



social INclusion of people with  
Intellectual DisabilitiEs through sport

# **CAPACITY-BUILDING COURSE ZA STRUČNJAKE U RADU S OSOBAMA S INTELEKTUALNIM TEŠKOĆAMA (IO3)**

DEVELOPMENT OF  
THE CAPACITY-BUILDING TRAINING COURSE (A2)



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**INside-sociaL INcluSion of people with Intellectual  
DisabilitiEs through sports**  
Num. 622450Epp-2020-1-el-spo



this document is licensed under the creative commons license Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0)

# INSIDE

CAPACITY BUILDING COURSE  
ZA STRUČNJAKE U RADU S OSOBAMA  
S INTELEKTUALNIM TEŠKOĆAMA

---

1

## PROJEKT INSIDE

Uvod

2

## MODUL 1

Referentni dokumenti

20

## MODUL 2

Uloga osoba s intelektualnim  
teskoćama u razvoju u sportu – od  
recipijenta do protagonista

40

## MODUL 3

Inkluzivna uloga sporta i igara kao  
alata za uključivanje i osnaživanje

55

## MODUL 4

Ciljevi održivog razvoja i sport

73

## MODUL 5

Stručnjaci koji rade s osobama s  
intelektualnim teškoćama

89

## MODUL 6

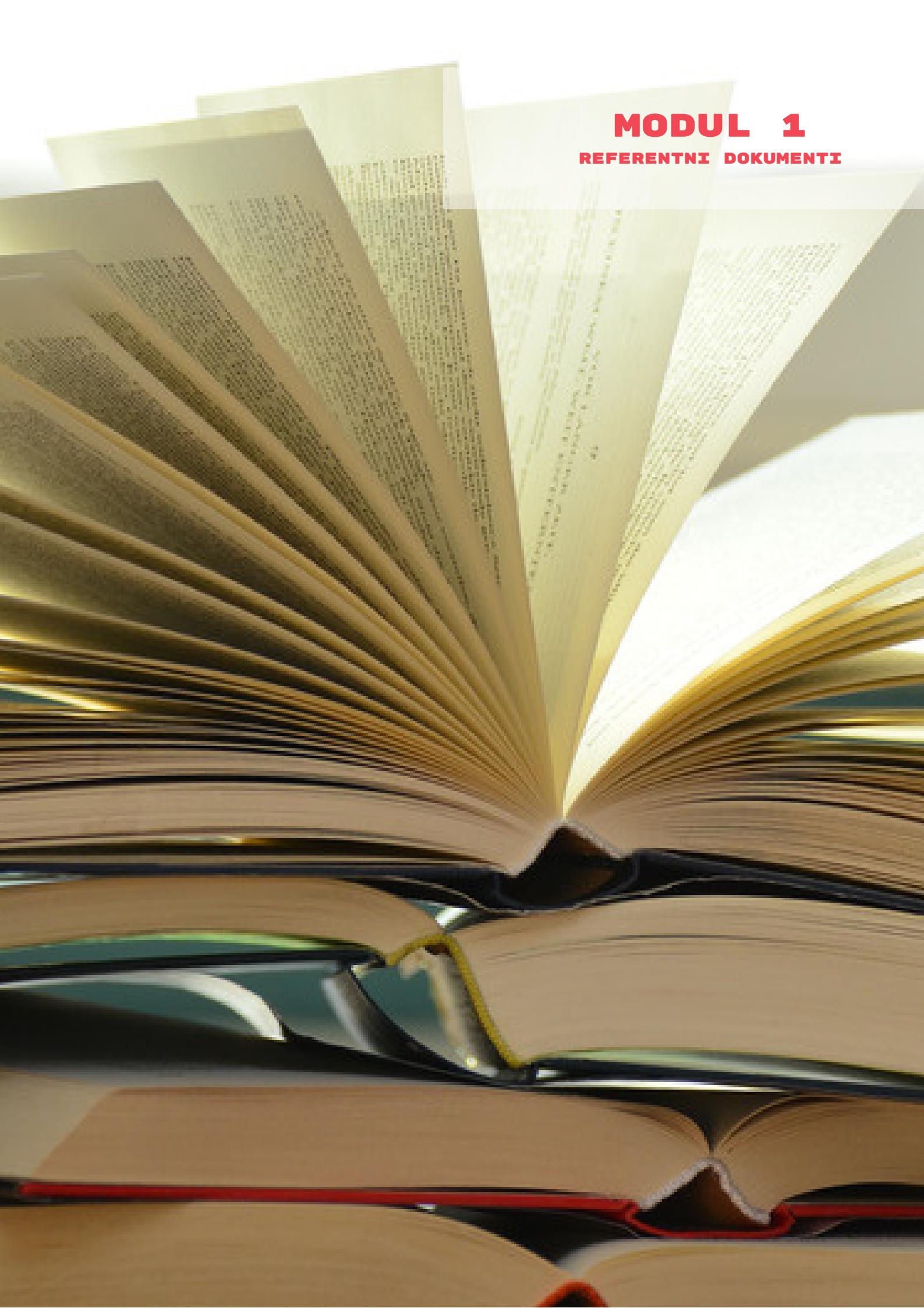
Zdravstvene i sigurnosne mjere za rad  
s osobama s intelektualnim teškoćama

Projekt INSIDE ima za cilj promicanje socijalne uključenosti i osnaživanja osoba s intelektualnim teškoćama (PWD) poboljšavajući im pristup i sudjelovanje u sportskim aktivnostima. Brojne politike EU-a (npr. Europski zakon o pristupačnosti; 2019.) usredotočene su na radnje koje treba poduzeti za promicanje jednakih mogućnosti za osobe s teškoćama u razvoju. Svjetska zdravstvena organizacija prepoznaje PWD kao izuzetno ranjivu populaciju koja je često izložena diskriminaciji i zanemarivanju, pozivajući na daljnje akcije. Kada se govori o sportskim aktivnostima, statistika pokazuje da se PWD-u ne nude iste mogućnosti kao i općoj populaciji. Zapravo im nedostaju sportske mogućnosti prilagođene njihovoj razini, potrebama i mogućnostima koje organizira specijalizirani trener. Partnerstvo visoko prepoznaće potrebu za pružanjem organiziranih prilagođenih tjelesnih aktivnosti osoba s intelektualnim teškoćama radi promicanja jednakih mogućnosti, socijalne uključenosti i osnaživanja te zdravog načina života. Stoga, partnerstvo ima za cilj stvoriti inovativnu metodologiju za sport i igre koja će služiti kao alat za stručnjake za unaprijeđenje pristupa i sudjelovanja osoba s intelektualnim teškoćama u sportskim aktivnostima. Štoviše, izrada "Easy to read" vodiča za sport i igre olakšat će osobama s intelektualnim teškoćama da povećaju svoju samostalnost pružanjem materijala koji će im omogućiti da sami pripremaju sportske aktivnosti i igre. Stručnjaci će imati priliku razviti svoje sposobnosti tijekom tečaja Capacity Building Course na temelju gore navedenih materijala. Web platforma će osigurati širenje i korištenje rezultata projekta te će imati za cilj olakšati osobama s intelektualnim teškoćama da sudjeluju u sportskim aktivnostima.

Treći intelektualni proizvod projekta je "Capacity Building Course" za stručnjake koji rade s osobama s intelektualnim poteškoćama u razvoju. Tečaj "Capacity Building Course" se temelji na materijalu i lekcijama naučenim iz Priručnika za metodologiju osnažujućeg sporta i "Easy to read" vodiča za podršku osobama s intelektualnim teškoćama u razvoju u pristupu sportskim igrama. "Capacity Building Course" je usredotočen na uključivu ulogu sporta i igara, didaktičke smjernice o tome kako koristiti sport za društveno osnaživanje te zdravstvene i sigurnosne mjere koje je potrebno uzeti u obzir. Štoviše, modul tečaja odnosi se na ciljeve održivog razvoja, objašnjavajući koncept oko Agende 2030 i kako sport može doprinijeti postizanju ciljeva održivog razvoja. Partnerstvo je prepoznalo podizanje svijesti o održivom razvoju kao važan aspekt "Capacity Building Course" za stručnjake koji rade s osobama intelektualnim teškoćama, kako bi sudionici bolje konceptualizirali kako sport može holistički doprinijeti održivoj budućnosti za sve, umjesto da se fokusira samo na one najbolje.

## **UVOD**



The background of the image is a close-up, slightly blurred view of a stack of open books. The pages are numerous, aged, and yellowed, creating a textured, layered effect. The spines of the books are visible at the bottom, showing various colors like brown, black, and red.

# **MODUL 1**

**REFERENTNI DOKUMENTI**

## UVOD U MODUL

Cilj ovog modula je pružiti stručnjacima koji rade s osobama s intelektualnim teškoćama pregled regulatornog konteksta i referentnih dokumenata (akcijski planovi, europske strategije, dokumenti itd. ) u koje je ugrađen njihov rad:

-Posledične obveze država članica (moralna i politička ograničenja koja navodite u svom dokumentu).

-Jake i slabe strane elemenata u pogledu njihove sposobnosti da promiču i podržavaju jednake mogućnosti za osobe s intelektualnim teškoćama, da favoriziraju njihovu dostupnost sportu i time olakšaju njihovu uključenost i osnaživanje.

-Konkretni učinci ovih strategija djelovanja u smislu konkretnih prijedloga za postizanje predloženih ciljeva i/ili mogućnosti/podrške za razvoj inicijativa za uključivanje i osnaživanje osoba s intelektualnim teškoćama kroz sport (ovaj dio mogu provoditi različiti partneri s konkretnim prijedlozima i mogućnostima koji se ostvaruju u njihovim zemljama).

Modul će pomoći edukatorima da imaju jasniju ideju okvira kako bi bili svjesni onoga što bi trebalo biti zajamčeno i konkretnih prilika za razvoj učinkovitih intervencija.

## KLJUČNE RIJEČI

Invalidnost, prava, Europska unija, konvencija, vijeće Europe, Svjetska zdravstvena organizacija (WHO), osobe s intelektualnim teškoćama, nedostaci sporta i inkluzije.

## CILJEVI UČENJA

- Razumijevanje značenja invaliditeta
- Znati koja su prava osoba s invaliditetom.
- Znati navesti akcijske planove, europske strategije, dokumente i institucije vezane uz temu.
- Znati važnost sporta za osobe s invaliditeom i njihovo uključivanje.
- Shvatiti važnost nastavka napredovanja u području invaliditeta.

## ISHODI UČENJA

Stručnjaci će moći naučiti:

- Značenje invaliditeta
- Konvencija o pravima osoba s invaliditetom
- Da su sve članice Europske unije potpisale i ratificirale Konvenciju
- Sadržaj članka 30 u Konvenciji
- Akcijske planove, europske strategije, dokumente i institucije povezane uz predmet
- Važnost sporta za osobe s invaliditetom i njihova uključenost.
- Važnost daljnog napredovanja u području invaliditeta.

## SADRŽAJ PREDAVANJA

- Video zapisi
- Teorijski okvir/ koncepti učenja
- PPT

## AKTIVNOSTI UČENJA I POUČAVANJA

- Master class.
- Gledanje različitih videa
- Rasprava između sudionika

## PROCJENA

- Pitajte sudionika
- Zapažanja

Ako predavač želi, može se koristiti i za evaluaciju izrađenog upitnika (izrađenog za online predavanja).

## LITERATURA

### Dokumenti:

The EU Charter of Fundamental Rights as a Constitutional Document  
[https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=2458672](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2458672)

The European Pillar of Social Rights: An Assessment of its Meaning and Significance  
<https://www.cambridge.org/core/journals/cambridge-yearbook-of-european-legal-studies/article/abs/european-pillar-of-social-rights-an-assessment-of-its-meaning-and-significance/BC9A7E7D0A8CD7915B744DA745ACC242>

Creating opportunities in sport for people with disabilities  
[https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/679096/EPRS\\_BRI%282021%29679096\\_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2021/679096/EPRS_BRI%282021%29679096_EN.pdf)

European Declaration on the Health of Children and Young People with Intellectual Disabilities and their Families  
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/350307/WHO-EURO-2010-4400-44163-62348-eng.pdf?sequence=1>

### Video:

What is the United Nations Convention on the Rights of Persons with Disabilities (CRPD)?  
<https://www.youtube.com/watch?v=St61pEPVuFw>

What is the UN CRPD?  
[https://www.youtube.com/watch?v=sZCa2\\_sMKW4](https://www.youtube.com/watch?v=sZCa2_sMKW4)

Rights Under the UN Convention on the Rights of Persons with Disability (UNCRPD)  
<https://www.youtube.com/watch?v=PgQnLXazdSg>

Conference on the Rights of Persons with Disabilities  
<https://www.youtube.com/watch?v=z34EVRNu-yQ>

UN Disability Convention animation  
<https://www.youtube.com/watch?v=uUwHlbQFsU>

### ART. 30

<https://www.euroblind.org/convention/article-30>  
The EU Strategy for the Rights of Persons with Disabilities  
<https://www.youtube.com/watch?v=myAY3d6vITE>

The making of the Convention on the Rights of Persons with

Disabilities: Prof. Michael Stein  
[https://www.youtube.com/watch?v=GWIf\\_NzpvYo](https://www.youtube.com/watch?v=GWIf_NzpvYo)

ASEFSU21 | UN Convention on the Rights of Persons with Disabilities (UNCRPD)  
<https://www.youtube.com/watch?v=NlcYOnlTkq>

The UN Convention on the Rights of Persons with Disabilities (UNCRPD): key features  
<https://www.youtube.com/watch?v=rd9yPPP4K2c>  
[Understanding the UN CRPD] 2. What is the UN Convention on the Rights of Persons with Disabilities?  
<https://www.youtube.com/watch?v=oPhMXGb5kWg>

Inside the Council of Europe

<https://www.youtube.com/watch?v=7SKqVzlHc9o>

The EU Charter of Fundamental Rights

<https://www.youtube.com/watch?v=Fceik3nGkxM>

Strategy for the Rights of Persons with Disabilities 2021-2030

<https://www.youtube.com/watch?v=kf69DQFy7zl>

What exactly is a white paper?

