko architektonicznych, ale również psychicznych i społecznych, tak istotnych w ich leczeniu. Podnosi ona poczucie wartości i użyteczności społecznej osób trenujących, wymusza budowanie relacji interpersonalnych, co zapobiega izolowaniu się osób ze szczególnymi potrzebami od środowiska lokalnego. To swoiste ich usamodzielnianie się przyczynia się do kształtowania w nich postaw pełnosprawnych i pełnoprawnych uczestników życia społecznego. Należy pamiętać, że dzięki takiej metodzie uaktywniania społecznego te osoby samodzielnie się rehabilitują, odbudowują wiarę we własne siły, podnoszą jakość swojego życia, a tym samym obniżają koszty społeczne związane z instytucjonalnym specjalistycznym leczeniem. Inwestycja w sport zawsze się opłaca.

Uwzględnianie rodzaju i rozległości urazów u osób z niepełnosprawnościami podczas doboru poszczególnych dyscyplin sportowych staje się ważnym elementem działalności rehabilitacyjnej. To dzięki odpowiednio dobranym ćwiczeniom dochodzi do podwyższenia sprawności i wydolności fizycznej, co w konsekwencji staje się kompensacją ztraconych funkcji u osób z niepełnosprawnościami. Równocześnie korygowana psychika i nastawienie do nowych wyzwań ułatwiają poszukiwanie pracy, przekwalifikowanie zawodowe czy awans zawodowy. Sport staje się nową rozwojową formą życia nadającą mu inny, istotny sens, wspomagającą wyznaczanie nowych celów, które powinny być dostosowane do oczekiwań i możliwości osób z dysfunkcjami. Uprawiany na optymalnym poziomie profesjonalizmu może stać się działaniem autoterapeutycznym, które w permanentnym zastosowaniu może doprowadzić do dużej satysfakcji i radości. Sport może mobilizować do efektywniejszej działalności w usprawnianiu swojego organizmu, akceptacji własnej niepełnosprawności, pogodzenia się z zaistniałą odmienną sytuacją, a to warunkuje lepszą jakość życia osób ze szczególnymi potrzebami. ■



Dr Rafał Wilk – sylwetka wielokrotnego medalisty paralimpijskiego

dr hab. Iwona Tabaczek-Bejster,
prof. UR

Kolegium Nauk Medycznych, Instytut Nauk o Zdrowiu, pełnomocnik rektora ds. osób z niepełnosprawnościami, amatorka sportów wodnych, trener pływania, instruktor WOPR, instruktor narciarstwa

Z przyjemnością przedstawiamy Państwu sylwetkę wybitnego sportowca, wielokrotnego medalistę igrzysk paralimpijskich, pracownika dydaktyczno-naukowego Uniwersytetu Rzeszowskiego **Rafała Wilka**. Sportowiec karierę żużlowca rozpoczął w 1991 r. w barwach drużyny Stal Rzeszów, reprezentował też Speedway Club Łódź,

Start Gniezno, Cellfast Wilki Krosno. W maju 2006 r. podczas meczu ligowego miał wypadek, po którym stracił władzę w nogach i w konsekwencji zakończył karierę żużlową. W latach 2009–2011 pełnił funkcję trenera klubu KMŻ Lublin. Po wypadku nie zrezygnował z czynnej kariery sportowej i zaczął uprawiać narciarstwo zjazdowe na nartach jednośladowych monoski.

Od 2010 r. trenuje pod okiem trenera Jakuba Pieniążka kolarstwo na rowerze z napędem ręcznym, tzw. handbike. W dyscyplinie tej odnosi duże sukcesy. W roku 2021 r. uzyskał stopień doktora nauk o kulturze fizycznej na podstawie dysertacji pt. *Sport osób z niepełnosprawnością ruchową w Polsce w latach 1952–2016*. Jest zatrudniony jako adiunkt w Instytucie Nauk o Kulturze Fizycznej Uniwersytetu Rzeszowskiego, prowadzi zajęcia z zakresu sportu i turystyki



ki osób niepełnosprawnych. Jest instruktorem narciarstwa PZN współpracującym z Komisją Carvingu Polskiego Związku Narciarskiego. Został odznaczony Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski (2013) i Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski (2016).

Pozostaje czynnym sportowcem odnoszącym sukcesy na arenie krajowej i międzynarodowej. Dzięki swojemu zaangażowaniu zarówno w uprawianie sportu, jak i popularyzację ruchu paralimpijskiego został Honorowym Obywatel Rzeszowa, Najlepszym Sportowcem Polski 2012 i Najlepszym Sportowcem Podkarpacia 2016.

Zzaangażowaniem wspiera inicjatywy promujące sport paralimpijski, biorąc udział w konferencjach naukowych, seminariach, wykładach i prezentacjach. Spotyka się z młodzieżą, nauczycielami i przedstawicielami środowiska, by zaszczepić zainteresowanie sportem osób z niepełnosprawnościami. Jego praca naukowa koncentruje się wokół zagrożeń stojących przed ruchem paralimpijskim i uwarunkowań jego rozwoju, wśród których trze-

ba wymienić rozwój technologiczny czy mierzenie się z wymagającym rynkiem medialnym.

Brał udział w Igrzyskach Paralimpijskich w Londynie (2012), Rio de Janeiro (2016), Tokio (2020) i Paryżu (2024).

Podczas igrzysk w Londynie wywalczył dwa złote medale (jazda indywidualna na czas, wyścig ze startu wspólnego). W Rio de Janeiro zdobył złoty i srebrny medal (jazda na czas, wyścig ze startu wspólnego). Podczas tych igrzysk miał zaszczyt być chorążym reprezentacji Polski. Z igrzysk w Paryżu przywiózł brązowy medal (wyścig ze startu wspólnego).

Posiada na swym koncie wiele innych osiągnięć sportowych: pięciokrotne mistrzostwo świata, trzykrotne wicemistrzostwo świata, dwa razy zdobył brązowy medal mistrzostw świata, był czterokrotnym zwycięzcą pucharu świata oraz dwadzieścia siedem razy zdobył tytuł mistrza Polski¹.

Gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów sportowych.

¹ Na podstawie informacji uzyskanych od Rafała Wilka.



Reprezentacja Polski podczas inauguracji XVII Letnich Igrzysk Paralitypijskich w Paryżu

Igrzyska Paralitypijskie¹ Paryż 2024

dr hab. Iwona Tabaczek-Bejster,
prof. UR

Już w XVII w. wielu lekarzy podkreślało znaczenie ćwiczeń fizycznych podczas leczenia różnych chorób, również tych będących następstwem nieszczęśliwych wypadków. W 1922 r. w Anglii powstał pierwszy klub sportowy inwalidów – Disabled Drivers Motor Club. Idea inte-

¹ Podstawą do zmiany nazwy igrzysk była zmiana ustawy o sporcie z 2023 r. Zmiana ta polegająca na usunięciu z nazwy litery „o” wiąże się z początkiem ruchu paralitypijskiego. Pierwsze igrzyska nazywały się Paralympic Games, a MKOl nie pozwolił na użycie członu „olympic”. Polski Komitet Paralitypijski tworzący się 25 lat temu spolszczył nazwę. Międzynarodowy Komitet Paralitypijski (International Paralympic Committee – IPC) zobowiązał Polskę do zmiany nazwy.

gracji i rehabilitacji przez sport i ćwiczenia fizyczne ludzi dotkniętych niepełnosprawnością pojawiła się najwcześniej wśród organizacji zajmujących się osobami głuchoniemymi. W 1924 r. powołano Międzynarodowy Komitet Sportu Nieśłyszących. I Międzynarodowe Igrzyska Sportowców Głuchych odbyły się w tym samym roku w Paryżu.

Sport zaczęli zalecać lekarze inwalidom – weteranom II wojny światowej jako formę rehabilitacji. Pionierską rolę odegrało tu Narodowe Centrum Urazów Rdzenia Kręgowego szpitala w Stoke Mandeville oraz dr Ludwig Guttmann, który w 1944 r. wprowadził do programu rehabilitacji elementy rywalizacji sportowej. W 1948 r. w dniu otwarcia Igrzysk Olimpijskich w Londynie Guttmann zorganizował na terenie szpitala pierwsze zawody na wózkach. Datę tę przyjęto za początek sportu osób niepełnosprawnych. W 1952 r.



Ceremonia otwarcia Letnich Igrzysk Paralimpijskich, Paryż 2024

w Mandeville Stoke odbyły się po raz pierwszy igrzyska międzynarodowe. W tym samym roku dr Ludwig Guttman, aby nadać międzynarodową rangę igrzyskom, założył Międzynarodowy Komitet Organizacji Igrzysk Paraplegików (In-

ternational Stoke Mandeville Games Federation – ISMGF), był również inicjatorem pierwszych igrzysk paraolimpijskich. Idea organizowania zawodów dla osób z niepełnosprawnością dotarła również do Stanów Zjednoczonych, gdzie w 1958 r. zorganizowano I Krajowe Igrzyska Inwalidów na wózkach.

1960 r. w Rzymie odbyły się I Igrzyska Osób Niepełnosprawnych², brali w nich udział jedynie sportowcy poruszający się na wózkach. Kolejne igrzyska odbywały się co cztery lata w cyklu olimpijskim. W 1964 r. powstała zrzeszająca osoby z chorobami narządu ruchu (amputacje) Międzynarodowa Organizacja Sportu Inwalidów (International Sport Organisation for the Disabled – ISOD). W 1976 r. rozegrano I Zimowe Igrzyska Paraolimpijskie w Örnsköldsvik w Szwecji. Wraz z rozwojem sportu osób niepełnosprawnych zaczęły powstawać kolejne międzynarodowe organizacje. Ich współpraca doprowadziła do powstania w marcu 1982 r. Międzynarodowego Komitetu Koordynacyjnego (International Coordinating Committee – ICC). Głównym celem organizatorów igrzysk paraolimpijskich było zapewnienie niepełnosprawnym sportowcom takich samych możliwości sportowej rywalizacji oraz integracji z ruchem olimpijskim. Potrzeba dalszego rozwoju sportu niepełnosprawnych doprowadziła do powstania w 1989 r. w Dueseldorfie Międzynarodowego Komitetu Paraolimpijskiego (International Paralympic Committee – IPC) wzorującego się na Międzynarodowym Komitecie Olimpijskim (International Olympic Committee – IOC). Od tej pory zaczęły się odbywać w pełni profesjonalne letnie i zimowe igrzyska paraolimpijskie. Letnie igrzyska organizowane są w cyklu czteroletnim (od 1960 r.), 2–3 tygodnie po zakończeniu igrzysk olimpijskich, a od igrzysk w Seulu w 1988 r. organizowane są także na tych samych obiektach sportowych.

W Polsce w latach dwudziestolecia międzywojennego rozwijał się sport głuchych i niesłyszących, jednak znaczący rozwój sportu osób niepełnosprawnych przypadł na lata 50. XX stulecia i związany był z organizacjami rehabilitacyjnymi. Pierwszą, która zaczęła zajmować się sportem i rehabilitacją osób niepełnosprawnych zatrud-

² Do 1984 r. używano nazwy Igrzyska Olimpijskie Niepełnosprawnych, a w 1985 r. przyjęto nazwę Igrzyska Paraolimpijskie, nazwa ta funkcjonowała do 2023 r.



Otwarcie Letnich Igrzysk Paraliimpijskich, Paryż 2024

nionych w spółdzielniach pracy, było powstałe w 1952 r. Zrzeszenie Sportowe Spółdzielczości Pracy „Start” (ZSSP „Start”). W 1961 r. zasięg jego funkcjonowania wykroczył poza środowisko spółdzielczości i objął problematykę sportu, rekreacji i turystyki osób niepełnosprawnych oraz ich rywalizację sportową na arenach krajowych i międzynarodowych, w tym również udział w igrzyskach paraolimpijskich.

