

# UKLJUČIVANJE DJECE S TEŠKOĆAMA U SPORTSKE AKTIVNOSTI

---

**Bašić, Ivan**

**Undergraduate thesis / Završni rad**

**2021**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Split, Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Split / Sveučilište u Splitu, Filozofski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:172:165625>

*Rights / Prava:* [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-07-10**

*Repository / Repozitorij:*

[Repository of Faculty of humanities and social sciences](#)



Sveučilište u Splitu  
Filozofski fakultet

Ivan Bašić

**UKLJUČIVANJE DJECE S TEŠKOĆAMA U SPORTSKE AKTIVNOSTI**

Završni rad

Split, 2021.

Sveučilište u Splitu  
Filozofski fakultet  
Odsjek za pedagogiju

## **UKLJUČIVANJE DJECE S TEŠKOĆAMA U SPORTSKE AKTIVNOSTI**

Završni rad

Student:  
Ivan Bašić

Mentorica:  
prof. dr. sc. Ivana Batarelo Kokić

Split, rujan 2021.

## Sadržaj

1. Uvod .....	1
2. Sport iz odgojno-obrazovne perspektive .....	2
2.1. Utjecaj sporta na dijete .....	4
2.2. Vrste sportske aktivnosti za djecu predškolske i školske dobi .....	8
3. Inkluzivnost i sport .....	14
3.1. Inkluzivna pedagogija .....	18
3.2. Djeca s teškoćama u razvoju .....	22
3.2.1. Djeca s poremećajem pažnje i hiperaktivnost.....	28
3.2.2. Djeca s intelektualnim teškoćama.....	34
3.3. Sportske aktivnosti za djecu s teškoćama u razvoju .....	37
4. Zaključak .....	39
5. Literatura .....	40
Sažetak.....	42
Abstract .....	42

## 1. Uvod

Sportske aktivnosti su jedna od bitnijih sastavnica ljudskog društva i ne smiju se zanemariti u nijednoj fazi ljudskog života. Sport u ljudskoj povijesti ima veliki utjecaj i u većini slučajeva se pokazao kao pozitivna stvar koja doprinosi ljudskom rastu i razvoju. Također, ljepota sporta se ističe i u njegovoj raznovrsnosti jer svaka osoba može pronaći poseban dio sporta koji mu najviše odgovara. Kako je sport raznolik tako su i sportaši koji se protežu od profesionalaca sve do rekreativaca. Raznolikost ljudi nije samo u njihovoj uključenosti u sport već i u njihovom poimanju sporta i mentalnoj sposobnosti za obavljanje određene radnje. Te razlike u mentalnoj spremi možemo razviti tijekom našeg života, ali one mogu biti i urođene, a posebno se ističu kod osoba s poteškoćama. Vrlo malo se istražuje i ističe uključivanje osoba s poteškoćama u sportske aktivnosti i tu bi se ljudsko društvo trebalo što više zainteresirati. Naime, osobe s poteškoćama u razvoju nije jednostavno uključiti u sportske aktivnosti jer to zahtijeva mnogo stručne pripreme i otpora od same osobe koju nastojimo uključiti, ali ta radnja bi se trebala odrađivati još od dječje dobi kako bi aktivnost postala navika i uspjela na vrijeme započeti svoje pozitivne učinke na sam rast i razvoj osobe.

Mnogi su upoznati s pojmom Paraolimpijskih igara gdje se natječu brojni vrhunski sportaši koji imaju određene fizičke poteškoće, ali iznimno malo osoba je upućeno u rad i uključivanje u sportske aktivnosti osoba koje imaju određene psihičke poteškoće koje ne moraju biti vidljive na njihovoj vanjštini. Radi toga su osobe s psihičkim poteškoćama u većini slučajeva zanemarene i čim se dijete dijagnosticira s određenom poteškoćom potrebno je odmah reagirati i uključiti ga u aktivnosti kako se ne bi osjećalo zapostavljeno. Naše sigurnosti i nesigurnosti započinju od mlade dobi i ukoliko nismo pravilno vođeni kao djeca mogu se razne poteškoće razviti u našoj psihičkoj i fizičkoj spremi. Svako dijete bez obzira na njegovo stanje ima pravo biti uključen u aktivnosti pa tako i sportske aktivnosti koje mu mogu donijeti samo pozitivne stvari u životu.

## 2. Sport iz odgojno-obrazovne perspektive

Krželj (2009) navodi kako sport ne treba biti samo kompetitivan već se može koristiti i kao odgojno-obrazovno sredstvo. Gledajući iz odgojno-obrazovne perspektive sport se tretira kao korisno sredstvo za rast i razvoj djece i pomoću njega se mogu ostvariti razni ciljevi koji se postavljaju za uspješan odgoj i obrazovanje. U sportu najveći utjecaj na djecu imaju osobe koje same i sudjeluju u vođenju djeteta u sportskim aktivnostima. Krog (2010) u svom radu ističe kako su to najčešće treneri ili nastavnici koji organiziraju razne programe za djecu koji ne samo što potiču fizičke već i psihičke sastavnice samog djeteta. Naravno, u svakom sportu postoji određena razina kompetitivnosti i u tome se razlikuju i pristupi u sportu za samu djecu.

Školske aktivnosti, u sklopu tjelesnog i zdravstvenog odgoja, nastoje omogućiti djetetu što bolji razvoj u raznim područjima sportskih aktivnosti i sami odgoj djece je istaknutiji dok s druge strane imamo sportske klubove gdje se djecu kvalificira za određenu radnju koja se često ponavlja te se kompetitivna strana još više ističe. Krželj (2009) ističe kako se kompetitivnost razvija najčešće tijekom raznih natjecanja u kojima dijete sudjeluje, ali uvijek u svim natjecanjima treba razvijati djetetovo poštenje prema drugoj djeci. S obzirom da sport u današnjim danima zauzima visoko mjesto na društvenoj ljestvici, to je jedan od razloga zašto je i korisno odgojno-obrazovno sredstvo. Krželj (2009) u svom radu ističe kako što više djece se nastoji odgajati u sportskom duhu to će više djece imati bolju sliku o samima sebi i njihovo uključivanje ostale djece će se još više povećati. Ukoliko se kod djece nastoji smanjiti važnost sportskog uspjeha, otvara se prostor unutar kojeg se omogućava provođenje raznih odgojnih aktivnosti koje koriste samoj djeci.

Prema Đonlić, Marušić-Štimac i Smojver-Ažić (2005), početak odgoja unutar sporta od rane dobi bi zasigurno poboljšao samu inkluzivnost društva jer bi se djeca naučila poštovati međusobne razlike i svaka nova generacija bi nasljeđivala taj način prihvaćanja drugih. Kao što sportaši prenose znanje i sposobnosti s generacije na generaciju tako bi se prenosili i stavovi koji bi koristili društvu u cjelini. Poznata je činjenica kako nisu sva djeca uključena u sport i brojni su razlozi tome. Dijete može imati određenu odbojnost jer je ismijavano u društvu ili čak od odraslih, jer nema dobre psihomotoričke sposobnosti, jer ga nema tko uputiti ili jer nema prihvatljiv prostor ili materijale za odrađivanje određene aktivnosti i brojni drugi. Svi navedeni razlozi ne smiju proći neuočeni te svi dijelovi djetetova života od roditelja, odgajatelja, ravnatelja, učitelja i sve do trenera moraju biti uključeni u njegov pozitivan rast i razvoj.

Odgojno-obrazovne tehnike unutar sporta se ne mogu provoditi ukoliko dijete nije uključeno u aktivnosti, a kako svako dijete ima pravo na to, onda se kao društvo moramo barem potruditi i upoznati dijete s ljepotom sporta i pozitivnim stranama koje sport donosi u sebi. Dijete ne mora odabrati sport kao vodilju u svom životu i fokusirati se samo na sport, ali mora znati kako i najmanje aktivnosti mogu doprinijeti njegovom zdravlju te prakticiranje tih aktivnosti mu može ući u naviku koja bi mu osigurala bolji život. Krželj (2009) ističe u svom radu kako samo dijete ne bi izložili stresu kojeg sport može donijeti sa sobom trebamo pažljivo dijete upoznavati sa samim pojmovima aktivnosti. Sportski pedagozi za djecu smatraju kako se djeca u početku ne bi trebala natjecati već se „igrati sporta“. To bi kod djece po mišljenju citiranog autora stvorilo privlačnost prema sportu jer se ne bi isticala kompetitivnost kod djece i igra se najčešće odvija u skupinama pa bi se tako razvijalo prihvaćanje i tolerancija prema drugima. Takav početak u sportu razvija zdraviju djecu koja su manje podložna raznim stresovima koje sport sadrži. Gledanje na natjecanje kao na zabavu i izazov za poboljšanje samog sebe utječe na osobu u puno manjoj mjeri nego čista kompetitivnost, a pogled koji ističe zabavu i izazov za poboljšanje samog sebe proizlazi iz igre koju prakticiraju djeca na samom početku ističe Krželj (2009).

Krog (2010) je u svom radu istaknuo činjenicu kako Ministarstvo zdravstva preporučuje kako je djeci potrebno barem šezdeset minuta tjelesne aktivnosti dnevno. Te aktivnosti bi prema njima trebale biti raznovrsne i u rasponu od umjerenog do velikog tjelesnog naprezanja. Odgajanjem djece u duhu sporta bi se ovakva preporuka lako ostvarila te bi djeca pridobila dovoljnu količinu aktivnosti koja doprinosi njihovom zdravlju. Ponekad djeca u već spomenutoj igri ni ne osjete kako se bave određenom aktivnosti jer im je zabava na prvome mjestu. Odgojno-obrazovne metode sporta se zato moraju implementirati unutar igre kako bi djeci sport došao kao dio života, a ne nešto za što moraju posebno odvajati svoje vrijeme i stvarati si stres.

Bouchard i Després (prema Prskalo, Babin i Bilić-Prčić, 2014) navode da dovoljna količina aktivnosti prevenira stvaranje poteškoća. Te poteškoće ne moraju biti na fizičkoj osnovi već se mogu odnositi i na psihičko stanje djeteta koje su ovi autori obradili. To je jedna od vrijednosti koje proizlaze iz odgojno-obrazovnog pristupa unutar sporta. Očuvanje fizičkog zdravlja kao vrijednost je neupitna unutar sporta, ali osim individualnih napredaka, odgojno-obrazovne vrijednosti sporta sadrži i određenu društvenu ulogu. Osim što dijete stvara određene radne i obrambene sposobnosti, ono razvija i vlastitu osobnost. Razvijanje vlastite osobnosti se odnosi na nastajanje humanih kvaliteta i nastanak autentičnih ljudskih vrijednosti. Krželj (2009) ističe kako je sport oduvijek bio simbol zdravog života i protiv droge, alkohola i kriminala. Poticanje međusobnog zajedništva i ljubavi je izuzetno bitno uvrstiti u odgoj. Takav odgoj poboljšava

društvo i sva djeca unutar sporta mogu zajednički poticati najbolje humane vrijednosti. Kad se sport prihvati kao odličan način kreiranja ljudske osobnosti, a ne samo čista fizička priprema za natjecanje tada će se moći mnogo lakše provoditi odgojno-obrazovne metode za poboljšanje društva.

Krog (2010) opisuje kako bi stjecanje određenih znanja, vještina, podizanje osobnosti i usvajanje moralnih vrijednosti trebalo isticati mnogo više kao cilj odgoja unutar sporta, a ne sama kompetitivnosti i postizanje određenih rezultata. Sport je postao kompetitivan radi utjecaja društva i takav stav se nažalost prenosi s osobe na osobu. Odgoj je zanemaren sve više jer nitko ne smatra da se od toga mogu postići rezultati, ali rezultati proizlaze ne samo iz fizičke već iz psihičke sprema. Psihička sprema bi bila mnogo kvalitetnija ukoliko dijete koje je sportaš prihvaća svoju okolinu na pozitivan način i ne stvara si pritisak kako bi ga se moglo na primjer ismijati radi neuspjeha ili radi neke razlike koju ima s obzirom na drugu djecu. Kad bi svako dijete bilo odgojeno u pravom duhu sporta, tada bi se smanjilo njihovo međusobno osuđivanje, a takav način življenja gdje se prihvaćaju druge osobe bi se nastavio i izvan sportskih domena. Utjecaj na njihov svakodnevni život bi bio izrazito uočljiv i tako bi pravi sportaši bile osobe koje nisu samo dobre „na terenu“ već i izvan njega. Visoki rezultati i uspjeh na natjecanjima je predivna stvar koju dijete može iskusiti, ali put do tog uspjeha je izrazito težak te zato dijete mora tijekom svog razvoja stvarati sebi svakodnevne životne pobjede i uspjehe. Uspjeh za dijete može biti stvaranje novih prijateljstava ili odlazak na određeno mjesto sa sportskim klubom. Krželj (2009) ističe novac kao jedan od razloga zašto se odgoj unutar sportskih aktivnosti stavlja u drugi plan. On objašnjava kako sportski klubovi često najviše ovise o postignućima svojih sportaša te tako treneri i uprava kluba stavljaju svoje sportaše pod pritisak koji ne može svatko podnijeti. Unatoč takvoj situaciji, treneri i sportski psiholozi bi trebali kod djece unaprjeđivati pravilan psihofizički razvoj, a smanjivati pritisak nad samom djecom.

## 2.1. Utjecaj sporta na dijete

Sport u velikoj mjeri doprinosi pravilnom razvoju djeteta te se za svako dijete preporučuje aktivnost koja bi mu odgovarala bez obzira na njenu težinu izvedbe. Bitno je kod djece razviti redovnost i shvaćanje kako izvedbom neke aktivnosti doprinose svome razvoju: „Prema rezultatima istraživanja, u zemljama razvijenog svijeta gotovo 40 % djece dobi od 5 do 8 godina, sklono je različitim oblicima bolesti srca i krvožilnog sustava. Najbolje sredstvo za



prevenciju tih oblika bolesti upravo je redovito tjelesno vježbanje“ (Hraski, Živčić, i Žuljević, 2002, str. 1).

Donlić, Marušić-Štimac i Smojver-Ažić (2005) ističu kako svako dijete drukčije doživljava sport i natjecanja, a kako bi se dijete zainteresiralo za sami sport, potrebno je s djetetom postaviti ciljeve i izazove na pravilan način. Odraditi to na pravilan način znači za ove autore prilagoditi svakom djetetu aktivnost tako da odgovara njegovim sposobnostima i afinitetima. Kad se ciljevi postave pravilno, tada dijete doživljava svoje uspjehe na pravilan način i time se pojačava njegova motivacija za daljnjim bavljenjem sportskim aktivnostima. Sportske aktivnosti se također trebaju pravilno predstaviti djeci zbog toga što se s vremenom izrazito brzo mijenjaju. U prijašnjim vremenima sportske aktivnosti su se mogle izvoditi na sportskim igralištima ili bilo kakvim otvorenim terenima. U današnjim vremenima su se stavovi o tome promijenili posebice zbog toga što su roditelji zabrinuti za sigurnost svoje djece te im sve manje dopuštaju bavljenjem sportskim aktivnostima bez pravog voditelja i organizacije.

Roditelji u većini slučajeva nemaju ovakve strahove prema Krželju (2009) bez ikakvog razloga zbog toga što su društvene promjene smanjile sigurnost djece na otvorenim mjestima te je strah zapravo i opravdan. Ipak, organizirano vođenje djece u sportskim klubovima ima velike pozitivne utjecaje na samo dijete jer se dijete uči poštovati vrijeme kad mora doći na trening te se tako razvija i njegova organizacija. Osim razvijanja organizacijskih vještina djeteta pozitivna stvar je i poštovanje prema starijim osobama koje ih vode u sportskom klubu. Dijete kad uoči da mu starija osoba želi zapravo pomoći, a ne odmoći u njegovom bavljenju sportskom aktivnosti, njegovo poštovanje će se razviti prema svim starijim osobama u kojima vidi poticaj i dobar odnos.

Poticati djecu na kretanje je prema Krogu (2010) glavni zadatak odraslih zbog toga što djeca nisu u potpunosti svjesna kako njihov tadašnji način života može utjecati na njihovu budućnost. Roditelji, treneri, sportski pedagozi i ostale utjecajne osobe trebaju redovno podsjećati djecu kako kretanje doprinosi njihovom zdravlju na taj način da će se osjećati bolje nakon izvršavanja svake aktivnosti. Kad se djetetu ustalio takav način razmišljanja, čak i one najmanje obveze će donositi osjećaj ponosa i zadovoljstva. Takav način razmišljanja je izrazito potreban djeci jer doprinosi razvijanju samopouzdanja te se njihov osjećaj vrijednosti povećava i učvršćuje. To nam dokazuje kako sport utječe na mentalne procese djeteta.

