



07785593

Data wpływu: 2022-08-12

Nr: 44827.2022.DG

Przyjęł: Karolina Karolak
Biuro Obsługi Interesanta
Załączników: 0

**Sprawozdanie merytoryczne
INTEGRACYJNEGO KLUBU SPORTOWEGO SIEDLCE
za 2021 rok**

Zajęcia sportowe dla osób niepełnosprawnych wymagają indywidualizacji z uwagi na zróżnicowany stopień niepełnosprawności i wynikającą z tego sprawność fizyczną i umysłową. W związku z tym od początku istnienia naszego klubu, działamy przede wszystkim zgodnie ze stwierdzeniem "od rehabilitacji po przez sport do wyczynu". Celem prowadzonych przez nas zajęć jest propagowanie aktywnego i zdrowego trybu życia, zapewnienie alternatywnych i zdrowych form spędzenia wolnego czasu oraz udział w zawodach, imprezach sportowych o randze krajowej i międzynarodowej mającej na celu promocję miasta Siedlce jako miasta przyjaznego sportowcom i osobom niepełnosprawnym. Dostęp do aktywności fizycznej jest jednym z bardzo ważnych aspektów rehabilitacji społecznej. Aktywność fizyczna ułatwia integrację z innymi ludźmi, pełni funkcję terapeutyczną, pomaga podnieść samoocenę i wzmocnić poczucie własnej wartości, co jest szczególnie ważne z uwagi na bardzo duże zagrożenie wykluczeniem tych osób w dostępie do aktywności fizycznej.

W 2021 roku Integracyjny Klub Sportowy Siedlce na terenie Miasta Siedlce podejmował działania w sferze sportu osób niepełnosprawnych przy wsparciu finansowym pochodzącym z budżetu Miasta Siedlce:

- „Aktywni w MIEŚCIE”- *prowadzenie zajęć sportowo rekreacyjnych dla osób niepełnosprawnych.*

W ramach zadania został przeprowadzony w terminie 5-14.07.2021 r. 10 – dniowy stacjonarny obóz sportowo – rekreacyjny. Beneficjentami zadania było 10 osób niepełnosprawnych z terenu miasta Siedlce, które poprzez uczestnictwo w zajęciach, zwiększyły swoją aktywność i samodzielność oraz aktywnie spędziły czas wolny. Zajęcia sportowe prowadzone były zamiennie z wyjazdami rekreacyjnymi m.in. zajęcia na stadionie, zajęcia w terenie, zajęcia na kręgielni, basenie, 2 x wyście do kina oraz spotkanie integracyjne – grill w Cichej Stacji podsumowujące projekt. Projekt realizowany był przez doświadczonego trenera, pomoc techniczną. Dodatkowo uczestników zadania wspierało 2 wolontariuszy, którzy asystowali i pomagali podczas zajęć sportowych i rekreacyjnych osobom o obniżonej sprawności psycho – fizycznej.

- *"Akademia sportowej przygody " Dofinansowanie stacjonarnego obozu sportowo-rekreacyjnego dla osób niepełnosprawnych.*

Zorganizowany w terminie 15-21.07.2021 roku obóz stacjonarny sportowo-rekreacyjny z elementami lekkoatletyki dla dzieci i młodzieży, przyczynił się do poprawy sprawności i przygotował zawodników do zaplanowanej imprezy sportowej (mitingu w Kozienicach 17-19.09.2021 r.) oraz wpłynął na osiągnięcia sportowe- zajęte miejsca i zdobyte medale. Poprzez regularne treningi nastąpił rozwój ogólnej sprawności fizycznej, która otwiera drogę do każdego sportu na jaki zdecydują się

osoby niepełnosprawne w dalszych etapach swojego życia. Zawodnicy spędzili atrakcyjnie wolny czas np. zajęcia na basenie, kręglach, nad Siedleckim Zalewem oraz mieli dostęp do profesjonalnej bazy treningowej m.in. boisko lekkoatletyczne, siłownia wyposażona w specjalistyczny sprzęt sportowy, kręgielnia, basen.