[https://www.youtube.com/watch?v=bmXd\\_fVMr8A](https://www.youtube.com/watch?v=bmXd_fVMr8A)

Power of inclusion in sport

<https://www.youtube.com/watch?v=qhhheSwi1kU>

## PRIPREMA ZA PREDAVANJE

Predavanja će biti strukturirana u PPT prezentacijama koja će uključivati svu teorijsku pozadinu i praktične primjere na temu na kojoj će se raditi. Sudionici će imati pripremljen prateći material, te čitav sadržaj koji će se obraditi tijekom predavanja.

## POTREBNI MATERIJALI

- Laptop
- Internet povezanost
- Projektor
- Zvučnici
- Stolice i stolovi

## NAZIVI PREDAVANJA

- 1 Prava osoba s invaliditetom
- 2 Europska strategija za osobe s invaliditetom
- 3 Uloga sporta za uključivanje osoba s invaliditetom u okvir EU





## PREDAVANJE 1

### PRAVA OSOBA S INVALIDITETOM

Cilj ovog predavanja je:

- Razumijeti značenje invaliditeta
- znati što je Konvencija o pravima osoba s invaliditetom
- Znati objasniti članak 30. Konvencije
- Poznavati standardna pravila o izjednačavanju mogućnosti za osobe s invaliditetom

Trajanje predavanja: 60 min



## UVOD(5 MIN)

- Prezentacija modula (naslov i broj)
- Prezentacija predavanja
- Pružanje informacija o ciljevima predavanja  
(detaljno u ovom dokumentu)

## GLAVNI DIO (35 MIN)

Invaliditet je dio ljudskog bića. Gotovo svatko će privremeno ili trajno doživjeti invaliditet u nekom trenutku svog života.

Invaliditet je rezultat interakcije između pojedinaca sa zdravstvenim stanjem, kao što su cerebralna paraliza, Downov sindrom i depresija, s osobnim i okolišnim čimbenicima uključujući negativne stavove, nedostupan prijevoz i javne zgrade te ograničenu društvenu podršku.

Okruženje osobe ima veliki utjecaj na iskustvo i opseg invaliditeta. Nepristupačna okruženja stvaraju prepreke koje često ometaju puno i učinkovito sudjelovanje osoba s invaliditetom u društvu na ravnopravnoj razini s drugima. Napredak u poboljšanju društvenog sudjelovanja može se postići rješavanjem ovih prepreka i omogućavanjem osobama s invaliditetom u njihovom svakodnevnom životu.

Konvencija UN-a o pravima osoba s invaliditetom (UNCRPD) ključna je referenca politike. UNCRPD iz 2006. je prvi međunarodni, pravno obvezujući document koji postavlja minimalne standard za prava osoba s invaliditetom i prva konvencija o ljudskim pravima u kojoj je EU postala stranka. Njime se nastoji detaljno razraditi prava osoba s invaliditetom i postaviti kodeks provedbe.

Sve zemlje koje su potpisale konvenciju obvezuju se razvijati i provoditi politiku, zakone i administrativne mjere za osiguranje prava priznatih u konvenciji te ukinuti zakone, propise, običaje i prakse koje predstavljaju diskriminaciju. Za EU je konvencija stupla na snagu 22. siječnja 2011. i danas su sve države članice Eu potpisale i ratificirale konvenciju.

Članak 30. konvencije posebno se odnosi na 'sudjelovanje u kulturnom životu, rekreaciji, slobodnom vremenu i sportu', kako bi se promicalo sudjelovanja osoba s invaliditetom u sportskim aktivnostima na svim razinama; osigurati da osobe s invaliditetom imaju priliku organizirati, razvijati i sudjelovati u sportskim aktivnostima specifičnim za osobe s invaliditetom; (ii) osigurati da osobe s invaliditetom imaju pristum sportskim objektima i uslugama.

Konvencija UN-a također se temelji na Standardnim pravilima o izjednačavanju mogućnosti za osobe s invaliditetom. Konvencija UN-a također se temelji na Standardnim pravilima o izjednačavanju mogućnosti za osobe s invaliditetom od strane Opće skupštine od 20. prosinca 1993. Iako nisu pravno obvezujući dokument, Standardna pravila predstavljaju snažnu moralnu i političku obvezu vlada da poduzmu mjere za izjednačavanje mogućnosti za osobe s invaliditetom. Pravila služe kao alat za kreiranje politike i kao temelj za tehničku i gospodarsku suradnju. 22 pravila uključuju perspektivu ljudskih prava i sastoje se od 4 poglavija- preduvjeti za ravnopravno sudjelovanje, ciljana područja za ravnopravno sudjelovanje, provedba mjera i mehanizmi praćenja- te obuhvaćaju sve aspekte života osoba s invaliditetom.

## PITANJA (10 MIN)

Za završetak predavanja, predavač će omogućiti sudionicima da postave pitanja, izraze svoja mišljenja, sumnje, osjećaje.

## PROCJENA (10 MIN)

Rasprava

# REFERENCE



**Convention on rights of persons with disabilities + video**  
( [https://www.youtube.com/watch?v=sZCa2\\_sMKW4](https://www.youtube.com/watch?v=sZCa2_sMKW4) )



**Article 30: "Participation in cultural life, recreation, leisure and sport" + video**  
( <https://www.euroblind.org/convention/article-30> )

**Final video ( <https://www.youtube.com/watch?v=PgQnLXazdSg> )**



## PREDAVANJE 2

### EUROPSKA STRATEGIJA ZA OSOBE S INVALIDITETOM

Cilj ovog predavanja je:

-  Znati navesti akcijske planove, europske strategije, dokumente i institucije vezane uz temu
-  Poznavati razvoj invaliditeta i njegove propise

Trajanje predavanja: 60 min



## UVOD (5 MIN)

- Prezentacija predavanja
- Pružanje informacija o ciljevima predavanja  
(detaljno u ovom dokumentu)

## GLAVNI DIO (35 MIN)

Vijeće Europe štiti i nadzire provedbu ljudskih prava za sve, uključujući i osobe s invaliditetom od 1959. godine, osobito kroz svoj Ddjelomični sporazum u području socijalnog i javnog zdravstva.

Njegova Strategija od 2017. do 2023. godine utvrđuje obvezu Vijeća Europe i njegovih država članica da prava učine stvarnim za osobe s invaliditetom, bez obzira na njihova oštećenja.

Opći cilj Strategije je postizanje jednakosti, dostojanstva i jednakih mogućnosti za osobe s invaliditetom u posebnim područjima u kojima Vijeće Europe može dati svoj doprinos. Za to je potrebno osigurati neovisnost, slobodu izbora, puni aktivno sudjelovanje u svim područjima života i društva. To će se postići radom u aktivnostima u pet glavnih područja kao što su: jednakost i nediskriminacija; podizanje svijesti; pristupačnost; jednakost pred zakonom i slobodu od iskorištanja, nasilja i zlostavljanja.

Diljem EU osobe s invaliditetom imaju slične probleme, suočavaju se sa sličnim preprekama i doživljavaju slične oblike diskriminacije. U tom smislu, Povelja EU o temeljnim pravima iz 2000. odražava njezinu predanost prema pravima osoba s invaliditetom. Članak 26. povelje stoga naglašava da 'EU priznaje i poštuje pravo osoba s invaliditetom da imaju korist od mera osmišljenih da osiguraju njihovu neovisnost, društvenu i profesionalnu uključenost i sudjelovanje u životu zajednice.'

### Povelja EU O TEMELJNIM PRAVIMA 2009

Stupanjem na snagu Ugovora o funkcioniranju Europske unije 2009. godine dao je pravni status Povelji, koja se prije spominjala kao samostalni dokument. Što više, pročišćena verzija Ugovora posebno se odnosi na nediskriminaciju u odnosu na osobe s invaliditetom (članak 10. i 19.). prateći akcijske planove EU (2005. i 2010.) razvijene za promicanje uključivanja i jednakog tretmana osoba s invaliditetom, Komisija je 2010. godine predstavila "Europsku strategiju za osobe s invaliditetom 2010.-2020. Obnovljena predanost Evrope bez prepreka", prvi takve vrste.

U načelu 17. Europskog stupa socijalnih prava koji su 2017. zajednički proglašili Europski parlament, Vijeće i Europska komisija naglašava da osobe s invaliditetom imaju parvo na potporu dohotku koja im osigurava dostojanstven život, usluge koje im omogućuju sudjelovanje na tržištu rada i društva te radno okruženje prilagođeno njihovim potrebama.

Danas postoji nova strategija EU za osobe s invaliditetom, Unija jednakosti: Strategija za prava osoba s invaliditetom 2021. - 2030. koja namjerava suočiti se s različitim izazovima s kojima se osobe s invaliditetom susreću. Cilj joj je napredak u svim područjima Konvencije UN-a o pravima osoba s invaliditetom, kako na razini EU tako i na razini država članica. Cilj je osigurati da osobe s invaliditetom u Evropi, bez obzira na njihov spol, rasno ili etničko podrijetlo, vjeru ili uvjerenje, dob ili seksualnu orientaciju, uživaju svoja ljudska prava, imaju jednakе mogućnosti, imaju jednak pristup sudjelovanju u društvu, imaju pravo odlučiti gdje, kako i s kim žive, mogu se slobodno kretati u EU bez obzira na svoje potrebe za podrškom i više ne doživljavaju diskriminaciju.

## PITANJA (10 MIN)

Za završetak predavanja, predavač će omogućiti sudionicima da postave pitanja, izraze svoja mišljenja, sumnje, osjećaje

## PITANJA (10 MIN)

Rasprava

# REFERENCE



**The strategy for the rights of persons with disabilities 2021-2030: (Watch the video**  
**<https://www.youtube.com/watch?v=kf69DQFy7zI>**





## PREDAVANJE 3

# ULOGA SPORTA U UKLJUČIVANJU OSOBA S INVALIDITETOM U OKVIRE EU

Cilj ovog predavanja je:

- Poznavati važnost sporta za osoba s invaliditetom i njihovo uključenje
- Znati navesti akcijske planove, europske strategije, dokumente i institucije vezane uz temu
- Shvatiti važnost nastavka napredovanja u području invaliditeta
- Imati opću sliku evolucije koju je invaliditet doživio

Trajanje predavanja: 100 min



## UVOD (5 MIN)

- Prezentacija predavanja
- Pružanje informacija o ciljevima predavanja  
(detaljno u ovom dokumentu)

## GLAVNI DIO (60 MIN)

### Što mislite, koliko ljudi ima invaliditet u Europskoj uniji?

Kao što su Svjetska zdravstvena organizacija i Svjetska banka istaknule 2011. u "Svjetskom izvješću o invalidnosti", procjenjuje se da oko 15 posto svjetske populacije živi s nekim oblikom invaliditeta.

Invaliditet posebno pogarda ranjivu populaciju i mnoge prepreke s kojima se suočavaju u svakodnevnom životu mogu se izbjegći. Iz tih razloga, Regionalni ured Svjetske zdravstvene organizacije za Europu u svojoj Europskoj deklaraciji o zdravlju djece i mlađih s intelektualnim teškoćama i njihovih obitelji iz 2010. pod nazivom „Bolje zdravlje, bolji životi: djece i mlađi s intelektualnim teškoćama i njihove obitelji preporučuje višestruko , sustavne intervencije. Deklaracija napominje da je zdravlje usko povezano s blagostanjem i sposobnošću uživanja u životu. Pravo na zdravlje je stoga usko povezano s ostalim pravima djece. Od tog trenutka postoji prepoznata potreba za usklađenim djelovanjem u europskoj regiji za promicanje zdravlja djece i adolescenata s intelektualnim teškoćama, sprječavanje nejednakosti u zdravlju koje pogadaju njih te omogućavanje poticajnog i ispunjenog života u zajednici. Priznavanje prava na zdravlje i visokokvalitetnu zdravstvenu skrb je preduvjet za učinkovito uživanje prava djece, uključujući obiteljski život, odgoj te aktivno sudjelovanje u svojim zajednicama, u rekreatiji, slobodnom vremenu i sportu.

Konkretno, u europskom okviru, važnost uloge sporta u europskom društvu i njegovu specifičnu prirodu prepoznalo je Vijeće Europe: nakon što je formuliralo svoja početna razmatranja u 'Europskoj povelji Sport za sve' (1976.), koja navodi da svaki pojedinac ima pravo sudjelovati u sportu, Vijeće Europe je 1986. godine proširilo priznavanje osoba s invaliditetom i njihovo pravo na sudjelovanje u sportu stvaranjem 'Europske povelje Sport za sve: osobe s invaliditetom'.





U prosincu 2000. u Deklaraciji Europskog vijeća o posebnim karakteristikama sporta i njegovoj društvenoj funkciji u Europi, koje treba uzeti u obzir u provedbi zajedničkih politika ("Deklaracija iz Nice"), ističe da „zajednica mora, u svom djelovanju prema raznim odredbama Ugovora, uzeti u obzir društvene, obrazovne i kulturne funkcije svojstvene sportu i čineći ga posebnim, tako da se etički kodeks i solidarnost ključni za očuvanje njegove društvene uloge može poštovati i njegovati.

Kako je sport temeljni stup civilnog društva i jedan od najpristupačnijih kanala za prijenos temeljnih vrijednosti u svakodnevni život, Vijeće Europe je 2007. kreiralo Prošireni djelomični sporazum o sportu (EPAS) – novu platformu koja integrira sportske organizacije u političke procese, koji se bavi trenutnim izazovima s kojima se sport u Europi suočava, uključujući među svoje prioritete promicanje raznolikosti i borbu protiv diskriminacije osoba s invaliditetom.

Što se tiče sporta, također je važno istaknuti Bijelu knjigu o sportu iz 2007. godine. Ova Bijela knjiga usredotočuje se na društvenu ulogu sporta, njegovu ekonomsku ulogu i njegovu organizaciju u Europi, te na nastavak koji će se dati ovoj inicijativi. Konkretni prijedlozi za daljnje djelovanje EU objedinjeni su u Akcijskom planu nazvanom po Pierreu de Coubertinu koji sadrži aktivnosti koje komisija treba provesti ili podržati. Kako se ističe u dokumentu, "Sport daje važan doprinos gospodarskoj i društvenoj koheziji i integriranim društvima. Stoga se treba pozabaviti specifičnim potrebama i situacijom podzastupljenih skupina, a mora se uzeti u obzir posebna uloga koju sport može imati za mlade ljude, osobe s invaliditetom i osobe iz manje privilegiranih sredina". Ovim je dokumentom Komisija potaknula države članice i sportske organizacije da: prilagode sportsku infrastrukturu uzimajući u obzir potrebe osoba s invaliditetom, da osiguraju pristupačnost sportskih terena i smještaja, da usvoje kriterije za osiguranje jednakog pristupa i da osposobe trenere, volontere i djelatnike klubova i organizacija za dobrodošlicu osobama s invaliditetom. U svojim konzultacijama sa sportskim podržavateljima Komisija posebno vodi računa o održavanju dijaloga s predstvincima sporta s invaliditetom.