Prskalo, Babin i Bilić-Prečić (2014) ističu istraživanje Horgana (2005) koji je pokazao kako trideset i devet posto dječaka i pedeset i osam posto djevojčica od 7. do 18. godine ne dosegne

preporučenu razinu dnevnog kretanja. Preporučena razina je barem sat vremena dnevno, a djeca koja su sudjelovala u istraživanju su se kretala manje od sat vremena ili nikako. Djeca koja su sudjelovala u istraživanju su djeca koja nisu imala nikakvih urođenih poteškoća. Zbog toga što ova djeca nisu imala nikakvih psihofizičkih poteškoća, otvara se pitanje kakva bi razina kretanja bila kod djece koja imaju određenu poteškoću. Djeca s teškoćama bi u većini imala dnevno kretanje na samom minimumu, a u današnjem svijetu gdje se svaka aktivnost mjeri uspjesima i ostvarenjima takva djeca se smatraju nekompetentnima. Takvi stavovi loše utječu na dijete zbog toga što se može smanjiti njihovo samopouzdanje, bez obzira imalo dijete teškoću ili ne, njegova vrijednost se uvijek mora isticati i utjecaj sporta bi trebao biti vezan najviše uz pozitivan odgoj i obrazovanje.

Prskalo, Babin i Bilić-Prečić (2014) opisuju kako se teškoće u svim oblicima mogu smanjiti pomoću sporta zbog toga što sportske aktivnosti sadrže nemjerljive komparativne prednosti pomoću kojih se utjecaj na samo dijete lako ostvaruje u pozitivnom smislu. Dijete treba znati koja je njegova uloga u društvu i koje osobe se nalaze u njegovoj okolini. Sport povezuje ljude i različitosti te u takvim situacijama dijete upoznaje razne stavove. Ukoliko djecu od najranije dobi uključujemo u aktivnosti s osobama koje imaju različite osobnosti, utjecaj sporta bi istaknuo njihovu empatičnost prema drugima i prihvaćanje različitosti.

Blažević i Lukšić (2007) opisuju kako sport utječe i na stjecanje obrazovnih vrijednosti djeteta. Obrazovne vrijednosti se pridobiju tako što dijete učenjem pravila određenog sporta razvija vlastite mentalne sposobnosti. Razmišljanjem o pravilima dok se dijete u isto vrijeme bavi određenom aktivnošću potiče misaone procese i priprema misli za zahtjevnije situacije. Dijete također pridobiva organizacijske sposobnosti zbog toga što se navikava na dolazak na određenu aktivnost u točnom vremenu. Osim što mora doći na sportsku aktivnost, bitna je i organizacija s ostalim obvezama u životu. Balansiranje školovanja i bavljenja sportskim aktivnostima je izuzetno zahtjevno za djecu te ukoliko organiziraju vlastito vrijeme na pravi način to može imati pozitivan utjecaj na njihove organizacijske sposobnosti u budućnosti. Osim odnosa prema samom sebi i shvaćanja svijeta iz vlastite perspektive, sportski utjecaj je vidljiv i u pozitivnim socijalizacijskim sposobnostima koje dijete pridobije.

Sportski utjecaj je bitan jer djeca sudjeluju na raznim natjecanjima s drugom djecom (bez obzira bio to ekipni ili individualni sport) i treniraju svakodnevno s drugom djecom. Takvo izlaganje socijalizaciji je prema Prskalo, Babin i Bilić-Prečić (2014) potrebno djeci jer mogu sklopiti prijateljstva i njihovo samopouzdanje ne opada već se podiže zbog toga što djeca ne smanjuju vlastitu vrijednost. Ovi pozitivni utjecaji pokazuju kako sportske aktivnosti ne utječu samo na

fizičko stanje djeteta već i na njegovo psihičko stanje. Dijete zahvaljujući sportu pridobiva afektivni, moralni, društveni i kognitivni razvoj, a to su sve bitne sastavnice ljudskih misaonih procesa. Kad se svi ovi procesi razvijaju pozitivno, dijete se osjeća zadovoljno i njegovo samopouzdanje raste i to ne samo u sportskim aktivnostima već u svim životnim situacijama. Nekoj djeci je dovoljno samo sudjelovanje u sportskoj aktivnosti kako bi pridobili osjećaj zadovoljstva, a to znači da im je sport predstavljen na pravilan način u početku i više se ističe odgojno-obrazovna funkcija sporta nego ona kompetitivna.

Vjera u samog sebe je ono što treneri i sportski pedagozi moraju razvijati kod djece. Prema Paušić, Ćorak i Galić (2013), pomoću te vjere se dijete osjeća ispunjeno i nije ga strah stupiti u nove situacije. Ta vjera se povećava čestim razgovorima s djetetom jer se mora znati koje situacije djetetu stvaraju nelagodu i trebalo bi odmah reagirati čim se uoče prvi stresori koji izazivaju nelagodu kod djeteta. Bitno je podizati svijest o djetetovom psihofizičkom stanju jer se iz njega gradi pozitivan karakter, a sportski pedagozi to mogu ostvarivati pomoću raznih radionica s djecom. Odrasli su izuzetno potrebni djeci jer djeca sama ne mogu osvijestiti i istaknuti vlastite stresore u bavljenju određenom aktivnošću. Sport uvelike utječe na karakter djeteta i potrebno je pravilno vodstvo stručnih osoba kako bi se njihov karakter pravilno gradilo.

Karakter djeteta se može vrlo jednostavno iskvariti pod utjecajem sporta ukoliko dijete nije pravilno vođeno. Đonlić, Marušić-Štimac i Smojver-Ažić (2005) opisuju kako sportaši pokazuju više samopoštovanja nego li nesportaši. Međutim, samo to što je netko sportaš ne znači da je njegov karakter pravilno izgrađen. Kod djece je to vrlo osjetljivo područje jer ukoliko dijete osjeti da je neuspješno u sportu njegov karakter će krenuti sve lošiji. Neuspjeh kod djece može izazvati agresiju, problem kršenja pravila i iskazuje se veća povučenost. Radi ovakvih situacija je potrebno pravilno vodstvo najviše sportskog pedagoga i psihologa koji mogu djetetu objasniti kako se nositi s određenim neuspjehom i kako učiti iz njega. Bitno je da dijete ne razvije loše karakteristike u ranoj dobi jer ih je vrlo teško ukloniti kad dođu u adolescentsko doba jer tada već učvršćuju svoj karakter koji su postavili do te dobi. U tome djetetu pomažu sportski pedagozi koji i sami moraju imati stručnu spremu uočavanja rizičnih faktora kod djeteta koje se bavi sportskom aktivnošću. Neki od rizičnih faktora mogu biti povučenost, agresija, djetetovo pokazivanje nervoze koje se može iščitati u fizičkim promjenama (gubitak tjelesne težine, povraćanje, česti umor). Rizični faktori se uočavaju tako što se za svako dijete treba izdvojiti više vremena, a ne provjeravati ga samo u određenim trenucima jer se nikad ne zna kad određeni rizični faktor može nastupiti.

Redovita tjelesna aktivnost unatoč mogućim negativnim stranama koje se mogu pojaviti je izuzetno bitna za dijete jer utječe na njegovo tijelo u najboljem smislu. Psihički pomaže djetetu tako što ih čini manje napetima i smanjuje se mogućnost pojave depresije. Anksioznost je jedna od najčešćih mentalnih problema djece, prema Đonlić, Marušić-Štimac i Smojver-Ažić (2005), teško je anksiozno dijete potaknuti na promjenu okoline i načina života ukoliko mu takve situacije stvaraju nelagodu. Unatoč tome što je takvoj djeci teško pristupiti, sport može tu anksioznost smanjiti i pomoći djeci izaći iz njihove „ugodne zone“ u kojoj se većinom nalaze.

Bastjančić, Lorger i Topčić (2011) opisuju utjecaj fizičkog sporta na pravilan rast i razvoj tijela. U njihovom radu se opisuje kako mišići djeteta vrlo lako pamte i svaka aktivnost koja se započne u ranoj dobi se može lako ponovno izvoditi tijekom cijelog života. Budućnost djece se osigurava sa samim sportom jer se smanjuje mogućnost oboljenja ukoliko se dijete redovito bavi određenom aktivnošću. Za ostvarivanje svih pozitivnih utjecaja sporta je potrebno najprije omogućiti djeci uvjete za izvođenje sportskih aktivnosti. Darcy i Dowse (2013) su se osvrnuli na pristup te smatraju ukoliko je on onemogućen, zabranjen ili nemoguć to znači da djeca ne mogu pridobiti pozitivan utjecaj sporta. Gledajući širu sliku i mogućnost djeteta u postanku uspješnim sportašem, njegova budućnost postaje stabilna i sigurnija. Dykens, Rosner i Butterbaugh (1998) opisuju kako uspješni sportaši nisu skloni zdravstvenim poteškoćama, manje su skloni maladaptivnom ponašanju i imaju manje socijalnih problema. Osim toga, percipiranje kompetentnosti se razvija i aktivno sudjelovanje nikad ne dolazi u pitanje. Razvojem percipiranje vlastite kompetentnosti se razvija i samopoštovanje jer sportaši poštuju svoje suigrače ili protivnike jedino ukoliko poštuju najprije sami sebe i svoje mogućnosti izvedbe.

## 2.2. Vrste sportske aktivnosti za djecu predškolske i školske dobi

Sport se u modernom vremenu nastoji implementirati što prije jer ima mnoge pozitivne učinke na dijete. Najbitnije pitanje koje se postavlja je vezano uz pridobivanje djeteta kako bi se bavilo sportskom aktivnošću. Jedan od načina koji se pokazao najboljim je istaknuto Krog (2010) u svome radu, a to je kada bi sportski klubovi poslali pozive vrtićima ili školama gdje bi im se predstavili programi koje bi izvodili sa sudionicima. Poziv ne mora bit od sportskog kluba upućen ustanovi, već i sama ustanova može potražiti i zainteresirati trenere na rad s njihovom djecom.

Predškolska dob djeteta može već biti pravo vrijeme za uključiti dijete u aktivnosti i kretanje. Krželj (2009) je istaknuo kako za predškolce sport najprije treba biti igra, uključivanjem u razne sportske aktivnosti kao što su plivanje, gimnastika i atletika omogućuju djetetu upoznavanje sa sportovima i postavljaju dobar temelj kako bi se dijete (ukoliko je željno) predodredilo za određeni sport. Aktivnosti u predškolskim ustanovama su također i specifične prema ovom autoru radi toga što se u njima ne prakticira bavljenje samo jednim sportom, već se kombiniraju razne discipline koje djeca mogu izvoditi. Neke od tih disciplina su gimnastika, trčanje, istezanje i razne discipline s loptom. Prakticiranje raznih disciplina je korisno jer djeca uče razliku među različitim disciplinama ponajprije u njihovim pravilima, a zatim u samom izvođenju svake discipline. Kod djece bi se u ovim disciplinama trebali isticati takozvani prirodni oblici kretanja. Pod prirodnim oblicima kretanja su Hraski, Živčić i Žuljević (2002) svrstali različite vrste kretanja koji se odnose na skakanje u vis, poskoke, trčanje, hodanje preskakivanje i razne druge. Djeca su zadovoljna ovakvim načinom izvedbe sportskih aktivnosti jer se u njihovoj dobi ponajprije ističe igra u kojoj naravno i uče.

Igranjem djeca najviše pamte jer ih to zabavlja, a ukoliko im je nešto zabavno to im postaje i interesantno. Bastjančić, Lorger i Topčić (2011) potvrđuju u svom radu kako zabava proizlazi i iz toga što se predškolska djeca mogu igrati s drugom djecom te im tako aktivnosti postaju interesantnije. Tijekom te igre oni mogu nesmetano trčati i koristiti svu energiju koju imaju na raspolaganju bez strogih pravila kojih se moraju držati, ali u svemu tome poznaju određeni red izvedbe. Rad Bastjančić, Lorger i Topčić (2011) također ističe kako je djecu predškolske dobi bitno naučiti osnovnim kretanjima za svaku disciplinu. Neka od osnovnih kretanja za neke discipline su primjerice skok u dalj, vježbanje kako dodati loptu ili kako pogoditi loptom u koš. Njihova izvedba ne mora biti savršena i u potpunosti u okvirima pravila i najbitnije je na kraju dječja zabava koja proizlazi iz svega. Koordinacija, brzina, ravnoteža i gipkost su osnovne stvari koje se nastoje razviti kod djece predškolske dobi, a to se može ostvariti time što znaju samo osnovne kretnje za određenu sportsku disciplinu.

Vrtićko igralište prema Krog (2010) ima bitnu ulogu jer se na njemu obavljaju razne aktivnosti i također je u ovom radu opisano kako bi vrtićko igralište trebalo izgledati za povoljnu igru djece. Vrtići bi trebali imati igralište koje se može fizički promijeniti kako bi razne sportske discipline bile izvedive na njemu. Najčešće vidamo igrališta koji sadrže fiksirane sprave koje mogu djeci s vremenom i dosaditi jer zahtijevaju uvijek jednak napor i način igranja. Raznovrsnost je ono što je djeci potrebno i svaka nova aktivnost bi trebala za njih biti nova priča u kojoj oni mogu sudjelovati. Kako je ovdje riječ o djeci koja su fizički manjeg rasta, za

njih je dovoljno pripremiti naprave u najmanjim dimenzijama i sam teren za izvođenje aktivnosti je podosta umanjen. U tim aktivnostima je najbitnije kod djece izazvati stimulaciju i jačanje motoričkih vještina. Vrtići bi to trebali izazvati tako što moraju pripremiti program kojeg će se pridržavati i koji je djeci zanimljiv s obzirom na njihovu dob i mogućnosti. Cijeli program treba sadržavati igru kao osnovni element i polaznu točku za svaku aktivnost. Djeca ne moraju prema tim programima biti uvijek na vrtićkom igralištu već se djecu može izvesti i u prirodu. Poznato je kako djeca vole istraživati u okolišu i njihova mašta najbolje radi ukoliko ih se stavi u situacije koje su im nove i neobične. Krog (2010) je istaknuo ovakav način provedbe aktivnosti koji prakticiraju takozvani „vrtići na zraku“ koji mnoge aktivnosti za djecu izvode u obližnjim parkovima, izletištima i šumama. Ovi vrtići su sastavili program koji odgaja i podučava djecu u prirodi tijekom cijele godine. Aktivnosti koje djeca izvode nisu čisti sportovi već su sličniji kempiranju i djeca se nauče koristiti nož, sjekiru, pripremiti vatru na otvorenom i druge stvari koje su uglavnom vezane uz kempiranje. Bez obzira što se tu ne radi o čistim sportovima koji imaju svoja pravila, ovakav način života zahtijeva veliku potrošnju energije, a kako je potrošnja energije preporučena u svakom obliku to je onda prihvatljivo i u ovom obliku.

U današnje vrijeme se ovakav način odgoja ne koristi često već je češći slučaj dolaska organiziranog sportskog kluba unutar vrtića koji organizira aktivnosti. Blažević i Lukšić (2007) su opisali primjer takvog rada s djecom unutar kojeg se koriste razni materijali kako bi djeca pridobila osjećaj rada s materijalima što bi ih kasnije naviklo na rad s određenim alatima. U takvim aktivnostima se koriste obruči, vijače, štapovi, čunjevi, stalci, niske prepone, loptice, lopte, švedski sanduk, švedska klupa, švedske ljestve i brojni drugi. Igranjem se potiče dječja mašta i baš pomoću te mašte djeca imaju mogućnost promijeniti način izvedbe na tim spravama. Svaki vrtić bi trebao biti u mogućnosti djeci osigurati barem one najosnovnije materijale za rad jer se aktivnosti za djecu ne smiju zanemarivati i svako dijete ima pravo biti upoznato s mogućnostima svog tijela.

Krog (2010) ističe kako će se najbolji rezultati postići ukoliko u osmišljavanju aktivnosti sudjeluju vrtić, roditelji, klubovi pa čak u nekim trenucima i sama djeca. To osmišljavanje ne bi se trebalo provoditi samo radnim danom jer nisu svi u mogućnosti tada sudjelovati, nego se i neradnim danima može izdvojiti vremena kako bi se dosegle najbolje mogućnosti za polaznike vrtića. Suradnja svih članova ustanove je najbolji način postizanja određenog cilja. Cilj u ovakvim situacijama je ostvariti holistički razvitak, a tim se želi razviti djetetovo tijelo, um i duh. Ne smije se odgovornost uvijek prebacivati na drugu osobu, pogotovo ako je u pitanju nešto osjetljivo kao što su djeca i radi toga je potrebna suradnja svih sudionika ustanove.

