

WIESŁAW WOJTANOWSKI*

Formy edukacji zdrowotnej w działalności Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Tarnowie

Słowa kluczowe: rekreacja, turystyka, upośledzenie umysłowe

Streszczenie: Rekreacja i turystyka jest jedną z niewielu dziedzin edukacji zdrowotnej, w której możliwa jest tak sprawna i skuteczna integracja upośledzonych umysłowo, a także współpraca pomiędzy młodszym i starszym pokoleniem. Wspólne spotkania i wyjazdy integrują ludzi i wzmacniają więzi społeczne. Poszczególne osoby są w stanie lepiej poznać swoje mocne i słabe strony, w działaniu zespołowym i we współzawodnictwie z innymi.

W przypadku dzieci i młodzieży niepełnosprawnych jest jeszcze jedna bardzo ważna rola rekreacji i turystyki – zmiana postrzegania ludzi niepełnosprawnych przez zdrowych. Pozwala także na wyjście z zamkniętego środowiska i na zatarcie różnic między jednymi i drugimi. Pomaga pokonać bariery i kompleksy związane z byciem człowiekiem niepełnosprawnym. Jako forma rehabilitacji, promująca nowy styl życia, staje się elementem powszechnej świadomości i troski społecznej.

Celem artykułu jest przedstawienie historii i struktury Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Tarnowie oraz sposobów kultywowania wśród dzieci niepełnosprawnych umysłowo wielu aktywnych form spędzania wolnego czasu poprzez rekreację, turystykę i krajoznawstwo.

1. Wstęp

Rekreacja i turystyka są ważnymi elementami życia społecznego. Trudno wyobrazić sobie codzienne życie, w tym także życie osób niepełnosprawnych, w świecie bez ruchu i wysiłku fizycznego. Nie ulega wątpliwości, że uprawiając rekreację fizyczną i turystykę nie tylko poprawiamy stan zdrowia i kondycję fizyczną, ale wdrażamy wartości, takie jak tolerancja, działanie zespołowe, oraz wy-

* Dr Wiesław Wojtanowski – adiunkt, Małopolska Wyższa Szkoła Ekonomiczna.

rabiamy siłę charakteru – nawet jeśli czynimy to nieświadomie. Z tej właśnie przyczyny stanowią one niezastąpione narzędzie edukacyjne. To także znakomita forma rehabilitacji ruchowej i społecznej dla niepełnosprawnych. Dlatego szczególnie ważne jest wprowadzenie młodych ludzi w świat rekreacji i turystyki oraz wyrobienie postawy do aktywnego spędzania wolnego czasu, aż do późnego wieku.

Rekreacja i turystyka jest jedną z niewielu dziedzin, w których możliwa jest tak sprawna i skuteczna integracja upośledzonych umysłowo lub fizycznie, a także współpraca pomiędzy młodszym i starszym pokoleniem. Wspólne spotkania i wyjazdy integrują ludzi i wzmacniają więzi społeczne. Poszczególne osoby są w stanie lepiej poznać swoje mocne i słabe strony w działaniu zespołowym i we współzawodnictwie z innymi (Janiszewski, 1989).

W przypadku osób niepełnosprawnych jest jeszcze jedna bardzo ważna rola rekreacji i turystyki – zmiana postrzegania ludzi niepełnosprawnych przez zdrowych. Pozwala także na wyjście z zamkniętego środowiska i na zatarcie różnic między jednymi i drugimi. Pomaga pokonać bariery i kompleksy związane z byciem człowiekiem niepełnosprawnym. Jako forma rehabilitacji, promująca nowy styl życia, staje się elementem powszechnej świadomości i troski społecznej.

Celem artykułu jest pokazanie historii i struktury Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Tarnowie oraz uczestnictwa dzieci niepełnosprawnych w wielu aktywnych formach spędzania wolnego czasu, takich jak rekreacja, turystyka oraz imprezy kulturalne.

