

Uprawianie sportów ekstremalnych przez osoby z niepełnosprawnością ruchową jako sposób na włączanie społeczne

Practicing extreme sports by people
with physical disabilities
as a way to social inclusion

Streszczenie: Niniejszy artykuł został poświęcony sportom ekstremalnym uprawianym przez osoby z niepełnosprawnością ruchową, które poruszają się za pomocą wózków inwalidzkich. Przedstawiono porównanie sytuacji sportowców z niepełnosprawnością w czterech krajach świata: Stany Zjednoczone, Szwecja, Polska, Botswana. Widoczne jest duże zróżnicowanie postrzegania sportowców oraz sportów, a zwłaszcza sportów ekstremalnych uprawianych przez osoby z niepełnosprawnością ruchową, przez społeczności porównywanych krajów.

Słowa kluczowe: *niepełnosprawność, sport ekstremalny, inkluzja, organizacje pozarządowe*

Abstract: The present article was dedicated on extreme sports by people with disabilities, who move by wheelchair. We compare situation of athletes with disabled in fourth countries of the world: United States of America, Sweden, Poland and Botswana. Based on this countries results we can see big differences in the way of seeing athletics and sports and actually extreme sports by athletes with disabled.

Keywords: *disabilities, extreme sport, inclusion, non-governmental organizations*

„Możesz więcej, koniec litości,
zwycięstwo zaczyna się od upadku”.

Szymon Klinza

Sporty osób z niepełnosprawnością ruchową wywodzą się z rehabilitacji przeprowadzanej w szpitalach. Szybki rozwój nastąpił po II wojnie światowej, kiedy przybyło weteranów i cywilnych ofiar wojennych. W początkowej fazie aktywność ta miała na celu jedynie usprawnienie pacjenta. Jednak szybko zyskała popularność i zaczęła być uprawiana rekreacyjnie przez osoby z niepełnosprawnością ruchową. Pomysłodawcą tego typu aktywności fizycznej pacjentów był niemiecki lekarz Ludwig Guttmann. Zorganizował on zawody łucznicze dla osób poruszających się na wózkach w czasie rozpoczynającej się olimpiady w Londynie w 1948 r. W chwili obecnej sport ten przybrał formę bardziej profesjonalną, co cechuje się wyższym poziomem technologicznym. Odpowiadając na duże zapotrzebowanie i zainteresowanie, znaleźli się chętni, aby zaangażować się zawodowo w proces trenowania osób z niepełnosprawnościami. Są to trenerzy, którzy swoje życie ukierunkowali na sport paraolimpijski. Dzięki różnym zabiegom organizatorów oraz postępowi technologicznemu poziom sportowy zawodów również systematycznie i znacząco wzrasta. Jednak tego typu dyscypliny sportowe przestały wystarczać osobom z niepełnosprawnościami do realizacji postawionych celów i pragnień, zaczęto poszukiwać nowych doznań i większej dawki adrenaliny poprzez uczestnictwo w sportach ekstremalnych, które dają możliwość samorealizacji wielu osobom z różnymi dysfunkcjami.

Aktywność sportowa osób z niepełnosprawnościami jest to forma aktywności fizycznej. Do jej głównych celów należy: utrzymanie sprawności fizycznej na poziomie, który został uzyskany w czasie rehabilitacji, lub możliwość realizowania potrzeby rywalizacji sportowej oraz chęci uzyskiwania jak najlepszych wyników sportowych.

Sport wyczynowy osób z niepełnosprawnościami cechuje się specjalizacją w konkretnej dyscyplinie sportowej. Jego podstawowym zadaniem jest uzyskanie jak najlepszych wyników sportowych na zawodach organizowanych w danej dyscyplinie sportowej przez odpowiednie związki. Chętni do brania udziału w zawodach muszą być zapisani do odpowiednich klubów sportowych. Kluby są zobligowane opierać się na normach publicznych, prawnych, społecznych i organizacyjnych oraz tworzyć system instytucji. Dla umożliwiania sprawiedliwej rywalizacji w sporcie wyczynowym istnieją zasady, które odnoszą się

do: płci zawodników, wagi, przedziału wiekowego, liczby rywalizujących osób, stanu zdrowia, stroju i ekwipunku, zakresu wykonywanych ruchów [Koper M., Tasiemski T., 2013, s. 114-118].