W 1995 r. ZSSP „Start” przekształcił się w Polski Związek Sportu Niepełnosprawnych „Start” (PZSN „Start”). Do Igrzysk Paraolimpijskich w 1996 r. w Atlancie wszyscy biorący w nich udział Polacy byli zawodnikami „Startu”. Do 1998 r. „Start” był przedstawicielem Polski w międzynarodowym ruchu paraolimpijskim. W sierpniu 1998 r. organizacje PZSN „Start”, Polskie Towarzystwo Społeczno-Sportowe „Sprawni Razem” (PTSS „Sprawni Razem”) oraz Fundacja Ochrony Zdrowia Inwalidów powołały Polski Komitet Paraolimpijski³, który przejął prawo reprezentowania Polski w międzynarodowym ruchu paraliimpijskim.

³ W 1997 r. Polski Komitet Olimpijski utworzył Komisję ds. Igrzysk Paraolimpijskich. 26 sierpnia 1998 r. powołano Polski Komitet Paraolimpijski, którego prezesem został Jacek Dębski. 14 września 2002 r. podczas II Nadzwyczajnego Zjazdu Delegatów Polskiego Komitetu Paraolimpijskiego w Warszawie na prezesa wybrano Longina Komołowskiego, od 23 czerwca 2015 r. funkcję tę pełni Łukasz Szeliga.

Letnie Igrzyska Paraliimpijskie Paryż 2024

Podczas sesji MKOL W Limie (Peru) w 2017 r. podjęto decyzję, aby organizację kolejnych igrzysk olimpijskich i paraliimpijskich w 2024 r. przyznać Paryżowi, natomiast Los Angeles zostało wybrane na gospodarza igrzysk w 2028 r. Letnie igrzyska paraliimpijskie odbyły się we Francji po raz pierwszy, jednak kraj ten był już organizatorem zimowych paraigrzysk w 1992 r. w Tignes/Albertville.

27 lipca 2022 r. zostało ogłoszone hasło Igrzysk Olimpijskich i Paraliimpijskich w Paryżu: *Igrzyska szeroko otwarte*.

Logo Igrzysk Olimpijskich i Paraliimpijskich Paryż 2024 łączy trzy znaki: złoty medal, płomień oraz stylizowany wizerunek kobiecej twarzy symbolizującej Mariannę, uosobienie Republiki Francuskiej. Złoty medal reprezentuje sportowe osiągnięcia, płomień, pasję i energię, a wizerunek Marianny odzwierciedla wartości takie jak wolność, równość i braterstwo. Było to pierwsze wspólne logo dla obu tych imprez sportowych.

XVII Letnie Igrzyska Paraliimpijskie w Paryżu odbyły się w dniach 28 sierpnia–8 września 2024 r. Wzięło w nich udział 4463 zawodników wchodzących w skład 170 reprezentacji narodowych, w tym 1983 kobiety i 2480 mężczyzn. Zawodnicy startowali w 22 dyscyplinach, rozegrano 549 konkurencji. Ich liczba znacznie przekracza liczbę

konkurencji rozgrywanych podczas igrzysk olimpijskich, co spowodowane jest tym, że zakres paralizmu znacząco się rozszerzył.

W poszczególnych dyscyplinach brało udział sześć głównych grup sportowców:

- osoby po amputacji,
- osoby z porażeniem mózgowym,
- osoby niepełnosprawne intelektualnie,
- osoby na wózku inwalidzkim,
- osoby niewidome,
- osoby z innymi niepełnosprawnościami zawarte w klasyfikacji pod nazwą „Les Autres”, np. osoby niskorosłe czy ze stwardnieniem rozsianym.

Zawodnicy rywalizowali m.in. w lekkoatletyce, koszykówce na wózkach, rugby na wózkach, pływaniu, podnoszeniu ciężarów, szermierce sportowej, kajakarstwie, kolarstwie, piłce nożnej 5-osobowej i siatkówce na siedząco. Te same dyscypliny zostały rozegrane na wcześniejszych paraigrzyskach w Tokio. Rozegrano jednak więcej konkurencji kobiecych, było ich aż 235 (dwukrotnie więcej niż podczas Igrzysk Paralimpijskich w 2000 r. w Sydney).

Nie zabrakło też dwóch najmłodszych konkurencji paralimpijskich: badmintona i taekwondo, które zadebiutowały podczas igrzysk w Tokio.

Można było zobaczyć również zmagania sportowców w dwóch dyscyplinach, które nie są rozgrywane na igrzyskach olimpijskich, były to: boccia (sport paralimpijski skierowany do osób m.in. z zaburzeniami centralnego układu nerwowego, tj. z mózgowym porażeniem dziecięcym) oraz goalball – popularna w Polsce gra zespołowa uprawiana przez osoby niewidome i słabowidzące.

Polskę reprezentowało 84 sportowców z niepełnosprawnościami, 41 kobiet i 43 mężczyzn, którzy rywalizowali w 15 spośród 22 dyscyplin.

W klasyfikacji medalowej trzy pierwsze miejsca zajęły te same reprezentacje, które stanęły na podium podczas igrzysk w Tokio. Zwyciężyli reprezentanci Chin, zdobywając 220 medali (94 – złotych, 76 – srebrnych, 50 – brązowych), na drugim miejscu uplasowali się zawodnicy z Wielkiej Brytanii ze 124 medalami (49 – złotymi, 44 – srebrnymi, 31 – brązowymi), na trzecim sportowcy reprezentujący USA, którzy zdobyli 105 medali (36 – złotych, 42 – srebrnych, 27 – brązowych). Reprezentacja Polski wywalczyła 23 medale (8 – złotych, 6 – srebrnych, 9 – brązowych), co pozwoliło na zajęcie 16 miejsca w klasyfikacji.



Logo Igrzysk Olimpijskich i Paralimpijskich Paryż 2024

Dla porównania podczas igrzysk paraolimpijskich w Londynie (2012 r.) Polacy zdobyli 36 medali, zajmując w punktacji generalnej 9 miejsce, w Rio de Janeiro (2016 r.) 39 medali i 10 miejsce, a w Tokio (2021 r.) 25 medali oraz 17 miejsce w punktacji generalnej.

Medale dla Polski wywalczyli:

Złote medale – 8

- 2 medale Kamil Otowski – parapływanie, 50 i 100 m stylem grzbietowym (kat. S1)
- Patryk Chojnowski i Piotr Grudzień – paratenis stołowy w deblu (kat. MD18)
- Patryk Chojnowski – paratenis stołowy w singlu (kat. MS10)
- Rafał Cziper – paratenis stołowy w singlu (kat. MS2)
- Barbara Bieganowska-Zajac – paralekkoatletyka, bieg na 1500 m (kat. T20)
- Karolina Kucharczyk – paralekkoatletyka, skok w dal (kat. T20)
- Karolina Pęk – paratenis stołowy w singlu (kat. WS9)

Srebrne medale – 6

- Lucyna Kornobys – paralekkoatletyka, pchnięcie kulą (kat. F34)
- Michał Dąbrowski – szermierka na wózkach, szabla (kat. B)
- Kinga Drózd – szermierka na wózkach, szabla (kat. A)

Wsparcie społeczne

Natalia Partyka – paratenis stołowy, indywidualnie (kat. WD10)

Łukasz Cizek – parałuczniactwo, łuk olimpijski (standing)

Renata Śliwińska – paralekkoatletyka, pchnięcie kulą (kat. F40)

Brązowe medale – 9

Lech Stoltman – paralekkoatletyka, pchnięcie kulą (kat. F55)

Karolina Pęk i Piotr Grudzień – paratenis stołowy, mikst (kat. XD17)

Karolina Pęk i Natalia Partyka – paratenis stołowy, debel kobiet (kat. WD20)

Marek Dobrowolski – parastrzelectwo, karabin 50 metrów trzy postawy (kat. SH1)

Zbigniew Maciejewski – parakolarstwo, jazda indywidualna na czas (kat. C1)

Rafał Wilk – parakolarstwo, wyścig ze startu wspólnego (kat. H4)

Dorota Buclaw – paratenis stołowy, singiel (kat. WS1-2)

Maciej Lepiato – paralekkoatletyka, skok wzwyż (kat. T46)

Michał Dąbrowski – szermierka na wózkach, szpada (kat. B)⁴.

Należy dodać, że złoty medal w rzucie maczugą wywalczyła Róża Kozakowska, lecz została zdyskwalifikowana za niezgodny z regulaminem rozmiar poduszki pod głową.

Bibliografia

Czas bohaterów, „Goniec Polski” 2012, nr 34.

Koper M., Tasiemski T., *Miejsce sportu w procesie rehabilitacji osób niepełnosprawnych fizycznie*, „Niepełnosprawność – Zagadnienia, Problemy, Rozwiązania” 2013, nr III.

Kowalczyk M., Szaj R., *Sport osób niepełnosprawnych*. Stowarzyszenie „Instytut Ekoprussia” 2013.

Lipoński W., *Polacy na olimpiadach*, Wydawnictwo Posiedlik-Raniowski i Spółka, Poznań 2000.

Lipoński W., *Historia sportu*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012.

Od Rzymu do Aten 1960–2004. Polacy na igrzyskach

⁴ Klasyfikacja jest określona dla każdej dyscypliny sportu, szczegółowe informacje znajdują się na stronach Międzynarodowego Komitetu Paralimpijskiego, <https://www.paralympic.org/classification-by-sport>



Karolina Pęk



Rafał Cziper

Natalia Partyka





Karolina Pęk



Dorota Bućław

skach paraolimpijskich, Polski Komitet Paraolimpijski, Warszawa 2004.
„Przegląd Sportowy” 2021, nr 197.
„Przegląd Sportowy” 2021, nr 207.
Urban R., *Geneza i rozwój sportu jeździeckiego osób niepełnosprawnych w Polsce [w:] Społeczno-edukacyjne oblicza olimpizmu. Ruch olimpijski i niepełnosprawni sportowcy*, red. J. Chełmecki, t. II, Warszawa 2006.
Urban R., *Sport jeździecki w Polsce w latach 1945–1989*, Gorzów Wielkopolski 2013, s. 337–338;
„Sport Paraolimpijski” 2014, nr 4.
Tabaczek-Bejster I., Jakubczyk M., *Udział polskich pływaków w rywalizacji międzynarodowej – igrzyska paraolimpijskie (1972–2012) [w:] Kultura fizyczna osób niepełnosprawnych w obliczu wyzwań współczesnego świata*, red.

M. Przydział, I. Pezdan-Śliż, J. Zieliński, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2018.

X Igrzyska Paraolimpijskie. Atlanta 1996, Nakładem Polskiego Związku Niepełnosprawnych „Start”, Warszawa 1996.

Źródła internetowe

<http://www.mandevillelegacy.org.uk/>
[http://wyborcza.pl/alehistoria/1,127746,12163653, Wielki_chaos_olimpijski_.html](http://wyborcza.pl/alehistoria/1,127746,12163653,Wielki_chaos_olimpijski_.html)
[http://eurosport.onet.pl/sporty-adaptowane/ igrzyska-paraolimpijskie-w-londynie-pobily- -wszelkie-rekordy/172q2](http://eurosport.onet.pl/sporty-adaptowane/igrzyska-paraolimpijskie-w-londynie-pobily-wszelkie-rekordy/172q2)
[tps://pzsstart.eu/11-medali-zawodnikow-pzs- start-na-igrzyskach-paralimpijskich-w-pary- zu/?](tps://pzsstart.eu/11-medali-zawodnikow-pzs-start-na-igrzyskach-paralimpijskich-w-paryzu/?)