- *Miasta Siedlce- zadanie „Dziś uczniowie – jutro mistrzowie”- Prowadzenie integracyjnych zajęć sportowych z lekkiej atletyki.*

W ramach zadania w okresie 1.01.2022-31.12.2022 r. prowadzone były zajęcia sportowe w sekcji lekkoatletyka, jako kontynuacja zadania z lat ubiegłych. Beneficjentami zadania były głównie osoby niepełnosprawne, trenujące lekkoatletykę (sprinty, biegi średnio i długodystansowe, rzuty, skoki). W ramach realizacji zadania zakupiono sprzęt sportowy dla zawodników (m.in. odzież i obuwie sportowe, obuwie specjalistyczne), odżywki i suplementy, wodę, zapewniono transport na zawody oraz sfinansowano odnowę biologiczną (m.in. masaże, basen). Prowadzone zajęcia odbywały się pod opieką wykwalifikowanego trenera – osoby posiadającej wieloletnie doświadczenie z zakresu lekkoatletyki oraz pracy z osobami niepełnosprawnymi. Do obowiązków trenera należało prowadzenie treningów ogólnorozwojowych i usprawniających oraz technicznych, siłowych oraz biegowych dostosowanych do możliwości i predyspozycji zawodników. Uczestnicy zajęć w ciągu cyklu treningowego mieli możliwość sprawdzić zdobyte umiejętności podczas zawodów, mitingów, na memoriałach i festiwalach na szczeblu wojewódzkim, krajowym, organizowanych przez Polski Związek Sportu Osób Niepełnosprawnych, Polski Związek Lekkoatletyki, kluby i stowarzyszenia sportowe oraz przez IPC International Paralympic Committee. Imprezą docelową dla zawodników naszego klubu w 2021 roku były Mistrzostwa Polski Seniorów (13-16.05.2021 r.) oraz Mistrzostwa Europy (1-5.06.2021 r.) rozgrywane w Bydgoszczy. Ponadto zawodnicy reprezentowali klub w Mitingu Paralekkoatletycznym Słupsk (27.03.2021 r.), II rundzie Grand Prix Polski w Szczecinie (21-23.05.2021 r.), Mitingu integracyjnym (Kozienice 18-19.09.2021 r.) , Finale Paralekkoatletycznego Grand Prix Polski (Sieradz 2-4.08.2021 r.).

Pod w/w imprezy był dostosowany cały cykl szkoleniowy oraz regeneracja. Udział w imprezach potwierdzi doskonałą formę i kondycję naszych zawodników czego dowodem są pobite rekordy życiowe oraz zdobyte miejsca medalowe:

Mistrzostwa Europy BYDGOSZCZ

- 3 miejsce Katarzyny Piekart w rzucie oszczepem
- 8 miejsce w ścisłym finale Dariusza Osińskiego w rzucie oszczepem

Mistrzostwa Polski Seniorów BYDGOSZCZ

- 1 miejsce Katarzyny Piekart w rzucie oszczepem
- 2 miejsce Dariusza Osińskiego w rzucie oszczepem
- 3 miejsce Julii Wojtczuk w biegu na 100 m

Wszystkie zajęcia prowadzone w ramach realizowanych zadań publicznych od początku istnienia klubu są świadczone dla uczestników bezpłatnie.

Wśród naszych zawodników jest kilka utalentowanych osób, które dzięki regularnym treningom mają szanse na sukcesy na arenie krajowej i międzynarodowej oraz promocję działań podejmowanych na rzecz sportu w naszym mieście.

W ciągu 6 lat działalności naszego klubu udało nam się odnieść wiele sukcesów ale również i wiele porażek. Każde z tych doświadczeń uczy, mobilizuje i pozwala wyciągać wnioski na przyszłość. Sukcesy podopiecznych zarówno te odnoszące się do sfery psychicznej jak i te o charakterze sportowym niezmiernie cieszą i motywują do dalszej pracy na rzecz osób niepełnosprawnych. Jesteśmy klubem pełnym nadziei, nowych pomysłów oraz perspektyw na dalszy rozwój i popularyzację sportu osób niepełnosprawnych w naszym mieście. Doskonale wiemy, jak wiele ograniczeń znajduje się w naszej głowie, a aktywność fizyczna pozytywnie wpływa na ograniczenie występowania tzw. chorób cywilizacyjnych: otyłości, cukrzycy, czy chorób układu krążenia. Szczególnie istotną rolę aktywność fizyczna odgrywa również w kształtowaniu stylu życia oraz nawyków zdrowotnych ludzi zmagających się z niepełnosprawnościami wpływając także na ich lepsze samopoczucie. Dlatego główną ideą naszych działań jest stworzenie warunków do osiągnięcia celu strategicznego – aktywnego i zdrowego społeczeństwa, poprzez upowszechnianie sportu i aktywności fizycznej oraz promocję zdrowego i aktywnego stylu życia, również w odniesieniu do osób zmagających się z niepełnosprawnościami, które mogą być inspiracją i przykładem dla innych.

Z poważaniem,

Prezes Zarządu
Integracyjnego Klubu Sportowego Siedlce


Katarzyna Piekart