Sport ekstremalny osób z niepełnosprawnością ruchu jest to sport, którego wykonywanie wiąże się z większym ryzykiem niż w innych dyscyplinach sportowych. Może wymagać większych niż przeciętne zdolności fizycznych i psychicznych oraz odpowiedniego przygotowania technicznego. Mogą być to również sporty uprawiane w trudnych warunkach przyrodniczych [<https://sjp.pwn.pl>, dostęp: 9.03.2018]. Decyzja co do uprawianej dyscypliny sportowej uzależniona jest od: dostępności klubów sportowych w środowisku lokalnym osoby z niepełnosprawnością, jej sprawnością fizyczną oraz zainteresowaniami.

Sporty ekstremalne osób z niepełnosprawnością ruchową swój początek datują na 2005 rok. Pierwszymi udokumentowanymi zawodami są Extremity Games organizowane w Orlando na Florydzie. Podczas pierwszych edycji zawodów rozgrywane były takie dyscypliny sportowe jak: BMX, motocross, kolarstwo górskie, wspinaczka, skateboarding, wakeboarding oraz surfing [<https://www.extremitygames.com>, dostęp: 13.03.2018].

Pierwszą osobą z niepełnosprawnością ruchową na świecie, która zdecydowała się na pójście w stronę indywidualnych sportów ekstremalnych, był Jan Mela (chłopak bez kończyny górnej i dolnej), który postanowił zdobyć oba bieguny. Dokonał tego w roku 2004 w wieku 15 lat, w następnych latach został zdobywcą następujących szczytów górskich:

Kilimandżaro (najwyższy szczyt Afryki) – rok 2008,

Elbrus (najwyższy szczyt Kaukazu) – rok 2009,

El Capitan (wyprawa wspinaczkowa na ścianę skalną, która liczy ponad 1000 metrów) – rok 2010.

Kolejne wyprawy Jan Mela odbył w towarzystwie osób niewidomych, z chorobą nowotworową, po przebytej resekcji płuca, po amputacji nogi [<http://pozahoryzonty.org/>, dostęp: 15.03.2018].

Na gruncie polskim prekursorem w dziedzinie sportów ekstremalnych jest fundacja Avalon. Prowadzi ona autorski program o nazwie Avalon Extreme. Wspiera osoby z różnymi niepełnosprawnościami ruchowymi: paraplegia, tertraplegia, amputacje kończyn górnych i dolnych. Dyscypliny wchodzące w skład Avalon Extreme to: wyścigi, drift, sitwake, soaring, rugby.

Najnowszym pomysłem włączonym do programu Avalon Extreme jest wheelmagedon, który polega na jak najszybszym pokonaniu trasy z prze-

szkodami, takimi jak: mokry piach, przetoczenie opony ważącej ok. 30 kg, przeniesienie wózka przez przeszkodę i przeczołganie się pod przeszkodą [<https://avalonextreme.pl/>, dostęp: 5.03.2018].

Organizacja różnego rodzaju zawodów sportowych dla osób z niepełnosprawnością ruchową zależy także w dużej mierze od stopnia rozwoju gospodarczego i kulturowego poszczególnych krajów świata, jak również od czynnika osobowego, którym jest sprawność fizyczna sportowców z niepełnosprawnościami. Między innymi dlatego podczas zawodów dokonuje się podziału zawodników na odpowiednie kategorie sportowe, które są zgodne z ich możliwościami fizycznymi. Warto podkreślić, że sportowcy z niepełnosprawnościami na początku swojej kariery stają przed komisją lekarsko-sportową, która określa ich punktację sprawnościową. Przepisy dotyczące przydzielania punktów przez komisję są jednolite dla wszystkich krajów na świecie, wówczas ocena danej dyscypliny na zawodach staje się jak najbardziej równa, sprawiedliwa i przejrzysta zarówno dla wszystkich sportowców, jak i kibiców [Kosmal A., 2008, s. 235].