2. Niepełnosprawność umysłowa

Niepełnosprawność jest jednym z ważniejszych problemów współczesnego świata. Wynika to z powszechności i rozmiaru występowania tej choroby. Upośledzenie umysłowe (niepełnosprawność intelektualna), jest to zjawisko niezmiernie skomplikowane w swych powiązaniach biopsychospołecznych i to zarówno z powodu różnorodnych przyczyn, jakie leżą u jego podstaw, jak i wielorakich objawów oraz trudnego do przewidzenia jego dynamizmu, a więc i prognozy (Doroszewska, 1981). Spośród różnych definicji najbardziej popularna jest definicja Amerykańskiego Towarzystwa do Badań nad Upośledzeniem Umysłowym: „upośledzenie umysłowe oznacza ogólne funkcjonowanie intelektu na poziomie niższym od przeciętnego, który to stan bierze początek w okresie rozwoju i jest związany z upośledzeniem jednej (lub więcej) z następujących dziedzin – dojrzewanie, uczenie się, społeczne przystosowanie” (Gawlik, Zwierzchowska, 2004).

Do oceny rozwoju umysłowego służą różnego rodzaju testy, pozwalające na określenie ilorazu inteligencji. Przyjmuje się, że dziecko przeciętnie inteligentne to takie, którego iloraz inteligencji zawarty jest w granicach od 90–110. Stopień upośledzenia określa się na podstawie ilorazu inteligencji.

Ociężałość umysłowa – (83–70 IQ Wechslera) zwana jest inaczej pograniczem upośledzenia. Występujące zmiany organiczne mózgu są niewielkiego stopnia. Dzieci te mają problemy z uczeniem się, co spowodowane jest utrudnionym myśleniem, zaburzeniami spostrzegania, uwagi i pamięci. Poddane właściwym oddziaływaniom pedagogicznym są w stanie wyuczyć się zawodu i bez większych problemów funkcjonować w społeczeństwie.

Upośledzenie umysłowe w stopniu lekkim (69–55 IQ Wechslera): poziom intelektualny charakterystyczny dla 12 roku życia. Ta forma deficytu intelektualnego stanowi najwięcej rozpoznanych. Osoby takie są samodzielne i zaradne społecznie, nie powinny jednak wykonywać zawodów wymagających podejmowania decyzji, ponieważ nie osiągnęły etapu myślenia abstrakcyjnego w rozwoju poznawczym. Życie rodzinne przebiega bez trudności. W socjalizacji mogą nabywać zaburzeń osobowościowych, ze względu na atmosferę otoczenia i stosunek innych. Przy intensywniejszym treningu poznawczym w dłuższym czasie osoby z upośledzeniem w stopniu lekkim osiągają podobne wyniki jak osoby z przeciętnym IQ. Do 12 roku życia brak różnic rozwojowych.

Upośledzenie umysłowe w stopniu umiarkowanym (54–40 IQ Wechslera): funkcjonowanie intelektualne na poziomie dziecka 9-letniego. W okresie przedszkolnym istnieją trudności z nabywaniem reguł społecznych (lojalność, współdziałanie), a także niezręczność fizyczna, powolny rozwój motoryczny. Poza tym do 9 roku życia rozwój jest prawidłowy. Osoby takie mogą nabywać umiejętności samoobsługowe, nie gubią się w dobrze znanym terenie, mogą pracować w zakładach pracy chronionej. Nie powinny zakładać rodzin.

Upośledzenie umysłowe w stopniu znacznym 39–25 IQ Wechslera: poziom rozwoju 6-latk. Około 4–5 roku życia zauważalne spóźnienie rozwoju psychofizycznego. Osoby te mogą opanować samoobsługę, przy stałej opiece mogą wyuczyć się czynności domowych, ale nie są zdolne do wyuczenia zawodu. Mogą podejmować prace niewymagające kwalifikacji.

Poniżej 25 IQ Wechslera – upośledzenie umysłowe w stopniu głębokim: poziom funkcjonowania odpowiadający 3 rokowi życia. Możliwe jest opanowanie tylko najprostszej samoobsługi. Osoby te żyją krótko, rodzą się najczęściej zdeformowane fizycznie, przez całe życie wymagają opieki instytucjonalnej (Wyczęsany, 1999).

3. Rys historyczny szkolnictwa specjalnego w Tarnowie

Rehabilitacja osób upośledzonych umysłowo przybierała różne formy i stała się tematem wielu teorii społecznych. Dopiero jednak rozwój nauk medycznych i pedagogicznych XX wieku przyczynił się do opracowania szczegółowych metod, środków i sposobów postępowania z dziećmi o obniżonym poziomie intelektualnym. W roku 1937 powstał pierwszy w Tarnowie oddział dla dzieci upośledzonych umysłowo. Mieścił się w Szkole Powszechnej im. J. Słowackiego i był prowadzo-

ny przez Annę Figwer, absolwentkę Instytutu Pedagogiki Specjalnej. Nauczaniem objęto dwudziestu pięciu uczniów. Następne lata nie sprzyjały organizacji nauczania specjalnego. W okresie II wojny światowej władze niemieckie zarekwirowały gmach przy ul. A. Mickiewicza. Szkoła im. J. Słowackiego, wraz z oddziałami specjalnymi korzystała z budynku przy ul. M. Kopernika. Działalność klasy specjalnej, prowadzonej wówczas przez Eugenię Gierat, przetrwała do 1942 roku.