Programi bi se trebali organizirati prema Hraski, Živčić i Žuljević (2002) tako da bi djeca imala barem 15 minuta vježbanja svaki dan u odgojnim grupama pa sve do specijaliziranih sportskih programa. Specijaliziranje sportske programe sadrže sportski vrtići koji se razlikuju od uobičajenih po tome što su bolje opremljeni i njihovi programi vježbanja traju mnogo dulje nego 15 minuta. Ovakav program se ne može tek tako implementirati unutar običnih vrtića jer nemaju svi mogućnosti nabaviti svu potrebnu opremu za izvođenje aktivnosti, a i djeca ukoliko su se navikla uvijek imati jednak termin vježbanja to bi trebalo i ostati tako. Glavni razlog tome je što su djeca razvila određenu količinu kondicije na koju su navikli i bitno je organizirati programe koji se slažu s dječjim mogućnostima, Bitno je također djeci dati raznovrsnost i široku lepezu mogućnosti unutar sportskih aktivnosti. Ukoliko to pridobiju na njih će se odraziti svi pozitivni utjecaji sporta i njihovo zdravlje će se poboljšavati.

Usađivanje sportskog duha od mlade dobi je važan cilj za vrtiće jer će djeca tako naučiti vladati svojim razmišljanjima i osjećajima. Poznata je činjenica, koju ističu Đonlić, Marušić-Štimac i Smojver-Ažić (2005), kako sportaši, odnosno osobe koje se bave nekom vrstom aktivnosti lakše upravljaju svojim osjećajima i manje im je izražena anksioznost/depresivnost. Djeca od rane dobi mogu započeti s takvim životnim stavom te je potrebno reagirati na vrijeme kako se loš stav o životu ne bi razvio prema još lošijem. Osim što djeca mogu utjecati na svoj životni stav, vrtići djeci mogu omogućiti sportske aktivnosti kako bi se „ispuhali“, odnosno kako bi svu energiju koju imaju ponekad i viška, usmjere u dobrom obliku. Kuzmanić, Paušić i Grčić (2014) ističu da djeca koja se bave sportom manje su agresivni i imaju znatno manje problema pažnje, a takve činjenice idu u prilog vrtićima jer djeca ne bi loše utjecala na druge, a ni na sami sebe.

Krog (2010) tvrdi kako vrtići trebaju nastojati prikazivati u obliku igara, ne mora svaka aktivnost biti određeni sport sa svojim pravilima. Djeci je igra izuzetno potrebna radi toga što lakše utječe na njihove motoričke sposobnosti. Razlog tome je taj što djeca unutar same zabave ne stavljaju na sebe pritisak ishoda same igre, već uživaju u samoj izvedbi. Igre se također nadograđuju tijekom vremena i djeca postaju sposobna prihvaćati sve zahtjevnije zadatke koji im se zadaju. Primjer igre koja se može pronaći u radu Bastjančić, Lorger i Topčić (2011) koja se primjenjuje unutar vrtića je igra gdje su djeca poredana u vrstu („ptičice na grani“) i svako dijete dobije dovoljno prostora za samo izvođenje igre. Dok se djeca nalaze u vrsti, u svojim rukama drže loptu koja je primjerene veličine i težine te kada im odgojiteljica/voditeljica označi početak djeca bacaju loptu koju drže što dalje naprijed (u dalj) s dvije ruke, te nakon što su bacili loptu kreću se za njom. Nakon što su došli do svoje lopte, uzimaju je te se brzo vraćaju na svoje početno mjesto. S obzirom da u igri sudjeluje više igrača,

bilo bi dobro kad bi svaka lopta bile različite boje kako bi djeca znala pratiti svoju bačenu loptu. Ovo je primjer motoričke igre koja ne zahtijeva mnogo koncentracije, ali potiče djecu na kretanje i što je najvažnije zabava je uključena u samoj motoričkoj igri.

U osnovnim školama se sport implementira što više unutar školskog kurikulumu te se nastoji djecu pokrenuti fizički, ali i dalje se postavlja pitanje koliko ozbiljno škole shvaćaju zadatak pokretanja svojih učenika te ispunjavaju li određene uvjete za održati nekakve sportske aktivnosti. Sportske aktivnosti se unutar škole provode u sklopu tjelesne i zdravstvene kulture. Džibrić, Pojskić, Ferhatbegović, Ganić, Hasanbegović i Terzić (2011) smatraju kako bi tjelesna i zdravstvena kultura trebala radi toga omogućiti djeci što bolji i sigurniji razvoj kako im se daljnji razvoj ne bi stavio pod rizik. Smatra se prema navedenom radu kako škole zanemaruju tjelesnu i zdravstvenu kulturu kao predmet te se ne daje dovoljno prostora za izvođenje kvalitetne nastave. Razlog tome je taj što škole sportskim aktivnostima ne vide budućnost, već samo trenutnu zabavu koju djeca trenutno imaju tijekom izvođenja nastave. Utjecaj samog kretanja nije dovoljno istaknut u samim programima škole i fizički razvoj nije dovoljno podupiran kao i psihički. Škole bi trebale na razvoj gledati holistički, a to znači da ne razvijaju kod djece samo um i dušu, već da se zauzmu i za njihovo fizičko stanje. Takvo nešto bi se potaknulo kada bi svi učitelji unutar škole bili što bolje upoznati sa samim pojmom tjelovježbe i njenim pozitivnim utjecajima na rast i razvoj djeteta. Škole bi trebale poticati isticanje važnosti kretanja i tjelovježbe kod svakog predmeta, a ukoliko su učitelji u tome surađuju to je iznimno lako za izvesti. Upravo su učitelji ti koji provode najviše vremena sa svojim učenicima i baš oni imaju najbolju mogućnost svojim učenicima usaditi ljubav prema vježbanju. To vježbanje ne mora biti samo trenutno, oni ih mogu naučiti vježbe koje bi učenici izvodili cjeloživotno.

Iako djeca u većini lako obavljaju zadane zadatke, ne smije se nikad zanemariti postojanje djece kojima je potreba dodatna pomoć. Baš radi takvih situacija Prskalo, Babin i Bilić-Prčić (2014) ističu kako nastavnici moraju biti dobro educirani jer njihov pristup može iznimno utjecati na samo dijete kojem je potrebna pomoć. Kavkler (prema Prskalo, Babin i Bilić-Prčić, 2014) navodi kako u osnovnim školama ima dvadeset do dvadeset i pet posto djece s posebnim obrazovnim i odgojnim programima.

Prema Pravilniku o osnovnoškolskom i srednjoškolskom odgoju i obrazovanju učenika s teškoćama (Narodne novine, 2013), svako dijete u svojim temeljnim pravima ima pravo obrazovati se, igrati se i biti aktivan građanin, a tjelesna i zdravstvena kultura je predmet na kojem se susreću sve točke pravilnika te ukoliko dijete ne pridobije mogućnost izvoditi samu nastavu njegovo pravo je narušeno.



Za osnovne škole i vrtiće se mogu istaknuti određeni ciljevi koje je postavio Krog (2010) u svome radu kako bi ustanove omogućile svojim učenicima što bolji fizički razvoj. Djecu se tako može poticati na više aktivnosti na samom igralištu. To se može odraditi tako da se postave rekviziti ili sprave za vježbanje na sama igrališta koju bi djeca mogla koristiti u kojem god trenutku žele. Djecu bi trebalo poticati na vožnju biciklom i samim time bi djeca pridobila aktivnost koja im je potrebna. Naravno škole bi trebale radi toga omogućiti prostor na kojem bi djeca mogla ostaviti svoje bicikle dok su na nastavi, a takvi prostori su u današnje vrijeme rijetki i ako postoje onda su dovoljni za dvije ili tri bicikle. Promjene se mogu omogućiti i na samom predmetu tjelesne i zdravstvene kulture. Promjene bi se mogle učiniti najprije na samoj satnici predmeta i to promjene koje bi povećale satnicu kako bi djeca što više kretala se i zabavljala. Osim na satnici, promjene se mogu izvesti na samom planu i programu koje bi uspjele uključiti svako dijete u tjelovježbu, bez obzira je li ono u mogućnosti odraditi neku vježbu ili ne. Osim unutar samih škola djecu se može poticati na aktivnosti izvan same škole, a to bi se odradilo tako da se roditelje što više obavijesti o važnosti tjelesne aktivnosti kod djece. Osim roditelja, ravnatelji također moraju biti uključeni u promoviranje zdravog života. To bi odradili tako kad bi svoje ustanove što više promovirali kao ustanove u kojima se promovira zdrav život. Takve ustanove bi privukle što više roditelja i djece i promoviranje zdravog života bi postajalo sve više zastupljeno u obrazovnim institucijama. Naravno, takvo promoviranje je jedino moguće ako se zdravi život uistinu provodi u određenoj ustanovi jer je on uistinu potreban za samu djecu.

### 3. Inkluzivnost i sport

Uključiti dijete u sportske aktivnosti znači djetetu omogućiti široki raspon mogućnosti u njegovom životu. Dijete koje je uključeno u sportsku aktivnost može na različite načine upoznavati razne životne situacije i razne ljude. Sportska aktivnost, prema Đonlić i sur. doprinosi prosocijalnom ponašanju djeteta zbog toga što se dijete navikava biti okruženo s različitim ljudima u različitim situacijama. Ukoliko odgojni rad s djecom koja moraju sudjelovati u društvenim situacijama je nedovoljan ili neodgovarajući, može se očekivati da će njihovo ponašanje također biti neodgovarajuće prema vršnjačkim skupinama. Takve situacije su česte primjerice kod sportaša s kojima odgojni rad nije bio na dovoljno dobroj razini. Njihovo ponašanje prema suigračima, protivnicima i čak osobama izvan sportskih terena je neprihvatljivo i štetno za društvo. Jer takve osobe mogu jednom biti uzor mladim osobama koje se ugledaju na njih te će se takvo ponašanje replicirati.

Cvetko, Gudelj i Hrgovan (2000) sami pojam inkluzije definiraju kao prihvaćanje različitosti svake osobe i pod inkluzijom oni ne podrazumijevaju kako svi ljudi moraju biti izjednačeni. Oni smatraju kako je bitno razvijati opću toleranciju prema individualnim osobama s obzirom na njihove poteškoće jer će se tako ujedno razvijati širenje spoznaja i obogaćivanje ljudskosti. Ovi autori također ističu kako osobe unutar inkluziju imaju mogućnost preuzimanja odgovornosti i donošenja odluka o vlastitom životu.

Pripremiti dijete na individualni rad znači ujedno i pripremiti ga na što samostalniji život koji će mu biti potreban u budućnosti i u svakoj situaciji gdje dijete nešto može sam odraditi to mu treba i omogućiti. Inkluzija se tako može primijeniti i u sportskim klubovima jer ne moraju to obavezno biti samo obrazovne ustanove. U situaciji gdje se dijete s teškoćom u razvoju želi priključiti određenom sportu mi kao društvo moramo na sve moguće načine omogućiti tom djetetu bavljenje tim sportom. Tolerancija je prema Lujić (2021) pojam koji pripada sastavnom dijelu građanskog odgoja, a to je prihvaćanje i poštovanje svih struktura društva. Prema navedenom radu, sport kao samostalna društvena djelatnost ima velikog potencijala u promoviranju tolerancije zbog svoje raznovrsnosti i mogućnosti spajanja različitih društvenih struktura.

Sport je područje gdje se različitosti veličaju i potiču jer svaka osoba sa svojom izvedbom može pokazati kako same različitosti i postoje. Inkluzija i sport su pojmovi koji se dodiruju u mnogim točkama i oni bi se zapravo trebali spojiti u potpunosti jer svaka osoba ima pravo baviti se

nekom aktivnošću bez obzira na vlastito stanje. Istraživanje Darcy i Dowse (2013) pokazuje kako djeca s teškoćama nisu dovoljno uključena u sportske aktivnosti s obzirom na opće društvo. Čak se smatra kako djeca koje imaju teškoće u razvoju sudjeluju manje u sportskim aktivnostima nego osobe s nekom drugom teškoćom. Razlog tome je taj što je teško pristupiti djetetu koje posjeduje teškoću u razvoju kao na primjer autizam, a pogotovo je teško radi toga što takva stanja nisu u potpunosti istražena i kod svakog djeteta se iskazuju na drukčiji način.

Osim što su brojna istraživanja provedena s obzirom koliko djece s teškoćama u razvoju sudjeluje u sportu, malo istraživanja je provedeno koja bi zapravo pokazala kako se oni osjećaju bez sporta i koliko bi sport njima išao u korist kada bi ih se uključilo u sportske aktivnosti. Prskalo, Babin i Bilić-Prčić (2014) ističu kako bi se dijete koje posjeduje teškoću u razvoju uključilo u izvođenje aktivnosti ono bi se osjećalo pouzdanije i imalo bi pozitivniju sliku o sebi. Takvi stavovi nastaju jer dijete samom inkluzijom osjeća kako pripada grupi i poistovjećuje se sa svojim vršnjacima, a ne gleda u čemu se razlikuju s obzirom na svoje sposobnosti. Takva inkluzija se može odraditi na primjer unutar predmeta tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj ili srednjoj školi, unutar predškolske aktivnosti ili aktivnosti u određenom sportskom klubu. Rehabilitacijski učinci se također spominju u radu Prskalo, Babin i Bilić-Prčić (2014), a proizašli su iz istraživanja Papeš Ibrišević (2010), a oni su izuzetno potrebni za samo dijete no oni ne bi zauzeli glavno mjesto za dijete i ne bi mu bili glavna misao na pameti dok bi dijete izvodilo vježbe. Druženje, zabava i igra bi zauzeli prva mjesta u mislima djeteta i rehabilitacijski postupci iako su izuzetno bitni ne bi oduzimali pažnju djeteta. Dijete tako omogućava samom sebi korištenje i razvijanje psihofizičkih sposobnosti koje posjeduje.

Opće stanje djece s teškoćama, prema Petrinović (2014), bi se inkluzijom u sportske aktivnosti iznimno poboljšalo jer bi im rekreacija i razonoda pozitivno utjecale na samopotvrđivanje i uključivanje u društvo. To bi se pridobilo jer bi djeca s teškoćama osvijestila sami sebe kako su zapravo u mogućnosti obavljati određene aktivnosti i kako njihovo tijelo uvijek može poboljšati svoju izvedbu. Kad se osvijesti takav stav o sebi, samopotvrđivanje nastaje gdje se svaka nova aktivnost ne odbacuje jer uspješnim obavljanjem one prošle se stvara samopouzdanje za nove izazove. Radi toga je najbitnije djeci s teškoćama pružiti mogućnost samog bavljenja određenim sportom. Čak se ne mora baviti sportom već se može samim vježbama koje utječu na rehabilitacijski način ispuniti potrebna količina aktivnosti.

Krželj (2009) u svom radu ističe kako je Ustav Republike Hrvatske donio odluku koja doprinosi razvoju djece. Odluka je donesena na temeljima prava djeteta koji su temeljni postulati Konvencije o pravima djeteta koju su donijeli Ujedinjeni Narodi. Odluka koju je donio Ustav

Republike Hrvatske je ta da država mora omogućiti svoj djeci bavljenje sportom ili nekom sportskom aktivnošću. Ova odluka ne isključuje nikoga pa ni djecu koja imaju teškoće u razvoju. Inkluzija je zato jedno od temeljnih prava djeteta i uključivanje djeteta u sport mora biti mogućnost za svako dijete. Odgajatelji moraju prema radu Krželja (2009) paziti jesu li sva prava ispunjena kad se radi o ovako bitnim situacijama i o njima ovisi hoće li dijete dobiti brigu koju i zaslužuje bez obzira na svoje stanje. Zakoni idu u korist djece, ali provedbe nisu uvijek okrenute u njihovu korist jer se u današnje vrijeme ljudi boje provoditi inkluziju jer nisu sigurni kako će to utjecati na dijete kojemu nije toliko potrebna pomoć za uključivanje u društvo. Gledajući tako djecu kojima nije potrebna pomoć se zanemaruju djeca kojima je potrebna pomoć samom inkluzijom i time se zapostavljaju osnovna prava djeteta za provođenje života na što samostalniji i društveno tolerantniji način. Način razmišljanja koji na djecu s teškoćama gleda kao na osobe koje svakodnevno doživljavaju diskriminaciju i marginalizaciju može promijeniti društveni stav o njihovim potrebama za što uspješniju inkluziju u svakodnevno društvo. Na djecu s teškoćama trebamo gledati kao na osobe koja imaju svoja prava kao i sva ostala djeca i takav stav će pokrenuti razmišljanja i društveno djelovanje koje njima ide u korist.