Kolejnym czynnikiem determinującym możliwość uprawiania różnego rodzaju sportów przez osoby z niepełnosprawnościami ruchowymi jest stopień zaawansowania technologicznego oraz architektonicznego dostosowywania sprzętu i obiektów pod kątem potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Przystosowaniem objęte są przede wszystkim odpowiednio przygotowane do danej dyscypliny sportowej wózki, protezy kończyn, ochraniacze, zabezpieczające łokcie, kikuty. Innego rodzaju udogodnieniami są lżejsze piłki, zmniejszenie rozmiaru boiska w stosunku do ich odpowiednika w sporcie osób pełnosprawnych [Nowotny J., 2002, s. 187]. Największe różnice w realizacji sportów ekstremalnych przez osoby z niepełnosprawnościami pojawiają się w sposobie ich finansowania przez rządy poszczególnych państw. Na tym tle można oceniać również mentalność i podejście poszczególnych społeczeństw do nieszablonywych działań inkluzyjnych realizowanych poprzez aktywizowanie osób z niepełnosprawnością ruchową, np. umożliwianie uprawiania sportów ekstremalnych. Kraje wysoko rozwinięte społecznie w dużo większym stopniu finansują tego typu aktywność. Natomiast kraje, które mają jeszcze w tym zakresie wiele do zrobienia, nie są skore do współfinansowania tego typu przedsięwzięć. Coraz częściej i chętniej sponsorzy prywatni obejmują patronatem poszczególne zawody, kluby, jak i indywidualnych sportowców. Obecnie już w wielu krajach na świecie są prowadzone transmisje z zawodów sportowych osób z dysfunkcjami.

Pod względem dostępności sportu dla osób z niepełnosprawnościami wzorem na świecie są Stany Zjednoczone Ameryki Północnej. Kraj ten bierze pod uwagę konieczność dostosowania wszystkich obiektów użyteczności publicznej do potrzeb osób z różnymi dysfunkcjami. Natomiast jeśli chodzi o sport, zawodnicy darzeni są przez społeczeństwo i rząd takim samym szacunkiem jak ich pełnosprawni koledzy. Dyscypliny sportowe uprawiane przez osoby z różnymi dysfunkcjami są finansowane i wspomagane na równi z ich pełnosprawnymi odpowiednikami [Owoc A., Owoc J., Bojar I., Sygit K., 2009, s. 403-404]. Sam stosunek i odbiór przez społeczeństwo tych sportowców jest w zupełności naturalny. Ludzi nie dziwi fakt i widok osoby z ograniczeniami, która uprawia jakąś dyscyplinę sportową, w tym także sporty ekstremalne, np. Aaron Fotheringham, który wykonuje akrobacje na rampach do ewolucji na deskorolkach [<http://www.aaronfotheringham.com/>, dostęp: 9.03.2018].

Na tle krajów europejskich wysoko rozwinięty system wsparcia i rozwoju sportów osób z niepełnosprawnościami posiada Szwecja. Kraj ten w pierwszej kolejności postanowił dostosować system opiekuńczy i socjalny do poziomu i potrzeb osób z niepełnosprawnościami, by umożliwić im samodzielne i aktywne życie oraz samodzielne utrzymanie siebie i rodziny [Wapienik E., Piotrowicz R., 2002, s. 56-59]. Od momentu zdiagnozowania niepełnosprawności osoby zostają wdrożone w specyfikę danej niepełnosprawności i sposoby radzenia sobie z nią w życiu codziennym. Dostają kontakty do instytucji i osób, które posiadają wykształcenie i doświadczenie pomocy w odnalezieniu się w nowej rzeczywistości. Jednym z takich podmiotów jest organizacja pozarządowa Rekryteringsgruppen for Aktive Rehabilitering, która realizuje nowatorski pomysł, mający na celu aktywizację ruchową, społeczną i sportową osób poruszających się za pomocą wózków inwalidzkich. Następnie, idąc za przykładem Stanów Zjednoczonych, systematycznie rozwija ofertę możliwości uprawiania różnych dyscyplin sportowych przez osoby z dysfunkcjami [<http://rgaktivrehab.se/>, dostęp: 15.03.2018]. W chwili obecnej Polska pozostaje tłem w stosunku do wcześniej opisanych krajów świata, ale systematycznie rozwija system opiekuńczy, rekreacyjno-sportowy i społeczny. W ciągu ostatnich 20 lat zauważalna jest duża zmiana w sposobie postrzegania i odbierania sportowców z niepełnosprawnościami. Społeczeństwo polskie zaczyna na równi traktować osiągnięcia sportowe i trud, jaki został włożony w realizację założonych celów. Pierwszą organizacją, w której osoby poruszające się przy pomocy wózka inwalidzkiego mają możliwość zetknięcia się z możliwością

