Daniel Giełda
Fundacja Pomocy, Rozwoju i Edukacji Drzazga

O projekcie „Pływajmy razem”

Projekt „Pływajmy razem” polega na organizacji cyklicznych i integracyjnych zajęć z nauki pływania z elementami rehabilitacji i nurkowania dla dzieci oraz dwóch wydarzeń kulturalno-rekreacyjnych, tj. inauguracyjnego spotkania otwierającego cykl zajęć w czerwcu 2015 r. oraz wydarzenia „Mikołaj przybywa na fali” w grudniu 2015 r. Pierwsze z tych wydarzeń było uroczystą inauguracją cyklu zajęć z nauki pływania. Z kolei „Mikołaj przybywa na fali” to połączenie zajęć wodno-podwodnych z zabawami i integracją dzieci niepełnosprawnych z pełnosprawnymi. W trakcie organizowanych cyklicznych spotkań z nauki pływania osiemnaścioro dzieci niepełnosprawnych podjęło naukę pływania z elementami nurkowania pod opieką wykwalifikowanych i doświadczonych w tym zakresie instruktorów. W ramach projektu przewidziano dwadzieścia spotkań obejmujących naukę pływania.

W związku z ograniczonymi możliwościami ruchowymi osoby niepełnosprawne mają zmniejszone perspektywy uczestnictwa w życiu społecznym związanym z aktywnością sportową i rekreacyjną. Zjawisko to dotyczy także dzieci niepełnosprawnych, co niejednokrotnie prowadzi do ich zaniżonej samooceny, a także izolacji społecznej oraz braku możliwości rozwijania swoich pasji i zainteresowań. Dzieci niepełnosprawne rzadko uczestniczą w jakichkolwiek zajęciach sportowych, dlatego istnieje silna potrzeba ich aktywizacji społecznej oraz fizycznej poprzez sport. Powszechnie podkreśla się, że aktywność fizyczna dostarcza wiele radości, ułatwia integrację z innymi ludźmi, pełni funkcję terapeutyczną, pomaga podnieść samoocenę i wzmocnić poczucie własnej wartości. Sport wymaga zaangażowania, wykazania się aktywną i samodzielną pracą, co pozwala na rehabilitację społeczną osób niepełnosprawnych.

Ponadto warto zwrócić uwagę, iż pływanie uważa się za jeden z najatrakcyjniejszych sposobów usprawniania ruchowego organizmu. Co więcej stanowi ono jedną z najbardziej polecanych form rekreacji ruchowej dla osób niepełnosprawnych. Przyczyną tego jest w dużej mierze charakterystyka środowiska wodnego, które pomaga całemu ciału nauczenia się nowych technik zręcznościowych, kształtujących określone cechy motoryczne. W środowisku wodnym niepełnosprawny organizm może wykonywać te czynności, które w codziennych warunkach są bardzo trudne do zrealizowania. Pływanie daje szansę na uczestnictwo w tej samej dyscyplinie sportowej, którą uprawiają osoby zdrowe, co otwiera możliwości integracji i readaptacji społecznej. Poza tym aktywność sportowa pozwala na poznanie własnego organizmu i pokonywanie jego ograniczeń.

Projekt skierowany jest do dzieci, które nie mają możliwości uczęszczania na zajęcia prowadzone w wodzie i rekreację w wodzie bądź możliwość ta jest ograniczona ze względu na niepełnosprawność. Ponadto do uczestnictwa w przedsięwzięciu „Mikołaj przybywa na fali" zaproszono także rodzeństwo dzieci niepełnosprawnych biorących udział w projekcie. Rodzeństwo dzieci niepełnosprawnych jest często określane jako „dzieci cienia" ze względu na to, że uwaga rodziców skupia się na niepełnosprawnych małoletnich. Poza tym dzieci te przeżywają silne emocje, odczuwają ból, niepokój czy gniew podyktowane sytuacją, w jakiej się znalazły. Z tych powodów organizatorzy uznali potrzebę włączenia ich do obu organizowanych wydarzeń.

Cele projektu są szerokie i dotyczą:

- pobudzania aktywności społecznej dzieci niepełnosprawnych,
- aktywizacji sportowej osób niepełnosprawnych,
- zaspokojenia potrzeb, poprawy warunków oraz podniesienia poziomu życia osób niepełnosprawnych,
- wspierania niezależności, zaradności osobistej i aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym dzieci niepełnosprawnych,

– rehabilitacji osób niepełnosprawnych (pod wpływem środowiska wodnego następuje znaczne, pozorne zmniejszenie ciężaru ciała w wodzie, co powoduje że wiele czynności jest łatwiejszych do wykonania, oprócz tego pływanie to jedna z najbardziej polecanych form aktywizacji ruchowej osób niepełnosprawnych),
– kształtowania wśród dzieci nawyków higieniczno-zdrowotnych,
– realizacji wielopłaszczyznowej integracji społecznej, czyli takiej, która dotyczy wszelkich aspektów wywołujących nietolerancję lub dyskryminację,
– promocji województwa dolnośląskiego jako regionu przyjaznego dla osób z niepełnosprawnością,
– nabywania, rozwijania i podtrzymywania umiejętności niezbędnych do samodzielnego funkcjonowania dzieci niepełnosprawnych.

Oczekiwane rezultaty projektu to:
– trwała aktywizacja społeczna dzieci niepełnosprawnych, w tym aktywizacja sportowa,
– rehabilitacja dzieci niepełnosprawnych i stałe zwiększenie ich aktywności ruchowej,
– zapoznanie dzieci ze światem podwodnym i jego zasadami (pod wodą) oraz trwałe zwiększenie zainteresowania środowiskiem wodnym,
– zapoznanie dzieci niepełnosprawnych z możliwościami rekreacji w wodzie, dostosowanymi do ich możliwości,
– trwałe podniesienie pewności siebie u dzieci niepełnosprawnych,
– stałe umożliwianie zapoznawania się z urokami zabaw na basenie dzieciom niepełnosprawnym i dzieciom z Domów Dziecka, które nie mają możliwości korzystania z basenu lub możliwość ta jest ograniczona przez ich sytuację życiową,
– trwałe zaspokojenie potrzeb, poprawa warunków oraz podniesienie poziomu życia osób niepełnosprawnych,

– trwała zmiana w postrzeganiu osób niepełnosprawnych jako samodzielnych, aktywnych sportowo,
– umożliwienie czynnego uczestnictwa osób z niepełnosprawnością w zajęciach i imprezach sportowych,
– stała integracja dzieci pełnosprawnych z niepełnosprawnymi.