Funkcjonowanie szkoły opierało się w dużej mierze na organizowanych przez nauczycieli akcjach charytatywnych. W ten sposób gromadzono odzież, książki, przybory szkolne, a także żywność dla uczniów. Oddziały specjalne ponownie zorganizowano w 1945 roku. Na podstawie wyników badań psychologicznych prowadzonych przez Eugenję Gierat, do nauczania zakwalifikowano ponad czterdziestu uczniów w wieku od 8 do 15 lat.

W roku następnym oddziały specjalne stały się samodzielną szkołą, i jako Publiczna Szkoła Powszechna Edukacyjna nr 10 znalazły siedzibę w budynku Szkoły Powszechnej im. Konarskiego. Kierownictwo szkoły objęła Eugenia Gierat (*Specjalny Ośrodek...*, 1996). Szkoła zatrudniała czterech wykwalifikowanych nauczycieli, pracujących z dziećmi lekko upośledzonymi umysłowo na czterech poziomach nauczania. Organizując nauczanie i wychowanie, nauczyciele opracowali programy nauczania według metody ośrodków pracy. Do szkoły nie przyjmowano dzieci głębiej upośledzonych umysłowo, kierując je do specjalistycznych zakładów zamkniętych. Pierwsze lata działalności szkoły wiązały się z licznymi kłopotami lokalowymi i w konsekwencji z wieloma przeprowadzkami.

Ważnym elementem kształcenia specjalnego było przygotowanie uczniów do wykonywania zawodu, dlatego od początku istnienia szkoły prowadzone były zajęcia z przysposobienia zawodowego. Początkowo prowadzono zajęcia z wikliniarstwa i pantoflarstwa, a następnie także z introligatorstwa i stolarstwa.

Z myślą o absolwentach Szkoły Specjalnej w 1967 roku otwarto Przyzakładową Szkołę Zawodową Wielobranżowej Spółdzielni Inwalidów, mieszczącą się w tym samym budynku. W latach sześćdziesiątych XX w. zatrudnionych było w Szkole Specjalnej piętnastu nauczycieli, ponieważ objęto również nauczaniem dzieci głębiej upośledzone umysłowo. W roku 1973 szkoła otrzymała dodatkowy budynek przy ul. J. Słowackiego na zajęcia dla „Szkoły Życia”, która funkcjonowała jako filia Szkoły Specjalnej.

Przyjmowanie coraz większej liczby uczniów wiązało się z dalszą reorganizacją szkoły, zmierzającą do zapewnienia pomocy dzieciom upośledzonym. Temu celowi służyły zajęcia z korygowania wad postawy oraz ćwiczenia logopedyczne. Ważnym elementem kształtowania poczucia własnej wartości uczniów i ich postaw społecznych było uczestnictwo w rozgrywkach sportowych i przeglądach twórczości artystycznej. Uczniowie rywalizowali nie tylko w grupie podobnych placówek, lecz także z dziećmi i młodzieżą ze szkół masowych, często wygrywając i zdobywając liczne nagrody (*Specjalny Ośrodek...*, 1996).

Dostrzegając potrzeby i możliwości dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością władze miasta Tarnowa w 1991 roku przeznaczyły na użytek Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nowoczesny budynek położony w pobliżu Parku Strzeleckiego. Obecnie w Ośrodku na różnych poziomach edukacyjnych uczy się około 600 uczniów. Szeroko rozumiana diagnoza psychologiczno-pedagogiczna pozwala ustalić możliwości i potrzeby wychowanków oraz wybrać optymalne formy i metody pracy.

Rewalidacja prowadzona jest tak, aby każdy uczeń osiągnął sukces na miarę własnych możliwości. Nadrzędnym celem jest wyposażenie uczniów w takie umiejętności, aby mogli w miarę samodzielnie funkcjonować w społeczeństwie i aktywnie realizować się w pracy zawodowej.