uprawiania różnych dyscyplin sportowych, jest Fundacja Aktywnej Rehabilitacji. Na obozach i zajęciach stacjonarnych uczestnicy mogą spróbować swoich sił w dyscyplinach sportowych takich jak: rugby, koszykówka, tenis stołowy, pływanie, strzelanie z łuku, piłka ręczna, boccia. Warto również zaznaczyć, że opiekunami i instruktorami aktywnego życia i sportu są również osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich. Innymi przykładami organizacji pożytku publicznego umożliwiającymi uprawianie sportów ekstremalnych są: Avalon, Balian, Polska Bez Barrier, Podróże bez Granic, Nautica. W Polsce powstaje coraz więcej klubów zrzeszonych pod agendą Polskiego Związku Sportu Niepełnosprawnych – PZSN Start. Włodarze naszego kraju mają jeszcze wiele do zrobienia w kwestii wsparcia sportowców z niepełnosprawnościami, dotyczy to między innymi systemu stypendiów, zaplecza treningowego i technologicznego [www.far.org.pl, dostęp:13.03.2018].

Najmniej rozwiniętym krajem pod względem technologicznym, kulturowym, postrzegania i akceptacji osób z dysfunkcjami, opiekuńczym oraz barier architektonicznych jest Botswana. Kraj ten, idąc za przykładem lepiej rozwiniętych gospodarek świata, zaczyna dostrzegać istnienie niepełnosprawności i potrzebę modernizacji systemu opieki, leczenia, rehabilitacji (przez sport), wdrażania do samodzielnego życia, znalezienia pracy i konieczności zniesienia barier architektonicznych w kraju. Wyżej wymienione europejskie kraje, widząc chęć zmiany systemu obowiązującego w Botswanie wobec osób z niepełnosprawnością ruchową, które poruszają przy pomocy wózków inwalidzkich, postanowiły wyjść naprzeciw i pomóc w zbudowaniu systemu aktywizacji ruchowej, społecznej, sportowej, zawodowej [http://jedyna-taka.pl/, dostęp: 18.03.2018].

Organizacjami koordynującymi początek przemian w Botswanie są: z ramienia Polski – Fundacja Aktywnej Rehabilitacji (FAR), Szwecję reprezentuje Rekryteringsgruppen for Aktive Rehabilitering. Działania tych organizacji mają na celu ukazanie uczestnikom i społeczności afrykańskiej możliwości aktywnego życia osób z niepełnosprawnościami poprzez sport, między innymi sporty ekstremalne. Pomoc tych krajów nie ogranicza się jedynie do jednorazowego wsparcia w trakcie obozu, lecz także organizowane są zbiórki pieniężne na zakup sprzętu potrzebnego do samodzielnego funkcjonowania niepełnosprawnych w Botswanie. Sprzęt ten ma być dostosowany i dopasowany do konkretnego użytkownika i jego możliwości fizycznych. Mimo tego, że wymaga to wiele lat pracy i doskonalenia kadry, nauki samodzielnego i aktywnego życia, zmiany sposobu myślenia i postrzegania osób z niepełnosprawnością, to ważny

jest fakt rozpoczęcia współpracy międzynarodowej oraz branie przykładu z doświadczeń i obserwacji [www.far.org.pl, dostęp: 13.03.2018].