U skladu s tim, zaključci od 18. studenog 2010. o ulozi sporta kao izvora i pokretača aktivnog društvenog uključivanja priznaju, mišljenje Odbora regija o „Invaliditetu, sportu i slobodnom vremenu“ iz 2014. i zaključci Vijeća Europske unije i predstavnika država članica koji su se sastali u okviru Vijeća o pristupu sportu za osobe s invaliditetom 2019. podržava da sport zauzima važno mjesto u životima mnogih građana EU i da ima snažnu društvenu ulogu sa snažnim potencijalom za socijalnu uključenost u i kroz sport, što znači da sudjelovanje u sportu ili tjelesnoj aktivnosti na mnogo različitim načina pridonosi uključivanju u društvo; pri čemu uključenost u sport uključuje kombinaciju 'sporta za sve', jednakog pristupa sportu, jednakih mogućnosti u sportu i raznolikih sportskih mogućnosti i sportskih objekata usmjerenih na potražnju i pri čemu društvena uključenost kroz sport uključuje aktivno sudjelovanje u društvu, razvoj zajednice i ojačanu socijalnu povezanost.

Također, ovi dokumenti dodaju da su pristup i sudjelovanje u različitim aspektima sporta važni za osobni razvoj, osjećaj identiteta i pripadnosti pojedinca, tjelesnu i mentalnu dobrobit, osnaživanje, društvene kompetencije i veze, međukulturalnu komunikaciju i zapošljivost.

Konačno, 2011. Komisija predstavlja Komunikaciju Europskom parlamentu, Vijeću i Europskom gospodarskom i socijalnom odboru i Odboru regija pod nazivom Razvijanje europske dimenzije u sportu koja ne zamjenjuje Bijelu knjigu, već se nadovezuje na njezina postignuća. U ovom priopćenju Komisija podupire da osobe s invaliditetom imaju pravo sudjelovati u sportskim aktivnostima na ravnopravnoj osnovi s drugima i podsjeća da su EU i njezine države članice potpisale Konvenciju UN-a o pravima osoba s invaliditetom, koja uključuje obvezu poduzimanja odgovarajućih mjera kako bi ta prava bila učinkovita i kako bi se osigurala puna provedba odredbi ove Konvencije. Priopćenjem se želi da svi posjedi imaju na umu da je pristup 'sport za sve' važan, uključujući dostupnost i mogućnost sportskih objekata, infrastrukture i mjesta što je moguće većem broju ljudi, posebno osobama s invaliditetom, kao i važnost omogućavanja osobama s invaliditetom da na ravnopravnoj osnovi s drugima sudjeluju u rekreativskim, slobodnim i sportskim aktivnostima.

S istim pristupom, Europski akt o pristupačnosti je Direktiva Europskog parlamenta i Vijeća iz 2019. o zahtjevima pristupačnosti za proizvode i usluge čiji je cilj pridonijeti ispravnom funkcioniranju unutarnjeg tržišta približavanjem zakona, propisa i administrativnih odredbi država članica u pogledu zahtjeva pristupačnosti za određene proizvode i usluge.



Ova direktiva promiče puno i djelotvorno ravnopravno sudjelovanje poboljšanjem pristupa glavnim proizvodima i uslugama koji se, kroz svoj početni dizajn ili naknadnu prilagodbu, bave potrebama osoba s invaliditetom.

**Od 1959. - Vijeće Europe:** štiti i nadzire provedbu ljudskih prava za sve, uključujući osobe s invaliditetom - osobito kroz svoj Djelomični sporazum u području socijalnog i javnog zdravlja.

**1976. - 'Europska povelja o sportu za sve'** - važnost uloge sporta u europskom društvu i njegovu specifičnu prirodu prepoznalo je Vijeće Europe: nakon što je formuliralo svoja početna razmatranja u ovoj Povelji.

**1986. - Vijeće Europe** proširilo je priznavanje osoba s invaliditetom i njihovo pravo na sudjelovanje u sportu stvaranjem 'Europske povelje o sportu za sve: osobe s invaliditetom'

**20. prosinca 1993. - Opća skupština donijela je Standardna pravila o izjednačavanju mogućnosti za osobe s invaliditetom** (Konvencija UN-a temelji se na ova 22 pravila). 22 pravila uključila su perspektivu ljudskih prava i sastoje se od četiri poglavlja – preduvjeti za ravnopravno sudjelovanje, ciljna područja za jednako sudjelovanje, provedbene mjere i mehanizam praćenja – te pokrivaju sve aspekte života osoba s invaliditetom.

**2000. - Povelja EU-a o temeljnim pravima** – osobe s invaliditetom imaju slične probleme, suočavaju se sa sličnim preprekama i doživljavaju slične slučajevе diskriminacije. - ova povelja odražava svoju predanost pravima osoba s invaliditetom.

**-ČLANAK 26:** 'EU prepoznaje i poštuje pravo osoba s invaliditetom da imaju koristi od mjera osmišljenih da osiguraju njihovu neovisnost, društvenu i profesionalnu uključenost te sudjelovanje u životu zajednice'.

**Prosinac 2000. - u Deklaraciji Europskog vijeća o posebnim karakteristikama sporta i njegovoј društvenoj funkciji u Europi,** koje treba uzeti u obzir u provedbi zajedničkih politika ("Deklaracija iz Nice"). Istiće da „Zajednica mora, u svom djelovanju prema raznim odredbama Ugovora, uzeti u obzir društvene, obrazovne i kulturne funkcije svojstvene sportu i čineći ga posebnim, tako da se etički kodeks i solidarnost, ključni za očuvanje njegove društvene uloge, mogu poštovati i njegovati.

**2005. i 2010. - Akcijski planovi EU** (razvijeni za promicanje uključivanja i jednakog tretmana osoba s invaliditetom).

**2006. - UN-ova Konvencija o pravima osoba s invaliditetom (UNCRPD)** - prvi međunarodni, pravno obvezujući instrument koji postavlja minimalne standarde za prava osoba s invaliditetom i prva konvencija o ljudskim pravima kojoj je EU postala stranka.

**-ČLANAK 30:** 'sudjelovanje u kulturnom životu, rekreaciji, slobodnom vremenu i sportu', za 'promicanje sudjelovanja osoba s invaliditetom u glavnim sportskim aktivnostima na svim razinama; osigurati da osobe s invaliditetom imaju priliku organizirati, razvijati i sudjelovati u sportskim aktivnostima specifičnim za osobe s invaliditetom; [i] osigurati da osobe s invaliditetom imaju pristup sportskim objektima i uslugama'.



**2007. - Vijeće Europe kreiralo je Prošireni djelomični sporazum o sportu (EPAS) - novu platformu koja integrira sportske organizacije u političke procese, baveći se trenutnim izazovima s kojima se sport u Europi suočava, uključujući među svoje prioritete promicanje različitosti i borbu protiv diskriminacije osoba s invaliditetom.**

**2007. - Bijela knjiga o sportu** - Dokument se usredotočuje na društvenu ulogu sporta, njegovu ekonomsku ulogu i organizaciju u Europi, te na nastavak ove inicijative. Konkretni prijedlozi za daljnje djelovanje EU-a objedinjeni su u Akcijskom planu nazvanom po Pierreu de Coubertinu koji sadrži aktivnosti koje Komisija treba provesti ili podržati.

Kako se ističe u dokumentu, "Sport daje važan doprinos gospodarskoj i društvenoj koheziji i integriranijim društvima. Stoga se treba pozabaviti specifičnim potrebama i situacijom podzastupljenih skupina, a mora se uzeti u obzir posebna uloga koju sport može imati za mlade ljudе, osobe s invaliditetom i osobe iz manje privilegiranih sredina". Ovim je dokumentom Komisija potaknula države članice i sportske organizacije da: prilagode sportsku infrastrukturu uzimajući u obzir potrebe osoba s invaliditetom, da osiguraju pristupačnost sportskih terena i smještaja, da usvoje kriterije za osiguranje jednakog pristupa i da osposobe trenere, volontere i djelatnike klubova i organizacija za dobrodošlicu osobama s invaliditetom. U svojim konzultacijama sa sportskim dionicima Komisija posebno vodi računa o održavanju dijaloga s predstvincima sportaša s invaliditetom.

**-2009. - Stupanje na snagu Ugovora o funkcioniranju Europske unije** dalo je pravni status Povelji EU-a o temeljnim pravima (koja se prije spominjala kao neovisni dokument).

**-ČLANAK 10 i 19:** odnosi se na nediskriminaciju u odnosu na osobe s invaliditetom.

**2010- 'Europska strategija za osobe s invaliditetom 2010-2020'.** Obnovljena predanost Evropi bez prepreka', prva takve vrste.

**2010.- Europska deklaracija o zdravlju djece i mladih s intelektualnim teškoćama i njihovih obitelji** pod nazivom "Bolje zdravlje, bolji život: djeca i mladi s intelektualnim teškoćama i njihove obitelji" preporučuje višestruke, sustavne intervencije. Deklaracija napominje da se zdravlje usko odnosi na dobrobit i sposobnost uživanja u životu. Pravo na zdravlje je stoga usko povezano s ostalim pravima djece.

**18. studenoga 2010.** - priznaju se zaključci o ulozi sporta kao izvora i pokretača aktivnog društvenog uključivanja.

**22. siječnja 2011-** Konvencija stupa na snagu.

**2011- Svjetska zdravstvena organizacija i Svjetska banka** istaknule su u "Svjetskom izvješću o invalidnosti", da se procjenjuje da oko 15 posto svjetske populacije živi s nekim oblikom invaliditeta.

**2011-** Komisija predstavlja priopćenje Europskom parlamentu, Vijeću i Europskom gospodarskom i socijalnom odboru te Odboru regija pod nazivom Razvijanje europske dimenzije u sportu. To ne zamjenjuje Bijelu knjigu, već se nadovezuje na njezinu postignuća. U ovom priopćenju Komisija podupire da osobe s invaliditetom imaju pravo sudjelovati u sportskim aktivnostima na ravnopravnoj osnovi s drugima i podsjeća da su EU i njezine države članice potpisale Konvenciju UN-a o pravima osoba s invaliditetom, koja uključuje obvezu poduzimanja odgovarajućih mjera kako bi ta prava bila učinkovita i kako bi se osigurala puna provedba odredbi ove Konvencije. Priopćenjem se želi da svi posjedi imaju na umu da je pristup 'sportu za sve' važan, uključujući dostupnost i mogućnost sportskih objekata, infrastrukture i mjesta što je moguće većem broju ljudi, posebno osobama s invaliditetom, kao važnost omogućavanja osobama s invaliditetom da na ravnopravnoj osnovi s drugima sudjeluju u rekreacijskim, slobodnim i sportskim aktivnostima.

**2014- „Mišljenje Odbora regija o „Invaliditetu, sportu i slobodnom vremenu”.**

**Europska strategija (od 2017. do 2023.)** - utvrđuje obvezu Vijeća Europe i njegovih država članica da prava učine stvarnošću za sve osobe s invaliditetom, bez obzira na njihove nedostatke.

**2017. - Europski stup socijalnih prava** (proglašili Europski parlament, Vijeće i Europska komisija) - da osobe s invaliditetom imaju pravo na dohodovnu potporu koja im osigurava dostojanstven život, usluge koje im omogućuju sudjelovanje u tržistu na radu i u društvu te radno okruženje prilagođeno njihovim potrebama.

**2019. - Zaključci Vijeća Europske unije i predstavnika država članica koji se sastaju u okviru Vijeća o pristupu sportu za osobe s invaliditetom.** Zagovara da sport ima važno mjesto u životima mnogih građana EU-a i da ima snažnu društvenu ulogu sa snažnim potencijalom za društvenu uključenost u i kroz sport, što znači da sudjelovanje u sportu ili tjelesnoj aktivnosti na mnogo različitim načina pridonosi uključivanju u društvo ; pri čemu uključenost u sport uključuje kombinaciju 'sporta za sve', jednakog pristupa sportu, jednakih mogućnosti u sportu i raznolikih sportskih mogućnosti i sportskih objekata usmjerenih na potražnju, i pri čemu društvena uključenost kroz sport uključuje sudjelovanje u društvu, razvoj zajednice i ojačana socijalna kohezija.

Također, ovi dokumenti dodaju da su pristup i sudjelovanje u različitim aspektima sporta važni za osobni razvoj, osjećaj identiteta i pripadnosti pojedinca, tjelesnu i mentalnu dobrobit, osnaživanje, društvene kompetencije i veze, interkulturalnu komunikaciju i zapošljivost.

**2019-** Europski akt o pristupačnosti je **Direktiva Europskog parlamenta i Vijeća iz 2019. o zahtjevima pristupačnosti za proizvode i usluge** (s ciljem pridonošenja pravilnom funkcioniranju unutarnjeg tržišta približavanjem zakona, propisa i administrativnih odredbi država članica u pogledu zahtjeva pristupačnosti za određene proizvode i usluge. Ova Direktiva promiče potpuno i učinkovito jednako sudjelovanje poboljšanjem pristupa glavnim proizvodima i uslugama koji, kroz svoj početni dizajn ili naknadnu prilagodbu, rješavaju posebne potrebe osoba s invaliditetom).

#### Trenutno:

-Sve zemlje potpisnice konvencije (**Konvencija UN-a o pravima osoba s invaliditetom**).

-- **Unija jednakosti** - nova EU strategija za osobe s invaliditetom - **Strategija za prava osoba s invaliditetom 2021.-2030**. Cilj mu je napredak u svim područjima Konvencije Ujedinjenih naroda o pravima osoba s invaliditetom, kako na razini EU-a tako i na razini država članica. Cilj je osigurati da osobe s invaliditetom u Europi, bez obzira na njihov spol, rasno ili etničko podrijetlo, vjeru ili uvjerenje, dob ili seksualnu orijentaciju, uživaju svoja ljudska prava, imaju jednakе mogućnosti, imaju jednak pristup sudjelovanju u društvu, imaju pravo na odlučiti gdje, kako i s kim žive, mogu se slobodno kretati u EU-u bez obzira na svoje potrebe za podrškom i više ne doživljavaju diskriminaciju.