Patryk Chojnowski

Natalia Partyka i Karolina Pęk

<https://www.niepelnosprawni.pl/ledge/x/202377;jsessionid=098FED201CC5708E-01B2E76F14124448?query=Par%C5%BC+2024>

<https://www.paralympic.org/es/paris-2024/sports>

<https://www.paralympic.org/paralympic-games>

<https://przegladsportowy.onet.pl/paraolimpiada/nowa-nazwa-zaskoczyla-kibicow-tlumaczy-my-skad-wziela-sie-paralimpiada/ebqr9fn>

<https://sport.tvp.pl/81997017/klasyfikacja-medalowa-paraolimpiada-medale-polakow-na-igrzyskach-paraolimpijskich-paryz-2024-tabela>

<https://przegladsportowy.onet.pl/paraolimpiada/nowa-nazwa-zaskoczyla-kibicow-tlumaczy-my-skad-wziela-sie-paralimpiada/ebqr9fn>

<https://uwr.edu.pl/igrzyska-paralimpijskie-paraolimpijskie-tworca-idea-i-rozwoj/>





Reprezentacja Polski w boccii, Paryż 2024

Boccia – debiut reprezentacji Polski na Igrzyskach Paralimpijskich w Paryżu

dr hab. Iwona Tabaczek-Bejster,
prof. UR

Boccia – debiut reprezentacji Polski na Igrzyskach Paralimpijskich w Paryżu

Korzenie boccii sięgają starożytnej Grecji i Egiptu, jest to jedna z najstarszych gier znanych ludzkości. W Grecji gracze rzucali dużymi kamieniami do kamiennego celu. Podczas wykopalisk grobowców w Egipcie znaleziono przedmioty i ryciny ściennie odnoszące się do podobnej formy sportu. Za czasów Cesarstwa Rzymskiego żołnierze legionów wolny czas spędzali na grze w bile o podobnych zasadach.

W boccie grano również na targowiskach i ulicach w średniowieczu, a nazwa „boccia” pochodzi od włoskiego słowa oznaczającego „kręgle”. Jeden z najstynniejszych meczów boccii rozegrano w 1588 r. w Plymouth w Anglii przez Sir Francis Drakea i Lorda Howarda. Grali oni, czekając na przybycie hiszpańskiej floty, a Sir Francis Drake nalegał na dokończenie gry przed wypłynięciem w celu pokonania wroga.

Tradycja przetrwała dwa tysiące lat i dziś boccia jest dyscypliną o rekreacyjnym charakterze uprawianą powszechnie we Włoszech i Francji. Ponad 30 lat temu zaczęto ją adaptować na potrzeby osób z niepełnosprawnościami.



Boccia na igrzyskach paraolimpijskich

Ruch paraolimpijski długo szukał dyscypliny sportowej, którą mogłyby uprawiać osoby najczęściej poszkodowane ruchowo – z dziecięcym porażeniem mózgowym. Dopiero na początku lat 80. Duńczycy zaproponowali, aby wykorzystać boccie. Gra zaczęła powoli ewoluować i obecnie jest jedną z najszybciej rozwijających się dyscyplin sportowych popularnych wśród osób z niepełnosprawnościami (uprawiają ją osoby z zaburzeniami centralnego układu nerwowego, zanikiem

mięśni lub uszkodzeniem obwodowego układu nerwowego).

Pierwszy raz rozgrywki boccii miały miejsce na światowych igrzyskach niepełnosprawnych w Nowym Jorku w 1984 r., stałą dyscypliną paraolimpijską została od czasu igrzysk w Barcelonie w 1992 r. Obecnie sport ten jest uprawiany w ponad 70 krajach na całym świecie. Wszystkie te kraje są zarejestrowane jako członkowie Boccia International Sports Federation (BISFed), która jest oficjalnym organem zarządzającym. Jest to jeden z dwóch sportów paraolimpijskich, który nie ma odpowiednika olimpijskiego. Boccia jest podzielona na cztery kategorie, w zależności od stopnia niepełnosprawności zawodników. Łącznie w tej dyscyplinie podczas igrzysk paraolimpijskich można zdobyć 24 medale: 12 dla mężczyzn i 12 dla kobiet.

Boccia w Polsce

W 1992 r. grupa szwedzkich sportowców z Malmö „przywiozła” boccie do Wągrowca na obóz sportowy organizowany przez poznańskie Sportowe Stowarzyszenie Inwalidów „Start”. Ta nieznaną wcześniej gra wzbudziła zainteresowanie, wynikiem czego było wspólne szkolenie. W tym samym roku rozpoczęto w Poznaniu treningi grupy młodzieży, a od 1993 r. sportowcy zaczęli brać udział w cyklicznych turniejach boccii „Malmö Open” w Szwecji.

W 1994 r. dzięki staraniom działaczy powstały pierwsze materiały szkoleniowe, a także zaczęto produkować w Polsce pierwsze komplety bil do gry.

W 2002 r. turniej boccii został włączony do programu I Otwartych Mistrzostw Osób Niepełnosprawnych przez Polski Komitet Paraolimpijski.

W latach 2009–2014 Polski Komitet Paraolimpijski i PFRON sfinansował cykle kursów doskonalących system boccii, czego efektem było wyszkolenie nowych instruktorów i sędziów.

W 2015 r. po wydaniu zgody przez Ministra Sportu i Turystyki dyscyplina przyjęła formę organizacyjną polskiego związku sportowego. Polski Związek Boccii stał się pierwszym w kraju całkowicie samodzielnym i niezależnym związkiem sportu paraolimpijskiego, został też członkiem światowej federacji BISFed i PKPar.

Od 2010 r. rozgrywane są mistrzostwa Polski, reprezentacja narodowa rywalizuje podczas mistrzostw świata, Europy i walczy o kwalifikacje do igrzysk paraolimpijskich.



Na pierwszym planie, od lewej, reprezentanci polski w boccii: Damian Iskrzycki, Edyta Owczarz, Kinga Koza

Boccia posiada duże walory sportowo-rehabilitacyjne, sprawdza się też jako gra integracyjna. Kształtując sprawność fizyczną, daje możliwość współdziałania w grupie w atmosferze tolerancji i poszanowania inności fizycznej. Zasady gry są proste, nie stawiają graczom ograniczeń wiekowych czy sprawnościowych.

Po raz pierwszy w historii na Igrzyskach Paralimpijskich w Paryżu w 2024 r. Polacy mieli swoją reprezentację w tej dyscyplinie. Kwalifikacje uzyskali: Damian Iskrzycki, Edyta Owczarz, wraz z operatorami rampy Dariuszem Borowskim i Krystyną Owczarz, oraz Kinga Koza. Najlepszą pozycję wywalczył Damian Iskrzycki w konkurencji indywidualnej, zajmując czwarte miejsce (przegrywając po dogrywce z sześciokrotnym medalistą paralimpijskim i byłym mistrzem świata, Grekiem Grigoriosem Polychronidisem).

Debiut na igrzyskach już za Polakami, zawodnicy zrobią wszystko, aby wystartować za cztery lata w Los Angeles i zająć dobre pozycje.

Rozmowa z Mieczysławem Nowakiem trenerem kadry narodowej boccii

Iwona Tabaczek-Bejster

– Skąd wzięło się u Pana zainteresowanie tą dyscypliną sportu?

Mieczysław Nowak

– Moja córka choruje na dziecięce porażenie mózgowie. Początkowo boccie traktowałem jako doskonałą formę rehabilitacji dla córki i innych podopiecznych Stowarzyszenia na rzecz Dzieci i Dorosłych z Mózgowym Porażeniem Dziecięcym „Żurawinka” w Poznaniu, którego od lat jestem wiceprezesem. Później nawiązałem współpracę ze Sportowym Stowarzyszeniem Inwalidów „Start” w Poznaniu i wtedy zająłem się profesjonalnie tą dyscypliną

I.T.B.

– Jak długo jest Pan trenerem kadry narodowej?

M.N.

– Praktycznie od początku istnienia Polskiego Związku Boccii, czyli od 2015 r. Moim marzeniem

było, aby reprezentanci Polski wystartowali na igrzyskach i w tym roku udało się to zrealizować.

I.T.B.

– Jadąc na igrzyska, liczył Pan na zdobycie medalu przez zawodników?

M.N.

– Po cichu liczyliśmy na dobre miejsca. Spotykaliśmy się podczas różnych zawodów ze światową czołówką zawodników, a przed samymi igrzyskami udało się zorganizować w Wągrowcu sparing z reprezentantami Anglii, Niemiec i Czech. Z wyników tych spotkań można było wywnioskować, że jesteśmy w stanie z powodzeniem nawiązać rywalizację z najlepszymi.

I.T.B.

– Było bardzo blisko do zdobycia brązowego medalu.

M.N.

– Tak, Damian Iskrzycki przegrał medal o przysłowiowy włos. Widzieliśmy już ten medal, zabrakło milimetrów. Grecy w pewnym momencie byli pewni, że przegrali ten mecz. Szkoda, zwłaszcza wtedy, jeśli przegrana jest minimalna. Zawodnicy skarżyli się na nierówne podłoże, ale wszyscy mieli te same warunki.

I.T.B.

– Jak wygląda finansowanie zawodników?

M.N.

– Udział w zawodach kadry narodowej finansowany jest ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki. Na co dzień zawodnicy trenują w klubach i to kluby zapewniają trenerów, halę i sprzęt. Jeśli zawodnik zajmie jedno z miejsc w pierwszej ósemce na igrzyskach paralimpijskich, mistrzostwach świata czy mistrzostwach Europy, otrzymuje stypendium. W Paryżu warunek ten oprócz Damiana Iskrzyckiego spełniła też Edyta Owczarz. Stypendium służy między innymi do pozyskania lepszego sprzętu.

I.T.B.

– Czy zawodnicy muszą mieć jakieś specjalne bile, czy nie ma to większego znaczenia?

M.N.

– Na wysokim poziomie sportowym zawodnicy mają bile dostosowane do swoich indywidualnych preferencji. Ważne są odpowiednie bile i powierzchnia, na której toczy się gra, oraz doświadczenie, które zdobywa się po wielu latach treningu. Trzeba dodać, że w tej chwili nasi zawodnicy dysponują już sprzętem światowej klasy.

I.T.B.

– Spełniło się Pana marzenie – udział w igrzyskach. Jakie cele wyznacza Pan sobie na najbliższy czas?

M.N.

– Na początku, gdy zaczynano w Polsce uprawiać tę dyscyplinę, nie mieliśmy żadnych wzorców, wyjeżdżaliśmy do innych krajów podpatrzeć, jak grają tamtejsi zawodnicy, jakim sprzętem dysponują, dopytać o ich trening. Aktualnie moim marzeniem są wyjazdy z kadrą narodową na sparingi do krajów azjatyckich, np. do Korei, bo teraz w tej dyscyplinie królują właśnie Azjaci.

I.T.B.

– Jak Pan myśli, czym jest to spowodowane?

M.N.

– Zawodnicy z Azji mają inny system treningowy. Trenują codziennie przez cały tydzień. Nasi reprezentanci codziennie trenują na zgrupowaniach, a w ciągu roku u siebie w klubach 2–3 razy w tygodniu. Myślę, że tu tkwi problem.

I.T.B.

– Czy mamy w Polsce dużo młodych, rokujących na przyszłość zawodników?

M.N.

– Jest kilku młodych, dobrze zapowiadających się sportowców, ale przed nimi jeszcze bardzo dużo pracy, a do tego, jak dobrze wiemy, potrzebna jest wytrwałość.

I.T.B.