Sport w życiu każdego aktywnego człowieka odgrywa ważną rolę. Jest nie tylko formą spędzania wolnego czasu, ale także spełnieniem aspiracji życiowych. Często wpływa także na podbudowanie samooceny i jakości życia. W życiu ludzi z niepełnosprawnościami sport odgrywa jeszcze ważniejszą rolę, gdyż pozwala im poczuć się pełnoprawnymi uczestnikami życia społecznego. Nie jest tylko formą rehabilitacji, ale także szansą na odnalezienie się, często w nowej i trudnej dla siebie sytuacji życiowej. Pomaga im sprostać wyzwaniom życiowym nie tylko w sferze sportowej, ale każdej innej. Sporty ekstremalne pozwalają osobom z niepełnosprawnościami wejść w nowy, zazwyczaj nieznany dla nich etap życia z dysfunkcją. Uczą się akceptacji własnego ciała oraz jego ograniczeń. Uczą się także wykonywać podstawowe czynności samoobsługowe. Aktywność fizyczna ma znaczący wpływ na przyspieszenie całego procesu samoakceptacji w nowej rzeczywistości. Uzmysławia im również, że pomimo ograniczeń, jakie wyznacza im własne ciało, mogą żyć tak, jak ich pełnosprawni rówieśnicy. Sport pozwala przesunąć granice własnych możliwości fizycznych do tego stopnia, że w codziennym życiu nie odczuwają oni trudów wynikających z posiadanej dysfunkcji. Aktywność fizyczna, a w szczególności sporty ekstremalne sprawiają, że osoby z niepełnosprawnościami ruchowymi uzyskują większą wiarę w siebie oraz czują się pewniej w życiu społecznym, zarówno w sferze zawodowej, jak i w kontaktach interpersonalnych. Sporty ekstremalne pozwalają pokonać bariery, które znajdują się w ich psychice i postrzeganiu własnych możliwości i realizacji planów życiowych. Osoby po wypadkach, próbujące sportów ekstremalnych, często przed tym nieszczęśliwym zdarzeniem nie pomyślałyby o możliwości uprawiania tego typu sportów przez siebie [Kosmal A., 2008, s. 23-27]. Wpływa to także na poprawę postrzegania niepełnosprawności przez społeczeństwo. Bierze się to z faktu, iż znaczna część ludzi pełnosprawnych nie pomyślałaby o możliwości uprawiania przez siebie sportów ekstremalnych oraz że ten rodzaj aktywności może być zaadaptowany do potrzeb i możliwości osób z różnymi dysfunkcjami. Przez styczność osób z niepełnosprawnością ze sportem ekstremalnym uświadamiają sobie, że wózek inwalidzki nie jest przeszkodą w pełnieniu różnych ról społecznych. Często widząc tak dużą aktywność osób z niepełnosprawnościami, czują wstyd i zażenowanie własną codzienną biernością. Takie spotkania mogą skutkować odnalezieniem motywacji i chęci do działania. Sportowcy z dysfunkcjami stają się dla nich swoistymi autorytetami i inspiracją do zmiany swojego życia na lepsze.

Uświadamiają, jak wiele stoi przed nimi możliwości aktywnego spędzania czasu wolnego. Uczą także doceniać każdy dzień i osobę, którą jest im dane spotkać w swoim życiu. Zdają sobie sprawę z tego, że jeśli ludzie będący w trudniejszym położeniu niż oni sami mogą osiągać tak wiele, to pełnosprawni również mają takie możliwości. Poprzez organizowanie wspólnych treningów i zawodów sportowych dla osób pełnosprawnych i z dysfunkcjami dążymy do pełnej inkluzji społecznej. Dzięki takim działaniom już od najmłodszych lat uczymy dzieci zachowań prospołecznych, bez względu na dzielące nas różnice. Społeczeństwo w ten sposób uczy się nie definiować człowieka przez pryzmat jego wyglądu czy sposobu poruszania się. Nauka takich postaw najprawdopodobniej zaowocuje w przyszłości we wszystkich sferach i aspektach życia społecznego.