#### Zaključak:

Tijekom godina došlo je do razvoja pogleda na invaliditet. Osim toga, traženi su različiti načini kako bi se osobama s invaliditetom osiguralo više mogućnosti. Iako smatramo da to nije dovoljno i da su se promjene pojavile tek nedavno, činjenica je da je pred nama još dug put.

Još je dug put pred nama. Na taj se način Europska komisija u svojoj strategiji 2021.-2030. obvezuje poboljšati. To čini izražavajući da će uključiti sport u ključne radnje koje podržavaju buduće politike o invalidnosti, koristeći iskustvo. Također se spominje da će politike i mjere koje uzimaju u obzir potrebe i sudjelovanje osoba s invaliditetom i organizacija koje ih predstavljaju morati i dalje biti uključene (prilikom rasprave o sportskim temama).

Inače, promicanje posjećivanja sportskih događanja osoba s invaliditetom, zahvaljujući mogućnostima koje imaju, kao i bavljenje sportom, čime se poboljšava zdravlje. U svim ovim aspektima, Europska komisija također pridaje važnost činjenici da svi prostori moraju biti pristupačni, među ostalim aspektima koji mogu poboljšati živote osoba s invaliditetom.

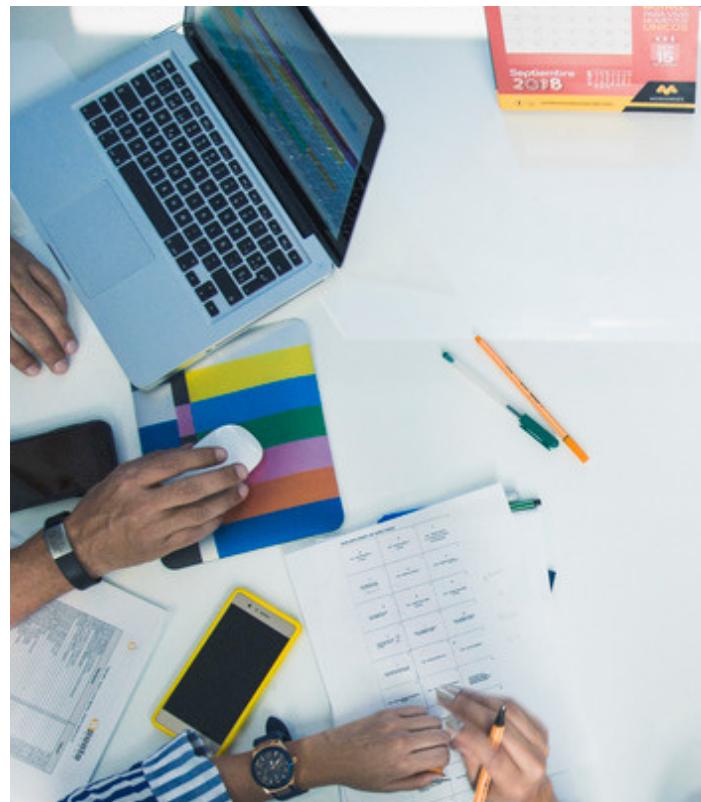
Svatko od nas ima odgovornost i sposobnost da se bori za bolji i uključiviji svijet. Sport je alat za postizanje ove promjene i stvaranje boljeg svijeta.

## PITANJA (10 MIN)

Za završetak predavanja, predavač će omogućiti sudionicima da postave pitanja, izraze svoja mišljenja, sumnje, osjećaje.

## PROCJENA (25 MIN)

Vodenje rasprave. Na kraju ćemo razmotriti pitanja



# REFERENCE



[Power of inclusion in sport https://www.youtube.com/watch?v=qhhheSwi1kU](https://www.youtube.com/watch?v=qhhheSwi1kU)





## **MODUL 2**

**ULOGA OSOBA S INTELEKTUALNIM  
TESKOĆAMA U RAZVOJU U SPORTU –  
OD RECIPIJENTA DO PROTAGONISTA**

## UVOD U MODUL

Ciljevi sporta obuhvaćaju ista načela za sposobne osobe kao i za osobe s invaliditetom za koje sport ima golemu terapijsku vrijednost jer igra ključnu ulogu u fizičkoj, psihičkoj i socijalnoj rehabilitaciji.

Aktualne studije i istraživanja u području sporta i invaliditeta usmjereni su na valorizaciju osobe, više se ne fokusiraju na klinički opis patologije, već polazeći od toga, što je neizostavno i objektivno, nastoje otkriti i istaknuti sklonosti, resurse, kapacitete i moguće kompenzacije na fizičkoj i socijalnoj razini.

Ponovno otkrivanje obrazovne vrijednosti sporta, s njegovom funkcijom konsolidiranja samosvijesti i relacijskih i društvenih vještina, znači govoriti o "životnom projektu", povezanim s konceptima uključivanja i integracije koji su istovremeno "cilj i sredstvo".

Stoga ovaj modul ima za cilj pružiti indikacije i praktične alate kako bi sportaš postao središte trenažnog procesa, pretvarajući ga iz primatelja u protagonista.

Svi moduli bit će strukturirani i razvijeni poticanjem rasprave i aktivnog sudjelovanja učenika. Svako predavanje uest će trenutke razmišljanja i rasprave o osobnim iskustvima na terenu, dok će također pružiti praktične primjere te nastavne i metodološke prijedloge

- Poboljšanje sposobnosti korištenja učenja temeljenog na igrama
- Razmišljanje o diferenciranoj motoričkoj aktivnosti uzimajući u obzir pravo na sport na visokoj razini izvedbe
- Predvidjeti moguće međunarodne konkurenntske rute kroz IPC kanale

## ISHODI UČENJA

- Stručnjaci moraju postati svjesni da je empatijski kontakt ključan za pozitivan razvoj obrazovnog procesa
- Stručnjaci trebaju voditi računa o obrazovnom okruženju izbjegavajući čimbenike rizika promicanjem prisutnosti roditelja na prvim treninzima. Prepoznati različite vrste invaliditeta vrednovanjem preostalih sposobnosti dajući prednost procesu uključivanja i naknadnom projektu obuke.
- Stručnjaci bi trebali poticati otvoreni dijalog s roditeljima/odgajateljima koji nadilazi koncept funkcionalne dijagnoze, ali se bavi socio-afektivnom realnošću osoba s intelektualnim teškoćama u razvoju i njegovim ili njezinim školovanjem.
- Nakon početnog razdoblja navikavanja, stručnjaci bi trebali promicati periodično testiranje osnovnih motoričkih vještina i njihove evolucije kao funkcije srednjoročnog do dugoročnog projekta koji daje prioritet motoričkim sklonostima i potencijalu osoba s intelektualnim teškoćama u razvoju.
- Funkcija sportskog trenera i edukatora neizostavan je element inkluzivnog puta. Sportaš mentor nije nužno osoba s invaliditetom, ali često može biti, koji je kroz dugotrajan proces rasta stekla vještine za pozitivno poticanje evolucije i uključivanje u trening svojih vršnjaka
- Poticati otkrivanje sportskih disciplina kroz iskustvo slobodne igre. Naknadno koristiti nestrukturiranu igru za stjecanje znanja i pravila sportskih igara. Znati prepoznati želju i prepoznati vještine za ambiciozniji sportski put i nastup
- Poznavati nacionalne i međunarodne propise o natjecateljskim aktivnostima za osobe s intelektualnim teškoćama u razvoju: propisi IPC-a i nacionalnih paraolimpijskih odbora (klasifikacije i kategorije natjecateljskih pre-agonista)

## KLJUČNE RIJEČI

Životni projekt, sportski trener, sportski učitelj, sportsko i mentalno zdravlje, empatija

## CILJEVI UČENJA

- Istaknuti potencijal empatijskog kontakta kroz komunikaciju "licem u lice".
- Poticanje inkluzivnog okruženja u kojem se cijene sve različitosti kako bi se svima pružila jednakā šansa za rast u pravednom i kohezivnom sustavu koji brine o svima, osiguravajući dostojanstvo, poštovanje različitosti i jednake mogućnosti.
- Promicanje znanja o socio-afektivnoj stvarnosti sportaša kao bitnom elementu za put rasta i uključivanja.
- Usvajanje programa sportske nastave na temelju snaga, a ne ograničenja vezanih uz dijagnozu

## SADRŽAJ PREDAVANJA

- Video
- Theoretical framework/learning scenarios
- PPT
- OER

## AKTIVNOSTI UČENJA I POUČAVANJA

- Radionice/ webinari
- Studija slučaja
- Brainstorming
- Rad u grupama

## PROCJENA

Za radionice:

- Brainstorming
- Na kraju svakog predavanja je test

Za online modul:

- Kviz višestrukog izbora



## LITERATURA

- DACCARDO, P. (1996) A Medical History of Developmental Disabilities
- AGOSTI, E., (1989) La preparazione mentale dell'atleta, CONI Scuola dello Sport, Rome
- AMERICANACADEMY OF PAEDIATRICS (2001). Policy Statement: The Pediatrician's Role in the Diagnosis and Management of Autistic Spectrum Disorder in Children Pediatrics, 107, 1221-1226.
- AMERICANPSYCHIATRICASSOCIATION (2000)DSM-IV. TR Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, fourth edition, revised text, Masson, Milan.
- BANDURA, A. (1997). Personal efficacy in psychobiologic functioning
- BARON-COHEN, S. (1989) Teaching the Handicapped, 5, 2: 99-121
- BETTELHEIM, B. (1967) Empty Fortress: Child Autism and the birth of the Self. Garzanti, Milan.
- BRAY I, et al. Joint estimation of Down syndrome risk and ascertainment rates: a meta-analysis of nine published data sets, Prenatal Diagnosis 1998
- BRYSON,S.E. (1996)Epidemiology of autism,Journal of Autism and Developmental Disorders, 26: 165-167
- BRYSON, S.,SMITH, I. (1998). Epidemiology of autism: Prevalence, associated characteristics, and implications for research and service delivery. Mental Retardation and Developmental Disabilities Research Reviews, 4, 97- 103.
- BECKER, W.C., (1971). Parents are teachers. Champaign, IL: Research Press.
- BRAY CA et cols. - The Prade Willi syndrome a study of 40 pacients and a review of the literature. Medicine v. 62, 1983.
- CASTELLI G.(ed.), Handicap and Sport, Unicopli, Milan, 1995
- DE ANNA, L. (ed.) (2006). Disabili in movimento. In L'integrazione scolastica e sociale.
- DE ANNA, L. (2005). Progettare e promuovere Attività Motorie e Sportive Integrate nella formazione di persone con disabilità. In L'integrazione scolastica e sociale.
- GARCIA, RODRIGUEZ (1997) Krynski, Stanislau et. Al. Novos rumos da deficiência mental, São Paulo, Sarvier, 1983
- GIANFAGNA (ed.) (2007). Lo sport nel processo formativo delle persone disabili. In L'integrazione scolastica e sociale, 6(4)
- GIORDANO C.G., Neuropsichiatria dell'Età Evolutiva, Idelson, Naples
- LAING R.D The Divided Ego.,, Einaudi, 1969
- OSSICINI, A. (1990) Lo Sport è terapia, Società Stampa Sportiva, Rome
- PICQ, L., VAYER, P. Psychomotor education and intellectual disability Louis Armando Editore JORDAN, R.,
- SALVITTI, C. The practice of motor activity with mentally disabled adolescents and adults.
- STOCCHINO, G. and SELIS, A. (2004).Solidarsport. In L'integrazione scolastico e sociale, 3 (4), 351-354.
- SELIS, A. and STOCCHINO, G. (2006). Quali prospettive per l'inclusione dei bambini con disabilità nella pratica sportiva di base? In L'integrazione scolastica e sociale, 5(2), 193-197.
- ROSA, A.R. and COLELLA, D. (2004). L'attività fisica adattata nella scuola e nel tempo libero. In Difficoltà di apprendimento, 10(1), 107-122.
- TRISCIUZZI, L., FRATINI, C., GALANTI, Introduction to special pedagogy,Laterza
- WEINECK J., The Optimal Training, Calzetti Mariucci, Perugia, 2001



## PRIPREMA ZA PREDAVANJA

- Proučavanje i analiza tema modula
- Priprema slajdova za prezentaciju
- Priprema popratnog materijala

## POTREBNI MATERIJALI

- Računalo
- Povezanost internetom
- Ploča
- Papir
- Olovka
- Audio i video sustav

## NAZIV PREDAVANJA

- 1 Vrijednosne razlike: gdje i kako
- 2 Vještine i voditelji sportske uključivosti
- 3 Pravo na bavljenje sportom





## PREDAVANJE 1

### VRIJEDNOSNE RAZLIKE: GDJE I KAKO

Cilj ovog predavanja je:

- Istaknite potencijal empatijskog kontakta kroz komunikaciju "licem u lice"
- Poticanje uključivog okruženja u kojem se cijene sve različitosti kako bi se svima pružila jednaka šansa za rast u pravednom i kohezivnom sustavu koji brine o svima, osiguravajući dostojanstvo, poštovanje različitosti i jednakih mogućnosti.
- Promicanje znanja o socio-afektivnoj stvarnosti sportaša kao bitnom elementu za put rasta i uključivanja.

Trajanje predavanja: 40 min



## UVOD (10 MIN)

Predstavljanje modula i ciljeva obuke na način koji potiče razmišljanje o temi. Za uvod u obrađene teme može se odabrat način koji najviše odgovara treneru (video, pitanja, praktične vježbe).

## GLAVNI DIO (30 MIN)

**Definicija pojma empatije:** Prihvatanje mlade osobe i procjena stupnja hendekepa mora se provoditi u empatičnom i poticajnom okruženju.

Empatija je sposobnost pojedinca da se emocionalno poveže s kontekstom, samokontrolira i motivira sebe, te da se odnosi prema drugima iz perspektive komuniciranja, brige i promicanja tuđih interesa.

To je ključ za osiguravanje ključne samotransformacije i svjesnog poboljšanja učenja, čime se postiže cilj razvoja vještina s više samokontrole i svijesti.

Empatija stoga znači suosjećanje i razumijevanje emocija i osjećaja drugih odmah i instinkтивno, čak i bez pribjegavanja verbalnoj komunikaciji.