3. Struktura Ośrodka

Na strukturę Ośrodka składają się: przedszkole, oddziały dzieci autystycznych, szkoła podstawowa, gimnazjum, szkoła zawodowa oraz internat.

Przedszkole

Pierwszym etapem edukacyjnym w SOSW jest przedszkole. Istnieje od 1 września 2006 roku i składa się z trzech oddziałów: oddział dla dzieci 7-letnich „Smerfy”, oddział 5-latków „Biedronki”, oddział 3–4-latków „Skrzaty”.

W oddziałach przedszkolnych prowadzi się wszechstronną pracę rewalidacyjną i korekcyjną, wspierając rozwój dziecka. Opracowuje się indywidualne programy terapeutyczne, współpracując z psychologiem, logopedą, fizjoterapeutą, muzykoterapeutą. Od września 2007 roku przedszkolaki uczestniczą w zajęciach z dogoterapii ze specjalnie przeszkolonym psem rasy golden retriever.

Oddziały dla dzieci autystycznych

Pierwsze klasy dla dzieci autystycznych powstały w SOSW w 2001 roku z inicjatywy rodziców i nauczycieli działających w Tarnowskim Stowarzyszeniu na Rzecz Dzieci Autystycznych. Obecnie funkcjonują 3 oddziały na poziomie szkoły podstawowej i 2 na poziomie gimnazjum. Nauczaniem objętych jest 16 dzieci z niepełnosprawnością intelektualną lekkiego, umiarkowanego i znacznego stopnia oraz autyzmem wczesnodziecięcym.

Szkoła Podstawowa

Specyfika kształcenia uczniów w szkole podstawowej polega na nauczaniu i wychowaniu całościowym, zintegrowanym, opartym na wielozmysłowym poznawaniu otaczającego świata w oparciu o różnorodne metody i formy pracy, np. metodę ośrodków pracy. Podstawą edukacji są indywidualne programy edukacyjne, opracowane przez nauczycieli specjalistów pracujących z uczniami.

Gimnazjum

Głównym celem edukacji jest rozwijanie autonomii uczniów ich personalizacja, socjalizacja, a także wyposażenie w umiejętności pozwalające na:

- komunikowanie się w sposób werbalny lub pozawerbalny,
- zdobycie możliwie największej samodzielności i zaradności życiowej,
- uczestnictwo w różnych formach życia społecznego na równi z innymi.

Edukacja polega na całościowej realizacji funkcji dydaktycznej, wychowawczej i opiekuńczej szkoły ze szczególnym uwzględnieniem specyficznych form i metod pracy, które dostosowane są do indywidualnych możliwości i potrzeb uczniów.

Zasadnicza Szkoła Zawodowa

Nauka w Zasadniczej Szkole Zawodowej jest końcowym, trzecim etapem kształcenia specjalnego. Celem jest przygotowanie młodzieży do prowadzenia samodzielnego życia i pracy zawodowej. Przedmiotem wiodącym jest praktyczna nauka zawodu, która odbywa się w warsztatach szkolnych. Wielu absolwentów znajduje zatrudnienie zgodnie z przygotowaniem zawodowym. Szkoła Zawodowa kształci uczniów w kilku specjalnościach, przygotowując do pracy: ogrodników, kucharzy, cukierników, malarzy-tapeciarzy, posadzkarzy, pracowników pomocniczych obsługi hotelowej, krawców.

Praktykę zawodową uczniowie odbywają na terenie Ośrodka i miasta Tarnowa. Klasy kucharskie w stołówkach placówek oświatowych, a klasy cukiernicze w zakładach piekarsko-cukierniczych i ciastkarskich na terenie miasta. Uczniowie klas malarskich wykonują prace remontowe na terenie Ośrodka. Wysoka jakość wykonanych prac umożliwi świadczenie usług także na zewnątrz. Pielęgnacją terenów zielonych wokół szkoły zajmują się klasy ogrodnicze. W trakcie zajęć praktycznych uczniowie tych klas produkują rozsady warzyw i kwiatów.

Internat

Internat to całodobowa placówka opiekuńczo-wychowawcza. Istnieje tak długo jak Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy. Prowadzi terapię w oparciu o różne formy zajęć: rytmikę, modelarstwo, plastykę, teatr, turystykę, rekreację i sport. Do dyspozycji dzieci są pracownie: audio-wideo, rehabilitacyjna, gospodarstwa domowego, modelarska, plastyczna i komputerowa.

