



NR 1 2024/2025

"Szkolne wieści"

GAZETKA SAMORZĄDU UCZNIOWSKIEGO SPECJALNEGO OŚRODKA SZKOLNO – WYCHOWAWCZEGO
W PIOTRKOWIE TRYBUNALSKIM



Wszyscy uczniowie lubią lekcje wychowania fizycznego. Dlaczego?

Pewnie dlatego, że są to zajęcia na których możemy biegać, skakać, grać w różne gry i rozładować energię, która nas rozpiera.

Po siedzeniu w szkolnej ławce są nam bardzo potrzebne.

Nauczyciele mówią, że zajęcia sportowe odgrywają kluczową rolę w wszechstronnym rozwoju dzieci, ponieważ wspierają zdrowie fizyczne i psychiczne.

Wspierają też rozwój społeczny, gdyż na lekcjach wychowania fizycznego uczymy się wytrwałości, współpracy i zasad fair play.

Jednym słowem to nie tylko fajne, ale i bardzo ważne lekcje.

Oprócz „wuefu” mamy też wiele imprez związanych z aktywnością ruchową.

Są to zawody, turnieje a nawet olimpiady.

O tych wszystkich działaniach możecie dowiedzieć się z naszej gazetki.

Życzymy miłej i inspirującej lektury.



**W zdrowym ciele,
zdrowy duch,
by tak było,
musi być
ruch!**

**Od września 2024 roku
Dyrektorem naszego Ośrodka
został Pan Tomasz Jasion.**

Pan Tomasz Jasion od 31 lat pracuje w naszym Ośrodku.

**Był wicedyrektorem Ośrodka
i dyrektorem Szkoły Podstawowej nr 17
oraz Szkoły Przysposabiającej do Pracy.**

**Wcześniej był wychowawcą klasy w Szkole Podstawowej nr 17
oraz nauczycielem informatyki i wychowania fizycznego
a jeszcze wcześniej wychowawcą w internacie
(Obecnie internat nazywamy
grupami wychowawczymi Ośrodka).**



Zapytaliśmy Pana Dyrektora, co Jego zdaniem jest najważniejsze w pracy z dziećmi?

Jako nauczyciel wychowania fizycznego wiem, jak ważny dla zdrowia jest ruch – nie tylko uprawianie sportu, ale każda aktywność fizyczna. Ma ona szczególne znaczenie dla zdrowia dzieci i młodzieży a w tym dzieci i młodzieży ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Jako dyrektor Ośrodka, będę zwracał szczególną uwagę na stwarzanie naszym wychowankom warunków sprzyjających zarówno ich rozwojowi intelektualnemu jak i fizycznemu. Będę podejmował działania, aby propagować wśród dzieci i ich rodzin zdrowy tryb życia. Uważam, że sport kształtuje charakter – uczy współpracy w grupie, systematyczności, wytrwałości oraz pozwala lepiej radzić sobie z emocjami i stresem. Z tego powodu od ponad 30 lat aktywnie uczestniczę w działaniach Stowarzyszenia Olimpiady Specjalne Polska.

Czym są Olimpiady Specjalne? Oto co nam Pan Dyrektor odpowiedział:

Olimpiady Specjalne to międzynarodowy ruch sportowy, którego celem jest wspieranie osób z niepełnosprawnością intelektualną poprzez sport. W ramach tej inicjatywy organizowane są zawody sportowe, które mają na celu integrację społeczną, rozwój umiejętności oraz budowanie pewności siebie uczestników.



**Postanowiliśmy dowiedzieć się czegoś o Olimpiadach Specjalnych.
Czy każdy może brać w nich udział?
Jakie mają dyscypliny? Jakie są ich cele?
Dowiedzieliśmy się, że kierują się pięcioma zasadami:**

1. ZASADA DOSTĘPNOŚCI

Olimpiady są przeznaczone dla zawodników z niepełnosprawnością intelektualną w różnym wieku i o różnym stopniu sprawności.
Każda niepełnosprawna osoba może w nich uczestniczyć.