Za razvoj takvog međuljudskog osjećaja potrebno je proći kroz osobnu, intimniju razinu, usmjerenu na samospoznaju, vlastite emocije i sposobnosti, koja nastoji razviti onu osnovnu socijalno-emocionalnu kompetenciju da postanemo svjesni tuđeg osjećaje, potrebe i interese empatički ulazeći u njegov ili njezin način funkcioniranja.

Asertivnost je vrijedan alat za posredovanje i uključivanje u obrazovni odnos

### Definicija koncepta socijalne uključivosti

Što se podrazumijeva pod uključivanjem? Stanje u kojem se osoba osjeća slobodno izražavati i osjeća da ima osjećaj pripadnosti grupi dok u potpunosti uživa sva prava i mogućnosti koje ta pripadnost podrazumijeva. Proces koji prethodi aktivnom uključivanju svih članova koji su dio njega i uspešan je samo kada se svi osjećaju cijenjenima i dijelom aktivnosti koje se provode. To može postati stvarnost samo otvorenim razgovorom o razumijevanju i poštivanju razlika koje ljudi predstavljaju stvaranjem okruženja koje odgovara svačijim potrebama.

### Prijedlozi o tome kako stvoriti empatično i uključivo okruženje

Nekoliko pitanja za razmišljanje:

- Uvažava li način na koji podučavate svačije iskustvo?
- Je li vaš pristup oslobođen stereotipa?

- Tretiraju li se vaši sportaši kao pojedinci i potiče li se da se slobodno izražavaju?
- Pozivaju li se vaši primjeri na stereotipe?
- Jeste li razmišljali o svojim više ili manje svjesnim predrasudama prema osobama s invaliditetom?

### 5 najboljih strategija za uključivo i suosjećajno okruženje

- Stvorite okruženje podrške, empatije i poštovanja: promovirajte i cijenite različitost i primjerena ponašanja
- Imajte velika očekivanja od svih svojih sportaša. Istraživanja pokazuju da sportaši bolje reagiraju kada uoče učiteljevo povjerenje u njihove sposobnosti umjesto pretjerane usredotočenosti na poteškoće.
- Stvorite kulturu uzajamne podrške koja nadilazi učioniku. To se događa kada su učenici osnaženi da se ponašaju s poštovanjem i povjerenjem prema drugima, čineći empatiju i brigu za druge "u modi" i jačajući pozitivne društvene stavove kroz ponašanja koja se međusobno podržavaju.
- Planirajte aktivnosti koje uključuju sudjelovanje svih i potiču uspjeh. To možete učiniti stvaranjem okruženja prilagođenog potrebama učenika..

### Poznavanje društveno-afektivne stvarnosti mladog sportaša:

Naglasite važnost poznavanja okolišnog konteksta koji također potiče prisutnost obitelji na terenu.

Odrastanje je individualni događaj ukorijenjen u odnosima s drugima, te se ne može govoriti o razvoju ljudskog potencijala ili središnjem položaju osobe smatrajući ga izdvojenim iz sustava odnosa čija je kvaliteta i bogatstvo baština svačijeg rasta.

Obitelj predstavlja prvo društveno središte ovog sustava odnosa definiranog kao mjesto gdje se razvija temelj osobe. Drugim riječima, mjesto s kojeg se stječu prva ljudska iskustva i gdje se razvijaju važni aspekti poput osobnosti, karaktera, stavova, vještina, pa čak i osnovnih društvenih vještina. Doista, obitelj je izvor vrijednih informacija i ključan je za razvoj odgovarajuće inkluzije.

Stoga promatra obrazovnu aktivnost iz perspektive sustava: invaliditet nije individualno stanje, već rezultat odnosa između pojedinca i konteksta. Prepoznavanje da svi uključeni akteri imaju odlučujuću težinu ključno je za uspjeh inkluzivnog putovanja. Naučite slušati stvaranjem suradničkog odnosa temeljenog na povjerenju i savezu u nedostatku bilo kakvog oblika prosuđivanja koji promiče aktivno slušanje, izbjegavajući osobna tumačenja.

#### Prijedlozi

- Uspostavite postupan odnos sučeljavanja i dijaloga s roditeljima i skrbnicima te, gdje je moguće, odgajateljima (učiteljima, itd.) djece tako da ih aktivno uključite u putovanje njihove djece.
- Osigurajte, posebno u ranim fazama aktivnosti, prisutnost obitelji/skrbnika na terenu kako bi mogli postati svjesni tijeka i poticati njegov ishod;
- Organizirajte različita događanja i uključite roditelje u organizaciju
- Uključite roditelje u suradnju s organizacijom gostujućih utakmica i navijača na regionalnim i državnim natjecanjima

#### PITANJA (10 MIN)

Za završetak predavanja, predavač će omogućiti sudionicima da postave pitanja, izraze svoja mišljenja, sumnje, osjećaje vezane za obrađenu temu.

#### PROCJENA (10 MIN)

Evaluacija o modulu i pruženim materijalima koja pokazuje ocjenu zadovoljstva.



# REFERENCE



Coleman, P., Karraker, K. (1997). Self-efficacy and parenting quality: findings and future applications, Developmental Review,

Cannao, M. (2006). Disabled children. The family in the face of disability. Cortina, Milan  
Donavon, A. (1988). Family stress and ways of coping with adolescents who have handicaps: Maternal perceptions. American Journal on Mental Retardation,



Hoffman, M.L. (2008). Empathy and moral development. The Mulino

Santi, M., & Ghedin, E. (2012). Assessing commitment to inclusion: a multidimensional Repertory. Giornale Italiano della Ricerca Educativa, V - special issue - 2012, 99-111

Specialist Degree Thesis "-A Track for Integration 2.0- Sara Alessio - IUSM Rome 2016



# LEARNING

## PREDAVANJE 2 VJEŠTINE I VODITELJI SPORTSKE UKLJUČIVOSTI

Cilj ovog predavanja je:

- ✓ Nakon početnog razdoblja navikavanja, stručnjaci bi trebali promicati periodično testiranje osnovnih motoričkih vještina i njihov razvoj kao funkciju srednjoročnog do dugoročnog cilja koji daje prioritet motoričkim sklonostima i potencijalu osobama s intelektualnim teškoćama u razvoju.
- ✓ Funkcija sportskog mentora i voditelja neizostavan je element inkluzivnog puta. Sportski mentor nije nužno osoba s invaliditeom, ali često može biti, koji je kroz dugotrajan proces rasta stekao vještine za pozitivno poticanje evolucije i uključivanje u trening svojih vršnjaka.

Trajanje predavanja: 40 min



## UVOD (10 MIN)

Predstavljanje modula i ciljeva obuke na način koji potiče razmišljanje o temi. Za uvod u obrađene teme može se odabrat način koji najviše odgovara treneru (video, pitanja, praktične vježbe).

## GLAVNI DIO (30 MIN)

### Otkrivanje jakih strana mlade osobe kroz sport.

Formativno i osnažujuće djelovanje sporta odnosi se na mogućnost poboljšanja sposobnosti prilagodbe osoba s invaliditetom, poticanje primjene psihičkih i motoričkih sposobnosti za integraciju u sociokulturalnu stvarnost i, po potrebi, njezinu modificiranje. Treba uzeti u obzir da, ruku pod ruku s ovim poboljšanjem dječakove adaptacijske sposobnosti, nove situacije koje sport prakticira pomažu mu u procesu povećanja autonomije. Sportska aktivnost pruža mogućnost poboljšanja njegovih motoričkih sposobnosti, s aspekta psihomotoričke koordinacije, te učinkovitije posturalne kontrole, potičući ga na stjecanje bolje percepcije vlastitog tijela.

Osim toga, može implementirati svoju sposobnost prostorne i vremenske organizacije, pronalazeći sebe kako djeluje i kreće se u definiranom prostoru u kojem će se morati aklimatizirati, shvaćajući njegove granice i karakteristike; bavit će se sportskom aktivnošću u kojoj će se upoznati s percepcijom vremena, usavršavajući svoju vremensku orientaciju shvaćenu kao sposobnost opažanja protoka vremena i slijeda događaja. Drugi važan obrazovni vektor je afektivnost koja se doživljava u različitim situacijama.

Jedna od komponenti afektivnosti je agresija, energetski potencijal, ali uglavnom reakcija na osjećaj frustracije (iz nezadovoljstva/nezadovoljstva) i neprijateljstva.

Agresivno ponašanje povezano je s kvalitetom toničko-emocionalne kontrole i može se manifestirati prema vanjskom svijetu (eksternalizacija: vikanje, udaranje, bacanje predmeta, udaranje...) jer umjesto toga može prijeći u autoagresivno, osobito kod vrlo inhibiranih predmeta.

Sportska aktivnost tako može omogućiti djetetu izražavanje agresije na društveno prihvatljive načine i učenje samokontrole nad njom. Tijelo također postaje instrument komunikacije, a sport je njegov jezik.

Konačno, socijalizacija predstavlja način razmjene potičući kanaliziranje vlastitog unutarnjeg svijeta u grupu vršnjaka.

Promicanje stjecanja sve veće autonomije i nuđenje novih i poticajnih

ljudskih kontakta temelji se na snagama omogućuju mladoj osobi da se izrazi i suoči sa sobom čak i izvan svog obiteljskog svijeta. Ovo je izraz integracije i osnaživanja kroz sport.

Sportska praksa je stoga važan alat koji može donijeti psihofiziološkoj koristi tako da vraća samopouzdanje pojedinca jer:

- potiče sposobnost prilagodbe
- razvija motoričke sposobnosti
- odgaja u izražavanju afektivnosti i agresivnosti
- potiče komunikaciju i socijalizaciju
- usavršava vještine prostorno-vremenske orientacije

Stoga je važno identificirati i na početku aktivnosti i tijekom procesa osposobljavanja jake strane mlade osobe s invaliditetom (npr. u procjeni mlade osobe uzeti u obzir pozitivnost) s obzirom na sve istaknute aspekte gore kako bi se iskoristio potencijal koji se također nalazi kao motivacijski poticaj za aktivno sudjelovanje. To podrazumijeva personalizaciju motoričkih i sportskih putova na temelju karakteristika pojedinačnih učenika.

### Demedikalizacija osoba s intelektualnim teškoćama u razvoju prepoznavanjem i unaprjeđenjem njihovih potencijala/vještina

Počeli smo od načela brige i zaštite u kojem su osobe s invaliditetom bile gotovo sinonim za nesposobnu osobu, ne samo da se on ili ona smatra osobom o kojoj treba skrbiti i pomagati na račun zajednice, nego, paradoksalno, u procjeni osobe kvantificiran je samo stupanj nesposobnosti: on ili ona je .....% invalid, nije sposoban za rad, ne može hodati, ne može se kretati, itd..... Na ovaj način bavljenja problemom invaliditeta, koji se dijelom usmjerio na medicinske aspekte, ubrzao je proces masovne getoizacije u ustanovama, rehabilitacijskim centrima i specijalnim školama.

Danas su se, međutim, prilike za odnose i integraciju, bez želje da se prikriju postojeće poteškoće, znatno poboljšale. Postoji put prema školskoj i radnoj integraciji, mobilnost je svakako poboljšana, a sve to, uz mnoge druge kulturološke čimbenike, otvorilo je nove horizonte integracije. Sve gore navedeno poslužilo je da se dođe do koncepta da u današnje vrijeme osobe s invaliditetom moraju biti potpuno slobodne u odabiru bavljenja sportom. Dakle, došlo je do pomaka od koncepta u kojem je bavljenje sportom bila možda jedina prilika za izlazak iz kuće, do novog koncepta u kojem se sportom bavi onaj tko se na taj način odluči baviti svojim slobodnim vremenom. Pripisujući tako vrijeme sportskim svrhama koje se odnose na dostojanstvo i rast osoba s invaliditetom prije svega kao 'osobe'.

Sport tako omogućuje razbijanje mentalnih koncepcija vezanih uz pojam patologije koja predstavlja ograničenje u socijalnoj integraciji, pružajući mogućnost izražavanja vlastite autonomije i organiziranja slobodnog vremena u sportskim i zabavnim aktivnostima ravnopravno s vršnjacima.

#### **Ključne osobe za učinkovito uključivanje: sportski mentor, voditelj, sportski djelatnik**

**Sportaši-mentorji:** Identificirani su u grupi vršnjaka među onima s više sposobnosti za vodstvo. Oni igraju važnu ulogu 'mosta' između instruktora i grupe.

Oni surađuju u ostvarivanju općih ciljeva grupe (npr. društvena sfera i autonomija), ali također i u specifičnim sportovima (npr. demonstracija i/ili ispravan praktični primjer vježbe)

Oni predstavljaju podršku drugima i uzimaju se kao tehnički model za druge (za osobe s invaliditetom i bez)

**Voditelj:** Važnu ulogu u obrazovnom programu ima voditelj integracijskih procesa, osoba koja sudjeluje u sportskim aktivnostima i postaje zajednička nit između sportaša (osoba s invaliditetom), obitelji i grupe u koju će se sportaš smjestiti. On ili ona ne mora nužno biti tehničar, ali svakako, sportaš koji ima potrebno znanje o specifičnim aktivnostima i zna kako se odnositi prema učenicima.

**Sportski tehničar:** Profesionalna osoba specijalizirana za motoričke aktivnosti koja je završila priznati sveučilišni tečaj.

#### **Od teorije do prakse: Prijedlozi kako strukturirati trening (može se staviti kao prilog)**

##### **Trening**

Da bi se postigli pozitivni rezultati, potrebno je istaknuti određene aspekte:

- Trening mora biti pripremljen i imati svoj cilj
- Uloge sudionika moraju biti definirane
- Raspored također mora biti organiziran (izbjegavajte da trener stoji s jedne strane, a sportaši možda čak i sjede, ali okrenuti jedan prema drugome. To bi značilo da stoje jedan naspram drugoga. Stoga preferirajte kružni raspored)
- Mora započeti pozitivnom izjavom
- Uključiti i drugog trenera ako je moguće
- Mora završiti pozitivno (bez pobjednika ili gubitnika)
- Odredite vrijeme posvećeno promicanju inicijativa svake osobe

##### **Definicija ciljeva**

Cilj se definira kao sposobnost ili vještina koju će sportaš moći postići nakon razdoblja učenja/poučavanja.

##### **Postoje dvije kategorije ciljeva:**

Didaktičko: ostvarivo u definiranom vremenu (kao što su motoričke vještine)

Formativno ili obrazovno: potpuno i učinkovito učenje sportske discipline (dugoročno).