4. Edukacja zdrowotna przez rekreację i turystykę

Od powstania Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Tarnowie oddziały stowarzyszeń sportowych „Olimpiady Specjalne” i „Sprawni Razem” pomagają organizować na terenie szkoły i powiatu tarnowskiego imprezy rekreacyj-



Fot. 1. Festiwal piosenki internackiej

no-sportowe, w których uczestniczą niepełnosprawni intelektualnie uczniowie z całego kraju. Polskie Towarzystwo Społeczno-Sportowe (PTSS) „Sprawni Razem” jest organizacją koordynującą wszystkie imprezy niepełnosprawnych intelektualnie w stopniu lekkim. W roku 2007 obchodziło jubileusz 15-lecia swojej działalności. Powstało z inicjatywy społecznej nauczycieli szkół specjalnych, którzy widzieli konieczność powołania organizacji promującej sport, rekreację i turystykę wśród młodzieży niepełnosprawnej ze szkół specjalnych oraz ich absolwentów.



Fot. 2. SOSW w Tarnowie

Głównym celem działalności PTSS „Sprawni Razem” jest szeroka promocja sportu, rekreacji i turystyki wśród dzieci i młodzieży, a także ochrona zdrowia, rozwijanie sprawności fizycznej, wychowanie przez sport, aktywne spędzanie wolnego czasu oraz integracja ze społecznością osób zdrowych. Należy podkreślić, że zdrowie i sprawność fizyczna są bardzo ważnym elementem w dorosłym życiu niepełnosprawnych z uwagi na przyszłą pracę zawodową, związaną najczęściej z wysiłkiem fizycznym (PTSS „Sprawni Razem”, 2007).

Turystyka dla dzieci niepełnosprawnych umysłowo jest doskonałą formą wypoczynku, przynoszącą wiele wrażeń, radości i satysfakcji osobistej. Rozwija umiejętności społeczne, funkcje poznawczo-intelektualne oraz podnosi sprawność fizyczną. Najważniejszym elementem, na który należy szczególnie zwrócić uwagę przy organizacji imprez turystycznych dla tej grupy niepełnosprawnych jest ich poziom możliwości psychofizycznych. Mimo zróżnicowania na poszczególne stopnie upośledzenia, różnice występują również w obrębie poszczególnych grup (lekkopośledzonych czy głębiej). Ze względu na to, że osoby niepełnosprawne wiele czynności wykonują rutynowo, w nowym środowisku mogą wymagać pomocy lub dłuższego okresu dostosowania.

Planując i organizując zajęcia rekreacyjne i turystyczne dla osób niepełnosprawnych umysłowo należy dostosować je do ich możliwości, zainteresowań i potrzeb. Trzeba w sposób przemyślany podzielić uczestników na grupy oraz wytypować tych, którzy wymagają wsparcia indywidualnego. Następnie dobrać środki i określić metody wykorzystywane w trakcie imprezy z uwzględnieniem osobistych predyspozycji niepełnosprawnych (Janiszewski, 1989).

Uczestników należy ponadto zapoznać z programem imprezy, gdyż nowe sytuacje oraz nagłe zmiany mogą budzić lęk i niechęć. W trakcie trwania wyjazdu należy pozyskiwać ich zaufanie, wytwarzając pogodną atmosferę, ale jednocześnie być konsekwentnym względem ustalonych wcześniej reguł. Należy pamiętać, że słabe bodźce emocjonalne powodują monotonię, zbyt silne – zmęczenie i niechęć (Żółkowska, 2003). Do najczęściej wybieranych form turystyki przez niepełnosprawnych należą: turystyka kulturowa, uzdrowiskowa, i pielgrzymkowa. Turystyka kulturowa składa się z wycieczek zorganizowanych i podróży indywidualnych w celu zwiedzania miast, muzeów, obiektów zabytkowych oraz udziału w imprezach kulturalnych. Celem turystyki kulturowej jest poznanie dziedzictwa historyczno-kulturowego różnych regionów kraju i zagranicy. Uczestnikami są zazwyczaj osoby ciekawe świata.