Djeca s teškoćama se najčešće susreću s takozvanim socijalnim modelom invaliditeta. Socijalni model invaliditeta su Darcy i Dowse (2013) definirali kao postavljanje prepreka i granica za s obzirom kako ih je društvo ograničilo, a ne gledajući njihove individualne mogućnosti. Socijalni model invaliditeta je potrebno u što većoj mjeri umanjiti zbog toga što on utječe na društveno izdvajanje osoba kojima je inkluzija potrebna za daljnji razvoj i održavanje normalnih socijalnih funkcija. Društvo je u najčešće postavljeno prema ovome modelu i uvijek se pretpostavlja što određena osoba može, a što ne može obaviti s obzirom da posjeduje određene poteškoće. Zato je potrebna reorganizacija društva kako bi se inkluzija mogla što lakše provoditi i djeca bi na lakši način bila upoznata s društvenim pravilima jer bi sudjelovala u društvenim aktivnostima.

U sportu je socijalni model invaliditeta izrazito izražen jer se sumnje postavljaju i na samu djecu koja ne posjeduju teškoće u razvoju, a kamoli za djecu koja ih posjeduju. Društveni stavovi su zato najveća prepreka za dijete koje je voljno baviti se određenim sportom jer osuđivanje i odbacivanje unaprijed su lako mogući u današnjem društvu. Hassan i sur. (2012) ističu odmak djece s teškoćama od sudjelovanja u sportu jer postoji vjerovanje kako je za njih nemoguće primijeniti odgojno-obrazovne procese koji se nalaze unutar samih sportskih aktivnosti. Radi ovakvih situacija je potrebno redovno provoditi edukacije i radionice od strane

odgajatelja i sportskih pedagoga kako bi se pokazalo što djeca s teškoćama u razvoju zapravo mogu učiniti i kako je rad s njima moguć, ali iziskuje određeni pozor i dodatnu pažnju.

Sami primjer sportskih aktivnosti ističu Hassan, Dowling, McConkey i Menke (2012), a to su Igre za osobe s posebnim potrebama. Smisao ovih igara osim samog natjecanja i osvajanja medalja je pokazati kako svatko uz trud i prikladan rad može dosegnuti željeni cilj i graditi svoju budućnost. Spomenute Igre su također predstavile inicijativu za jedinstveni sport čiji je cilj promovirati socijalnu inkluziju. Kad se ovakav primjer prikaže samoj djeci koja imaju teškoće u razvoju i njihovim roditeljima, trenerima i odgajateljima to može samo pozitivno podignuti sliku o izvedbi te djecu u sportu. Društveni stav o osobama s teškoćama bi se time također poboljšao i manje bi gledali na izvođenje aktivnosti kao na nešto što je rezervirano samo za poseban broj ljudi. Svatko na svoj način percipira sport i inkluzija svih osoba bi možda potakla i medije na veću promociju osoba koji ulažu čak i više truda u svoj sport nego li osobe koje se već nalaze na raznim naslovnica. Ukoliko u pojam sporta integriramo sve sportaše bez obzira na njihove životne pozadine i mogućnosti, tako bi se olakšala i inkluzija s kojom bi se smanjilo odvajanje djece iz njihovih društvenih zajednica. Svako dijete bi tako pridobilo mogućnost postati aktivni građanin svoje zajednice, što je jedan od glavnih ciljeva inkluzije. S time što bi postali aktivni građani zajednice, otvorile bi im se mnoge mogućnosti od bavljenja određenim sportom do pronalaska posla s kojim bi osigurali svoju budućnost.

Integriranje svih sportaša u pojam sporta, opisuju Hassan, Dowling, McConkey i Menke (2012), nije jednostavno u današnje vrijeme jer se u većini sve okreće oko velikih znamenki u smislu novca tako da osobe koje zarađuju više dobivaju i više medijskog prostora, ali bez obzira na takvu situaciju, uvijek je potrebno sagledati širu sliku kako bi sve osobe mogle sudjelovati u društvenoj zajednici. Društvo mora što bolje zato osvijestiti kako u njihovoj bliskoj okolini uvijek postoji netko kome je potrebna dodatna pomoć i traženje uzora preko medija nije uvijek najuspješnija stvar, ali zato svaka osoba može nekom bliskom postati uzor.

Dykens, Rosner i Butterbaugh (1998) ističu kako sociometrijske tehnike pokazuju kako su u većini slučajeva djeca s teškoćama odbačena od svojih vršnjaka i takva situacija se može znatno umanjiti ukoliko se inkluzivnost i sport međusobno nadopunjavaju na pravi način. U ovom radu se ističe i kako je pozitivan utjecaj inkluzije na području sporta najuočljiviji kod osoba koje posjeduju intelektualne teškoće jer njihova simptomatika teškoće je izrazito široka i većina tih simptoma se uspije dovesti pod kontrolom samim uključivanjem djeteta u aktivan sportski klub ili grupu za vježbanje. Djeca s intelektualnim teškoćama su, prema navedenom radu, sklona agresiji, impulzivnosti i samoozljeđivanju, a takve stvari se mogu dovesti pod kontrolu ako

djeca svoju energiju koriste za izvedbu određene tjelovježbe čime se ujedno i njihova koncentracija stavlja pod kontrolu. Osjećaj pripadanja među vršnjacima djetetu stvara određenu sigurnost i on uočava kako agresija i impulzivno ponašanje zapravo umanjuje mu mogućnosti približavanja osobama kojima počinje vjerovati. Djeca s intelektualnim teškoćama imaju problema kod percepcije tuđih osjećaja, a ukoliko ih se češće postavlja među vršnjake tako će se njihov pojam o osjećajima drugih ljudi promijeniti. U određenim slučajevima, gdje nisu imali kontakta sa svojim vršnjacima i ljudima općenito, razvili su određenu vrstu šizofrenije gdje su svojim umom stvarali njima prikladne situacije.

Sport sa svojim doprinosom druženja može takve situacije umanjiti jer dijete dobiva pravi kontakt sa svojim vršnjacima. Prema Đonlić Marušić-Štimac i Smojver-Ažić (2005), osim odnosa s drugim ljudima, inkluzija unutar sporta može poboljšati djetetovu sliku o samom sebi jer dijete najprije treba sebe doživjeti kao kompetentnu osobu koja je u mogućnosti izvoditi vježbe i surađivati s drugom djecom. Podizanje samopoštovanja je općenito jedan od najvažnijih dobrobiti koje dolaze sa sportom jer se djeca uče poštovati sami sebe, a ukoliko poštuju sami sebe tako će poštivati i druge osobe koje se nalaze u njihovoj blizini. Inkluzija je tako olakšana gdje je prihvaćanje na visokoj razini. Također je bitno istaknuti kako sva djeca nemaju pristup opremi ili klubovima kako bi ostvarili svoje planove sudjelovanja u sportskim aktivnostima. Društvo mora biti svjesno kako i najmanja pomoć može mnogo značiti osobi koja ima određeni plan jer će ta osoba zapravo preuzeti većinu na sebe, a ne samo društvo.

Djeca s teškoćama ne moraju ići u smjeru profesionalnih sportaši ili članova profesionalnih klubova, ali zato mogu barem biti u mogućnosti dobiti pravilnu prehranu i mogućnost kretanja: „Ljudi nažalost ipak često zaborave da u životu uspijevaju ‘uporni, a ne nužno pametni’, te da je čak i minimum adaptivnog funkcioniranja, za koji je potrebna prosječna razina intelektualnog funkcioniranja, zapravo jako puno“ (Tarabić i Tomac, 2014, str. 130).

### 3.1. Inkluzivna pedagogija

Sam pojam inkluzivnosti, prema Bach (2005), potječe od latinske riječi *inclusio* što znači uključivanje. Inkluzivna pedagogija se tako, prema ovom autoru, može definirati kao dio pedagogije koji vjeruje u razvoj individualnih potreba svakog pojedinog djeteta i svake pojedine obitelji u redovnim obrazovnim ustanovama. Inkluzivnom pedagogijom se nastoji unutar određenih ustanova, udruga ili klubova ostvariti okruženje u kojem se djeci pružaju specifične

prilike za životno učenje, odnosno za usvajanje šireg raspona vještina koje su potrebne za svakodnevno funkcioniranje u društvenoj zajednici.

Inkluzivna pedagogija se bavi specifično djecom i njihovim uključivanjem u društvenu zajednicu ukoliko im je potrebna dodatna pomoć. Pojam inkluzivne pedagogije obuhvaća sve vrste posebnih programa te može pomoći svakom djetetu u njegovom osamostaljivanju i individualnom napretku. Svakom djetetu pomoću inkluzivne pedagogije se omogućava ispunjavanje njegovih osnovnih prava. Prema Konvenciji o pravima osoba s invaliditetom (UN, 2006) treba poštovati djecu koja posjeduju određenu teškoću, pogotovo njihove razvojne sposobnosti. Osim toga se mora poštivati i očuvanje identiteta osobe s teškoćama. To se može objasniti tako da svako dijete bez obzira kolika pomoć mu je pružena i dalje ima svoje ime i prezime, a osim toga posjeduje svoja razmišljanja. Do tih razmišljanja je teško doći, ali ukoliko mu se pristupa na stručan i pravilan način i to je moguće ostvariti u njegovoj blizini.

Dijete s teškoćom u razvoju prema kojem se odnosi na poseban način ne smije biti smješteno statistički među ostalom djecom koja su također uključena u isti program. Prema svakom djetetu se postupa na drukčiji način i bez obzira što mu je potrebna stručna pomoć to dijete i dalje posjeduje vještine koje su specifične samo za njega. Ukoliko pomislimo na dijete s teškoćom u razvoju moramo biti svjesni kako su to djeca u našoj okolini, a ne brojke na papiru koje sudjeluju u posebnim programima na posebnim mjestima.

Pedagozi tijekom svoje karijere radi toga moraju biti upoznati sa svim mogućim posebnim programima i svim postupanjima s djecom kojima su ti programi potrebni. Paušić, Čorak i Galić (2013) ističu kako je osvješćivanje ostalih osoba o važnosti i postojanju takvih situacija također jedan od zadataka pedagoga te ukoliko se započne svijest o tome više rasprostranjivati, tako će se i društveni stavovi o djeci kojima je potrebna stručna pomoć mijenjati. Ukoliko se ne predstavlja situacija djece s teškoćama redovito, toj djeci će biti onemogućeno uključivanje u društvo i njihov aktivan život će tako postati nemoguć. Ne smijemo bježati od takvih situacija jer ukoliko se takvi programi izbjegavaju to znači da osoba nije spremna svoju struku ispunjavati u punom smislu, ali ovakve situacije nažalost postoje u današnje vrijeme te se djeca kojim je potrebna stručna pomoć najčešće prebacuju s osobe na osobu. Također je jedan od problema taj što jedna osoba ne sudjeluje konstantno u odgoju i obrazovanju djeteta unutar posebnog programa, već se obavljaju razne izmjene te je radi toga teško pratiti sam napredak djeteta.

Inkluzivna pedagogija, prema Prskalo, Babin i Bilić-Prčić (2014), kao znanost nije samo trenutačna pojava za dijete već se obavlja tijekom duljeg vremena, a razlog tome je taj što se dijete priprema na samostalni i aktivni život. Osim što se dijete priprema na dulje vrijeme, sam rad sa svakim djetetom mora biti posebno prilagođen s obzirom na djetetovu situaciju. Aktivnosti i sadržaji unutar rada s određenim djetetom moraju stavljati samo dijete u epicentar rada jer je svako dijete neponovljiva individua i ne percipira svako dijete svijet oko sebe na jednak način. Djeca koja posjeduju jednake poteškoće u razvoju mogu imati velike razlike u percipiranju svoje okoline kao što je primjer kod različite autistične djece koja dijele težinu oslobađanja i percipiranja emocija, ali i dalje svako dijete drukčije vidi svijet i na drukčiji način razmišlja o određenoj pojavi.

Unutar samog kurikulumu, Prskalo, Babin i Bilić-Prčić (2014) ističu kako se moraju donijeti promjene s obzirom na sve snage i slabosti djeteta te s obzirom na njegovu trenutačnu razinu znanja. Same granice na koje dijete nailazi će pomoću prilagođenog programa uspjeti poništiti. Ukoliko se ovakve situacije češće predstavljaju društvu, manje bi se postavljale društvene granice za djecu s teškoćama i manje bi se sumnjalo u njihove sposobnosti u odrađivanju određenih aktivnosti. Tako bi se proširilo shvaćanje te djece od fizičkih i materijalnih mogućnosti do uske potpore za tu djecu. Kad je potpora prisutna tada je moguća i sama inkluzija te djece te se njihovo sudjelovanje u aktivnostima s time i povećava.

U području sporta ovakva podrška nije dovoljno rasprostranjena zbog toga što se ne postavlja kao područje koje zanima širu javnost te radi toga na svijetlo izlaze stvari koje su zapravo manje bitne za društvo. Inkluzivna pedagogija se može povezati sa sportom u dvije točke. Prema Itković i Boras (2003), prvo je to što se sportske aktivnosti često koriste kod djece s fizičkim teškoćama kao terapija koja ima olakšava razvoj kao što je primjer terapijskog jahanja koje pozitivno utječe na rad dječjih unutarnjih organa. Druga dodirna točka inkluzivne pedagogije i sporta, prema Krželj (2009), je ta što se nastoji što više uključiti djecu s teškoćama u samo klubove gdje bi se otvorile mnoge mogućnosti za njih. Te mogućnosti su upoznavanje druge djece, učenje društvenih normi, osigurano kretanje koje utječe pozitivno na njihovo tijelo i jačanje vlastitog samopouzdanja s kojim će biti spremno nositi se sa životnim poteškoćama koje su uvijek prisutne.

Prema Cvetko, Gudelj i Hrgovan (2000), inkluzivna pedagogija bi trebala postati pojam koji nije blizak samo pedagogima već osim njih i trenerima i sportskim pedagogima. Spremnost na rad s djecom koja imaju određenu poteškoću nije uvijek prisutna kod svakog, ali ukoliko se želimo baviti poslovima koja iziskuju rad s drugima i ukoliko želimo bolje utjecati na društvo



to bi značilo i susretanje s djecom kojima je potrebno dodatno vrijeme i pažnja. Shvaćanje kako svaka osoba nije savršena i kako je svatko poseban na svoj način je izuzetno potrebno prilikom ulaska u posao koji zahtijeva rad s drugim ljudima. Inkluzivna pedagogija nam prikazuje sve moguće dijagnoze koje dijete može imati i ne samo što uključuje dijagnoze već uključuje i različite metode koje se primjenjuju s obzirom na teškoću koje dijete posjeduje.

Prskalo, Babin i Bilić-Prčić (2014) u svom radu ističu metode rada s djecom koje se mogu s vremenom mijenjati i uvijek je moguće pronaći novu metodu koja može djetetu pomoći u vezi njegove teškoće i zato je inkluzivna pedagogija uvijek prilagođena s obzirom na promjene koje se događaju u svijetu. Razna tehnologija se može koristiti primjerice kako bi se djeci prilagodio tekst s kojim bi mogli lakše raditi ukoliko imaju određenih problema s vidom. Inkluzivna pedagogija se tako mijenja s vremenom u metodama koje se primjenjuju tijekom rada s djetetom i u samom shvaćanju pojma inkluzije osoba s teškoćama u svakodnevno društvo. Postoje razne prepreke na koje se može naići tijekom rada pedagoga s metodama koje se nalaze u okvirima inkluzivne pedagogije.

Prva prepreka, koju ističu Prskalo, Babin i Bilić-Prčić (2014), je samo dijete koje mora biti središte samog rada pedagoga. Dijete nije uvijek voljno poslušati sve savjete i pravila rada i zato treba biti izuzetno pažljiv pri samom pristupu djetetu s kojim se odrađuju metode rada. Ukoliko se postavi pravi odnos u samom početku, dijete će razviti povjerenje u pedagoga te će mu vjerovati pri obavljanju raznih zadataka i lakše će prihvaćati nove nepoznate zadatke koji znaju biti izazovni jer za samo dijete predstavljaju promjenu svakodnevne rutine s obzirom na koju se navikavaju jer su u većini slučajeva na nju i prisiljeni. Zbog toga je potrebno pedagoga pravilno pripremiti za rad jer će se sigurno susresti s djetetom koje posjeduje određenu teškoću bez obzira bila ta teškoća vidljiva ili ne.