##### **Ciljevi u ovoj kategoriji su:**

- Stabilizirati vlastitu psihofizičku dobrobit promicanjem tjelesnog rasta, autonomije i samopoštovanja.
- Postignići visok razvoj koordinacijskih vještina (specifičnih za lagane aktivnosti kao što je koordinacija prostor-vrijeme)
- Postizanje odgovarajućeg razvoja uvjetnih vještina (specifičnih za disciplinu)
- Steći specifične tehničke elemente potrebne za sportsku discipline
- Povećati razvoj kognitivnih vještina (spriječite sportaša da samo izvršava naredbe, već ga naviknite da razmišlja)
- Učinite naučene vještine upotrebljivima u budućim ponašanjima (također trenirajte ono što će se raditi u natjecanju, u sportnom je štetno)
- Steći praktična i teorijska znanja kako bi znali analizirati stanje treniranosti ('forma' igrača)

- Znati kako spriječiti specifične ozljede i patologije
- Razvijati vlastitu osobnost (sticati samopouzdanje, autonomiju, suradnju itd.)

## Razine komunikacije

Postoje više razina komunikacije:

- Tehnički: poznavanje teme koju moramo predavati
- Semantički: ispravnost korištene terminologije i prikladnost kontekstu
- Psihološki: korištenje potkrepljenja
- Pohvale: ohrabrenje ili nagrada za pozitivno ponašanje. Suprotstavlja se klasičnoj kazni, koja uključuje samo sportaševu domišljatost u izbjegavanju sljedeće kazne i to ne odgovara uvijek poboljšanju tehničke geste koja je uzrokovala samu kaznu. Pojačavanje vrijedi samo ako je često.

## Što potencirati?

- Izvedbu, ne rezultat
- Trud, a ne uspjeh
- Mala postignuća a ne konačnu pobjedu
- Ne samo učenje nego i ponašanje

## kada potencirati?

Neposredno nakon izvedbe potrebnog motoričkog zadatka

Opće karakteristike grupe su:

- Blizina: mogućnost komunikacije i izvan treninga
- Jednakost: prava i dužnosti jednaki su za sve
- Dinamička interakcija između članova: članovi grupe moraju biti sposobni komunicirati
- Zadovoljenje potreba: 'živjeti' u grupi je potreba za njezine članove
- Ideologija: stil ponašanja (referentni okvir)
- Zajednički cilj: jasno definiran
- Sudjelovanje članova u odlukama: obrazloženje razloga za odluku
- Komunikacija licem u lice i empatična komunikacija
- Promotivna međuovisnost: svatko doprinosi rastu drugoga (kohezija) = uzajamna pomoć

## Kako podučavati tehničko-taktičke vještine

Predlažući vježbe od lakih do složenih i od globalnih do analitičkih i naglašavajući dva aspekta:

## Objašnjavanje zadatka:

- verbalno (sažeto i lako razumljivo)
- imitacija (od vas se traži da ponovite gestu koju sam predložio)
- 'manipulativno' (u slučajevima loše/nikakve propriocepcije ili prerade sheme tijela...)

Promatranje: alat za prepoznavanje i naknadno ispravljanje pogrešaka.

Vježbe se dijele na opće, specijalne (ili posebne) i natjecateljske prema sličnosti sa situacijama natjecanja.





Ovisno o ciljevima koje želimo postići imamo:

- kondicijske vježbe: razvijanje kondicijskih vještina  
učenjem vježbi: razvijati motoričke sposobnosti
- vježbe učenja

Osnovna načela kojih se treba pridržavati u pripremi vježbi ove vrste su:

- definicija cilja
- učenje (postiže se standardiziranim ponavljanjem)
- stabilizacija (nestandardizirana ponavljanja)
- uspostaviti intenzitet i način oporavka
- konstrukcija vježbe
- uspostavljanje serija i ponavljanja (broj ponavljanja mora biti toliki da se mentalni "sklop" ne izgubi, a da se izbjegne umor)
- reproducirati situacije igre
- razmisiliti o prenošenju (pozitivnom ili negativnom)
- stvoriti motivaciju (nemojte izvoditi vježbu samo da bi poslušali naredbu)
- procijeniti učinak i utjecaje na radna opterećenja
- akitvno angažiran trener
- procijeniti učinak obuke na odgovore, a ne na prijedloge

#### Kriteriji za vježbe

Da bi se postigao željeni cilj, vježba treba imati sljedeće karakteristike:

- srednja težina
- izazovan karakter
- doprinosi razvoju sposobnosti
- upravljivost
- ispravljivost
- razumljivost
- emocionalno sudjelovanje (ovisno o prirodi vježbe)
- mentalno sudjelovanje (ovisno o prirodi vježbe)

#### Struktura treninga

Trening je strukturiran tako da uzastopno slijedi sljedeće faze:

- faza psihološke spremnosti: motivirajte ljudе (možda poboljšavajući prethodni trening) i objasnite ciljeve vježbanja
- psihomotorna aktivacija: faza zagrijavanja
- pripremna faza: ovisno o osnovama koje ćemo trenirati

- glavna faza
- rekapitulacija i evaluacija rezultata treninga (uvijek pozitivno)
- istezanje: treba ga raditi dobro ili nikako pokušavajući samoosnažiti sportaša (on zna što mu treba)

## Prijelaz iz teorije u praksu

Hiperfleksibilna priroda individualnog rasporeda treninga nezamjenjiva je u 'specijalnom obrazovanju' zbog nepredvidivosti povratnih informacija o predloženim aktivnostima.

Često se događa da pretjerano uzbuđenje, određeno postignućem ili neuspješnošću nekog motoričkog zadatka, kod učenika uvjetuje nemogućnost kontrole koja može dovesti do pravih emocionalnih kriza koje je teško savladati i učitelju i ostatku skupine, što rezultira usporavanjem tempa lekcije.

Događaji ove vrste moraju se pretvoriti u trenutke rasta i spoznaje za sve: prevladavanje praga straha pred krizom nasilja kod 16-godišnjeg dječaka, na primjer, dostižan je cilj ako i samo ako se grupa usmjerava na ispravno razumijevanje traumatičnog događaja i ako se predlažu rješenja za uzajamnu pomoć i 'prevenciju rizika', izbjegavajući da sam dječak postane još više frustriran i da se kriza negativno 'pojača'. Stoga je važno da nekoliko operatera intervenira, sa sposobnošću međusobnog izmjerenjivanja bez destabiliziranja ostatka grupe.

Realizacija motoričkih zadataka kontinuirano se prati različitim vrstama intervencija:

- provedba potrebne vježbe od strane trenera, koja daje primjer i potiče procese 'imitiranja'
- izravna pomoć i pratnja sportašu u izvođenju i/ili verbalnom ponavljanju traženog zadatka
- "fizička manipulacija" sportaša kako bi mu se pomoglo u pravilnoj percepciji pokreta koji treba izvesti
- neizravna pomoć: poticanje procesa oponašanja među članovima grupe
- nadzor grupe kao cjeline.

Ispravljanje svake greške u provedbi traženog motoričkog zadatka treba biti pravodobno, ali ne i frustrirajuće. Promicanje procesa uzajamne pomoći između PWID-PWID, OSI-OS, PWID-OS (među vršnjacima) neophodno je za ostvarivanje obrazovne zadaće usmjerene na integraciju. Rad koji treba programirati mora prije svega pružiti stimulaciju tijekom cijelog treninga. Zapravo, znamo koliko je teško održavati stalnu pozornost i stoga je bitno ponuditi širok izbor kratkih i zabavnih vježbi.

Sportsku aktivnost treba doživjeti kao vlastiti trenutak, kao priliku da drugima i sebi pokažu svoje sposobnosti i potencijal drugima, te kao sredstvo za postizanje cilja koji se postiže osobnim trudom i zalaganjem.

Trener stupa na put autonomije prije svega kao promatrač kako bi mogao definirati ciljeve kojima treba težiti prilagođavajući sadržaje treninga sposobnostima pojedinca i zadajući mu prikladne i rješive zadatke, uz poticaj. Vježbenik će također steći dobro povjerenje u svoje mogućnosti kroz odobravanja i negativne reakcije, pravovremene ispravke od strane trenera: stoga je potrebno voditi vježbenika do svijesti o pogrešci, a da ga ne frustrirate, već mu pomognete da uočiti uzroke koji su doveli do pogreške.

Trener kao edukator morat će 'zahtijevati' da se započete vježbe završe uspostavljanjem moralnog pravila koje tjera polaznike da uvijek dovrše započete aktivnosti.

Trener će također morati biti svjestan da svaka postignuta 'prekretnica' predstavlja novu početnu točku za nove i bezbrojne ciljeve.

Ciljevi koje instruktor postavlja pri planiranju programa rada s osobama s intelektualnim teškoćama i osobama bez teškoća u razvoju bit će slični, ali s različitim vremenima primjene i pristupima s metodološkog i didaktičkog stajališta.

## PITANJA (10 MIN)

Za završetak predavanja, predavač će omogućiti sudionicima da postave pitanja, izraze svoja mišljenja, sumnje, osjećaje vezane za obrađenu temu.

## PROCJENA (10 MIN)

Rasprava

# REFERENCE



DE ANNA, L. (2005). Designing and promoting Integrated Motor and Sport Activities in the education of people with disabilities. In School and social integration.

OSSICINI, A. (1990) Lo Sport è terapia, Società Stampa Sportiva, Rome  
Palmieri C., Dal Progetto Educativo Individualizzato al Progetto di Vita. Rivista Animazione Sociale, Turin, Edizioni Gruppo Abele, 2006

SALVITTI, C. The practice of motor activity with mentally disabled adolescents and adults Specialist Degree Thesis "-A Track for Integration 2.0- Sara Alessio - IUSM Rome 2016





## PREDAVANJE 3

### PRAVO NA BAVLJENJE SPORTOM

Cilj ovog predavanja je:

- ✓ -Poticati kroz iskustvo slobodne igre otkrivanja sportskih disciplina. Zatim koristiti nestrukturiranu igru za stjecanje znanja i pravila sportskih igara.
- ✓ Znati prepoznati želju i prepoznati vještine za ambiciozniji sportski put i nastup.
- ✓ Poznavati nacionalne i međunarodne propise natjecateljskih aktivnosti za osobe s teškoćama u razvoju: propisi IPC-a i nacionalnih paraolimpijskih odbora (klasifikacije i kategorije natjecateljskih pre-agonista)

Trajanje predavanja: 40 min



## UVOD (10 MIN)

Predstavljanje modula i ciljeva obuke na način koji potiče razmišljanje o temi. Za uvod u teme može se odabrat način koji najviše odgovara treneru (video, pitanja, praktične vježbe).

## GLAVNI DIO (20 MIN)

**Definicija igre:** Igra je spontana aktivnost koju djeca prakticiraju i iz koje izvlače užitak, zadovoljstvo i užitak koji ima ključnu ulogu u njihovom razvoju. Igra je usko povezana s učenjem i zdravim rastom.

Kroz igru dijete:

- Uči i jača svoje komunikacijske vještine
- Postaje svjestan pravila - mnoge igre, osobito one koje se igraju u skupinama, podrazumijevaju poštivanje određenih pravila - naučiti ih koristiti, razumjeti značenje i nužnost sjećanja na njih
- Uspostavlja posebno plodnu razmjenu s vanjskim svijetom i s drugim pojedincima; stvara se prijenos znanja, vještina, tehnika i sposobnosti na spontan i radostan način
- Razvija sposobnost upravljanja i ovladavanja vlastitim emocijama
- Uči kako planirati i praviti planove; učiti o vanjskoj stvarnosti i odnositi se prema njoj, davati značenje svijetu oko sebe i
- Uči uspostaviti odnos s drugima i uspostaviti aktivne, konstruktivne, značajne odnose
- Razvija vlastitu kreativnost

**Definicija sportske igre:** skup je strategija, postupaka, metoda, sredstava, sadržaja kojima se želi pospješiti učenje i prakticiranje obrazovnih i pojednostavljenih oblika sportskih disciplina. Može se koristiti kao uvod u sportsku igru ili koristan za sudjelovanje u sportskoj aktivnosti. Koristi se za poticanje općih motoričkih sposobnosti, a cilj je promijeniti pravila ili određene točke dekonstrukcijom sadržaja kako bi se olakšalo sudjelovanje osoba s intelektualnim teškoćama u razvoju.

**Definicija sportske igre:** Regulirana igra

**Pravo na bavljenje sportom**

Pravo na bavljenje sportom odnosi se na mogućnost svake osobe s intelektualnim teškoćama da napreduje u sportu kroz stalnu procjenu performansi i njihovo poboljšanje uzimajući u obzir specifične sklonosti i volju sportaša. Svaki sportaš koji ima namjeru rasti i sudjelovati u nacionalnim i međunarodnim aktivnostima, nakon što je utvrdio mogućnosti, može se obratiti paraolimpijskoj disciplini države kojoj pripada. Zadatak trenera i voditelja bit će podrška i usmjeravanje prema priznatim paraolimpijskim klubovima/federacijama.

**Prijedlozi:** Treneri bi trebali imati vještine kako bi olakšali proces prijelaza na bavljenje sportom

**Od inkluzivne sportske prakse do nacionalne i međunarodne aktivnosti.**

**Primjer Italije:**

**CIP:** Comitato Italiano Paralimpico (Talijanski paraolimpijski odbor) tijelo je koje je zakonodavac identificirao kao distributera socijalne pomoći i kao osobu odgovornu za bavljenje sportom osoba s invaliditetom na bilo kojoj razini i bilo kojoj vrsti invaliditeta te, prema tome, kao tijelo kojem je povjereno priznavanje i koordinacija saveza, organizacija i sportskih disciplina priznatih od strane IPC-a i Cio-a i u svakom slučaju djeluju na nacionalnom teritoriju koji se uglavnom brinu o sportskim aktivnostima za osobe s invaliditetom. CIP, što se tiče natjecateljske aktivnosti, koordinira i promiče atletsku pripremu paraolimpijskih predstavnika različitih disciplina zbog nacionalnih i međunarodnih obveza i, prije svega, paraolimpijskih igara.

**Specijalna olimpijada:** obrazovni je program koji predlaže i organizira treninge i događaje samo za osobe s intelektualnim teškoćama i za sve razine sposobnosti. Sportski događaji otvoreni su za sve i nagrađuju svakoga, temeljeni na međunarodnim propisima koji se kontinuirano testiraju i ažuriraju. Misija ovog pokreta je promicanje treninga i prakticiranja olimpijskog sporta za osobe s intelektualno-relacijskim teškoćama, dajući im stalne prilike za fizički i mentalni razvoj.