Turystyka uzdrowiskowa jest jedną z najstarszych form turystyki. Jej głównym celem jest ratowanie zdrowia poprzez zabiegi lecznicze i rehabilitację. Wyjazdy organizowane są do miejscowości mających walory uzdrowiskowe (wody mineralne, borowiny, mikroklimat leczniczy), odpowiednią infrastrukturę medyczną (sanatoria, szpitale) i towarzyszącą (pjalnie wód, parki zdrojowe). Uczestnikami są osoby niepełnosprawne, starsze, schorowane lub po wypadkach.



Fot. 3. Turystyka pielgrzymkowa, Tuchów 2008

Turystyka pielgrzymkowa to przede wszystkim podróże do miejsc świętych dla wyznawców różnych religii (sanktuaria, miejsca cudownych objawień czy groby świętych). W Polsce jest to masowy ruch turystyczny w różnych formach (zorganizowane marsze, podróże autokarowe, a także turystyka indywidualna). Uczestnikami są osoby wierzące w różnym wieku.

Wycieczki piesze są formą turystyki dostępnej dla wszystkich niepełnosprawnych umysłowo bez względu na stopień upośledzenia. W trakcie organizacji podróży należy przestrzegać następujących zasad:

- poinformować uczestników, jak powinien wyglądać ubiór oraz ekwipunek,
- omówić program wycieczki, przebieg trasy i porządek marszu,
- określić czas trwania wyprawy,
- wyjaśnić i ustalić czas na wypoczynek i przerwy na posiłek.

Przez cały czas trwania imprezy należy zwracać specjalną uwagę na bezpieczeństwo i zastosować szczególne środki ostrożności dostosowane do rodzaju niepełnosprawności. Ma to duże znaczenie przy przejściach przez ulicę, wejściach do obiektów czy miejscach zatłoczonych. Więcej czasu przeznaczają się na zwiedzanie nowych miejsc. Dobór liczby zwiedzanych obiektów i ich rodzaj musi być dostosowany do stopnia upośledzenia uczestników. Grupy powinny być niewielkie, przy lekkim upośledzeniu do 10 osób, a przy pozostałych na jednego opiekuna może przypadać 3–5 osób (Grabowski i wsp., 2007).

Przy organizacji wycieczek autokarowych należy tak dobrać program i zwiedzanie miejsca, by skracać możliwie jak najbardziej czas przejazdu. Ważne są również przerwy na odpoczynek, spożycie posiłku i załatwienie potrzeb fizjologicznych. Każdy postój powinien być uatrakcyjniony krótkim spacerem czy zabawą ruchową w celu zrelaksowania się przed dalszą monotonną jazdą. Trzeba zaznaczyć, że oso-

by niepełnosprawne umysłowo nie są w stanie odbierać wrażeń wizualnych za oknem autokaru. Z tego też względu powinniśmy się zatrzymywać, jeżeli chcemy coś przekazać o danym miejscu. W przypadku tej niepełnosprawności, podobnie jak przy innych, należy rozplanować umiejscowienie uczestników w autokarze. Uwzględnia się tutaj ponadto dodatkowe zaburzenia, jak np. epilepsja czy konieczność podawania leków.

W obsłudze grupy złożonej z niepełnosprawnych umysłowo i pełnosprawnych przestrzega się kilku zasad, które ułatwią kontakt i współpracę, należy zatem:

1. uszanować prawo do nieujawniania choroby i zapewnić prywatność w załatwianiu spraw związanych z chorobą;
2. umożliwić indywidualny kontakt i zachęcać do kontynuowania codziennych obowiązków i czynności (samoobsługa, przyjmowanie leków itp.);
3. mobilizować do działania i pomagać w realizacji konkretnych zadań;
4. przeciwdziałać negatywnemu myśleniu.

Podobne wymagania stawia się przed różnego rodzaju imprezami rekreacyjnymi. Zawsze jednak trzeba pamiętać o innych dysfunkcjach towarzyszących osobom niepełnosprawnym umysłowo, takich jak zaburzenia równowagi, osobowości itp. (Grabowski i wsp., 2007).

Nie wolno zapominać o ogólnych wskazówkach etycznych, dotyczących osób niepełnosprawnych umysłowo (Cohen, 2003):

- nie zakładać, że koniecznie potrzebują dodatkowej pomocy lub innego traktowania,
- nie zakładać, że nie są kompetentni do uczestnictwa w różnych pracach i rozwiązywania różnych problemów,
- rozmawiać używając zdań niezłożonych i prostych,
- informując, ograniczać treści abstrakcyjne.