– Jeszcze raz gratuluję dobrych wyników w Paryżu i dziękuję za rozmowę.

M.N.

– Dziękuję.

Bibliografia

Rozmowa z Mieczysławem Nowakiem z dnia 7.11.2024

<https://www.paralympic.org/news/sport-week-history-boccia>

<https://aktywnirazem.eurobeskidy.org.pl/>

<https://www.worldboccia.com/2024/07/18/boccia-1984-to-2024/>

<https://www.sortiraparis.com/pl/>

<https://www.parasportowcy.pl/>

<https://www.worldboccia.com/>

Letnie Igrzyska Paralimpijskie Paryż 2024. Droga do Paryża, Polski Komitet Paralimpijski 2024.

Tenis – osiągnięcia reprezentantów Polski w paratenisie stołowym (1996–2024)

dr hab. Iwona Tabaczek-Bejster,
prof. UR

Wydawać by się mogło, że tenis stołowy ma swoje korzenie w Chinach, gdyż zawodnicy reprezentujący ten kraj od wielu lat królują w tej dyscyplinie sportu. Jednak ojczyzną współczesnego

tenisa stołowego jest Wielka Brytania, gdzie na początku lat 80. XIX w. uznano go za alternatywę dla tenisa ziemnego. W 1926 r. powołana została Międzynarodowa Federacja Tenisa Stołowego (International Table Tennis Federation – ITTF), a pierwszy międzynarodowy turniej odbył się w styczniu 1926 r. w Berlinie.

W programie igrzysk paraolimpijskich tenis stołowy jest od samego początku ich rozgrywania, to znaczy od igrzysk w Rzymie w 1960 r. (brali udział tylko zawodnicy poruszający się na wózkach). W 1976 r. na igrzyska paraolimpijskie wprowadzono zawodników stojących po amputacjach i z innymi schorzeniami narządu ruchu, natomiast w 1980 r. zawodników z porażeniami. Ciekawostką jest to, że w programie igrzysk paraolimpijskich tenis stołowy znalazł się dużo wcześniej niż na igrzyskach olimpijskich, na tych drugich rywalizację w tej dyscyplinie rozpoczęto dopiero w 1988 r. podczas igrzysk w Seulu.

Zawodnicy rywalizują przy stole do trzech wygranych setów. Gra toczy się do 11 punktów, wymagana jest jednak różnica dwóch punktów, co prowadzi często do gry na przewagi.

Sprzęt używany w paratenisie to wózki inwalidzkie, protezy kończyn dolnych, protezy kończyn górnych z rakieta, które są zakładane na kikut, jeżeli zawodnik nie ma dłoni, kule łokciowe. Wysokość siedziska, oparcia i użycie hamulców w wózkach zależy od kategorii niepełnosprawności.

Natalia Partyka i Karolina Pęk



Sukcesy Polaków na igrzyskach paralimpijskich w tenisie stołowym

Pierwszy medal dla Polski – brązowy – w tenisie stołowym wywalczyła w klasie 10 Krystyna Jagodzińska w Atlancie w 1996 r. Na następnych Igrzyskach Paralimpijskich w Sydney w 2000 r. złoty medal wywalczył Piotr Skrobut w klasie 11, który w finale pokonał kolegę z reprezentacji, Tomasza Wojtasa.

W Atenach w 2004 r. pierwszy swój medal zdobyła Natalia Partyka, triumfowała w klasie 10, a wspólnie z Krystyną Jagodzińską, Małgorzatą Grzelak oraz Mirosławą Turowską wywalczyły srebrny medal w rywalizacji drużynowej (połączone klasy 6–10). Srebrny medal zdobyli również w rywalizacji drużynowej Adam Jurasz i Mirosław Kowalski (klasy 6–7).

Podczas Igrzysk Paralimpijskich w Pekinie w 2008 r. Natalia Partyka powtórzyła swój sukces, zdobywając złoty medal w grze pojedynczej, a srebrny wywalczyła w grze drużynowej z Małgorzatą Grzelak (klasy 6–10). Srebrny medal zdobył też Piotr Grudzień (klasa 8).

Duże sukcesy polscy tenisiści odnieśli podczas Igrzysk Paralimpijskich w Londynie w 2012 r., skąd przywieźli pięć medali. W grze indywidualnej zwyciężyła Natalia Partyka, zdobywając trzeci złoty medal w karierze. W tej samej klasie 10 triumfował Patryk Chojnowski. Mistrzami paralimpijskimi zostali również w rywalizacji drużynowej Piotr Grudzień z Marcinem Skrzyneckim (klasy 6–8). Drugą pozycję zajęli panowie Patryk Chojnowski i Sebastian Powroźniak (klasy 9–10), a brązowy medal w rywalizacji drużynowej dorzuciły panie Natalia Partyka, Alicja Eigner, Małgorzata Jankowska i Karolina Pęk.

W Rio de Janeiro Polacy wywalczyli osiem medali. Dwa złote zdobyła Natalia Partyka, w singlu oraz drużynowo razem z Karoliną Pęk i Katarzyną Marszał (klasa 6–10). Medale srebrne wywalczyli Krystyna Siemieniecka (klasa 11), Patryk Chojnowski i Rafał Czuper (zawodnik na wózku klasa 2). Na najniższym stopniu podium stanęli Karolina Pęk, Piotr Grudzień i drużyna: Patryk Chojnowski, Piotr Grudzień, Marcin Skrzynecki (klasa 9–10).

Podczas igrzysk w Tokio w 2020 r. polscy tenisiści po raz kolejny nie zawiedli, zdobywając siedem medali. Patryk Chojnowski wywalczył złoto w grze indywidualnej (klasa 10), Natalia Partyka i Karolina Pęk zdobyły drużynowo medal tego

samego koloru (klasa 9–10), a Rafał Czuper (klasa 2) medal srebrny. Indywidualnie brązowe medale wywalczyli Natalia Partyka, Karolina Pęk i Maksym Chudzicki (klasa 7), a drużynowo Rafał Czuper z Tomaszem Jakimczukiem (klasa 1–2).

Z Igrzysk Paralimpijskich w Paryżu w 2024 r. tenisiści przywieźli osiem medali. Patryk Chojnowski wywalczył dwa złote krążki, w grze indywidualnej (klasa 10) i w deblu z Piotrem Grudniem (MD 18). Kolejne złota zdobyli Karolina Pęk w singlu (W 9) i Rafał Czuper również w singlu. Natalia Partyka wywalczyła srebro w singlu (WD 10) oraz brąz w deblu wraz z Karoliną Pęk. Również brązowe medale zdobyli w mikście Karolina Pęk i Piotr Grudzień oraz Dorota Bucław w singlu (WS1–2).

Sylwetki wybranych paralimpijczyków

Natalia Partyka urodziła się w 1989 r. w Gdańsku, przygodę z tenisem stołowym rozpoczęła w wieku 7 lat (urodziła się bez prawego przedramienia). Jest najbardziej utytułowaną zawodniczką igrzysk paralimpijskich wśród reprezentantów Polski. Brała w nich udział siedem razy: Sydney (2000), Ateny (2004), Pekin (2008), Londyn (2012), Rio de Janeiro (2016), Tokio (2020), Paryż (2024). W swojej karierze zdobyła 12 medali (6 złotych, 3 srebrne i 3 brązowe). Zawodniczka w igrzyskach paraolimpijskich pierwszy raz wzięła udział w Sydney w 2000 r. (mając 11 lat). Cztery lata później w Atenach zdobyła złoty medal w grze pojedynczej, powtórzyła swój sukces w Pekinie, Londynie i Rio de Janeiro. Stała się symbolem paralimpijskiego sportu. Dowiodła, że można przełamać bariery niepełnosprawności poprzez rywalizację z tenisistkami pełnosprawnymi. Brała czterokrotnie udział w igrzyskach olimpijskich, w Pekinie (2008), Londynie (2012), Rio de Janeiro (2016) i Tokio (2020).

Kilkanaście miesięcy przed igrzyskami podjęła decyzję, że rezygnuje ze startów w kadrze pełnosprawnych i walki o medale w igrzyskach olimpijskich w 2024 r. Było to dla niej trudne, ale zapewniło nieco więcej wolnego czasu i możliwość koncentracji tylko na igrzyskach paralimpijskich.

Trzeba podkreślić, że Natalia Partyka była jednym z niewielu sportowców z niepełnosprawnością startujących zarówno na igrzyskach paraolimpijskich, jak i na igrzyskach olimpijskich.



Dorota Bućław z trenerem Markiem Biernatem

Obecnie startuje w lidze czeskiej, jest zawodniczką SKST Hodonin, współpracuje z trenerem reprezentacji Czech. Zajmuje 59. miejsce w światowym, 31. w europejskim i 2. w narodowym rankingu Międzynarodowej Federacji Tenisa Stołowego (ITTF).

W rozmowie z Michałem Olszańskim (dziennikarzem radiowym i telewizyjnym) dla Radia 357 z marca 2024 r. wygłosiła swój przekaz do wszystkich osób z niepełnosprawnościami: *Moja historia bardzo dobrze pokazuje to, że możemy osiągnąć bardzo dużo. Na moim przykładzie widać, że coś z pozoru niemożliwego do osiągnięcia po jakimś czasie okazuje się możliwe. Wiadomo, że jak przyszłam w wieku 7 lat pierwszy raz na salę pingpongową, to myślę, że niewiele osób wróżyło mi sukcesy, ale dano mi szansę, mogłam trenować. Miałam szczęście do ludzi, których spotkałam po drodze, ktoś zauważył mój potencjał. Nigdy swojej niepełnosprawności nie postrzegałam jako bariery.*

Karolina Pęk urodziła się w 1998 r. w Nowej Dębie, tenis stołowy zaczęła uprawiać w wieku 10 lat, urodziła się z niepełnosprawną ręką. Uczęszczała do szkoły podstawowej w Tarnobrzegu i tam rozpoczęła treningi. Jej pierwszym trenerem był były zawodnik Siarki Tarnobrzeg Jerzy Baran. Następnie została zawodniczką Integrycyjnego Klubu Sportowego Jezioro Tarnobrzeg. Oprócz rywalizacji niepełnosprawnych od sezonu 2014–2015 reprezentuje również Klub Sportowy Bronowianka II Kraków (1 liga kobiet). Mimo swej niepełnosprawności nigdy nie czuła się „gorsza”. Gdy była dzieckiem, tenis stołowy wydawał jej się nudny, wolała piłkę nożną.

W swojej karierze zdobyła osiem medali igrzysk paralimpijskich (trzy złote i pięć brązowych) Brała udział w igrzyskach w Londynie 2012, Rio de Janeiro 2016, Tokio 2020 i Paryżu 2024. Jej największym autorytetem sportowym jest Natalia Partyka, a zaraz potem Cristiano Ronaldo, dlatego że ciężką pracą osiągnął

sportowe szczyty. Uważa, że nie miała wybitnego talentu do uprawiania tenisa stołowego, a wyniki, które osiągnęła, zawdzięcza ciężkiej, sumiennej pracy i samodyscyplinie. Bardzo sobie ceni 10-letnią współpracę z chińskim trenerem polskiej kadry Kaiem Xu, uważa, że bez niego nie osiągnęłaby tak wiele. Zdobyć złoto tego medalu prognozowane było na igrzyska w Los Angeles, ale udało się to osiągnąć 4 lata wcześniej. Planuje przeprowadzkę z Gdańska do Czech, gdzie trenuje Kai Xu, aby przygotować się do walki o medale paralimpijskie w Los Angeles. Dodaje, że świetne wyniki tenisistów stołowych w Paryżu to nie przypadek, ale profesjonalna organizacja przygotowań. Główny trener kadry, Andrzej Ochal, zadbał o doskonałe warunki treningów. Przed igrzyskami tenisисти trenowali w Gdańsku i Czechach, a ona i Natalia Partyka trenowały też w Singapurze.