**FIDIR:** Federazione Italia sport Paralimpici degli intellettivo relazioni, je sportski savez kojem je C.I.P. (Talijanski paraolimpijski odbor) povjeroupravljanje, organizaciju i razvoj sportskih aktivnosti za sportaše s intelektualnim i relacijskim poteškoćama.

**FFISPES:** Talijanski savez paraolimpijskih i eksperimentalnih sportova, izaslanstvom Talijanskog paraolimpijskog odbora, odgovoran je za upravljanje sportskim aktivnostima kao što su atletika, nogomet za osobe s amputacijama, mali nogomet i ragbi u invalidskim kolicima. Dok djeluje prema uputama Talijanskog paraolimpijskog odbora, FISPES uživa tehničku, organizacijsku i upravljačku autonomiju.

**Prijedlozi:** Smatra se nužnim da praktičar poznaje nacionalne i međunarodne organizacije koje nadziru organizaciju sportskih aktivnosti za osobe s intelektualnim teškoćama u razvoju kako bi učenicima pružili jasnu i cjelovitu sliku.

## PITANJA (10 MIN)

Za završetak predavanja, predavač će omogućiti sudionicima da postave pitanja, izraze svoja mišljenja, sumnje, osjećaje vezane za obrađenu temu.

## PROCJENA (10 MIN)

Rasprrava



# REFERENCE



[Andrea Ceciliani, 'General characteristics of motor skills', 1st level course, CONI Bologna provincial staff - FIGC, 2001;](#)

[Gianna Ferranti, 'Corpo, movimento, gioco e folclore', Ed. Morlacchi, Perugia, 2002;](#)

[M. P. Dellabianca, 'Motor education and skill development scale'.](#)

[Stefano Biscaccianti, 'La scuola, il gioco, lo sport', Ed. La Scuola, Brescia, 1996](#)

[Specialist Degree Thesis "-A Track for Integration 2.0- Sara Alessio - IUSM Rome 2016](#)



A photograph of two young children, a boy and a girl, playing on a horizontal bar structure at a playground. The boy, on the left, has long, wavy hair and is wearing a yellow t-shirt and light-colored shorts. He is hanging from the bar with his right arm. The girl, on the right, has dark hair tied back with a green and red bow and is wearing a yellow t-shirt and striped shorts. She is also hanging from the bar with her right arm. They are both looking towards the background, which features a large, colorful hedge in the shape of cartoon faces (purple and yellow) and a building with a dark roof. The ground is covered in green grass.

## MODUL 3

INKLUZIVNA ULOGA SPORTA I IGARA KAO  
ALATA ZA UKLJUČIVANJE I OSNAŽIVANJE

## UVOD U MODUL

Inkluzija, kao proces vrednovanja različitosti i prihvaćanja doprinosu svih u stvaranju bogatijih i održivijih društava, imperativ je 21. stoljeća. U područjima obrazovanja, zaposlavljanja, društvenog života i kulture sve više projekata trebalo bi težiti inkluzivnosti, prihvaćanju različitosti i poštivanju identiteta svake osobe. To nije drugačije u slučaju sporta i igara, aktivnosti koje pogoduju stvaranju savršenih uvjeta za uključivanje i osnaživanje populacija koje su podložne segregaciji i isključenosti.

Prema Konvenciji Ujedinjenih naroda o pravima osoba s invaliditetom, svaka osoba, bez obzira na vrstu ili stupanj invaliditeta, ima pravo na punu uključenost i sudjelovanje u zajednici. S ovim modulom, glavni ciljevi su promišljanje o snazi sporta i igara kao alata za uključivanje i osnaživanje i istraživanje metodologija i pristupa za korištenje ovih aktivnosti u ovom smislu.

Jeste li spremni za izazov?

## KLJUČNE RIJEČI

Sportovi; Igre; Socijalna inkluzija; Osnaživanje

## CILJEVI UČENJA

- Objasniti koncepte uključivanja i osnaživanja;
- Razviti inkluzivan način razmišljanja i stav kao sportski trener/učitelj;
- Objasniti teme Inkluzivni i prilagođeni sportovi i igre;
- Istražiti različite pristupe stvaranju inkluzivnih sportova i igara i navesti najbolje načine uključivanja u sportove i igre diljem svijeta;
- Koristiti pristup T.R.E.E. za prilagodbu sportske aktivnosti ili aktivnosti u igri.
- 

## ISODI UČENJA

Od sudjelovanja u modulu od polaznika se očekuje da pokažu:

- Povećano znanje o temi Inkluzija i osnaživanje osoba s invaliditetom;
- Pozitivniji stav i razmišljanje o razvoju o uključivanju osoba s invaliditetom u sport i igre;
- Povećano znanje o temi uključivih i prilagođenih sportova i igara;

- Poboljšan pristup relevantnim informacijama i literaturi na temu uključivih i prilagođenih sportova i igara;
- Poboljšano iskustvo u planiranju prilagodbe sporta i igara s ciljem uključivanja i osnaživanja.

## SADRŽAJ PREDAVANJA

- Powerpoint prezentacije
- Video
- Teorijski okvir (znanstveni radovi i stručna literatura)
- Scenarij za učenje

## AKTIVNOSTI UČENJA I POUČAVANJA

- Teorijska nastava
- Video analiza
- Grupna rasprava
- Individualno mišljenje
- Pregled literature
- Tudiće slučaja

## PROCJENA

Za radionicu:

- Grupni zadatak - pojmovna određenja inkluzije i invaliditeta;
- Individualna vježba - opis Spektra uključivanja;
- Grupni zadatak - primjena T.R.E.E. metode.

Formativna evaluacija će se provoditi tijekom cijele radionice, tijekom različitih grupnih razmišljanja i debata

Za online predavanje:

- Na kraju svakog predavanja potrebno je polagati kvalifikacijski test pomoću online obrasca (Da/Ne, Točno/Netočno i kviz s više odgovora)

## LITERATURA

### Knjige i članci:

Social inclusion through sports. Methodology research paper prepared within the framework of ERASMUS Sport project "Empowerment Through Sports (ETS): No ETS - 603485-EPP-1-2018-1-LT-SPO-SCP.

Different. Just like you: A psychosocial approach promoting the inclusion of persons with disabilities. Training guide.

Book developed with funding from the EU Lifelong Programme through a collaborative and published by published by the International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies Reference Centre for Psychosocial Support.

Harknett, S. (2013). Sport and play for all. A manual on including children and youth with disabilities. Handicap International: Sri Lanka.

All different – all the same? Developing training sessions for groups of refugees Training Manual for Practical Application. Experiences, Basics, Training exercises.

Available at:

<https://www.sportanddev.org/en/document/manuals-and-tools/all-different-all-same-developing-training-sessions-groups-refugees>.

### Video:

- [https://www.youtube.com/watch?v=w1uihvD\\_wo4&list=PLYcm5AXi7I2VvFIHmUzhcXXmrc3QKYCgh](https://www.youtube.com/watch?v=w1uihvD_wo4&list=PLYcm5AXi7I2VvFIHmUzhcXXmrc3QKYCgh)
- <https://www.youtube.com/watch?v=QovHvSHLVZw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=NUHnDyeVRFg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=aBJOGcLhRBs>
- <https://www.youtube.com/watch?v=aBJOGcLhRBs>
- <https://inclusivesportdesign.com/tutorials/adapt-and-modify-with-tree/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=kmAfpmGO7DU>
- <https://youtu.be/9s3NZaLhcc4>
- <https://www.youtube.com/watch?v=rUJkbWNnNy4>

### Web stranice:

<https://inclusivesportdesign.com/>

<https://www.sportanddev.org/>

<https://www.specialolympics.org>

<https://novakdjokovicfoundation.org/>



## PRIPREMA ZA PREDAVANJE

- Kao pripremu za predavanje, sudionici se pozivaju da pogledaju i razmisle o videu:
- Link: <https://www.youtube.com/watch?v=kmAfpmGO7DU>

## POTREBNI MATERIJALI

- Računalo / Laptop
- Zvučnici
- Blok, papir i olovka
- Listovi papira za sudionike
- Radni list Spektar uključivanja u sport za svakog sudionika

## NAZIV PREDAVANJA

- 1 Sportovi i igre kao alati za uključivanje i osnaživanje
- 2 Metodologije i pristupi za uključivanje i osnaživanje u sportu i igrama





## PREDAVANJE 1

### SPORTOVI I IGRE KAO ALATI ZA UKLJUČIVANJE I OSNAŽIVANJE

Cilj ovog predavanja je:

- Razmišljati o različitim konceptualnim modelima invaliditeta
- Objasniti koncepte uključivanja i osnaživanja
- Navesti dobrobiti uključivanja u sport i igre
- Opisati Spektar inkluzije u sportu

Trajanje predavanja: 90 min



## **Definicija osnaživanja**

U ovom kontekstu, Osnaživanje se može definirati kao omogućavanje osobama s invaliditetom da preuzmu kontrolu nad svojim životima, informirajući politike i pružanje usluga, te pomažući drugima da prepoznaju nešto što bi trebalo biti očito, tj. pojedince treba cijeniti zbog onoga što jesu, a ne 'unatoč 'oštećenje. Kako bismo imali „stav osnaživanja“, temeljno je prepoznati da, kako navodi Bernard Dan (2018.), „invaliditet nije nužno obespomoćivanje“. Ispitivanje načina na koji se moć – ovdje shvaćena kao sposobnost utjecaja na ponašanje drugih ljudi – raspoljjuje, ostaje ključno za prepoznavanje i rješavanje postojećih prepreka. Postoji rizik da – ovisno o našim perspektivama o dijagnozi, procjeni i liječenju – mi, stručnjaci, jačamo model invaliditeta koji može povećati stigmatizaciju i nejednakost. Tako bismo mogli osnažiti sebe, a ne ljudе koje namjerno nastojimo osnažiti, usvajanjem inkluzivne filozofije u našem radu i promicanjem modela invaliditeta koji se temelji na ljudskim pravima.

## **Barijere uključivanju osoba s invaliditetom u sport i igre**

Kako je objasnio Centar za kontrolu i prevenciju bolesti, postoji nekoliko vrsta prepreka s kojima se osobe s invaliditetom mogu suočiti kada pokušavaju aktivno sudjelovati u društvu. Ove barijere mogu se klasificirati prema:

### **1) Barijere u stavovima**

Barijere u stavovima najosnovnije su i pridonose drugim preprekama. Na primjer, neki ljudi možda nisu svjesni da poteškoće u dolasku ili ulasku na neko mjesto mogu ograničiti osobu s invaliditetom u sudjelovanju u svakodnevnom životu i uobičajenim dnevnim aktivnostima. Primjeri prepreka u stavovima uključuju:

- Stereotipi: Ljudi ponekad stereotipiziraju osobe s invaliditetom, pretpostavljajući da je njihova kvaliteta života loša ili da su nezdravi zbog svojih oštećenja;
- Stigma, predrasude i diskriminacija: Unutar društva ovi stavovi mogu proizaći iz ideja ljudi povezanih s invaliditetom—Ljudi mogu vidjeti invaliditet kao osobnu tragediju, kao nešto što treba izlijeciti ili spriječiti, kao kaznu za nedjelo ili kao pokazatelj nedostatka sposobnosti da se ponašaju kako se očekuje u društvu.

### **2) Komunikacijske barijere**

Komunikacijske barijere doživljavaju osobe s invaliditetom koje utječu na sluš, govor, čitanje, pisane i ili razumijevanje i koji koriste različite načine komuniciranja od ljudi koji nemaju te nedostatke. Primjeri komunikacijskih prepreka uključuju:

- Pisane poruke promicanja zdravlja s barijerama koje sprječavaju osobe s oštećenjem vida da prime poruku;
- Korištenje verzija materijala malim slovima ili bez njih.

### **3) Fizičke barijere**

Fizičke barijere su strukturne prepreke u prirodnim ili umjetnim okruženjima koje sprječavaju ili blokiraju mobilnost (kretanje u okolini) ili pristup. Primjeri fizičkih prepreka uključuju:

- Stepenice i rubnjaci koji blokiraju osobe s poteškoćama u kretanju da uđu u zgradu ili koriste nogostup;
- Nedostatak vase za težinu koja je prilagođena korisnicima invalidskih kolica koji imaju poteškoća s koračanjem.

### **4) Političke barijere**

Političke barijere često su povezane s nedostatkom svijesti ili provedbe postojećih zakona i propisa koji zahtijevaju da programi i aktivnosti budu pristupačni osobama s invaliditetom. Primjeri političkih prepreka uključuju:

- Uskraćivanje mogućnosti kvalificiranim osobama s invaliditetom da sudjeluju u programima, uslugama ili drugim pogodnostima koje financira savezna vlast ili da imaju koristi od njih;
- Uskraćivanje razumne prilagodbe kvalificiranim osobama s invaliditetom kako bi mogle obavljati osnovne funkcije posla za koji su se prijavile ili su angažirane.

### **5) Programske barijere**

Programske barijere ograničavaju učinkovito pružanje javnog programa za osobe s različitim vrstama oštećenja. Primjeri programskih prepreka uključuju:

Nezgodan raspored;

- Malo ili nimalo komunikacije s pacijentima ili sudsionicima;
- Stavovi, znanje i razumijevanje pružatelja usluga za osobe s invaliditetom.

## UVOD (15 MIN)

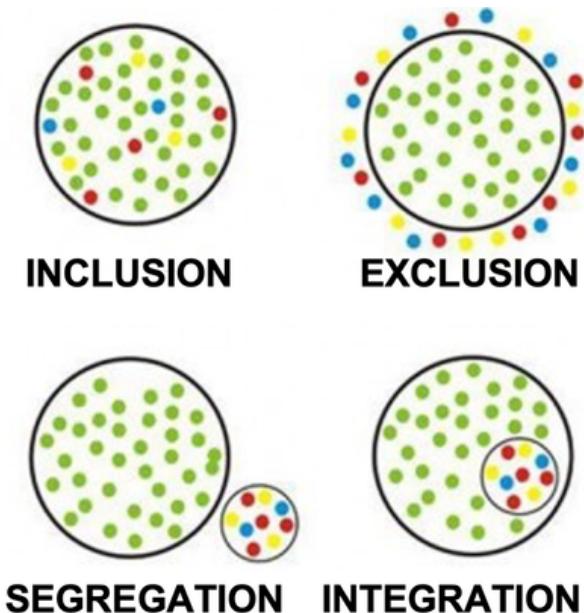
Prezentacija i promišljanje videa o različitim konceptualnim modelima invaliditeta.