Rosnąca chęć uprawiania sportów ekstremalnych być może spowoduje większe zainteresowanie i zaangażowanie państwa i osób decyzyjnych samą tematyką sportów ekstremalnych, ilością miejsc umożliwiających prowadzenie treningów oraz ich dostępnością dla osób poruszających się za pomocą wózków inwalidzkich. Może to także wpłynąć na zwiększenie dotacji oraz zmianę przepisów dotyczących finansowania sportów osób z niepełnosprawnościami. Takie działania mogą wpłynąć na jeszcze większe urozmaicenie dostępnych dyscyplin sportowych. Warto również zauważyć, że rosnące zainteresowanie sportem osób z dysfunkcjami może zachęcić całe społeczeństwo do prowadzenia zdrowszego i aktywniejszego trybu życia. Aby tak się stało, organizacje pozarządowe dążące do inkluzji społecznej przez sport organizują szereg rozmaitych kampanii społecznych, np. „Ty widzisz tylko wózek”. Celem tej kampanii jest zmiana postrzegania sportu i sportowców przez pryzmat dysfunkcji. Duży nacisk stawia się na podmiotowość, szacunek i godność osoby. Cała uwaga skupia się na sportowcu, a nie na jego dysfunkcji. Pragnieniem organizatorów kampanii, jak i samych osób związanych ze sportem jest to, aby trybuny były wypełnione tak, jak w czasie zawodów osób pełnosprawnych. Dążą również do tego, aby emocje związane z rywalizacją sportową osób z niepełnosprawnościami były związane tylko i wyłącznie z grą na boisku, a nie ze sposobem poruszania się [www.far.org.pl, dostęp: 13.03.2018]. Sportowcy pełnosprawni doceniają wyniki sportowe swoich kolegów po fachu. Jest to jedna z nielicznych grup społecznych, która jako pierwsza w pełni zaczęła stosować zasady inkluzyjne. Coraz częściej zawody najwyższej rangi są organizowane wspólnie, co stanowi praktyczne zastosowanie inkluzji społecznej. Dzięki temu społeczeństwo ma możliwość kibicowania i przeżywania wspólnie sukcesów i porażek

sportowców. Zawodnicy pragną, aby także ich porażki były obiektywnie oceniane przez media i kibiców bez względu na dysfunkcje, które posiadają. Sportowcy z niepełnosprawnościami w swych działaniach marketingowych dążą do postrzegania ich jako zawodowych sportowców, a nie herosów i bohaterów [<https://avalonextreme.pl/>, dostęp: 05.03.2018].

Bibliografia i netografia

- Koper M., Tasiemski T., *Miejsce sportu w procesie rehabilitacji osób niepełnosprawnych fizycznie*, „Niepełnosprawność – Zagadnienia, Problemy, Rozwiązania”, t. III, nr 8, 2013, s. 111-134.
- Kosmal A., *Teoria i praktyka sportu niepełnosprawnych*, AWF, Warszawa 2008.
- Nowotny J., *Kształcenie umiejętności ruchowych – podstawy teoretyczne i aspekty praktyczne*, Śląska Akademia Medyczna, Katowice 2002.
- Owoc A, Owoc, J., Bojar I., Sygit K., *System ochrony zdrowia w Stanach Zjednoczonych*, „Problemy Higieny i Epidemiologii”, nr 90 (3), 2009.
- Wapiennik E., Piotrowicz R., *Niepełnosprawny – pełnosprawny obywatel Europy*, Urząd Komitetu Integracji Europejskiej, Warszawa 2002.
- <http://www.aaronfotheringham.com> [dostęp: 9.03.2018].
- <https://avalonextreme.pl/> [dostęp: 5.03.2018].
- <https://www.extremitygames.com/> [dostęp: 13.03.2018].
- www.far.org.pl [dostęp: 13.03.2018].
- <http://jedyna-taka.pl/> [dostęp: 18.03.2018].
- <http://pozahoryzonty.org/> [dostęp: 15.03.2018].
- <http://rgaktivrehab.se/> [dostęp: 15.03.2018].
- <https://sjp.pwn.pl> [dostęp: 9.03.2018].