Jej największym marzeniem jest wygrać z Natalią Partyką.

Dorota Buclaw urodziła się w 1977 r. w Solcu Kujawskim. Jest absolwentką Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy, gdzie ukończyła zarządzanie sportem i kulturą fizyczną. Od najmłodszych lat trenowała koszykówkę. Na skutek kontuzji w 1994 r. musiała zrezygnować z tej dyscypliny i rozpoczęła treningi tenisa stołowego w klubie Astoria Bydgoszcz. W 1999 r. doznała urazu rdzenia kręgowego podczas wypadku komunikacyjnego. Obecnie jest zawodniczką Integracyjnego Klubu Sportowego AWF w Warszawie. Trenuje w Bydgoszczy i reprezentuje Gwardię Bydgoszcz. Brała udział w Igrzyskach Paralimpijskich w Londynie 2012, Rio de Janeiro 2016, Tokio 2020 i Paryżu 2024. Zdobywała medale na mistrzostwach świata i Europy, podczas igrzysk w Tokio i Rio de Janeiro zabrakło jej niewiele do medalu. Upagniony krążek wywalczyła dopiero w Paryżu, choć jadąc na igrzyska, nie liczyła na miejsce na podium (ze względu na łączenie grup). Jeśli tylko jej zdrowie pozwoli, chciałaby wystartować podczas igrzysk w Los Angeles i poprawić wynik z Paryża. Po „nacieszeniu” się zdobytym medalem chowa go, aby mieć motywację do dalszego treningu. Tak też stanie się z brązowym krążkiem przywiezionym z Paryża.



Źródło: <https://www.paralympic.org/paris-2024/about-us>

Nadal pasjonuje się koszykówką, ogląda ligę NBA. Jej drugą pasją jest turystyka, zwiedziła już wiele państw, ale jako osoba poruszająca się na wózku często boryka się z barierami architektonicznymi. Jej marzeniem jest podróż do Kapsztadu (RPA), do Meksyku i na Kubę.

Bardzo ceni sobie kontakty z ludźmi, uważa, że od każdego można się czegoś nauczyć. Nie wyobraża sobie, że mogłaby być osobą nieaktywną.

Patryk Chojnowski urodził się w 1990 r. w Świdniku. Jest zawodnikiem KIS Start Szczecin. W dzieciństwie był ofiarą ciężkiego wypadku samochodowego, groziła mu amputacja nogi. Jak sam mówi, gdyby nie wypadek, zajmowałby się koszykówką lub siatkówką. W swojej karierze zdobył siedem medali igrzysk paralimpijskich (cztery złote, dwa srebrne i jeden brązowy).

Brał udział w Igrzyskach Paralimpijskich w Londynie 2012 (złoty medal, srebrny drużynowo), w Rio de Janeiro 2016 (srebrny medal, brązowy drużynowo), Tokio 2020 (złoty medal), Paryżu (dwa złote medale). Mimo niepełnosprawności z powodzeniem rywalizował również w mistrzostwach Polski, był mistrzem Polski seniorów, dwa razy zajmował też drugie miejsce. Kilkanaście razy zdobył mistrzostwo świata i Europy, startował też w parze z Natalią Partyką.



Patryk Chojnowski



Rafał Czuper

Rafał Czuper urodził się w 1988 r. w Raczkach (woj. podlaskie). Zawodnik klubu sportowego Podlaskiego Stowarzyszenia Sportowego Osób Niepełnosprawnych „Start” Białystok. Był klasyfikowany na drugiej pozycji w światowym rankingu Międzynarodowego Komitetu Tenisa Stołowego Niepełnosprawnych (IPTTC). Zawodnik porusza się na wózku w związku z przebytym wypadkiem komunikacyjnym. Uczestniczył w letnich igrzyskach paralimpijskich, w Rio de Janeiro 2016 (srebrny medal), w Tokio 2020 (srebrny medal, brązowy medal drużynowo)

oraz w Paryżu (2024), gdzie wywalczył złoto. Jak mówi, jechał na igrzyska z nastawieniem, że zdobędzie medal, gdyż był klasyfikowany jako drugi zawodnik w rankingu światowym. Oczekiwania te były więc realne. Był bardzo dobrze przygotowany, przepracował bez przeszkód cały okres przygotowawczy. Zapewnia, że zawodnicy mają zagwarantowane warunki do treningu na najwyższym poziomie. Unika gry z osobami pełnosprawnymi, gdyż gra na siedząco ma inną specyfikę, jest szybsza, charakteryzuje ją inna parabola lotu piłki. Planuje start jeszcze w minimum jednych igrzyskach, z zastrzeżeniem, że jeśli pozwolą mu na to warunki zdrowotne. Jest fanem sportu, bardzo lubi oglądać zawody sportowe. Pasjonuje go tenis ziemny, interesuje się też motoryzacją, lubi szybkie samochody i nowinki techniczne. Uważa, że aby osiągnąć sukces w sporcie, konieczna jest wytrwałość i systematyczność, czas i nauka na własnych błędach.

Jednym z trenerów kadry Polski tenisistów stołowych jest **Feliks Kordyś**, jego podopieczni podczas Igrzysk Paralimpijskich w Tokio zdobyli dwa medale (Rafał Czuper indywidualnie srebrny oraz drużynowo Rafał Czuper z Tomaszem Jakimczukiem brązowy), a w Paryżu Rafał Czuper wywalczył złoto. Trzeba wspomnieć, że Feliks Kordyś prowadzi w Uniwersytecie Rzeszowskim sekcję tenisa stołowego dla studentów z niepełnosprawnościami i przygotowuje ich do Integracyjnych Mistrzostw Polski AZS, z których przywożą medale.

Bibliografia

- Duński W., *Od Paryża do Sydney 1924–2000*, Polski Związek Sportu Niepełnosprawnych „Start”, Warszawa 2001.
- „Medycyna, Dydaktyka, Wychowanie” Warszawski Uniwersytet Medyczny, Warszawa 2020, nr 7–8
- Od Rzymu do Aten 1960–2004. Polacy na Igrzyskach Paraolimpijskich*, Polski Komitet Paraolimpijski, Warszawa 2005.
- Szaj R., *Droga do Tokio. XVI Letnie Igrzyska Paraolimpijskie Tokio 2020*, Polska Fundacja Paraolimpijska. Elbląg, Truszczyń 2021.



Natalia Partyka i Karolina Pęk

Relacje

Relacja ustna Feliksa Kordysia z dnia 16.10.2024

Relacja ustna Doroty Buław z dnia 10.11.2024.

Relacja ustna Rafała Czupera z dnia 12.11.2024

Źródła internetowe

<https://paralympic.org.pl>

<https://www.polsatsport.pl/wiadomosc/2024-09-08/w-wieku-siedmiu-lat-mial-wypadek-dzis-jest-wielokrotnym-medalista/>

<https://www.niepelnosprawni.pl/ledge/x/2443953;jsessionid=F86D21F9ADA0FD5CE03A642B-43C81E92>

<https://olimpijski.pl/olimpijczycy/natalia-partyka/>

https://sport.interia.pl/sport-paralimpijski/news-natalia-partyka-odpuszcza-igrzyska-olimpijskie-podjelam-swia,nld,7440605#google_vignette

<https://www.youtube.com/watch?v=K1t5V56x-pel>

https://x.com/radio_357/status/1771914879345299795

https://www.youtube.com/watch?v=GAUeg_PPunM

<https://zlotowskie.pl/artykul/oko-w-oko-z-mistrzynia-n1243602>



„Dusza w ruchu: Kreacja trójwymiarowych postaci”

mgr Anna Kamycka

Kolegium Nauk Humanistycznych UR, Instytut Sztuk Pięknych, Zakład Rysunku i Kształtowania Przestrzeni. Prowadzi zajęcia z Grafiki 3D w Instytucie Sztuk Pięknych UR oraz tworzy projekty komercyjne. Specjalizuje się w tworzeniu modeli 3D i druku 3D.

Prezentujemy pracę magisterską absolwentki kierunku: sztuki wizualne, Pani Jadwigi Połec, zatytułowaną *Dusza w ruchu. Kreacja trójwymiarowych postaci* poświęconą tematyce sportu osób z niepełnosprawnościami, wykonaną w pracowni dyplomowej Formy Projek-

towe i Multimedia, pod opieką dr hab. prof. UR Agnieszki Jankowskiej oraz mgr Anny Kamyckiej.

Na potrzeby pracy postawione zostały pytania:

– Czy łatwo jest zrozumieć w pełni sprawnemu fizycznie człowiekowi trudności, jakie napotyka na co dzień osoba z niepełnosprawnością, np. ruchową?

– Czy fizyczne ograniczenia tylko negatywnie wpływają na pragnienie uczestnictwa w wydarzeniach sportowych? A może wręcz przeciwnie, obiektywne trudności budują postawę zachęcającą do pracy nad swoim ciałem i umysłem? Trud treningów, katorżniczy wysiłek tworzą niesamowitego sportowca panującego nad ciałem i duchem?



– Czy możliwe jest stworzenie wizualnego przekazu hartu ducha istoty ludzkiej, której los nie pozwolił w pełni cieszyć się fizyczną sprawnością?

W swojej pracy dyplomowej studentka nawiązała do motywu igrzysk paralimpijskich, który stanowi o doskonałości ludzkiej duszy nad fizycznymi ograniczeniami ciała. Autorka projektu ujęła swoje założenia zdaniem „Moja intencja nie polega na badaniu ruchu, ale na zrozumieniu ruchu duszy”.

Pani Jadwiga Połec stworzyła animację przy zastosowaniu wielu specjalistycznych programów do grafiki komputerowej. Wykreowała

trójwymiarowy stadion oraz poruszające się postaci sportowców z niepełnosprawnościami: biegaczy, koszykarza, ciężarowca, piłkarza i pływaka. Posługując się różnymi rodzajami oświetlenia, stworzoną specjalnie na potrzeby animacji muzyką oraz dzięki zastosowaniu wielu dynamicznych ujęć, opracowała spójny przekaz. Odbiorca dzieła wydaje się towarzyszyć sportowcom w ich zmaganiach, staje się świadkiem ich aktywności.

Link do animacji:

<https://youtu.be/MiBH9Cg-fo0>



Co nowego w prawie?

dr Ewa Bonusiak

Kolegium Nauk Społecznych UR, Instytut Nauk Prawnych. Radca prawny, konsultant ds. osób z niepełnosprawnością w Kolegium Nauk Społecznych UR. Zainteresowania naukowe koncentruje wokół prawnych form działania administracji publicznej, w szczególności umów publicznoprawnych.

1. Zmiany w wysokości świadczenia wspierającego

Świadczenie wspierające jest wprowadzane stopniowo i od 1 stycznia 2025 r. będzie wypłacane nowej grupie osób¹. Nastąpi również zmiana jego wysokości. Przyznawane jest osobom niepełnosprawnym wymagającym wsparcia i służy częściowemu pokryciu wydatków związanych z zaspokajaniem ich szczególnych potrzeb życiowych. Aby otrzymać świadczenie wspierające, trzeba mieć ukończone 18 lat, posiadać orzeczenie o niepełnosprawności oraz decyzję ustalającą poziom potrzeby wsparcia mieszczący się w przedziale 70–100 punktów. Od 1 stycznia 2025 r. nastąpi realizacja drugiego etapu wprowadzania świadczenia, tj. dla osób z poziomem potrzeby wsparcia mieszczącym się w przedziale 78–86 punktów. Jego wysokość uzależniona jest od wysokości renty socjalnej, która w 2024 r. wynosi 1780,96 zł. Zakładając, że waloryzacja świadczeń wyniesie 5,52 proc., to od 1 marca 2025 r. będzie to 1879,27 zł. W związku z powyższym miesięczna wysokość świadczenia wspierającego wyniesie:

- 1) 220 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 95 do 100 punktów,
- 2) 180 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 90 do 94 punktów,

¹ Ustawa z dnia 7 lipca 2023 r. o świadczeniu wspierającym, Dz.U. 2023, poz. 1429.