Tablice 1 i 2 przedstawiają udział dzieci niepełnosprawnych z SOSW w Tarnowie w imprezach turystycznych oraz rekreacyjno-kulturalnych.

Tablica 1

Imprezy turystyczne w latach 2001–2008

Lp.	Turystyka kulturowa	N	Turystyka pielgrzymkowa	N	Turystyka uzdrowska	N
1	Tarnów	12	Tuchów	5	Sarbinowo	16
2	Kraków	8	Częstochowa	3	Międzyzdroje	2
3	Zakopane	4	Kraków	3	Mielno	2
4	Warszawa	4	Odporyszów	1	Ustka	1
5	Gdańsk	2	Hiszpania	1	Zakopane	1
6	Kołobrzeg	2	Francja	1		
	Razem	32	Razem	14	Razem	22

Źródło: opracowanie własne.

Tablica 2

Imprezy rekreacyjno-kulturalne w latach 2001–2008

Lp.	Rodzaj imprezy	Liczba imprez	Liczba dzieci
1	Mitingi rekreacyjno-sportowe	1	250
2	Imprezy ekologiczne – ekodegustacje	2	150
3	Sprzątanie Świata	7	1200
4	Turnusy rehabilitacyjne	16	750
5	Majówki integracyjne	4	850
6	Turniej gier i zabaw integracyjnych	10	600
7	Rekreacyjne obozy letnie i zimowe	15	260
Razem		55	3060

Źródło: opracowanie własne.

5. Wnioski

1. Rekreacja i turystyka dla dzieci niepełnosprawnych umysłowo jest doskonałą formą wypoczynku.
2. Przynosi wiele wrażeń, radości i satysfakcji osobistej.
3. Rozwija umiejętności społeczne, funkcje poznawczo-intelektualne oraz podnosi sprawność fizyczną.
4. Jest skuteczną integracją niepełnosprawnych ze zdrowymi.
5. Działa jako forma rewalidacji i rehabilitacji.
6. Daje możliwości poznania wielu ciekawych miejsc w kraju i na świecie.

Bibliografia

- Cohen J. 2003. *Disability Etiquette, Tips on Interacting with People with Disabilities*. New York: United Spinal Association.
- Doroszevska J. 1981. *Pedagogika specjalna*. Wrocław: Ossolineum.
- Gawlik K., Zwierchowska A. 2004. *Wychowanie fizyczne dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną*. Katowice: AWF. ISBN 83-87478-73-3.
- Grabowski J. i wsp. 2007. *Vademecum organizatora turystyki niepełnosprawnych*. Łódź: WSTH. ISBN 978-83-918688-6-7
- Janiszewski M. 1989. *Rekreacja ruchowa dla osób niepełnosprawnych*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego. ISBN 83-7016-412-9.
- Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Tarnowie*. 1996. Biuletyn Informacyjny Tarnów: Witek – Druk.

- PTSS „Sprawni Razem”. 2007. Biuletyn Informacyjny Nr 1. Warszawa.
- Wyczesany J. 1999. *Pedagogika upośledzonych umysłowo*. Kraków: Impuls. ISBN 83-86994-47-9.
- Żółkowska T. 2003. *Turystyka osób upośledzonych intelektualnie*. W: *Niepełnosprawny turysta. Poradnik dla pilotów i przewodników turystycznych*. Szczecin: Forum Turystyki Pomorza Zachodniego. ISBN 83-87978-41-8.

The Forms of Health Education in Activity of Special Educational and Pedagogical Centre in Tarnów

S u m m a r y: Recreation and tourism belong to those few fields of health education that enable such quick and efficient integration of the mentally handicapped, as well as cooperation between the younger and older generations. Common meetings and trips integrate people, as well as strengthen social bonds. Individuals are able to learn more about their strong and weak points, by means of group actions and competition with others.

In case of children and teenagers, tourism and recreation play one more crucial role – they change the perception of handicapped people by healthy ones. Besides, they enable the former to get out of closed surroundings, as well as blur differences between the former and the latter. They help to overcome the barriers and complexes connected with being handicapped. As a form of rehabilitation promoting new lifestyle, recreation and tourism are becoming an element of common awareness and social care.

The aim of this dissertation is to show the history and structure of the Special Educational and Pedagogical Centre in Tarnów, as well as the development of many active forms of spending free time among handicapped children by means of recreation and tourism.

Key words: recreation, tourism, mental retardation
