

Joanna Gładyszewska Cylulko

Jakość życia jest pojęciem obecnym w różnych dziedzinach i dyscyplinach nauki. Badacze analizują wpływ różnorodnych czynników na poczucie jakości własnego życia, jednym z takich czynników jest aktywność fizyczna. W niniejszym artykule autorka zaprezentowała przegląd badań dotyczących związku aktywności fizycznej z pozytywnymi zmianami w poszczególnych sferach rozwoju, przyczyniającymi się do podwyższania poczucia jakości życia. Odniosła się także do wpływu istniejących w pedagogice specjalnej paradygmatów na podejście do aktywności fizycznej osób z niepełnosprawnością. Przedstawiła także propozycję zastosowania zasad adaptacyjnej aktywności ruchowej w szeroko pojętej edukacji i rehabilitacji.

Słowa kluczowe: aktywność fizyczna, jakość życia, niepełnosprawność wzrokowa