- 3) 120 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 85 do 89 punktów,
- 4) 80 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 80 do 84 punktów,
- 5) 60 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 75 do 79 punktów,
- 6) 40 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 70 do 74 punktów.

Oznacza to, że na wypłatę świadczeń poczekają jeszcze osoby, którym przysługuje 40% renty socjalnej i część osób, którym przysługuje 60%. Dokładne kwoty prezentują się następująco:

- 1) od 1 stycznia do 1 marca 2025 r. osoby z niepełnosprawnością otrzymają:
 - 220 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 95 do 100 punktów – 3918 zł,
 - 180 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 90 do 94 punktów – 3383 zł,
 - 120 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 85 do 89 punktów – 2256 zł,
 - 80 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 80 do 84 punktów – 1425 zł,
 - 60 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 75 do 79 punktów – 1069 zł.
- 2) Natomiast od 1 marca 2025 r. najprawdopodobniej będzie to:
 - 220 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 95 do 100 punktów – 4135 zł,
 - 180 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 90 do 94 punktów – 3207 zł,
 - 120 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 85 do 89 punktów – 2138 zł,
 - 80 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 80 do 84 punktów – 1504 zł,
 - 60 proc. renty socjalnej – potrzeba wsparcia na poziomie od 75 do 79 punktów – 1128 zł.

Aby móc złożyć do ZUS wnioski o świadczenie wspierające, konieczne jest posiadanie decyzji ustalającej poziom potrzeby wsparcia. Dopiero po uzyskaniu tej decyzji możemy złożyć wnioski o świadczenie wspierające do ZUS. Co waż-

ne, wysokość świadczenia wspierającego oraz możliwość jego uzyskania nie zależy od dochodu osoby z niepełnosprawnością lub dochodu rodziny, w której mieszka. Można je też pobierać bez żadnych limitów dotyczących pracy zawodowej. Świadczenie wspierające jest też przyznawane niezależnie od tego, czy pobieramy emeryturę lub rentę.

2. Nowe świadczenie od 1 stycznia 2025 r.

Dodatek dopełniający to nowe świadczenie wprowadzone² nowelizacją ustawy z dnia 27 czerwca 2003 r. o rencie socjalnej³ z dniem 1 stycznia 2025 r. Wskazane świadczenie w wysokości 2520 zł miesięcznie przysługiwać będzie osobie uprawnionej do renty socjalnej, będącej całkowicie niezdolną do pracy oraz do samodzielnej egzystencji. Dodatek przyznany zostanie na wniosek osoby uprawnionej lub jej przedstawiciela ustawowego i będzie wypłacany z rentą socjalną. Zgodnie z ustawą kwota dodatku dopełniającego będzie rewaloryzowana corocznie 1 marca. Ma on na celu wspieranie najbardziej potrzebujących osób z niepełnosprawnościami, a w przyszłości grupa uprawnionych ma ulec rozszerzeniu. Warto dodać, że dodatek dopełniający nie będzie wliczał się do kwoty renty socjalnej i nie wpłynie na wysokość świadczenia wspierającego.

3. Mieszkanie dla Absolwenta

Mieszkanie dla Absolwenta to program dofinansowania wynajmu mieszkań w celu poszukiwania pracy i rozpoczęcia zatrudnienia dla osób posiadających orzeczenie o niepełnosprawności. Projekt realizuje PFRON w ramach programu „Samodzielność–Aktywność–Mobilność”. Skierowany jest on do pełnoletnich absolwentów, którzy w ciągu ostatnich 3 lat ukończyli naukę, i osób, które nie są absolwentami, ale opuściły rodzinę zastępczą, rodzinny dom dziecka lub placówkę opiekuńczo-wychowawczą oraz posiadają orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności. Ze wsparcia mogą także skorzystać osoby, które rozpoczęły już pracę lub aktualnie jej poszukują zarówno w miejscu swojego zamieszkania, jak i poza nim. Ponadto nie

mogą one posiadać własnościowego mieszkania lub prawa do spółdzielczego lokalu mieszkalnego w miejscowości realizowania aktywności zawodowej. Wysokość dofinansowania jest zależna od lokalizacji wynajmowanego mieszkania oraz tego, czy osoba z orzeczeniem o niepełnosprawności porusza się z pomocą wózka inwalidzkiego. Warto dodać, że z upływem 60 miesięcy kwota wsparcia ulega stopniowemu obniżaniu i wynosi:

- od 1. do 24. miesiąca – 100% kosztów najmu;
- od 25. do 42. miesiąca – 70% kosztów najmu;
- od 43. do 60. miesiąca – 40% kosztów najmu.

Program jest realizowany przez samorządy powiatowe we współpracy z Państwowym Funduszem Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Wniosek wraz z wymaganymi załącznikami można złożyć za pośrednictwem Systemu Obsługi Wsparcia pod adresem <https://sow.pfron.org.pl>. Składanie wniosków odbywa się w formie elektronicznej.

4. Prace nad projektem zmian systemu orzekania o niepełnosprawności

Trwają prace nad nowym zintegrowanym i kompleksowym systemem orzekania o niepełnosprawności finansowanym ze środków Funduszy Europejskich dla Rozwoju Społecznego 2021–2027 (FERS). Planowany system orzekania o niepełnosprawności ma być oparty na Międzynarodowej Klasyfikacji Funkcjonowania, Niepełnosprawności i Zdrowia (ICF) oraz na postanowieniach Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych. Jego podstawowym celem jest uproszczenie procedur i skrócenie formalności. Obecnie w Polsce istnieje sześć systemów orzekania o niepełnosprawności: cztery w sprawie uprawnień do świadczeń rentowych (ZUS, KRUS, MSWiA, MON), piąty w sprawie stopnia niepełnosprawności w powiatowych i miejskich zespołach orzeczniczych i szósty, który dotyczy kształcenia specjalnego. Pierwotnie Międzyresortowy Zespół do spraw Opracowania Systemu Orzekania o Niepełnosprawności oraz Niezdolności do Pracy miał doprowadzić do scalenia funkcjonujących odrębnych systemów, aby je ujednoczyć i stworzyć jedną centralną instytucję orzeczniczą. Obecnie ministerstwo zapowiedziało, że przy projektowaniu nowego modelu funkcje rentowe i pozarentowe zostaną oddzielone. Projekt przewiduje m.in. weryfikację ważności orzeczeń oraz wprowadzenie nowych terminów ich

² art. 6a dodanym przez art. 1 pkt 3 ustawy z dnia 27 września 2024 r., Dz.U. 2024, poz. 1615.

³ Tekst jedn. Dz.U. 2023, poz. 2194.

rozpatrywania. Jednym z kluczowych rozwiązań jest wprowadzenie systemu informatycznego, który ułatwi weryfikację orzeczeń o niepełnosprawności. Umożliwi on kontrolę ważności orzeczenia np. przy sprawdzaniu ulg w środkach transportu. Osoby z niepełnosprawnością nie będą musiały przedstawiać kilku dokumentów, co uprości korzystanie z przysługujących im przywilejów. Ponadto zmienione będą zasady dotyczące terminów rozpatrywania wniosków – do 3 miesięcy w I instancji oraz 2 miesięcy w II instancji, co ma usprawnić pracę zespołów orzekających. Projektowane przepisy przewidują również pełny dostęp do miejsc publicznych dla osób z psem asystującym, co nie zawsze było możliwe i respektowane w przeszłości. Zdecydowanie ułatwi to osobom z niepełnosprawnością poruszanie się po różnych instytucjach.

5. Prace nad ustawą o asystencji osobistej

Do wykazu prac legislacyjnych Rady Ministrów trafił projekt ustawy o asystencji osobistej, który wprowadza większy niż obecnie wymiar godzin asystencji, a także możliwość ustalenia prawa do wsparcia na kilka lat, a nie wyłącznie na rok. Takim wsparciem objętych zostanie ponad 100 tys. osób z niepełnosprawnością i kilkaset tysięcy ich bliskich. Planowane rozwiązania określają grupę docelową, sposób ustalania wymiaru wsparcia, sposób zapewnienia dostępności do usługi, niezbędne kompetencje osób wykonujących asystencję oraz mechanizmy organizacji, finansowania i kontroli jej wykonywania. Ponadto wskazany zostanie katalog podmiotów ją realizujących i zobowiązanych do realizacji zadań ustawowych.

W projekcie wprowadzone będą rozwiązania umożliwiające kierowanie usługi adekwatnie do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Wykorzystany zostanie system oceny potrzeby wsparcia występujący na gruncie ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych, uzupełniony o niezbędne dodatkowe elementy potrzebne do ustalenia liczby godzin asystencji dla danej osoby. Obowiązek zapewnienia form realizacji asystencji będzie spoczywać na samorządzie powiatu, do którego zgłosi się osoba uprawniona.

Kluczowym elementem projektu jest możliwość wyboru przez osobę z niepełnosprawno-



Obóz letni BON, Wierchomla

ścią podmiotu i osoby, która będzie świadczyć dla niej usługę asystencji. Będzie mogła wybrać asystenta spośród znanych jej osób bądź proponowanych przez organizację pozarządową czy powiat. W tym drugim przypadku każdorazowo będzie miała prawo wyboru asystenta spośród co najmniej dwóch osób wskazanych przez te podmioty. Dodatkowo projektowana ustawa wprowadza wymagania dla asystentów obejmujące odpowiednie szkolenia i weryfikację posiadania kwalifikacji i kompetencji. Także podmioty świadczące usługi asystencji będą podlegały certyfikacji, która będzie nadzorowana przez wojewodów i Pełnomocnika Rządu do spraw Osób Niepełnosprawnych.



Obóz letni BON Dąbki, 2024

Wakacyjne wyjazdy z BON UR

dr hab. Iwona Tabaczek-Bejster,
prof. UR

Jak co roku podczas przerwy wakacyjnej Biuro ds. Osób z Niepełnosprawnościami Uniwersytetu Rzeszowskiego zorganizowało obozy sportowo-szkoleniowe dla studentów z niepełnosprawnościami i wolontariuszy UR.

Pierwszy obóz odbył się w dniach 13–20 lipca 2024 r. w Polańczyku. Studenci spędzali czas przede wszystkim w i na wodzie, gdzie odbywały się aktywności takie jak: pływanie na wodach otwartych, żeglarstwo, kajakarstwo, pływanie na deskach SUP i rowerach wodnych. Podczas tych zajęć ich uczestnicy byli szkoleni i asekurowani przez instruktorów WOPR-u i trenerów pływania, prof. UR Iwonę Tabaczek-Bajster



Obóz letni BON Wierchomla, 2024

oraz prezesa Bieszczadzkiego WOPR-u, mgr. Artura Szymańskiego. Jak co roku zapoznali się oni z zasadami bezpiecznego przebywania nad wodą oraz asekuracji osób przebywających w wodzie. Młodzież tradycyjnie już korzystała z bazy BWOPR w Polańczyku. Studenci odbyli wycieczkę pieszą na Połoninę Wetlińską, a osoby, które ze względów zdrowotnych nie mogły wziąć w niej udziału, uczestniczyły w leśnym rajdzie samochodowym. Rozegrany został również turniej w kręgle. Studenci mieli też możliwość skorzystania z jednej z nowych atrakcji Soliny – przejazdu nad zalewem kolejną gondolową oraz rejsu statkiem i łodziami o napędzie elektrycznym.



