

## Zachęcić niepełnosprawnych do uprawiania sportu

data aktualizacji: 2022.03.25 autor: Adam Michalski



Podopieczni Skierniewickiego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego chętnie brali udział w treningach w różnych dyscyplinach sportu. (fot. Adam Michalski)

**Podopieczni Skierniewickiego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dzięki inicjatywie opiekunów w ciągu kilku dni mieli możliwość wzięcia udziału w cyklu zajęć sportowych. – Nasi podopieczni uczestniczyli w zajęciach cross fit, karate, judo, piłki siatkowej i koszykówki – mówi Paweł Jaskuła, pomysłodawca inicjatywy. W akcję z zaangażowaniem włączyły się skierniewickie stowarzyszenia sportowe.**

– Zwróciliśmy się z prośbą o pomoc w organizacji zajęć dla naszych podopiecznych do kilku zaprzyjaźnionych klubów, z którymi współpracujemy już od jakiegoś czasu – twierdzi Paweł Jaskuła z Ośrodka Szkolno-Wychowawczego. – Myślę, że gdyby nie ograniczenia i większe możliwości całe środowisko sportowe w mieście odpowiedziało by pozytywnie na nasz apel – dodaje.

Podopieczni Skierniewickiego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego wzięli udział w zajęciach prowadzonych przez Przemysława Matuszewskiego z Akademii Gorila, Szymona Kiwałę z Cross SKC, Krzysztofa Ciszewskiego z Akademii Sztuk Walki Tiger, Katarzynę Hałatiuk ze Skier-Vis oraz Adriana

El-Warda z MKS Ósemka.

– Pojawiły się pewne ograniczenia związane z wyłączeniem hal. Tam gdzie mogliśmy (Tiger, Gorila, Cross) byliśmy. Skier-Vis i Ósemkę zaprosiliśmy do nas do sali gimnastycznej – opowiada Paweł Jaskuła.

We wszystkich zajęciach wzięła udział liczna grupa podopiecznych skierniewickiego ośrodka.

– Cel, który nam przyświecał to przede wszystkim zachęcenie młodzieży do uprawiania sportu. Ponadto zależy nam na tym, by poszerzyć horyzonty możliwości uprawiania różnych dyscyplin, zintegrować młodzież poprzez sport. Celem jest także wzajemna pomoc i integracja ze skierniewickim środowiskiem sportowym – opowiada opiekun niepełnosprawnych sportowców.

Akcja zbiegła się w czasie ze Światowym Dniem Osób z Zespołem Downa (21.03) oraz Dniem Świadomości Autyzmu (2.04).

W poniedziałek (21.03) sportowcy z ośrodka gościli w siedzibie Akademii Gorila, gdzie trening poprowadził doświadczony trener Przemysław Matuszewski.

– To była wielka przyjemność ćwiczyć pod okiem Przemka i bardzo cieszymy się, że Akademia Gorila dołączyła do klubów, z którymi podjęliśmy stałą współpracę – zaznacza Paweł Jaskuła.

Wcześniej podopieczni ośrodka gościli u Szymona Kiwała i Przemka Bielińskiego z Cross SKC. Trenerzy poprowadzili trening funkcjonalny dla uczniów placówki z ulicy Nowobielańskiej, a goście chwalili sobie crossfitową przygodę w bardzo przyjaznej atmosferze.

– To nie było nasz pierwsze spotkanie z grupą z ośrodka. Współpracę podjęliśmy z minionym roku, jednak wówczas ze względu na ograniczenia pandemiczne my gościliśmy w ośrodku. Teraz przyjęliśmy grupę u siebie – mówi Szymon Kiwała z Cross SKC. – Muszę przyznać, że podczas treningu, który trwał godzinę byliśmy bardzo pozytywnie zaskoczeni tym jak grupa sobie radziła, biorąc pod uwagę fakt, że wśród uczestników zajęć były osoby z różnymi niepełnosprawnościami, autyzmem, zespołem Downa – opowiada trener. Po ubiegłorocznym spotkaniu jedna z osób uczęszczała na zajęcia cross fit w ramach zajęć indywidualnych.

– Myślimy o doprecyzowaniu formy współpracy, która polegałaby na tym, że prowadzilibyśmy zajęcia z grupą z ośrodka w ramach zajęć wychowania fizycznego. Paweł Jaskuła trenuje u nas i część elementów już wprowadza podczas zajęć w środku – dodaje Szymon Kiwała.

Później (22.03) grupa z ośrodka udała się z wizytą do nowej sali Akademii Sztuk Walki Tiger przy ulicy Kopernika. Ciekawy trening ogólnorozwojowy z elementami judo poprowadził Krzysztof Ciszewski. W Akademii chętni z ośrodka uczestniczą w regularnych treningach, które odbywają się raz w tygodniu.

– Od sześciu miesięcy prowadzimy zajęcia z elementami judo dla osób z niepełnosprawnościami. W grupie jest około 15 osób, które bardzo chętnie pojawiają się na treningach. Póki co jesteśmy na wstępnym etapie organizacji zajęć, w kwietniu chcielibyśmy przekazać uczestnikom treningów judogi, by jeszcze bardziej poczuli nasz sport. Realizujemy określony program, a chętnych i kolejnych uczestników przybywa – mówi Krzysztof Ciszewski, trener w Akademii Sztuk Walki Tiger.

Grupa z ośrodka na zakończenie spotkania z różnymi dyscyplinami sportu wzięła udział w treningach siatkarskim (23.03) i koszykarskim (24.03), które odbyły się w ośrodku. Zajęcia z elementami piłki siatkowej poprowadziła Katarzyna Hałatiuk. Zajęcia z elementami koszykówki poprowadził trener MKS Ósemka Adrian El-Ward.

***Dziś zdjęcia z treningu niepełnosprawnych w Akademii Sztuk Walki Tiger.***

**Więcej niebawem tu i w najnowszym wydaniu (31.03) tygodnika "Głos Skierniewic i Okolicy".**

Źródło: <https://eglos.pl/aktualnosci/item/40253-zachecic-niepelnosprawnych-do-uprawiania-sportu>