Druga prepreka se može naći u radu Krželja (2009), a to je manjak materijala za rad s djetetom koje posjeduje određenu teškoću. Radi takvih situacija pedagog također mora biti dobro pripremljen kako bi prilagodio situaciju djetetu i pronašao metode koje su moguće u samoj izvedbi.

Treća prepreka u samom radu ističu Kuzmanić, Paušić i Grčić (2014), a to mogu biti također i roditelji samog djeteta koji mogu osporavati sam rad s djetetom i ne prihvaćati uvijek dodatnu pomoć koja je potrebna njihovom djetetu. Razgovor s roditeljima ili skrbnikom je važan kako bi se pridobilo njihovo povjerenje i uvjerilo ih kako je rad s njihovom djecom ukoliko posjeduju određenu teškoću pozitivna stvar koja će pomoći njihovom djetetu u daljnjem razvoju.

Posljednja prepreka za uključivanje djeteta u društvo, prema Dykens, Rosner i Butterbaugh (1998), mogu biti i sami vršnjaci unutar čijeg društva dijete planira priključiti se. Vršnjaci imaju veoma važnu ulogu kod sudjelovanja uključivanja djeteta s teškoćom u njihovo društvo jer kako oni percipiraju dijete s teškoćom, tako će i on ili ona početi gledati na sebe na jednak način. Vršnjaci djeteta s teškoćom moraju uvijek biti upoznati i dobro educirani o teškoći o kojoj je riječ kako bi znali što očekivati u kojem trenutku ukoliko je potrebna sama pomoć djetetu s teškoćom.

Ukoliko vršnjaci na pravilan način, prema spomenutim autorima, odrade uključivanje djeteta s teškoćom u svakodnevne aktivnosti, tom djetetu će se poboljšati razni pogledi na svijet. Najprije se podiže samopouzdanje jer dijete na sebe gleda kao na osobu koja vrijedi i koja ima sposobnosti odraditi zadatak koji je podstavljen. Iduća pozitivna situacija je mogućnost intimnosti djeteta s drugima, ta intimnost se odnosi na lakše iskazivanje osjećaja prema drugima te ostala djeca mogu uvijek znati kako se dijete s teškoćom osjeća kako bi znali prilagoditi svoju reakciju na određenu situaciju. Prijateljstvo je bitno kod inkluzije jer se tako stvara povjerenje u samom pripadanju određenoj grupi. Posljednja pozitivna stvar koja se događa prilikom uključivanja djeteta s teškoćom od strane vršnjaka je emocionalna sigurnost. Maladaptivno ponašanje je često kod djece s teškoćama jer njihove emocije nisu upućene u pravom smjeru i čim dijete s teškoćom osjeti određenu razinu ugroženosti, njegov obrambeni mehanizam započinje i razni napadaji mogu nastupiti u tom trenutku. Vršnjačka sigurnost umanjuje ovakve napadaje jer pripadanjem skupini se smanjuje osjećaj ranjivosti.

### 3.2. Djeca s teškoćama u razvoju

Prije nego se objasni pojam djeteta koji posjeduje određenu teškoću, najprije treba definirati sam pojam „oštećenja“. Prema Petrinović (2014), dijete koje posjeduje određeno „oštećenje“ nije u mogućnosti u samim počecima svog života samostalno rješavati određene prepreke na koje naiđe tijekom svog odrastanja. Radi toga je djetetu s oštećenjem potrebna stručna pomoć ne samo kako bi obavljao aktivnosti koje mu se zadaju u tom trenutku već kako bi postao svjestan svoje situacije i znao samostalno procijeniti koje su njegove mogućnosti i potencijali za daljnji napredak: „Prema Međunarodnoj klasifikaciji oštećenja i invaliditeta Svjetske zdravstvene organizacije, pojam „oštećenje“ odnosi se na „bilo kakav gubitak ili odstupanje od normalne psihološke ili anatomske strukture ili funkcije“ (Petrinović, 2014, str. 47).

Osobe/djeca koja posjeduju određenu teškoću se također oslovljavaju kao osobe/djeca s invaliditetom i to je također pravilan način jer postoji definicija koja to i potvrđuje: „Prema Konvenciji UN-a o osobama s invaliditetom, osobe s invaliditetom one su osobe koje imaju trajna tjelesna, mentalna, intelektualna ili osjetilna oštećenja, koja u međudjelovanju s različitim preprekama mogu sprečavati njihovo puno i učinkovito sudjelovanje u društvu na ravnopravnoj osnovi s drugima“ (Petrinović, 2014, str. 47).

Pojam djeteta s teškoćom u razvoju je izrazito širok pojam, prema Prskalo, Babin i Bilić-Prečić (2014), radi toga što postoji širok spektar teškoća koji mogu utjecati na njegovo svakodnevno funkcioniranje i uključivanje u društvenu zajednicu. Tijekom povijesti ovaj pojam se često mijenjao, prvotno radi toga što su se u početku rada s djecom teškoće smatrale samo fizički nedostaci koji su vidljivi na djetetu i otežavaju mu izvedbu određene aktivnosti. S vremenom, pojam teškoće se proširio i na psihičke poteškoće koje utječu na dijete tijekom izvedbe aktivnosti. Te poteškoće mogu biti urođene, a mogu i nastati tijekom djetetovog odrastanja.

Prema najmodernijim definicijama, a jednu od njih su iznijeli Paušić, Ćorak i Galić, (2013), pojam „djeteta s teškoćom“ se može definirati kao prirođeno ili stečeno oštećenje različitog stupnja, kao što je intelektualna, teškoća ili različite vrste kao što su oštećenje vida, sluha i govorne komunikacije Unutar ove definicije se mogu pridodati djeca koje imaju teškoće u ponašanju koji su se uspjeli klasificirati u dvije skupine. Prskalo, Babin i Bilić-Prečić (2014) ovdje ističu definiciju Coleman (1992) koji je unutar svog rada teškoće u ponašanju kod djeteta podijelio na socijalne konflikte i osobne poremećaje. Socijalni konflikti se odnose na neprilagođenost djeteta društvu u kojem se nalazi. To se postigne tako da dijete na agresivan i hiperaktivan način reagira na svoju okolinu. Osobni poremećaji kod djeteta se odnose na njegove unutarnje misli i tu pripada anksioznost, socijalna izolacija i teškoće u učenju.

Prskalo, Babin i Bilić-Prečić (2014) ističu definiciju hrvatskog nacionalnog obrazovnog standarda koji sadrži devet kategorija teškoća u razvoju. Te kategorije su: oštećenje vida, oštećenje sluha, poremećaji glasovno-jezično-govorne komunikacije, kronične bolesti, snižene intelektualne sposobnosti, poremećaj pažnje/hiperaktivnosti, teškoće tijekom usvajanja znanja, poremećaji ponašanja i emocionalni poremećaji i autizam. Zajednica bi trebala biti što više upućena u ove kategorije, Paušić, Ćorak i Galić (2013) ističu istraživanje UNESCO-a koje tvrdi kako se čak 10% djece rađa s određenom teškoćom ili ju stekne tijekom odrastanja. Ovaj podatak bi nas trebao potaknuti na aktivno sudjelovanje u pomaganju djeci koja se rode s određenom teškoćom ili ju steknu tijekom svog odrastanja.

Prema Prskalo, Babin i Bilić-Prčić (2014), metode poučavanja djece s teškoćama trebaju biti osuvremenjene jer se time povećava mogućnost bolje individualizacije djeteta i time će se povećati kvaliteta obrazovanosti svih učenika bez obzira odnosilo se to na djecu koja su nadarena ili posjeduju određenu teškoću. Takve metode nisu uvijek jednostavne za izvesti jer nisu svi učitelji/nastavnici dobro pripremljeni na njihovu izvedbu ili jednostavno nemaju potreban materijal.

Prema Pravilniku o osnovnoškolskom i srednjoškolskom odgoju i obrazovanju učenika s teškoćama (Narodne novine, 2013), logoped, psiholog i defektolog pomažu učiteljima sastaviti takve programe, ali često su škole zakinute u područjima gdje ti suradnici moraju djelovati te tako učitelji samostalno osmišljavaju program. Nakon što bi se utvrdio plan i program za dijete, Stručno povjerenstvo Ureda predlaže kako prilagoditi cijeli nastavni program samom učeniku. Naravno, unutar nekih škola sami učitelji određuju program te cijela procedura biva prihvaćena jer je poznato ukoliko se odbije plan i program kako se ništa neće odrađivati s djetetom te se plan i program zapravo uvijek i prihvati.

Dijete koje sudjeluje u specijalnom programu se mora osjećati prihvaćeno i radi toga nastavnik ili učitelj koji pomaže tom djetetu bi trebao pridobiti povjerenje tog djeteta kako bi daljnji rad bio što lakši i kako bi što bolje napredovao. Tako se u duhu inkluzije i povjerenja stvaraju jednake mogućnosti za svu djecu. Osim učitelja, u rad i prihvaćanje djeteta s teškoćom se moraju uključiti i roditelji i to ne samo roditelji djeteta koji sudjeluje u posebnom programu već i roditelji ostale djece koja pripadaju njegovoj okolini. Ukoliko roditelji razgovaraju sa svojim djetetom o teškoći koja utječe na njihovog vršnjaka, time će se dijete naučiti prihvatiti ostale osobe koje su drukčije i naučit će se pomagati vršnjaku kojemu je pomoć potrebna.

Kako postoji određena organizacija unutar školskih ustanova za rad s djecom s teškoćom u razvoju, tako bi trebala postojati i organizacija rada unutar sportskih klubova za rad po posebnom programu. Treneri bi kao i učitelji trebali pridobiti povjerenje djeteta s kojim izvršavaju aktivnosti jer će tako obavljanje aktivnosti biti lakše i dijete neće biti nesigurno u samoj izvedbi. Dykens, Rosner i Butterbaugh (1998) tvrde kako kod djece koja imaju fizičkih poteškoća, sportska aktivnosti pomaže u jačanju tijela na mjestima koja su zdrava te se djeca uče kretati bez obzira na nedostatak koji posjeduju. Psihičke teškoće u razvoju također mogu imati utjecaj na fizičku stranu djeteta. Takvoj djeci se može preporučiti aerobik koji utječe na tijelo tako što ga jača i poboljšava mu kardiovaskularnu i kardiorespiratornu radnju.

S obzirom na izuzetno velik broj teškoća koja se mogu pronaći kod djece unutar ovog rada će se predstaviti djeca i rad s njima (većinom unutar sportskih okvira i kako sportske aktivnosti imaju utjecaj na dijete). Teškoće koje će biti detaljnije obrađene su poremećaj pažnje i hiperaktivnosti i intelektualne teškoće.

Prema Krampač Grljušić i Marinić (2007), poremećaj pažnje i hiperaktivnosti u svojoj definiciji sadrži simptome hiperaktivnosti ili nepažnje koji su izraženi i koji ne odgovaraju razvojnom stupnju i mogu biti maladaptivni. Unutar ovog poremećaja se, prema Kuzmanić, Paušić i Grčić (2014), nalaze tri glavna podtipa prema kojima se djeca s ovim poremećajem mogu razlikovati. Prvi pod tip je onaj u kojem dominira nedostatak pozornosti. U ovom slučaju dječju pozornost odvlače sporedne stvari koje se nalaze pokraj njih te je koncentraciju na dani zadatak za njih izuzetno teško održati radi pomiješanih misli o sporednim stvarima. Drugi podtip je onaj u kojem dominira hiperaktivnost ili impulzivnost. Unutar ovog podtipa djeca imaju ograničenu samokontrolu te sav višak energije nastoje izbaciti iz svog tijela, ali to znaju raditi na neprilagođen način i na neprilagođenim mjestima. Djeca unutar ovog podtipa imaju probleme s uspostavljanjem odnosa s drugom djecom jer mogu reagirati impulzivno prema drugima. Treći podtip je najteži i to je onaj mješoviti. Unutar ovog podtipa, djeca osim smanjene pozornosti imaju jednako zastupljenu hiperaktivnost ili impulzivnost. Simptomi ovog poremećaja i promjene ponašanja se često pogoršavaju u situacijama gdje dijete mora uključiti određeni mentalni napor ili trajniju pozornost. Ovakvo ponašanje se zahtijeva u skupnim situacijama kao što su zajednička igra s drugom djecom ili skupno učenje u razredu.

Kako postoje razlike u radu s tom djecom unutar samih škola tako postoje i razlike pri obavljanju sportskih aktivnosti koje bi im omogućile lakši razvoj te bolju socijalnu adaptaciju s njihovim vršnjacima. Prskalo, Babin i Bilić-Prečić (2014) smatraju kako učenici s ovim poremećajem ne zahtijevaju mnogo dodate pomoći na nastavi, osim ukoliko posjeduju dodatan poremećaj. U slučaju dodatne teškoće, stručni suradnici se uvijek mogu pripomoći preporukama za sadržajnu prilagodbu s obzirom na koji od dodatnih poremećaja se radi. Rad s ovakvim poremećajem zahtijeva mnogo strpljenja jer djeca često gube svoju pažnju na okolinu te se dijete treba postaviti na mjesto gdje je odvratanje pažnje svedeno na minimum. Također, ukoliko dijete posjeduje veću količinu hiperaktivnosti s obzirom na višak svoje energije, mora mu se omogućiti slobodno kretanje koje će mu olakšati daljnje sudjelovanje na nastavi u mirnijem raspoloženju.

Prema radu koji je napisao Krželj (2009), sport za takvu djecu je od izuzetne koristi jer se sva njihova energija usmjerava na obavljanje određene aktivnosti te mogu su svoju koncentraciju

usmjeriti u njima poželjnom smjeru. Sportske aktivnosti za djecu s ovim poremećajem ne doprinose samo poboljšanju koncentracije pri njihovoj izvedbi već dijete tijekom cijelog dana izbacuje svu svoju dodatnu energiju te to doprinosi mirnijem raspoloženju u kući ili u školi. Djeca s dodatnom energijom mogu također usmjeriti svoju pažnju i na negativne stvari, a sport može dijete usmjeriti na pozitivne te se tako umanjuje i maladaptivno ponašanje koje utječe na dijete koje ga izvodi i na njegove vršnjake.

Lufi i Parish-Plass (2011) smatraju inkluziju kao potrebnu stavku za djecu koja posjeduju poremećaj pažnje i hiperaktivnosti jer njihovi vršnjaci u većini slučajeva ne mogu se nositi s njihovim energičnijim načinom življenja te ih tako i izbjegavaju. Učitelji, treneri i pedagozi moraju usmjeriti ostalu djecu o važnosti uključivanja djece koja posjeduju poremećaj pažnje i hiperaktivnosti u svoje društvo jer iako oni imaju dodatnu energiju, zadatke znaju obaviti na pravi način i skretanje pažnje na ostale stvari nije nešto što oni namjerno rade već to utječe na njih u njihovoj podsvijesti koja ih odvlači od trenutne radnje. Bez obzira što netko posjeduje poremećaj pažnje i hiperaktivnosti to ne znači kako njihova izvedba u određenom zadatku je smanjena radilo se o obrazovnim ili sportskim postignućima.

Iduća teškoća koja će biti detaljnije obrađena u ovom radu se odnosi na širi spektar poremećaja zbog toga što ima raznih podskupina koje se razlikuju u svojoj simptomatiki, vremenu javljanja i utjecaja na samo dijete. Naime, tu se radi o takozvanim intelektualnim teškoćama unutar kojih će se ubrajati razne podskupine. Prema Pravilniku o osnovnoškolskom i srednjoškolskom odgoju i obrazovanju učenika s teškoćama (Narodne novine, 2013) to su situacije gdje je djeci nedovršen ili zaustavljen razvoj funkcioniranja na intelektualnoj razini koje se utvrđuje na temelju socijalnog, psihologijskog, edukacijsko-rehabilitacijskog i socijalnog vještačenja. Intelektualne teškoće, prema Tarabić i Tomac (2014), pripadaju neurorazvojnim poremećajima te su određene trima dijagnostičkim kriterijima. Dijagnostički kriteriji za intelektualne teškoće su vrijeme javljanja, intelektualno funkcioniranje i oštećenje adaptivnog funkcioniranja. Vrijeme javljanja se zbiva uglavnom prije osamnaeste godine života, a ukoliko se javi u kasnijim godinama tada nije riječ o intelektualnoj teškoći već o demenciji. Kako osobe s intelektualnim teškoćama posjeduju određene teškoće sa središnjim živčanim sustavom, njihovo intelektualno funkcioniranje i prilagodba društvu unutar kojeg se nalaze nailazi na određene teškoće te su to dva važna kriterija za određivanje tipa intelektualne teškoće. Kako bismo procijenili intelektualno funkcioniranje kod djeteta, koristi se klinička slika i individualno, standardizirano testiranje inteligencije.