Obóz letni BON Dąbki, 2024





Obóz letni BON Wierchomla, 2024

Drugi obóz sportowy odbył się w dniach 3–10 sierpnia 2024 r. w Wierchomli niedaleko Piwnicznej w Beskidzie Sądeckim. Podczas obozu studenci wzięli udział w wycieczkach pieszych do górskiego schroniska turystycznego PTTK Bacówka nad Wierchomlą i do Krynicy-Zdroju połączonej z wizytą w pijalni wód mineralnych i wyjazdem na Jaworzynę Krynicką.

Obóz letni BON Wierchomla, 2024



Część uczestników wraz z opiekunami odbyło wędrowkę z Jaworzyny Krynickiej przez schronisko Bacówka do Wierchomli.

Niezwykle atrakcyjnym punktem obozu była wycieczka na rowerach elektrycznych trasą rowerową wiodącą brzegiem Popradu po słowackiej stronie: Piwniczna–Muszyna–Piwniczna. Studenci, którzy ze względów zdrowotnych nie jeżdżą na rowerze, wzięli udział w wycieczce do ogrodów sensorycznych w Muszynie. Oprócz wycieczek rowerowych i pieszych nie zabrakło innych aktywności, były to: zajęcia sportowe z tenisa ziemnego, badmintona, zajęcia z komunikacji interpersonalnej. Odbyły się też treningi i został rozegrany turniej w tenisie stołowym.

Ostatni wakacyjny wyjazd dla studentów z niepełnosprawnościami i wolontariatu zorganizowano w dniach 7–14 września w Dąbkach nad Bałtykiem. Tego roku nad morzem pogoda tylko częściowo dopisała, pozwoliła jednak na plażowanie, kąpiel w zimnym morzu, a nawet



Obóz zimowy BON Lesko, 2024

Obóz letni BON Dąbki, 2024

pływanie na desce SUP. Podczas obozu zorganizowano dla studentów wycieczki do Kołobrzegu i Darłówka, gdzie odbyli rejs statkiem. W programie obozu zaplanowano też wycieczki rowerowe i piesze, odbyły się treningi i rozegrano turnieje w tenisie stołowym i boccii. Studenci uczestniczyli też w warsztatach umiejętności społecznych.

Nauka i doskonalenie się studentów w dyscyplinach sportu podczas tego typu obozów przekłada się na ich udział i zdobywane medale w Integracyjnych Mistrzostwach Polski AZS.

Zachęcam wszystkich studentów, którzy jeszcze nie wyjeżdżali z BON UR, do udziału w obozach. Można na nich doskonalić swoje umiejętności, poprawić kondycję fizyczną, poznać nowe umiejętności, zwiedzić piękne miejsca i znaleźć przyjaciół.

W imieniu swoim i kadry obozów chcę serdecznie podziękować wolontariuszom za pomoc i życzliwość.





Wieczór, który na długo pozostanie w pamięci. Relacja z Gali Guttmanny 2024

Klaudia Zioberczyk

Studentka V roku prawa na Wydziale Prawa i Administracji Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach. Pasjonatka modelingu, zwyciężczyni 13 edycji programu „Top Model”

W sobotni wieczór, 7 grudnia, miałam przyjemność wziąć udział w Gali 6 edycji Plebiscytu Polskiego Komitetu Paralimpijskiego (PKPar) na Sportowca Roku Guttmanny 2024. Było to dla mnie pierwsze tego typu wydarzenie, które nie tylko celebruje sukcesy sportowe, ale przede wszystkim ukazuje, jak niezwykle istotna jest inkluzywność w sporcie i życiu społecznym. Atmosfera była niepowtarzalna – pełna ciepła, wzajemnego szacunku i dumy z dokonań sportowców, którzy w tym roku zapisałi się w historii polskiego sportu.

Wchodząc do elegancko przygotowanej sali, od razu dostrzegłam, jak wiele osób – zarówno sportowców, trenerów, jak i ludzi ze świata nauki, mediów, biznesu – zaangażowało się w to wydarzenie. Ten wieczór to okazja do podsumowania roku, ale też przestrzeń do nawiązywania kontaktów, wymiany doświadczeń i wspólnego celebrowania sukcesów. Miałam poczucie, że znajduję się w gronie osób, które zmieniają świat – nie tylko przez swoje osiągnięcia sportowe, ale także przez przykład, jaki dają innym.

Wyjątkowy wieczór pełen emocji

Głównym punktem wieczoru było ogłoszenie laureatów i wyłonienie zwycięzcy w kategorii Sportowiec Roku 2024. Każdy z nominowanych miał swoją niesamowitą historię budzącą podziw i wzruszenie.

Szczególnie poruszający moment nastąpił, gdy ogłoszono czwarte miejsce. Nagroda przypadła Michałowi Dąbrowskiemu, srebrnemu medalistcie w szabli i brązowemu w szpadzie. Niestety, Michał nie mógł już odebrać jej osobiście – zmarł 13 listopada po walce z chorobą nowotworową. Jego żona, która w Jego imieniu odebrała wyróżnienie, została nagrodzona owacją na stojąco.

Trzecie miejsce zajął Rafał Czuper, który wywalczył złoty medal w paratenisie stołowym w klasie osób poruszających się na wózkach. Natomiast drugie przypadło Kamilowi Otowskiemu, dwukrotnemu złotemu medalistcie w parapytaniu na dystansach 50 i 100 metrów stylem grzbietowym.

Sportowcem Roku 2024 został Patryk Chojnowski, który podczas Igrzysk Paraliimpijskich w Paryżu zdobył dwa złote medale w paratenisie stołowym – w grze pojedynczej i podwójnej w duecie z Piotrem Grudniem.

Rola nauki w sporcie paraliimpijskim – spotkanie z Panią Profesor Anną Zwierzchowską

W trakcie Gali miałam przyjemność rozmawiać z Panią Profesor Anną Zwierzchowską – członkinią Rady Naukowej Polskiego Komitetu Paraliimpijskiego. Nasza rozmowa pozwoliła mi lepiej zrozumieć, jak ważną rolę odgrywa nauka w rozwoju sportu osób z niepełnosprawnościami.



Zadałam Pani Profesor kilka pytań, aby dowiedzieć się więcej o działalności Rady.

Czym zajmuje się Rada Naukowa PKPar i jaki jest jej cel?

Rada Naukowa została powołana 23 czerwca 2022 r. przez Prezesa Polskiego Komitetu Paraliimpijskiego – Łukasza Szeligę. Jej głównym celem jest wspieranie sportu osób z niepełnosprawnościami przez działania w obszarze nauki. Nasza działalność koncentruje się na popularyzacji sportu osób z niepełnosprawnościami w środowisku ludzi pełnosprawnych, co sprzyja integracji i inkluzji. Ponadto prowadzimy badania naukowe, które wspierają trenerów, fizjoterapeutów oraz sztab szkoleniowy, edukujemy na różnych poziomach – od uczelni, gdzie kształcą się kadry, po warsztaty i konferencje dostępne dla wszystkich zainteresowanych – wyjaśniła Profesor Anna Zwierzchowska.

Jakie działania praktyczne realizuje Rada Naukowa PKPar?

Członkowie Rady włączają się w organizację warsztatów, seminariów i konferencji. Przy-

Od lewej: reprezentujący Szefa Sztabu Generalnego Wojska Polskiego kmdr por. Paweł Łępa, Szef Wydziału Wychowania Fizycznego i Sportu Sztabu Generalnego Wojska Polskiego; prof. dr hab. Anna Zwierzchowska Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach; autorka artykułu Klaudia Zioberczyk; Wiceprezes PKOL, Prezes honorowy Polskiego Związku Siermierniczego Adam Konopka





Rada Naukowa Polskiego Komitetu Paralimpijskiego, od lewej: dr Piotr Urbańczyk AWF Poznań, dr Michał Starczewski AWF Warszawa, prof. dr hab. Anna Zwierzchowska AWF Katowice, dr hab. Joanna Sobiecka prof. AWF Kraków, Prezes PKPar Łukasz Szeliga, dr hab. Jolanta Marszałek prof. AWF Warszawa, dr hab. Ryszard Plinta prof. ŚUM w Katowicach, prof. dr hab. Bartosz Molik JM Rektor AWF Warszawa, Przewodniczący Rady Naukowej PKPar

kładem jest cykliczna konferencja organizowana przez Akademię Wychowania Fizycznego w Katowicach we współpracy z Polskim Komitetem Paralimpijskim nt. „Sport osób z niepełnosprawnością – teoria i praktyka”. Szósta edycja odbędzie się w dniach 17–18 października 2025 r., a jej hasłem przewodnim będzie „Od edukacji włączającej do profesjonalizacji w sporcie osób z niepełnosprawnościami”. Współpracujemy również z Instytutem Badań Edukacyjnych (IBE), z którym stworzyliśmy kwalifikację zawodową „Animatora sportu osób z niepełnosprawnościami” (Obwieszczenie Ministra Sportu i Turystyki z dnia 4 stycznia 2023 r. w sprawie włączenia kwalifikacji rynkowej „Asystowanie w organizacji wydarzeń sportowych dla osób z niepełnosprawnościami” do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji, Dz.U. 2023 poz. 87). Kwalifikacja ta jest przydatna dla każdego, kto zechce wspierać organizację imprez sportowych lub uczestniczyć w szkoleniu sportowców z niepełnosprawnościami. Inną naszą inicjatywą jest konkurs na najlepszą pracę magisterską w obszarze nauk o adaptowanej aktywności fizycznej – w ten sposób promujemy ten ważny obszar nauki – odpowiedziała Profesor Anna Zwierzchowska.

Na czym polega różnica w treningu sportowym osób pełnosprawnych i z niepełnosprawnościami?

Sport na najwyższym poziomie wymaga od zawodników ogromnego wysiłku, ale musimy pamiętać, że profesjonalizacja może prowadzić do pogłębiania deficytów związanych z niepełnosprawnością. Dlatego nasze badania koncentrują się na optymalizowaniu warunków treningu, aby był on jak najbardziej efektywny, ale jednocześnie bezpieczny. Prowadzimy również badania nad doskonaleniem klasyfikacji sportowej, aby rywalizacja zawsze odbywała się zgodnie z zasadami fair play. Monitorujemy też społeczne aspekty funkcjonowania polskich paralimpijczyków. Wiodącą rolę w tym obszarze wiedzy dr hab. Joanna Sobiecka prof. AWF Kraków, która prowadzi ciągłe badania w środowisku parolimpijskim od pierwszego startu reprezentacji Polski na igrzyskach (Heidelberg 1972). Ważnym aspektem jest także selekcja sportowców oparta na ich predyspozycjach psychofizycznych, tak aby nie trafiali do sportu tylko z przypadku i nie prowokowali pogłębiania deficytów niepełnosprawności. Sport bowiem w swojej idei ma być elementem wspierającym ich stan zdrowia – podkreśla Pani Profesor.

Czy Rada koncentruje się tylko na sporcie wyczerpującym?

Nie, absolutnie nie. Choć wspieramy sport elitarny, zależy nam także na popularyzacji sportu wśród dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami. Współpracujemy z Polskim Komitetem Paralimpijskim i Polskim Związkiem Sportu Niepełnosprawnych „Start”, uczestniczymy w piknikach, warsztatach i seminariach. To kluczowe działania, które promują sport jako narzędzie inkluzji i aktywizacji społecznej – dodała na zakończenie naszej rozmowy Pani Profesor Anna Zwierzchowska.