2. ZASADA RÓŻNORODNOŚCI DYSCYPLIN

Zawody obejmują większość dyscyplin olimpijskich i wiele innych.

3. ZASADA RÓWNOŚCI

W zawodach uczestnicy rywalizują z rówieśnikami o podobnym poziomie umiejętności, aby zapewnić uczciwą i bezpieczną rywalizację.

4. WSPARCIE EDUKACYJNE

Olimpiady Specjalne promują edukację poprzez sport i pomagają rozwijać umiejętności społeczne oraz emocjonalne.

5. ZASADA INTEGRACJI

Wydarzenia mają na celu nie tylko rywalizację, ale przede wszystkim **integrację** dzieci oraz budowanie ich poczucia własnej wartości.

Olimpiady Specjalne oferują programy sportowe takie jak „Młodzi Sportowcy” (ang. Young Athletes), które są skierowane do najmłodszych (od 2 do 7 lat).

Programy te koncentrują się na rozwijaniu podstawowych umiejętności motorycznych oraz wprowadzaniu dzieci do aktywności fizycznej w formie zabawy.

Olimpiady Specjalne w Polsce

W Polsce Olimpiady Specjalne działają od 1985 roku i zrzeszają tysiące zawodników.

W tym roku przypada 40 – lecie OS w Polsce. Regularnie organizowane są zawody regionalne i krajowe, a także wyjazdy na imprezy międzynarodowe, jak Letnie i Zimowe Igrzyska Olimpiad Specjalnych.

Pikniki integracyjne organizowane przez Olimpiady Specjalne Polska, znane jako **Pikniki BądźFIT**, to wydarzenia promujące aktywność fizyczną, zdrowy styl życia oraz integrację osób z niepełnosprawnością intelektualną ze społeczeństwem.

W ramach tych pikników uczestnicy biorą udział w różnorodnych aktywnościach sportowych, warsztatach edukacyjnych oraz zajęciach rekreacyjnych, dostosowanych do ich możliwości i zainteresowań.

Makroregionalny Piknik Integracyjny „Bądź FIT” Olimpiady Specjalne Polska

W dniach 15 - 16 października 2024 roku w Piotrkowie Trybunalskim odbył się Makroregionalny Piknik Integracyjny „Bądź FIT” Olimpiady Specjalne Polska, promujący zdrowy styl życia oraz integrację osób niepełnosprawnych.



Program wydarzenia obejmował:

- Grę miejską „Jesienny Piotrków”: Uczestnicy odkrywali historię miasta, rozwiązując zagadki i poznając lokalne legendy.
- Aktywności sportowe: Biegi przez przeszkody, zabawy zespołowe oraz taniec zumba dostarczyły uczestnikom mnóstwo radości i energii.



Piknik oficjalnie otworzyli **Tomasz Jasion**, dyrektor Oddziału Regionalnego Olimpiady Specjalne Polska Łódzkie oraz dyrektor Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Piotrkowie Trybunalskim, a także **Juliusz Wiernicki**, prezydent Piotrkowa Trybunalskiego. W wydarzeniu uczestniczyli również lokalni sportowcy, w tym kickbokser Robert Krasoń oraz zawodnicy piotrkowskich drużyn piłki ręcznej, którzy wspierali dzieci w sportowych konkurencjach.



Organizatorami Pikniku byli Oddział Regionalny Olimpiady Specjalne Polska Łódzkie, Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Piotrkowie Trybunalskim oraz Ośrodek Sportu i Rekreacji.

W organizację zaangażowali się również wolontariusze, rodzice, lokalne kluby sportowe, a finansowanie zapewnił Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Wydarzenie to pokazało, że wspólna aktywność może być doskonałą okazją do integracji i zabawy dla wszystkich uczestników, niezależnie od ich możliwości, a Piotrków Trybunalski potwierdził swoją otwartość i gościnność.