Tarabić i Tomac (2014) ističu istraživanje Američke Psihijatrijske Udruge (2013) koja je odredila kritične komponente koje se prate tijekom testiranja djeteta s obzirom na njegovo intelektualno funkcioniranje. Osim kritičnih komponenti, također su utvrdili i stupnjeve intelektualne teškoće s obzirom na svoja testiranja s djecom. Te kritične komponente su verbalno razumijevanje, perceptivno rezoniranje, kvantitativno rezoniranje, radno pamćenje, kognitivna učinkovitost i apstraktno mišljenje. Osim provjere kliničke slike djeteta također se pristupa i testiranju inteligencije kod djeteta, a testovi su opsežni, kulturalno nepristrani, psihometrijski validirani i prilagođeni djetetu. Znati djetetove socijalne kompetencije je izuzetno bitno, prema Dykens, Rosner i Butterbaugh (1998), jer znajući njegove socijalne kompetencije otvara se bolja mogućnost inkluzivnog obrazovanja, razgovora i rekreacijskih izbora koje će biti opisane kasnije u radu. Dijete kako bi bilo dijagnosticirano s jednim od širokog spektra intelektualne teškoće mora proći razne testiranja i stručnjake kako bi se točno odredilo u kojoj kategoriji pripada njegova teškoća.

Poremećaji pažnje i hiperaktivnosti te intelektualne teškoće, prema Pravilniku o osnovnoškolskom i srednjoškolskom odgoju i obrazovanju učenika s teškoćama (Narodne novine, 2013), su stanja koja su na temelju raznih stručnih vještačenja utvrđena uvjetovanjem organskih čimbenika ili progradirajućim psihopatološkim stanjem. Njihovo očitovanje može se uočiti u nerazvijenom socijalnom, emocionalnom i intelektualnom funkcioniranju. Rad s djecom kojima je dijagnosticirana intelektualna teškoća mora biti dobro organiziran radi toga što se u njihovom slučaju i najmanje promjene mogu očitovati kao velike te ih to može dovesti do teških napadaja. Djeca s intelektualnom teškoćom ukoliko osjete barem malo ugroženosti započeti će zatvaranje te u nekim slučajevima može doći i do samoozljeđivanja. Uključivanje djece s ovom teškoćom može biti izuzetno zahtjevno radilo se o obrazovnoj ustanovi, svakodnevnom životu ili sportskom klubu. Spremnost okoline na inkluziju djece s intelektualnom teškoćom može u velikoj mjeri pomoći tom djetetu jer njihov način percipiranja svijeta je poseban i shvaćanje kako oni ne razumiju tuđe osjećaje mora uvijek biti u našoj podsvijesti tijekom razgovora s njima.

Tarabić i Tomac (2014) u svome radu ističu istraživanje Begić (2010) koji kaže kako etiologija nastanka intelektualnih teškoća nažalost i dalje nije jasna i jednoznačna kao druge poteškoće te je kod djece teško u samim počecima njihovog života prepoznati posjeduju li oni intelektualnu teškoću, a može biti posljedica i više uzorka kao što su kromosomski, genetski i prenatalni, perinatalni i postnatalni utjecaji. Osim što su teškoće kod djece prisutne u socijalnom,

kognitivnom i adaptivnom ponašanju oni također iskazuju i niže razine fizičke aktivnosti tijekom svih razdoblja svog života.

Golubović, Maksimović, Golubović i Glumbić (2012) tvrde kako je malo informacija prikupljeno o sudjelovanju djece s intelektualnom teškoćom u određenoj sportskoj aktivnosti i radi toga ova tema i nije toliko proširena u svakodnevnom društvu te su programi izobrazbe trenera i sportskih pedagoga korisni u ovakvim situacijama. U malom broju istraživanja koja su provedena gdje su djeca s intelektualnim teškoćama uključena u sportsku aktivnost pokazan je njihov napredak u određenim područjima života gdje su imali poteškoće (socijalna adaptacija, manjak kretanja i nagle promjene). Iako su promjene uočljive, dolazak do njih nije jednostavan jer program rada s osobama koje posjeduju intelektualnu teškoću mora biti organiziran do najmanjih detalja. Razlog tome je taj što djeca su sama po sebi osjetljiva te u raznim situacijama pokazuju svoju nelagodu za izvršavanje određene radnje, a djeca koja posjeduju intelektualnu teškoću i nisu sposobna iskazati te emocije i nezadovoljstvo će se samo povući i svaki daljnji pokušaj za rad će nailaziti na prepreke. U idućim poglavljima rada, obradit će se poveznica ove dvije poteškoće s uključivanjem djece koja ih posjeduju u sportske aktivnosti.

### 3.2.1. Djeca s poremećajem pažnje i hiperaktivnost

Poremećaj pažnje je, prema autorima O'Connor, Fabiano, Waschbusch, Belin, Gnagy, Pelham i Roemmich (2014), okarakteriziran kao razvoj neprikladnih razina nepažnje, hiperaktivnosti ili impulzivnosti, u nekim slučajevima čak i oboje. Prema Prpić i Vlašić-Cicvarić (2013), smatra se da otprilike pet do 10 posto djece unutar škole ima poremećaj pažnje i hiperaktivnosti. Često se koriste netočne informacije o ovoj djeci da su lijena, protive se autoritetima i nisu odgovorni i takvi stavovi mogu utjecati na djecu tako što im se pogoršava samopoimanje te nastaju depresija i anksioznost.

Djeca s ovim poremećajem mogu izrazito kvalitetno sudjelovati u svakodnevnim aktivnostima i biti uključeni u donošenje važnih odluka za društvo. Djeca koja posjeduju ovaj poremećaj se mogu osjećati isključeno jer ne znaju svi njihovi vršnjaci pravilno reagirati na njihov višak energije ili gubljenje koncentracije tijekom običnog razgovora. Učenik se s obzirom na svoje stanje i svoje različitosti može osjećati neugodno dok je u prisutnosti svojih vršnjaka jer se može pribojavati osuda i odbijanja druge djece. Učitelji bi trebali radi toga što bolje educirati ostale učenike o situaciji djeteta s teškoćom, a takvo nešto je najbolje odrađivati na satovima



razredne nastave gdje će radionice ili prezentacije bolje objasniti situaciju djeteta s teškoćom. Jedno od djece može čak biti uključeno i kao pomagač djetetu s teškoćom u izvršavanju svakodnevnih aktivnosti i u pomoći s domaćom ili školskom zadaćom (djeca se uvijek mogu izmjenjivati). Tako bi djeca razvila svoju empatiju prema drugim ljudima i lakše bi prihvaćali osobe kojima je potrebno više pažnje u svojoj okolini. Ovo je jedan od primjera kako se može započeti obraćati pozornost djece na prisutnost djece s teškoćama u njihovoj okolini i znanje iz škole se tako može primijeniti i izvan nje kao što je primjer u sportskom klubu.

O'Connor, Fabiano, Waschbusch, Belin, Gnagy, Pelham i Roemmich (2014) ističu kako djeca s navedenim poremećajem mogu pridobiti mnogo pozitivnih stvari od sportskih aktivnosti, ali sva djeca ne uspiju uvijek biti dobro pripremljena na takvu vrstu aktivnosti. Razlog tome može biti taj što nisu u samom početku dobro upućeni u način izvedbe i samokontrole tijekom izvedbe određenih aktivnosti. Drugi razlog može biti kasno uključivanje gdje je teškoća razvijena u veći stupanj te djeca imaju određenih problema u samoj kontroli vlastitog ponašanja.

Djeca su, prema Kuzmanić, Paušić i Grčić (2014), rođena za kretanje i kretanje im je potrebno ne samo da bi se razvijali pozitivno, već pomoću kretanja razvijaju svoju kreativnost, a s njom se lakše razvija i poimanje svijeta ili učenje za uspješan akademski uspjeh. Osim fizičkog, ustanovljeno je i stabilno psihičko stanje djeteta. Ovdje se radi o djeci s poremećajem pažnje i hiperaktivnosti, njihova psihička stabilnost je zapravo temeljni razlog radi kojeg mogu odustati od bavljenja sportom ili ih drugi mogu jednostavno isključiti. Ovime je dokazano kako se unatoč toj teškoći s djecom može odraditi uspješan posao i smanjiti njihov svakodnevni problem. Tjelovježba nema utjecaja samo na fizičke aspekte djeteta, već i na kognitivne procese, socijalnu interakciju i emocionalni razvoj. Dok se dijete nalazi u ranim godinama, važno ga je uputiti u sport pravilno kako bi uspio na pravilan način podjednako povezati um, tijelo i osjete za što bolji razvoj. Ponovno se može istaknuti važnost holističkog odnosno cjelovitog razvoja djeteta. Osim doprinosa od same fizičke izvedbe u ovim istraživanjima je istaknuta i korist socijalizacije unutar samih sportskih aktivnosti.

Sportovi omogućavaju djeci kontakt s drugim osobama na razne načine. Ekipni sport dijete postavlja u situaciju gdje on mora sa svojim suigračima ostvariti određeni cilj i to će samo postići ukoliko surađuje s ostalim igračima. Ukoliko sport nije ekipni već individualni, dijete se većinom koncentrira više na svog suparnika i vlastitu izvedbu. Unatoč većem isticanju rivalstva, dijete mora poštovati svakog suparnika bez obzira o kome se radilo. Ovakve situacije, prema O'Connor, Fabiano, Waschbusch, Belin, Gnagy, Pelham i Roemmich (2014), djeci s poremećajem pažnje i hiperaktivnosti izrazito pomažu radi toga što imaju priliku vježbati

prosocijalne vještine kao što su učinkovita komunikacija s drugima (kontrola vlastite koncentracije i energije na pravilan način), smjenjivanje informacija tako da se osvijesti kako i drugi moraju sudjelovati u razgovoru, suradnja s drugima koja proizlazi iz pravilnog odnosa s drugom djecom, pravilno vodstvo i poštivanje osobe koja vodi određenu aktivnost, rješavanje problema na pravilan način bez korištenja viška energije koje dijete može navesti na agresivno ponašanje i samokontrola.

Pravilan rad unutar sportskih aktivnosti je izuzetno bitan za djecu koja imaju poremećaj pažnje i hiperaktivnosti jer mnogi od te djece imaju veliku šansu jednog dana postati veliki sportaši unatoč teškoći. Učinak sporta kod svakog djeteta s ovim poremećajem se razlikuje radi samih razlika u simptomima poremećaja. U pojedine djece s ovom poteškoćom će se tako nastojati potaknuti pozitivno ponašanje dok će se u neke djece nastojati zaustaviti neželjeno ponašanje tvrde Kuzmanić, Paušić i Grčić (2014).

Uspjeh u sportu je većini sportaša izuzetno bitan, a osobe koje posjeduju poremećaj pažnje i hiperaktivnosti mogu na različite načine reagirati na svoj uspjeh. Autori O'Connor, Fabiano, Waschbusch, Belin, Gnagy, Pelham i Roemmich (2014) tvrde kako ukoliko njihova karijera uspješno se odvija njihovo samopoštovanje i samoučinkovitost će se razvijati, a ukoliko naiđu na određene probleme u svojoj karijeri to može prouzrokovati nisko samopoštovanje, socijalnu izolaciju i povećanje problematičnog ponašanja. Djeca koja posjeduju ovaj poremećaj mogu imati poteškoća pri usvajanju samih pravila određenog sporta te ista ne znaju primijeniti tijekom izvedbe. Ovakve situacije djecu s poremećajem pažnje dovode do impulzivnog ponašanja koja ih mogu navesti na potpuno krivu izvedbu ili reakcije koje su neprimjerene i nesportske. Primjer takve loše reakcije, prema O'Connor, Fabiano, Waschbusch, Belin, Gnagy, Pelham i Roemmich (2014), može biti postizanje autogola prilikom igranja nogometa ili namjerno izvođenje prekršaja na protivničkom igraču. Radi ovakvih situacija strpljenje je izuzetno bitno prilikom prenošenja znanja i pravila na djecu s kojima to treba izvoditi s oprezom i na drukčiji način nego uobičajeno. Sport bi trebao biti mjesto gdje se dijete opušta i gdje sve svoje probleme može zaboraviti i maknuti sa strane. Pozitivni utjecaji sporta su u ovako lošim situacijama blokirani i potrebna je brza reakcija kako bi se takvo ponašanje spriječilo i u budućnosti. Ukoliko se ovakvo ponašanje ne riješi u samom početku to može dovesti do lošeg razvoja djeteta i inkluzija radi toga ne može biti izvediva. Razlog tome je taj što ostala djeca uočavaju ponašanje djeteta koje je impulzivno i radi toga se nastoje udaljiti od njega kako bi bili na sigurnome i to može utjecati na same trenere.

O'Connor, Fabiano, Waschbusch, Belin, Gnagy, Pelham i Roemmich (2014) ističu istraživanje Beyer (2008.) koje je uočilo kako iznimno malen broj trenera bez poteškoća prihvaća rad s djetetom koje posjeduje poremećaj pažnje i hiperaktivnosti jer smatraju kako je to dijete teško spojiti s ostalom djecom i njihova hiperaktivnost im ne odgovara pri izvedbi vježbi. Lošija izvedba se vidi u lošijoj finoj motorici te u određenim sportskim elementima kao što su trčanje, skakanje, hvatanje, bacanje i udaranje. Problem djece s ovim poremećajem nije prisutan samo u tim fizičkim sferama, već i u samoj interakciji s ostalima jer je uspostavljanje kontakta za njih teško izvedivo. Loša interakcija ne smije biti zanemarena jer ukoliko dijete s poremećajem ne uspostavi kontakt to može imati jako loše posljedice na njegovu budućnost. Primjeri loših posljedica mogu biti: zlouporaba droge, loš akademski uspjeh i delikvencija.

Različite metode su iskušane kako bi se poboljšala izvedba djece s poremećajem pažnje i hiperaktivnosti unutar sportskih krugova. Prvi način koji ističu O'Connor, Fabiano, Waschbusch, Belin, Gnagy, Pelham i Roemmich (2014) se nije u potpunosti pokazao djelotvoran, a to je korištenje lijekova. Pomoću tih lijekova djeca su trebala imati bolju izvedbu, ali iako su pokazivali određeni napredak u fizičkom aspektu izvedbe, psihološke smetnje i dekoncentracija su bili i dalje prisutni kod djece te se ova metoda nastoji što manje koristiti i ona biva zamijenjena alternativnim metodama. Druga metoda, proizašla iz rada Lufi i Parish-Plass (2011), koja je proizašla iz teorije optimalne stimulacije koja govori kako djeca s povećanom hiperaktivnošću nemaju dovoljno stimulacije u svojoj okolini te je nastoje sami pronaći kako bi se osjećali ugodnije, a postavio ju je Zentall 1975. godine. Unutar ove metode se koristi fizička aktivnost i različiti sportovi kako bi djeca pronašla stimulaciju koja im je potrebna iz okoline i kako bi se naučili na kojim mjestima mogu prilagođeno izbacivati vlastiti višak energije. Treća metoda koja je proizvela najbolje rezultate prema O'Connor, Fabiano, Waschbusch, Belin, Gnagy, Pelham i Roemmich (2014) je bihevioralna terapija. Pozitivni učinci bihevioralne terapije su uočeni u segmentima kao što su: pozitivan sportski duh, poboljšanje specifičnih sportskih vještina, pozornost na određene situacije unutar aktivnosti i bolja motorička izvedba.

Najpoznatiji i najuspješniji primjer gdje se koristi bihevioralna terapija za djecu s poremećajem pažnje i hiperaktivnosti se nalazi u radu O'Connor, Fabiano, Waschbusch, Belin, Gnagy, Pelham i Roemmich (2014), a zove se Ljetni Program Liječenja koji je započet u Sjedinjenim Američkim Državama. Ljetni Program Liječenja je u svom radu fokusiran na ponašanje djece koja ga pohađaju i to izvode pomoću bihevioralne terapije koja odrađuje rekreacijskim aktivnostima u području koje je organizirano kao kamp. Djeca nisu smještena povremeno u tom

programu i nije slučaj da konstantno dolaze i odlaze, već su djeca smještena u tom kampu tijekom duljeg vremena u ljetnom razdoblju što im ne razbija konstantu tijekom njihove terapije. Tijekom mnogo godina, Ljetni Program Liječenja se iskazao kao uspješno rješenje za djecu koja posjeduju poremećaj pažnje i hiperaktivnosti jer su nakon njega imali bolji akademski uspjeh i bolje ponašanje općenito. Roditelji i odgajatelji djece koja pohađaju ili su pohađala taj kamp ukazuju na uspješno prosocijalno ponašanje svog djeteta i na uspješnije sportske vještine nakon njegovog povratka.