Rozmowa z Panią Profesor uświadomiła mi, jak duże znaczenie ma łączenie nauki i sportu w rozwijaniu możliwości osób z niepełnosprawnościami. Wsparcie fizyczne i psychologiczne to tylko część o wiele szerszego obrazu. Ważne jest również budowanie społecznej świadomości i poczucia integracji. Plebiscyt Guttmany nie jest zwykłym wydarzeniem, lecz prawdziwą celebrazją ducha walki i jedności, a także inspiracją, która na długo pozostaje w sercu.

Sprawozdanie z działalności Biura ds. Osób z Niepełnosprawnościami UR w roku akademickim 2023/2024

mgr Anna Pałys

dr hab. Iwona Tabaczek-Bejster,
prof. UR

dr Małgorzata Zaborniak-Sobczak

Biuro ds. Osób z Niepełnosprawnościami UR jest jednostką Uniwersytetu Rzeszowskiego, która od 14 lat pełni rolę koordynatora i organizatora większości działań podejmowanych w Uczelni na rzecz osób ze szczególnymi potrzebami. Podstawowym celem tych działań, zgodnie z obowiązującymi przepisami, jest realizacja zadań związanych z zapewnieniem osobom z niepełnosprawnościami warunków do pełnego udziału w procesie przyjmowania na studia, do szkół doktorskich, kształceniu na studiach i w szkołach doktorskich lub prowadzeniu działalności naukowej oraz szeroko rozumiana integracja w społeczności akademickiej.

W roku akademickim 2023/2024 zadania BON realizowane były między innymi poprzez:

- **likwidację barier architektonicznych i komunikacyjnych** uniemożliwiających sprawne funkcjonowanie osób z dysfunkcjami w budynkach uniwersytetu, np.:
- przystosowanie toalet do potrzeb osób z niepełnosprawnościami (m.in. montaż komfortek);
- montaż systemu informacji kierunkowej dostosowanego do potrzeb osób z niepełnosprawnościami, m.in.: znaczniki, piktogramy,

mapy tyflograficzne, semafony kierunkowe, tablice informacyjne, pola uwagi, linie naprowadzające;

- instalację beaconów – systemu orientacji przestrzennej w budynkach UR;
- stały monitoring stanu technicznego urządzeń wspomagających osoby z dysfunkcjami narządu ruchu;
- dostosowywanie strony internetowej do wymogów WCAG;
- **organizację transportu pomiędzy budynkami UR** dla osób z dysfunkcją narządu ruchu;
- **zapewnienie osobistych asystentów** osobom niedowidzącym, niewidomym, niesamodzielnym oraz ze znaczną niepełnosprawnością ruchową;
- **zapewnienie tłumaczy języka migowego** studentom słabosłyszącym i niesłyszącym (BON UR pomaga również osobom, które dopiero rozpoczną naukę w Uniwersytecie Rzeszowskim. Kandydaci, podobnie jak już studiujący, mogą skorzystać z pomocy osobistego asystenta czy tłumacza języka migowego podczas egzaminów wstępnych lub przy dopełnianiu formalności związanych z procesem rekrutacji);
- **organizację bezpłatnych konsultacji psychologicznych, logopedycznych, pedagogicznych i fizjoterapeutycznych** również dla osób nieposiadających orzeczenia o niepełnosprawności
- **prowadzenie wypożyczalni specjalistycznego sprzętu** wspomagającego proces uczenia się, gdzie do dyspozycji studentów są:

- programy komputerowe powiększająco-udźwiękujące tekst,
- systemy wspomagające słyszenie,
- specjalne myszki komputerowe i klawiatury (jednoręczne i brajlowskie),
- notesy mówiące,
- powiększalniki,
- lupy elektroniczne,
- syntezatory mowy polskiej,
- drukarki etykiet brajlowskich,
- odtwarzacze audiobooków;
- **wypożyczanie sprzętu sportowo-rekreacyjnego**
- sprzęt narciarski,
- kije do nordic walking,
- kije trekkingowe,
- akcesoria do nauki pływania (pasy wypornościowe, kamizelki, płetwy);
- **wyposażenie sal wykładowych oraz biblioteki w urządzenia wspomagające proces dydaktyczny osób z niepełnosprawnością, tj.:**
- systemy wspomagające słyszenie (pętle indukcyjne, systemy FM),
- tablice interaktywne,
- e-booki,
- digitalizacja zbiorów bibliotecznych;
- **udostępnienie „pokoi wyciszeń”** pozwalających studentom na odpoczynek między zajęciami na uczelni;
- **organizację specjalistycznych kursów i szkoleń** podnoszących kompetencje studentów:
- kursy językowe (hiszpański, angielski, m.in. przygotowujące do certyfikatów międzynarodowych),
- kursy nauki pływania (różne stopnie zaawansowania),
- szkolenia dla studentów, nauczycieli i pracowników niebędących nauczycielami, chcących zostać asystentem osoby z niepełnosprawnością,
- warsztaty psychoedukacyjne dla studentów i wolontariuszy,
- kursy dotyczące praw pracowniczych i prowadzenia działalności gospodarczej,
- kursy języka migowego (różne stopnie zaawansowania),
- szkolenia kompetencji miękkich (komunikacja interpersonalna, autoprezentacja i wystąpienia publiczne, zarządzanie stresem),
- kurs emisji głosu;
- **organizację dodatkowych zajęć wyrównawczych** dla osób z trudnościami w nauce, wynikającymi z posiadanej niepełnosprawności
- **organizację obozów sportowo-szkoleniowych** dla studentów z niepełnosprawnością i wolontariuszy UR, które odbywają się w przerwach międzysemestralnych, gdzie oprócz zajęć sportowych i sportowo-rekreacyjnych prowadzone są również liczne warsztaty i szkolenia. Studenci mogą aktywnie wypocząć przed kolejnym semestrem nauki, nawiązać znajomości i przyjaźnie, co owocuje sprawniejszym funkcjonowaniem w społeczności akademickiej. Podczas wyjazdów organizowane są także prelekcje ze specjalistami z ratownictwa wodnego (Bieszczadzkie WOPR) i górskiego (Bieszczadzka Grupa GOPR) od kilku lat współpracującymi z BON UR.
W roku akademickim 2023/2024 studenci uczestniczyli w kilku obozach:
- 10–17 lutego 2024 r. w Lesku, na obszarze Gór Sanocko-Turczańskich,
- 13–20 lipca 2024 r. w Polańczyku, nad Zalewem Solińskim,
- 4–10 sierpnia 2024 r. w Wierchomla, na terenie Beskidu Sądeckiego,
- 8–14 września 2024 r. w Dąbkach, nad Morzem Bałtyckim;
- **organizację cyklicznych spotkań informacyjno-adaptacyjnych („Dni Adaptacji”)** dla studentów pierwszych roczników, mających na celu zapoznanie nowych studentów z ofertą uczelni oraz instytucji współpracujących z BON UR, skierowaną do osób z niepełnosprawnościami;
- **współorganizację konferencji naukowych, warsztatów, przeglądów** dotyczących problemów osób ze szczególnymi potrzebami;
- **uczestnictwo studentów i pracowników w konferencjach naukowych, warsztatach, szkoleniach oraz seminariach i webinarach** poruszających tematykę niepełnosprawności:
- Konferencja **Dostępność Plus. Wdrażanie i monitorowanie dostępności w instytucjach publicznych dla osób ze szczególnymi potrzebami** zorganizowana przez Urząd Marszałkowski, Rzeszów 3.10.2023 r.;
- Podkarpacki Konwent Regionalny **Dostępność szansą na aktywność. Osoby z niepełnosprawnościami na otwartym rynku pracy** zorganizowany przez Fundację Aktywizacja, Rzeszów 24.10.2023 r.;

- **Konwent dostępnościowy on-line poświęcony dostępności edukacji szkolnej** zorganizowany przez Katarzynę Roszewską, Jacka Zadrożnego oraz Fundację FRONIA (Fundacja na rzecz Osób z Niepełnosprawnościami), 9.11.2023 r. (online);
- **Zrozumieć i wesprzeć** – szkolenie warsztatowe w zakresie wsparcia i pracy ze studentami z niepełnosprawnością i zaburzeniami zdrowia psychicznego w ramach projektu „Przyjazny nURt – rozwój dostępności UR” zorganizowane przez Ośrodek Cogito, Rzeszów 24–27.11.2023 r.;
- XVII edycja Konferencji **Pełno(s)prawny Student** zorganizowana przez Fundację Instytut Rozwoju Regionalnego (FIRR) i spółkę Utilitia, Kraków 12.12.2023 r.;
- **Info day – spotkanie informacyjne dotyczące konkursu „Uczelnie coraz bardziej dostępne”** zorganizowane przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju (NCBR), 08.05.2024 r. (online);
- Warsztat **Uczelnie coraz bardziej dostępne** zorganizowany przez Fundację FRONIA Aleksander Waszkielewicz, 27.05.2024 r. (online);
- Sympozjum naukowo-praktyczne **Kondycja psychiczna w środowisku akademickim w Polsce – stan obecny i perspektywy**, zorganizowane przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego (MNiSW), 10.06.2024 r. (online);
- Konferencja w ramach XXII edycji **REHA FOR THE BLIND IN POLAND 2024. Wielkie Spotkanie Niewidomych, Słabowidzących i ich Bliskich** pod hasłem **Razem do sukcesu** zorganizowana przez Fundację Szansa i BON, Rzeszów 10.09.2024 r.;
- **wsparcie projektów i inicjatyw środowiska akademickiego**, m.in.:
 - umożliwienie uczestnictwa studentom z niepełnosprawnościami w:
 - **Integracyjnych Mistrzostwach Polski AZS w Tenisie Stołowym, Gdańsk 1–3.12.2023 r.**
 - **Integracyjnych Mistrzostwach Polski AZS w Szachach, Warszawa 22–24.03.2024 r.**
 - **Integracyjnych Mistrzostwach Polski AZS w Pływaniu, Poznań 10–12.05.2024 r.;**
 - **wydanie kolejnego numeru rocznika „Aktywni i Sprawni”¹.**



Obóz letni BON Dąbki, 2024

Biuro ds. Osób z Niepełnosprawnościami UR, chcąc zapewnić osobom ze szczególnymi potrzebami ze środowiska akademickiego możliwie najlepsze wsparcie, ściśle współpracuje z instytucjami zewnętrznymi zajmującymi się pomocą osobom z dysfunkcjami tj.: Państwowym Funduszem Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON), Okręgiem Podkarpackim Polskiego Związku Niewidomych (PZN), Fundacją Aktywnej Rehabilitacji (FAR), Fundacją Szansa – Jesteśmy Razem, Fundacją Aktywizacja oraz Bieszczadzkiem WOPR. BON współpracuje również z wewnętrznymi jednostkami UR: Studium Wychowania Fizycznego i Rekreacji, Studium Języków Obcych, KU AZS UR oraz poszczególnymi Instytutami Uczelni, zwłaszcza z Instytutem Nauk o Zdrowiu, Nauk o Kulturze Fizycznej oraz Instytutem Pedagogiki.

Wszelkie niezbędne informacje dotyczące działalności Biura ds. Osób z Niepełnosprawnościami UR można znaleźć na stronie internetowej <https://bon.ur.edu.pl/pl/>

Tu, oprócz podstawowych wiadomości dotyczących pracy Biura, znajdują się aktualne informacje o planowanych przedsięwzięciach, projektach, ważne linki oraz dane kontaktowe pracowników i współpracowników BON – konsultantów ds. osób z niepełnosprawnościami poszczególnych jednostek Uczelni.

¹ Do 2013 r. wydawcą czasopisma był OWIRON