*Uczniowie naszego Ośrodka uczestniczyli jesienią
w piknikach integracyjnych Olimpiad Specjalnych Polska
organizowanych w różnych miastach!*

Piknik Integracyjny w Mikorznynie - 11-12 września



Piknik Integracyjny w Bydgoszczy - 27-28 września



W minione wakacje, grupa uczniów z naszego Ośrodka, uczestniczyła w obozie sportowo-rekreacyjnym Olimpiady Specjalne Polska w Zakopanem



14 kwietnia 2025r., w Warszawie,
nasz Dyrektor, Pan Tomasz Jasion,
otrzymał z rąk Prezydenta RP,
Srebrny Krzyż Zasługi
za wieloletnią działalność na rzecz
Stowarzyszenia Olimpiady Specjalne Polska.

Stowarzyszenie od 40 lat organizuje
zajęcia i zawody sportowe
oraz propaguje ruch olimpijski
dla osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Przypominamy, że Pan Tomasz od wielu lat
sprawuje funkcję Dyrektora Oddziału Regionalnego
– Olimpiady Specjalne Polska – Łódzkie.

My też niejednokrotnie uczestniczyliśmy
w fantastycznych imprezach i zawodach
sportowych - Olimpiady Specjalne Polska,
organizowanych na terenie naszego kraju.



Para Prezydencka
otrzymała
święteczny prezent -
wielkanocnego baranka,
wykonanego
przez uczniów SPdP
na zajęciach
z panią Alicją Heinzel.



[illegible]

Don't miss out on this amazing opportunity!

[illegible]

***Zamiast siedzieć przed komputerem
lub ekranem telewizora - zacznij ćwiczyć!
Dbaj o swoje zdrowie!***

#dziecitredujwdomu

PRACA DOMOWA Z WF-U



**1. BIEG W MIEJSCU
- 30 SEKUND**



**2. TANIEC
- 1 MINUTA**



**3. PLANK
- 30 SEKUND**



**4. PRZYSIADY
- 30 SEKUND**



**5. PAJACYKI
- 30 SEKUND**

**6. BALON - UTRZYMAJ
BALON W POWIETRZU
(ODBIJAJĄC GO) PRZEZ
30 SEKUND**



**7. PIŁKA -
PODRZUCAJ I ŁAP
PRZEZ 1 MINUTĘ**



**9. SKOKI
- SKACZ JAK
ŻABA, 10 SKOKÓW**

**8. HELIKOPTER
- KRAŻENIA RAMION
30 SEKUND DO
PRZODU, DO TYŁU**



**10. JOGA
- 1 MINUTA**



WWW.KIDSANDSPORT.PL

Kochani!

Czas szybko mija!

Przed nami ostatnie miesiące roku szkolnego.

Przypominamy kalendarz ważnych wydarzeń jakie jeszcze nas czekają:

1 maja – Święto Pracy – święto państwowe, dzień wolny!

2 maja – dodatkowy dzień wolny od zajęć dydaktycznych.

3 maja – Święto Konstytucji 3go Maja - święto państwowe, dzień wolny.

11 maja – I Komunia św. uczniów klas III naszego Ośrodka.

13, 14, 15 maja – egzamin klas ósmych.

22 maja – Dzień Matki (pamiętajmy o naszych Mamusiach).

1 czerwca - Dzień Dziecka (ciekawe, co wymyślą dla nas dorośli) :)

19 czerwca – Boże Ciało - święto kościelne, dzień wolny.

20 czerwca – dodatkowy dzień wolny od zajęć dydaktycznych.

23 czerwca - Dzień Ojca (pamiętajmy o naszych Tatusiach).

27 czerwca - zakończenie roku szkolnego 2024/2025.

Zespół redakcyjny życzy

**wszystkim koleżankom i kolegom szczęścia, uśmiechu
oraz wielu miłych przeżyć w nadchodzących miesiącach!**