Program je organiziran tako da djeca sudjeluju u aktivnostima koje traju devet sati u jednom danu u približno osam tjedana te su raspoređeni u grupe (s obzirom na mogućnosti) koje se sastoje od dvanaestogodišnjaka do petnaestogodišnjaka i svaka grupa ima četiri ili pet savjetnika koji provode aktivnosti. Grupe se međusobno rotiraju u akademskim aktivnostima, rekreacijskim aktivnostima, za vrijeme ručka, za vrijeme odmora i u plivačkim aktivnostima. Sport je unutar ovog programa iznimno zastupljen jer se vjeruje u sportski doprinos za djecu koja posjeduju poremećaj pažnje i hiperaktivnosti. Točnije, jedan sat svaki dan se izvode vježbe vještina unutar kojih djeca poboljšavaju svoje motoričke kretnje i navikavaju se na pokrete. Dodatna dva sata su za sportove prilagođene dobi kao što su nogomet, graničar i košarka. Djeca se rotiraju u različitim sportovima tijekom dana kako bi iskusili što više različitih iskustava i proširili znanje o što više sportova. Osoblje koje sudjeluje u ovom programu implementira osnovno kontroliranje emocija kod djece tijekom cijelog dana, to postižu uključujući pozitivne i negativne povratne informacije za dobro i loše ponašanje. Djecu se izdvaja na „hlađenje“ samo u slučajevima kada su iskazali jako loše ponašanje kao što je agresija. Pri samom dolasku, djeca se upućuju u način funkcioniranja programa i dobiju pravila ponašanja.

Bihevioristički pristup je u ovom programu vidljiv u načinu funkcioniranja gdje se djecu nagrađuje i potiče se njihovo dobro ponašanje. Djeca tako mogu za vrijeme ručka birati nagradu jer su imali kvalitetno ponašanje tijekom jutra, a navečer biraju nagradu jer su imali kvalitetno ponašanje tijekom popodneva. Ovakav način funkcioniranja i pristupa se iskazao kao jako kvalitetan jer su djeca na lagan način uspjela procesuirati koje je prihvatljivo, a koje je neprihvatljivo ponašanje. Osim u samim interakcijama takvo ponašanje djeca počinju koristiti i u samom sportu te se smanjuju agresivni ispadi i impulzivne reakcije.

Gledajući sam program mogu se izvući određeni zaključci o utjecaju na. Najprije se može istaknuti kako je kombinacija biheviorističke terapije i sporta pokazala dobre rezultate kod djece. Naime, djeca su pokazala napredak u kontroliranju svojih emocija i koncentracije s obzirom na sami početak programa. Osim napretka u samokontroli, uočljiv je i napredak u

određenim fizičkim izvedbama. U usporedbi sa samim početkom programa djeca su pokazala napredak u poznavanju pravila za svaki sport u kojem su sudjelovali i unaprijedili su samu reakciju razmišljanja tijekom same izvedbe u nogometu, motoričkoj funkciji, zaustavljanju lopte nogom, smanjenje igranja rukom u nogometu i hvatanje lopte. Roditelji su također iskazali zadovoljstvo nakon povratka njihove djece iz programa jer su djeca pokazala veliki napredak u stvaranju sportskog duha i samokontrole. Kada se svi rezultati uzmu u obzir, može se zaključiti kako je sport iznimno koristan za ovu djecu zbog njihovog velikog rizika loše fizičke kondicije i zbog određenih nedostataka u uspostavi kontakta s vršnjacima. Ovaj program je odličan primjer kako sportske aktivnosti imaju velik utjecaj na djecu i njihovo psihičko zdravlje. Brojna istraživanja su dokazala kako sport ima pozitivan utjecaj na djetetovo raspoloženje i umanjuje simptome depresije i anksioznosti.

Lufi i Parish-Plass (2011) ističu istraživanje Seefeldta (1986) koji tvrdi kako sport i fizička aktivnost postaju sve popularniji među stručnjacima za psihičko zdravlje i oni ove metode koriste kao dodatak već postojećim metodama. Neki stručnjaci čak šalju svoje klijente trenerima, fizioterapeutima, profesorima tjelesnog i zdravstvenog odgoja i terapeutima za kretanje što im je ujedno i glavna terapija za njihov psihički problem. Razlog što ovaj način postaje sve popularniji u rješavanju psihičkih problema je u poveznici sporta i psihičkih poteškoća. Lufi i Parish-Plass (2011) ističu kako je sport povezan s umanjenom anksioznošću kod djece jer ih izlaže okolini i djeca se polako privikavaju na kontakte s drugim ljudima. Samo vježbanje također utječe na smanjenje depresije kod djece s ovim poremećajem jer ih zabava koja dolazi sa sportom obuzme i prepuste se samoj igri. Također je korisno napomenuti kako sport ima određeni utjecaj na emocije djeteta bez obzira na rodnu pripadnost. Radi ovoga je već spomenuti program uspješno odrađivao socijalizaciju sve djece i nije ih odvajao na osnovi roda i dobi. Brojna istraživanja su provedena i u mnogima je dokazana poveznica sporta i kognitivnih sposobnosti djeteta.

Lufi i Parish-Plass (2011) ovdje ističu pojedine autore. Fishburn (1994) je u svom istraživanju dokazao kako sport ima pozitivan utjecaj na sam akademski uspjeh djeteta, Donaldson i Ronan (2006) su uspješno povezali sport i poboljšanje djetetovog samopoimanja, Meyer i Broocks (2000) su povezali sport s većim otporom djeteta u budućnosti na stvaranje ovisnosti o alkoholu i drogama i još se mogu istaknuti Reynolds i Nicholson (2007) koji su pronašli poveznicu u fizičkim aktivnostima i djeci koja su imala određenih problema s čitanjem jer su ta djeca uspjela smiriti svoju pozornost te su poboljšanjem motorike poboljšali i fluentnost u govoru i čitanju.

Ovo nisu sva istraživanja i o konačnom broju se može napisati poseban rad, ali ovdje su izdvojeni određeni radovi koji imaju poveznice s djecom koja posjeduju poremećaj pažnje i hiperaktivnosti s obzirom na njihovu simptomatiku koja se može pojaviti. Najčešći psihički problem koji se razvije kod njih je anksioznost na koju sport može uvelike utjecati u pozitivnom smislu. Glavni problem anksioznosti je stalan strah od situacija koje izgledaju kao prijetnja samom djetetu i od osoba koje izgledaju kao prijetnja u bilo kakvom smislu. Najčešće djeca stvore anksioznost radi prijašnjih loših iskustava i zato sport treba prikazati djeci u samom početku kao mjesto gdje se mogu izražavati otvoreno bez straha (primjereno) i unatoč opasnostima od ozljede, boli ili neuspjeha uvijek djecu treba gurati prema naprijed i učiti ih ne odustajati. Anksioznost je specifična jer osim na samu domenu u kojoj nastane, prema autorima Lufi i Parish-Plass (2011), može utjecati i na druge kao što su akademski uspjeh te socijalno i osobno funkcioniranje samog djeteta. Djeca moraju uvijek imati motivacije od strane svojih roditelja, trenera ili nastavnika kako bi se što uspješnije i sa što više samopouzdanja uključili u sport.

Primjer, iz rada Kuzmanić, Paušić i Grčić (2014), gdje unatoč ovoj teškoći se mogu postići veliki rezultati je plivač Michael Phelps. U njegovim školskim danima on je bio izrazito nemirno dijete jer se neprimjereno ponašao, nije mogao sjediti mirno te se nije mogao koncentrirati na nastavi. Tek u devetoj godini života mu je dijagnosticiran ovaj poremećaj. Dvije godine je uzimao lijekove, a u jedanaestoj godini se počeo baviti plivanjem i nakon toga mu lijekovi više nisu bili potrebni (što je dobra stvar jer lijekovi za ovaj poremećaj spadaju pod stimulanse koji su zabranjeni na sportskim natjecanjima). Njegova koncentracija na treningu mu je pomogla koncentrirati se i na druge aktivnosti koje je odrađivao u životu te se njegov školski uspjeh poboljšao. Bitno je istaknuti također kako je on osvajač brojnih olimpijskih medalja i pravi je primjer kako granice postavljaju drugi ljudi i nikad se ne smije sumnjati u vlastite sposobnosti. Inkluzijom djeteta u sportske aktivnosti će samom djetetu biti korisno jer će naučiti nove vještine, steći nove prijatelje i stvoriti pozitivniju sliku o samom sebi.

### 3.2.2. Djeca s intelektualnim teškoćama

Darcy i Dowse (2013) ističu kako je sam pojam intelektualne teškoće daleko od fiksne definicije jer se unutar ove teškoće mogu pronaći brojni simptomi i različiti slučajevi djece koja imaju intelektualnu teškoću. Nekoć se u prošlosti ovaj pojam opisivao kao „glupost“ dok se u modernom vremenu on povezuje s manjkom sposobnosti, socijalnom maladaptacijom i

iracionalnošću. Radi toga je intelektualna teškoća ostala fiksirana u društvu kao teškoća kod koje djeca imaju umanjen potencijal za samostalnošću, neovisnošću, vladanjem situacijom, a sa svime tim i nemogućnošću sudjelovanja u određenom sportu.

Tarabić i Tomac (2014) tvrde kako postoje brojni razlozi radi kojih intelektualna teškoća može nastati kao što su genetski problemi (Downov sindrom), problem pri trudnoći (ovisnost majke o drogama ili alkoholu), problemi pri porođaju (manjak kisika u mozgu), zarazna bolest (meningitis, ospice) i manjak prehrane (čest razlog u zemljama trećeg svijeta). Osim što intelektualna teškoća može nastati sama od brojnih razloga, ona se može pojaviti i kao sudijagnoza uz autizam.

Intelektualne teškoće se u sportskom smislu tretiraju s obzirom na razlog nastanka ili sudijagnozu i radi toga postoje brojne terapije s obzirom na teškoću. Čulić i Čulić (2009) tvrde kako djeca s Downovim sindromom imaju umanjenu fizičku motoriku, dok se njihovi psihički procesi mogu puno bolje odvijati nego kod djeteta s autizmom i zato su potrebne specifične terapije za svako dijete. Dijete čija intelektualna teškoća potječe od jednih od prije navedenih razloga može vrlo brzo pohvatati sportske aktivnosti i pravila igre jer se njihov kvocijent inteligencije nalazi na području gdje je shvaćanje pravila moguće i sve aktivnosti se mogu lako naučiti ukoliko je i pristup toj djeci pravilan od samog početka.

Blažević, Škrinjar, Cvetko i Ružić (2006) tvrde kako je najzahtjevniji rad s djecom koja uz intelektualnu teškoću imaju dijagnosticiran i autizam i za njih je potreban vrlo oprezan i specifičan pristup ako ih se želi uključiti u terapiju koja unutar sporta omogućava bolji razvoj. Djeci s autizmom, prema navedenim autorima, treba pristupiti na individualan način kako bi nam u samom početku dopustili provesti određena testiranja kako bi znali u budućnosti jesu li postigli određeni napredak. Zato dijete treba dobro upoznati kako bismo pridobili njegovo povjerenje i pokazali mu kako mu želimo pomoći, a ne oduzeti mu njegovu ugodnu zonu. Autizam i intelektualna teškoća u kombinaciji otežavaju komunikaciju djeteta i njegov odnos s okolinom i zato je potrebno pronaći način kako pristupiti djetetu. Možda je to moguće uz određenu zajedničku aktivnost s djetetom ili pravilan način komunikacije koji baš tom djetetu specifično odgovara. Tjelesna aktivnost može u velikoj mjeri pomoći djeci s autizmom na bolje usmjeravanje pažnje prema okolini i izlazak iz vlastitih misli koje su „zatvorene“ i uvijek okrenute prema samom sebi. Kod osoba s autizmom tjelovježba može poboljšati razinu prilagodbe, reducirati nemirna stanja, reducirati pomanjkanje pozornosti (out-of-seat ponašanje) i može im se poboljšati edukacijski plan. Terapija koja se u sportskom smislu najviše koristi kod djece s intelektualno teškoćom i autizmom je kineziterapija koja se pokazala kao

najbolji način osiguravanja dobrog razvoja kod djece s teškoćama. Kineziterapija koristi intenzivne tjelesne aktivnosti koja utječu na djecu tako što im u mladosti smanjuju hiperaktivnost, dok im se u kasnijem razdoblju života umanjuje agresija i destruktivno ponašanje.

Blažević, Škrinjar, Cvetko i Ružić (2006) ističu također kako osim na psihički dio, kineziterapija utječe i na bolji fizički razvoj djeteta. Poznato je takozvano stereotipno ponašanje kod djeteta s autizmom radi kojeg se njegov način izvedbe uvijek ponavlja na jednak način radi toga što je dijete pronašlo ugodnu zonu i ne želi izaći iz nje. Ovakvo ponašanje zna biti jako štetno pogotovo za tijelo jer i samo držanje tijela pripada stereotipnom ponašanju. Djeca tako znaju stajati iskrivljeno što im može loše utjecati na koštano-mišićni sustav. Tako se kod djeteta može pojaviti kifoza, skolioza ili spuštena stopala i svi se ovi problemi mogu ublažiti pomoću tjelesne aktivnosti.

Program izvedbe terapije za djecu, prema Blažević, Škrinjar, Cvetko i Ružić (2006), koja uz intelektualnu teškoću imaju dijagnosticiran i autizam je najbolje izvoditi u odvojenim prostorima gdje se samo nalaze djeca kojima je potrebna terapija. Djeca osim što sama mogu sa svojim odgajateljem izvoditi vježbe, mogu biti i uparena s drugom djecom što čini samu terapijom zanimljivijom. Potrebno je samo upariti djecu gdje jedno dijete već poznaje izvoditi aktivnost kako bi drugo dijete od njega moglo lakše uočavati vježbu i tako bi se prakticiralo gledanje i praćenje okoline djeteta. Jedno dijete tako služi kao demonstrator drugom djetetu i njegovo kretanje i aktivnost motiviraju drugo dijete na sudjelovanje u vježbama. Nakon nekog vremena u tom prostoru se mogu uključiti grupe gdje bi dijete moglo još bolje pratiti okolinu i bilo bi uključeno u aktivnost sa što više druge djece koja posjeduju jednaku teškoću. Time bi se razvilo kod djece uvažavanje i prihvaćanje različitih ponašanja. Novi vizualni, slušni i osjetilni podražaji na samom početku mogu predstavljati velik problem za ovu djecu jer su oni naviknuti na podražaje koji njima odgovaraju i na koje su naučeni. Sve nove situacije bez obzira koliko zahtjevne mogu za njih stvarati velike probleme i zato je potrebno s velikim oprezom i bez žurbe dijete s ovom teškoćom uvesti u novo okruženje. Poteškoće na samom početku terapije se mogu pokazati na različite načine kao što su preosjetljivost na podražaj, nedostaci u govoru, izbjegavanje promjena u stereotipnom ponašanju i problem prelaska s jednog zadatka na drugi zadatak. Primjer podražaja koji mogu smetati ovoj djeci su pljeskanje odgajatelja i druge djece u njihovoj okolini, zvuk zviždaljke, svjetlost prostorije ili sam dodir s napravama koji može biti od materijala koji im je do tad nepoznat i zato ga znaju izbjegavati. Ovi podražaji ih mogu navesti i na loš odnos s drugom djecom koja se nalaze na terapiji s njima. Tako se



može izbjegavati pogled u oči s drugom djecom, sudjelovanje u vježbama s drugima i nespremno prihvaćanje svakog tipa susreta s drugima. U takvim situacijama na površinu navire stereotipno ponašanje djeteta gdje se on postavlja u ugodnu zonu gdje se osjeća sigurno. Kad se stereotipno ponašanje započne umanjivati tada možemo znati da je dijete sve spremnije prelaziti na nove zadatke i nove vježbe. Osim prelaska na nove vježbe, možemo započeti i spajanje s drugom djecom s kojom se prije nisu susretala. Djeca koja posjeduju intelektualnu teškoću imaju jednaku potrebu za tjelovježbom kao i sva ostala djeca. Sport utječe pozitivno na njih jer ih razvija i terapijski utječe na različite aspekte njihovog života. Socijalizacija je područje gdje su najviše pogođeni i na tom mjestu im sport može donijeti najveće životne promjene.

### 3.3. Sportske aktivnosti za djecu s teškoćama u razvoju

Istraživanje za istaknuti unutar ove tematike je istraživanje Hayakawe i Kobayashi (2011) koji su korištenjem raznih naprava točno fokusirali područje djeteta s teškoćom na koje žele utjecati. Temeljno istraživanje ovog rada je poboljšanje funkcioniranja mišićnih skupina djece koja posjeduju određenu teškoću i poboljšanja njihove sposobnosti održanja uspravnog hoda. U ovom istraživanju su sudjelovala dvadeset i tri srednjoškolska učenika kojima je bila potrebna dodatna pomoć u smislu pridržavanja tijekom samog hodanja. Tijekom istraživanja su korištene razne naprave i svaka od njih ima određenu svrhu. Osim što su sprave korištene za unaprjeđenje djetetovog zdravlja, ovim istraživanjem se također htjelo prikazati kako djeca s teškoćama prihvaćaju aktivnosti koje se stavljaju pred njih i kako je moguće s njima odrađivati terapiju koja ih unaprjeđuje bez obzira bio to najmoderniji način pomoću određenih sprava ili tradicionalniji način gdje djeca sama svojim kretanjem omogućavaju uspješan rast i razvoj. Neke od sprava koje su korištene u ovom istraživanju su bicikl za vježbanje, sprava za istezanje leđa i sprava za istostrano pokretanje ruku i nogu. Svaka od ovih sprava ima utjecaj na drukčiji dio tijela i s obzirom kako svaka teškoća utječe na drukčiji dio tijela, tako je korisno unutar terapije imati pri ruci i razne sprave koje pomažu svaka na svoj način. Korisna stvar kod ovih sprava za vježbanje je također pozicioniranje koje je kod svake drukčije. Tako se osjetila mogu na različite načine stimulirati, a Hayakawa i Kobayashi (2011) ističu istraživanje prema Dunna (1997) koji tvrdi kako je takva stimulacija osjetila potrebna jer bolje unaprjeđuje fizičko i psihičko stanje kod djece, pogotovo kod djece s individualnom teškoćom kod kojih različite stimulacije osjetila (pogotovo one nove za njih) mogu uzrokovati neugodu pa čak i napadaje.

Voditelji unutar ovog istraživanja su usporedili mogućnosti djece koja su sudjelovala u istraživanju i pokazalo se kako je ova terapija bila izuzetno uspješna za njih jer se njihova motorička sposobnost znatno unaprijedila. Osim što su uočili napredak kod motorike i izvedbe djece u fizičkom smislu, uočljiv je i napredak u psihološkom smislu tako što djeca koja prije nisu znala ni pozdravljati su započela izražavati svoje misli i pitanja tijekom same terapije.

Korištenje naprava ne utječe samo na različite mišićne skupine, već i na živčani sustav koji je blisko povezan s mentalnim stanjem djeteta. Hayakawa i Kobayashi (2011) ističu istraživanje Morite i Nanakidi (2004) koji smatraju da je potreban dobro organiziran terapijski program koji bi zajednica morala smisliti kako bi djeca s teškoćama pridobila kvalitetan i svestran razvoj koji će ih potaknuti fizički i psihički. Ovdje se može istaknuti rad autora Kuzmanić, Paušić i Grčić (2014) koji ističu istraživanje Pontifexa (2003) koji je proveo istraživanje u kojem je pokazao kako djeca s poremećajem hiperaktivnosti nakon vježbanja na pokretnoj traci mogu bolje ostati usredotočeni i regulirati rastresenost. Ovo je još jedan primjer gdje fizička aktivnost unutar koje je potrebno koristiti više energije bolje održava pažnju i uspjeh kod samog djeteta.

## 4. Zaključak

Općeniti zaključak je taj kako djeca s teškoćama posjeduju iznimno manje sposobnosti, a i same mogućnosti u izvođenju tjelesnih aktivnosti. Iako kurikulum u svom sadržaju sadrži određene aktivnosti za ovu djecu, unutarnja motivacija te djece nije uvijek na dovoljnoj razini za izvođenje tih aktivnosti. Radi toga društvo mora poticati djecu na što bolji način kako bi oni osjećali prihvaćenost i dali im do znanja da rad koji se odvija s njima nije prisilan, već kako njihova okolina predstavlja aktivnosti za što bolji razvoj. Pred djecom koja posjeduju teškoće u razvoju se ne smije stavljati zahtjevne izazove, već se njima mora pružiti podrška, razumijevanje i strpljenje kako bi dijete funkcioniralo u svim izazovima s kojim se susreće u životu. Fizičke aktivnosti i razni sportovi su izuzetno potrebni kako bi se promovirao zdrav život za svu djecu, a posebno za djecu koja posjeduju teškoće u razvoju. Promoviranje sporta bi potaknulo što više djece na sudjelovanje, a time bi se poticao i zdrav život koji bi svakom djetetu omogućio siguran rast i razvoj. Stvaranje okoline koja djeci pruža podršku i koja im omogućava što bolje uvjete za izvođenje raznih aktivnosti je izuzetno potrebno kako bi se smanjilo maladaptivno ponašanje i poticali prosocijalni odnosi. Društvo ne može živjeti samo na teorijskom dijelu, već se ljude (pogotovo djecu) treba stavljati u razne situacije gdje samom socijalizacijom mogu isprobavati svoje sposobnosti i učiti se kako biti što bolja podrška drugim osobama, a i samima sebi.

## 5. Literatura

- Bach, H., i Muhamedagić, S. (2005). *Osnove posebne pedagogije*. Educa.
- Bastjančić, I., Lorger, M., i Topčić, P. (2011). Motoričke igre djece predškolske dobi. U V. Findak (Ur.) *Zbornik radova*, 20, 406-411.
- Blažević, I., i Lukšić, E. (2007). Primjena atletskih sadržaja u radu s djecom predškolske dobi. U: V. Findak (ur.), 16, 19-23.
- Blažević, K., Škrinjar, J., Cvetko, J., i Ružić, L. (2006). Posebnosti odabira tjelesne aktivnosti i posebnosti prehrane kod djece s autizmom. *Hrvatski športskomedicinski vjesnik*, 21(2), 70-82.
- Cvetko, J., Gudelj, M. T., i Hrgovan, L. (2000). Inkluzija. *Diskrepancija: studentski časopis za društveno-humanističke teme*, 1(1), 24-28.
- Čulić, V., i Čulić, S. (2009). Sindrom Down. *Split: Naklada Bošković: Udruga za sindrom Down-21*.
- Darcy, S., i Dowse, L. (2013). In search of a level playing field—the constraints and benefits of sport participation for people with intellectual disability. *Disability i Society*, 28(3), 393-407.
- Dykens, E. M., Rosner, B. A., i Butterbaugh, G. (1998). Exercise and sports in children and adolescents with developmental disabilities: positive physical and psychosocial effects. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 7(4), 757-771.
- Đonlić, V., Marušić-Štimac, O., i Smojver-Ažić, S. (2005). Odgojni aspekti sporta-slika o sebi i problemna ponašanja obzirom na uključenost i uspješnost djece u sportskim aktivnostima. *Zbornik radova VI. konferencije o športu Alpe-Jadran, Opatija (str. 197-204)*.
- Džibrić, D., Pojskić, H., Ferhatbegović, A., Ganić, E., Hasanbegović, S., i Terzić, A. (2011). Efekti nastave tjelesne i zdravstvene kulture na bazično-motoričke sposobnosti učenica. *Zbornik radova 20. ljetne škole: Dijagnostika u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije*, 239, 246.
- Golubović, Š., Maksimović, J., Golubović, B., i Glumbić, N. (2012). Effects of exercise on physical fitness in children with intellectual disability. *Research in developmental disabilities*, 33(2), 608-614.
- Hardman, K. (2008). Tjelesni odgoj u školama: globalni pregled stanja. *Kinesiology*, 40(1.), 5-28.
- Hassan, D., Dowling, S., McConkey, R., i Menke, S. (2012). The inclusion of people with intellectual disabilities in team sports: Lessons from the Youth Unified Sports programme of Special Olympics. *Sport in Society*, 15(9), 1275-1290.
- Hayakawa, K., i Kobayashi, K. (2011). Physical and motor skill training for children with intellectual disabilities. *Perceptual and Motor Skills*, 112(2), 573-580.
- Hraski, Ž., Živčić, K., i Žuljević, N. (2002). Utjecaj programiranih tjelesnih aktivnosti na rast i razvoj djece predškolske dobi. *Zbornik radova 11. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske*, 242-245.
- Itković, Z., i Boras, S. (2003). Terapijsko jahanje i rehabilitacijske znanosti. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 39(1), 73-82.

- Kiluk, B. D., Weden, S., i Culotta, V. P. (2009). Sport participation and anxiety in children with ADHD. *Journal of Attention Disorders*, 12(6), 499-506.
- Krampač Grljušić, A., i Marinić, I. (2007). Posebno dijete: priručnik za učitelje u radu s djecom s posebnim obrazovnim potrebama. Osijek: Sveučilište u Osijeku.
- Krog, D. (2010). Pozitivni učinci tjelesnih aktivnosti. *Djeca u Europi: zajednička publikacija mreže europskih časopisa*, 2(4), 4-5.
- Kuzmanić, B., Paušić, J., i Grčić, V. (2014). Efekti tjelesne aktivnosti u djece s ADHD poremećajem. *U Findak, V.(Ur.), Zbornik radova*, 23, 122-127.
- Krželj, V. (2009). Dijete i sport. *Klinika za dječje bolesti Kliničkog bolničkog centra Split, Medicinski fakultet Sveučilišta u Splitu*.
- Lufi, D., i Parish-Plass, J. (2011). Sport-based group therapy program for boys with ADHD or with other behavioral disorders. *Child i Family Behavior Therapy*, 33(3), 217-230.
- Lujčić, M. (2021). „Sport za razvoj i mir” – pokret za promicanje fizičke aktivnosti, tolerancije i inkluzije. *Krugovi djetinjstva - časopis za multidisciplinarna istraživanja djetinjstva*, 9(1), 21-34.
- McConkey, R., Dowling, S., Hassan, D., i Menke, S. (2013). Promoting social inclusion through unified sports for youth with intellectual disabilities: a five-nation study. *Journal of intellectual disability research*, 57(10), 923-935.
- O'Connor, B. C., Fabiano, G. A., Waschbusch, D. A., Belin, P. J., Gnagy, E. M., Pelham, W. E., ... i Roemmich, J. N. (2014). Effects of a summer treatment program on functional sports outcomes in young children with ADHD. *Journal of abnormal child psychology*, 42(6), 1005-1017.
- Paušić, J., Čorak, A., i Galić, B. (2013). Individualno vježbanje djeteta s poteškoćama u razvoju. *Zbornik radova*, 22, 507-512.
- Petrinović, L. (2014). Sport osoba s invaliditetom. *U*, 23, 47-56.
- Narodne novine (2013). *Pravilnik o osnovnoškolskom i srednjoškolskom odgoju i obrazovanju učenika s teškoćama*. Zagreb: Narodne novine.
- Prpić, I. G. O. R., i Vlašić-Cicvarić, I. N. G. E. (2013). Poremećaj pažnje s hiperaktivnošću (adhd) i pridruženi neurorazvojni poremećaji. *Paediatr Croat*, 57(1), 118-124.
- Prskalo, I., Babin, J., i Bilić-Prčić, A. (2014). Kineziološke aktivnosti i sadržaji za djecu, učenike i mladež s teškoćama u razvoju i ponašanju. *U: Zbornik radova*, 23.
- Tarabić, B. N., i Tomac, P. (2014). Intelektualne teškoće-dijagnostika i klasifikacija. *Gyrus*, 3, 130-133.

## Sažetak

Uključivanje djece s teškoćama u sportske aktivnosti je zahtjevan proces radi širokih mogućnosti teškoća koje postoje. Sport iz odgojno-obrazovne perspektive je izuzetno bitan faktor radi svojih brojnih mogućnosti koje se mogu iskoristiti unutar ove sfere. Sam utjecaj sporta je uočljiv i ukoliko se sportske aktivnosti koriste na pravi način, tada će i uključivanje djece koja posjeduju određenu teškoću biti jednostavan proces. Inkluzivna pedagogija je široko područje i sport je samo jedan od načina kako se djecu koja posjeduju određenu teškoću može integrirati u okolno društvo. Teškoće u razvoju su brojne i ne može se sa svakim djetetom postupati na jednak način i radi toga je planiranje i traženje najboljih mogućnosti koja odgovaraju djeci bitan postupak kako bi se oni osjećali neugroženo i vjerovali svojim voditeljima u sportskim postupcima. Metode rada s djecom koja posjeduju određenu teškoću su brojne i postaju sve modernije, jednako kako postaje modernije i shvaćanje o potrebama koje ta djeca posjeduju. Podrška roditelja, trenera i vršnjaka je bitna sastavnica za korištenje sporta u terapijske i odgojne svrhe jer dijete ukoliko ne prihvati svoju okolinu neće moći pridobiti potpuni pozitivni utjecaj koji sport pruža.

**Ključne riječi:** Djeca, inkluzija, sportske aktivnosti, Poremećaj pažnje i hiperaktivnosti, intelektualne teškoće

## Abstract

Involving children with disabilities in sports activities is a demanding process because of the wide range of difficulties that exist. Sport from an educational perspective is an extremely important factor because of its many opportunities that can be used within this sphere. The impact of sports is noticeable and if sports activities are used in the right way, then the inclusion process of children who have a certain difficulty will be simple. Inclusive pedagogy is a wide area and sport is just one of the ways how children, who possess a particular difficulty, can be integrated into society. Developmental difficulties are numerous and not every child can be treated the same and therefore planning and seeking the best options that suit children is an essential process to make them feel safe and trust their leaders in sports proceedings. Methods of working with children who possess a particular difficulty are numerous and becoming more modern, as is the understanding of the needs that these children possess. The support of parents, coaches and peers is an important component for the use of sports for therapeutic and

educational purposes because if the child does not accept his environment, he will not be able to gain the full positive impact that sport provides.

**Keywords:** Children, inclusion, sports activities, Attention Deficit Hyperactivity Disorder, Intellectual Disabilities

SVEUČILIŠTE U  
SPLITU FILOZOFSKI  
FAKULTET

IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

kojom ja Ivan Bašić, kao pristupnik/pristupnica za stjecanje zvanja sveučilišnog/e prvostupnika/ce pedagogije i engleskog jezika i književnosti, izjavljujem daje ovaj završni rad rezultat isključivo mojega vlastitoga rada, da se temelji na mojim istraživanjima i oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio završnog rada nije napisan na nedopušten način, odnosno da nije prepisan iz necitiranoga rada, pa tako ne krši ničija autorska prava. Također izjavljujem da nijedan dio ovoga završnog rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Split, 22. rujna 2021.

Potpis





**OBRAZAC I.P.****IZJAVA O POHRANI ZAVRŠNOG / DIPLOMSKOG RADA U DIGITALNI  
REPOZITORIJ FILOZOFSKOG FAKULTETA U SPLITU**

STUDENT/ICA	Ivan Bašić
NASLOV RADA	Uključivanje djece s teškoćama u sportske aktivnosti
VRSTA RADA	teorijski
ZNANSTVENO PODRUČJE	Društvene znanosti
ZNANSTVENO POLJE	pedagogija
MENTOR/ICA (ime, prezime, zvanje)	prof. dr. sc. Ivana Batarelo Kokić
KOMENTOR/ICA (ime, prezime, zvanje)	
ČLANOVI POVJERENSTVA (ime, prezime, zvanje)	1. Doc. dr. sc. Ines Blažević 2. Prof. dr. sc. Ivana Batarelo Kokić 3. Doc. dr. sc. Anita Mandarić Vukušić

Ovom izjavom potvrđujem da sam autor/ica predanog završnog diplomskog rada (zaokružiti odgovarajuće) i da sadržaj njegove elektroničke inačice u potpunosti odgovara sadržaju obranjenog i nakon obrane uređenog rada. Slažem se da taj rad, koji će biti trajno pohranjen u Digitalnom repozitoriju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Splitu i javno dostupnom repozitoriju Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu (u skladu s odredbama *Zakona o znanstvenoj djelatnosti i visokom obrazovanju*, NN br. 123/03, 198/03, 105/04, 174/04, 02/07, 45/09, 63/11, 94/13, 139/13, 101/14, 60/15, 131/17), bude (zaokružiti odgovarajuće):

a.) u otvorenom pristupu

b.) rad dostupan studentima i djelatnicima Filozofskog fakulteta u Splitu

c.) rad dostupan široj javnosti, ali nakon proteka 6/12/24 mjeseci (zaokružiti odgovarajući broj mjeseci)

U slučaju potrebe dodatnog ograničavanja pristupa Vašem ocjenskom radu, podnosi se obrazloženi zahtjev nadležnom tijelu u ustanovi.