Pregled videa s poveznice sa sudionicima:

[https://www.youtube.com/watch?v=24KE\\_OCKMw](https://www.youtube.com/watch?v=24KE_OCKMw)

Grupni rad na zadatku označavanja s konceptima uključivanja, integracije, segregacije i isključivanja.

Nakon analize videa, pokazati slike i razmisliti o mogućem značenju svake od 4 riječi i slike. Rasprava u skupini i prezentacija rješenja zadatka označavanja:



Zatražiti sudionike da naprave bilješke i koriste ih kasnije tijekom predavanja kako bi povezali vježbu označavanja s teorijskim objašnjenjem 4 koncepta. Povezati ovu vježbu s konačnim odrazom s analogijom cipela.

## GLAVNI DIO (50 MIN)

Teorijski prikaz, gledanje videa i analiza primjera o:

### Različitim konceptualnim modelima invaliditeta

Što se tiče koncepta invaliditeta koji svatko od nas ima, važno je razmisliti o različitim teorijskim modelima koji podupiru ovu temu. Prema Medicinskom modelu, invaliditet ima svoje podrijetlo u osobi, u njenoj bolesti, oštećenju ili zdravstvenom stanju. Dakle, da bi bila uključena i sudjelovala u svim aspektima društva, osoba s invaliditetom trebala bi neku vrstu liječenja, lijekove ili intervenciju koja bi riješila razlog invaliditeta. Međutim, nemaju sva stanja invaliditeta medicinske razloge i ne treba svaka osoba s invaliditetom lijek kako bi bila i osjećala se uključenom!

Kako su koncept i razmišljanje o invaliditetu postajali sve složeniji, dublji i realističniji, pojavio se društveni model, definirajući invaliditet kao uvjetovan i ima svoje podrijetlo u interakciji između karakteristika osobe i karakteristika konteksta.

Prezentacija i razmišljanje o videu o društvu može imati barijere koje su onesposobljavajuće za osobu s oštećenjem, bolescu ili razvojnim stanjem ili, s druge strane, društvo može pružiti fasilitatore koji će omogućiti sudjelovanje svima, bez obzira na bilo kakvo oštećenje ili stanje invalidnosti. Suvremenija perspektiva, model temeljen na ljudskim pravima, ide dalje od ove ideje, definirajući koncept invaliditeta kao rezultat kršenja ljudskih prava osobe; Invaliditet potječe iz društva koje ne priznaje različitost i ispunjava sva ljudska prava. Ako o invaliditetu razmišljamo iz ove perspektive, ne postoji drugi način osim uključivanja osoba sa i bez invaliditeta u sport i sve druge aspekte aktivnog života.

### Koncepti uključivanja, integracije, segregacije i isključivanja

Prema Ujedinjenim narodima (UN), u okviru Konvencije o pravima osoba s invaliditetom, koncept inkluzije može se definirati kao proces sustavne reforme, koji uključuje promjene i modifikacije sadržaja, metoda poučavanja, pristupa, struktura i strategije. Cilj uključivanja je prevladavanje prepreka s vizijom pružanja svima ravnopravnih i participativnih iskustava i okruženja, koja najbolje odgovaraju njihovim zahtjevima i preferencijama. Ovo je suprotno od isključenja, koje je obilježeno osobama koje su izravno ili neizravno spriječene ili uskraćene u pristupu u bilo kojem obliku, kao i od segregacije, u kojoj se osobama s invaliditetom pružaju usluge u odvojenim okruženjima dizajniranim ili korištenim kao odgovor na određena ili različita oštećenja, u izolaciji od osoba bez invaliditeta. Integracija je bila međukorak na putu prema inkluzivnom društvu, ali ipak nedovoljno! Može se definirati kao proces smještaja osoba s invaliditetom u postojeće redovne usluge ili ustanove, sve dok se prve mogu prilagoditi standardiziranim zahtjevima takvih ustanova.

## **6. Društvene barijere**

Društvene barijere povezane su s uvjetima u kojima su ljudi rođeni, rastu, žive, uče, rade i stare, a koji mogu pridonijeti smanjenom funkciranju osoba s invaliditetom. Neki od primjera društvenih prepreka:

- Daleko je manje vjerojatno da će osobe s invaliditetom biti zaposlene;
- Manje je vjerojatno da će odrasli u dobi od 18 godina i stariji s invaliditetom završiti srednju školu u usporedbi s njihovim vršnjacima bez invaliditeta;
- Vjerojatnije je da će osobe s invaliditetom imati prihod manji od 15 000 USD u usporedbi s osobama bez invaliditeta;
- Djeca s teškoćama u razvoju imaju gotovo četiri puta veću vjerojatnost da će doživjeti nasilje od djece bez teškoća u razvoju.

## **7. Transportne barijere**

Prijevozne prepreke nastaju zbog nedostatka odgovarajućeg prijevoza koji ometa sposobnost osobe da bude neovisna i funkcioniра u društvu. Primjeri prometnih prepreka uključuju:

- Nedostatak pristupa pristupačnom ili praktičnom prijevozu za ljudе koji ne mogu voziti zbog oštećenja vida ili kognitivnih sposobnosti;
- Javni prijevoz može biti nedostupan ili na neprikladnim udaljenostima ili lokacijama.

## **Razlozi i koristi od uključivanja osoba s invaliditetom u sport i igru**

Iako svi živimo u eri inkluзije, možda još uvijek postoji uvrježena i sposobna ideja da ljudi bez invaliditeta uključuju one s invaliditetom kao čin dobra ili ljubavnosti. Danas je poznato da je različitost u grupama, bilo zbog različitih sposobnosti, religija, kulturnih uvjerenja ili etničke pripadnosti, prednost za sve. Na neki način, svi smo na dobitku, kada je različitost uključena; svi gubimo kada se događa isključivanje. U sportu zapravo postoje vrlo dobri razlozi za inkluзivnu praksu. Kao što je Specijalna olimpijada izjavila, evo najmanje 5 dobrih razloga za inkluзivne sportove:

- Razlog 1: Inkluзija promiče toleranciju i smanjuje zlostavljanje. Isključenje potiče strah od različitosti. Inkluзija, s druge strane, potiče prihvatanje.
- Razlog 2: Inkluзija njeguje empatiju. Inkluзivni sportovi okupljaju igrače sa i bez invaliditeta u tim, dajući im priliku da provode vrijeme jedni s drugima i dijele zajedničke interese. Ova interakcija podupire razvoj prijateljstva, kao i društvenu uključenost.

- Razlog 3: Inkluзija pomaže ljudima da razviju pozitivnu sliku o sebi. Prema istraživanju o teškoćama u razvoju, sportaši s invaliditetom koji se bave inkluзivnim sportovima pokazuju povećano samopoštovanje i samopoštovanje u usporedbi s osobama s invaliditetom koje ne sudjeluju u takvim aktivnostima. Kroz ujedinjujuću snagu sporta, sportaši grade samopouzdanje u ono što mogu postići.
- Razlog 4: Uključivanje pokreće značajnu promjenu. Razumijevanje koje dolazi s inkluзivnim načinom razmišljanja može dovesti do novih ideja i pozitivnih promjena. Na primjer, osobe s intelektualnim teškoćama uvijek su imale manji pristup zdravstvenoj skrbi. Ova situacija je još gora jer je samo 1 od 5 zdravstvenih radnika obučen za njihovo liječenje. Uključivanje u sport može potaknuti promjenu kod sportaša i profesionalaca u "pravom" smjeru.
- Razlog 5: Inkluзija nam pomaže da prvo vidimo osobu. Kada su svi ljudi uključeni u sve aspekte društva, vjerojatnije je da ćemo vidjeti osobu umjesto da se usredotočimo na njen invaliditet.

## **Spektar inkluзije u sportu**

Usko povezana s pojmom inkluзije, postoji ideja inkluзivnog spektra kada se pokušava uključiti i okupiti sve sportaše. To se može učiniti na različite načine, od odabira neigrackih uloga – npr. biti sudac – za nekoga čije sposobnosti mu/joj ne dopuštaju da igra igru – do provedbe manjih ili većih promjena u stilu podučavanja, pravilima, okoline i opreme, kako bi sportaši s invaliditetom mogli sudjelovati (npr. korištenje lopte s visokom kontrastnom bojom i zvukom, za nekoga s oštećenjem vida). Ponekad nisu potrebne nikakve izmjene i osoba s invaliditetom može "samo" igrati kao i svaki drugi igrač. Drugo, svatko može sudjelovati u modalitetu specifičnom za osobe s invaliditetom (npr. svi igraju košarku u invalidskim kolicima), a to je također Inclusive Sports. Kao što vidimo, uključivanje u sport dolazi u različitim oblicima i na različite načine... Baš kao u staroj izreci: "Gdje ima volje, ima i načina"! Slika izvornog inkluзivnog spektra može se istraživati sa grupom i svatko može smisliti različite načine uključivanja u različite aktivnosti.

Sa grupom treba istražiti različite mogućnosti:

- Otvorena aktivnost

Jednostavna aktivnost koja se temelji na onome što cijela grupa može učiniti s malo ili bez ikakvih izmjena.

- Izmjenjena aktivnost

Svatko radi istu aktivnost s izmjenama za izazov i podršku svim sposobnostima.

- Paralelna aktivnost

Sudionici su grupirani prema sposobnostima; svaki obavlja istu aktivnost, ali na odgovarajućim razinama.

- Odvojena djelatnost

Pojedinac ili grupa obavljaju ciljano planiranu drugačiju aktivnost.

- Sportska aktivnost osoba s invaliditetom

Aktivnosti za sve sudionike temeljene na aspektima sporta s invaliditetom mogu se uključiti u sve pristupe—obrnuta integracija. Primjer može uključivati sudionike sa i bez oštećenja koji igraju košarku u invalidskim kolicima.

Tijekom radionice potrebno je provoditi trenutke individualnog razmišljanja i grupne rasprave.



## PITANJA (25 MIN)

Praktična vježba o spektru inkluzije u sportu

Upotrijebite radni list spektra inkluzije kako biste razmislili o različitim načinima prilagodbe određenog sporta ili igre koju su sudionici odlučili prilagoditi.

Zaključak s analogijom cipela o konceptima oko uključivanja Sesiju treba završiti istraživanjem slike s analogijom cipela kako bi se pregledali i razmislili o svim istraženim konceptima.



**Equality is everyone getting a pair of shoes.**



**Diversity is everyone getting a different type of shoe.**



**Equity is everyone getting a pair of shoes that fits.**

## PROCJENA (10 MIN)

Grupni zadatak - pojmovna određenja inkluzije i invaliditeta;

- Individualno vježbanje - opis Spektra uključivanja u sport;
- Online kviz

# REFERENCE



**International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF).** Available at:  
<https://www.who.int/standards/classifications/international-classification-of-functioning-disability-and-health>

**United Nation's Convention on the Rights of Persons with Disabilities.** Available at:  
<https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-persons-disabilities>



**Inclusion, Exclusion, Segregation, and Integration: How are they different?.** Available at:  
<https://www.thinkinclusive.us/post/inclusion-exclusion-segregation-and-integration-how-are-they-different>

**Why Inclusion Is Important.** Available at: <https://www.specialolympics.org/stories/impact/why-inclusion-is-important>

**The Inclusion Spectrum, planning sport activities for everyone.** Available at:  
<https://inclusivesportdesign.com/tutorials/the-inclusion-spectrum-planning-sport-activities-for-everyone/>



## PREDAVANJE 2

# METODOLOGIJE I PRISTUPI ZA UKLJUČIVANJE I OSNAŽIVANJE U SPORTU I IGRAMA

Cilj ovog preavanja je:

- Definirati uključive i prilagođene sportove i igre
- Razviti inkluzivan način razmišljanja i stav kao sportski trener/učitelj
- Istražiti različite pristupe za stvaranje uključivih sportova i igara
- Koristiti pristup TREE za prilagodbu sporta ili igre
- Navesti najbolje prakse uključivanja u sport i igre diljem svijeta

Trajanje predavanja: 70 min



## UVOD (10 MIN)

### Prezentacija i razmišljanje o intervjuu o nositeljima inkvizije u sportu

Započeti istraživanje teme razgovorom o članku *Be a Leader for Inclusion in Sports*, na sljedećem linku:  
[https://www.huffpost.com/entry/be-a-leader-for-inclusion\\_b\\_7532052](https://www.huffpost.com/entry/be-a-leader-for-inclusion_b_7532052)

### Grupno razmišljanje o činjenicama o invaliditetu, svijesti o invaliditetu i "bontonu"

Nastavite istraživati temu analizirajući neke činjenice i brojke o invalidnosti iz CAFE – Centra za pristup nogometu u Europi. Usredotočite se posebno na "bonton osoba s invaliditetom", odnosno na pitanja komunikacije i jezika. Važno je koristiti odgovarajuću terminologiju u komunikaciji s osobama s invaliditetom i odmaknuti se od negativnijih ili pogrdnjih stereotipnih riječi i izraza. To uključuje pogrdne izraze kao što su 'invalid', 'osakačen', 'invalid' i 'hendikepiran'. Riječ 'invalid', na primjer, temelji se na engleskoj riječi koja doslovno znači invalid ili bezvrijedan, dok mnogi smatraju da riječ 'hendikepiran' potječe od engleske riječi koja se nekoć koristila za opisivanje nekoga tko je prošao 'rukom'. and-cap' ili 'hendikep'. Postavite pitanje: Je li moguće da uključivi sportovi mogu pomoći u poduzimanju važnih koraka u pozitivnom razgovoru i bez negativnih stereotipa o osobama s invaliditetom?

Pitanjima potaknuti raspravu među grupom:

- Mogu li se inkluzivni sportovi prilagoditi?
- Mogu li prilagođeni sportovi biti inkluzivni?
- Kakav je odnos između prilagodbe i uključivanja u sport?

Povezati razmišljanja sa Spektrom inkluzije u sportu.

### Dinamična vježba o postojanju fiksnog načina razmišljanja ili razmišljanja o napredovanju

Što se tiče ideje o različitim načinima razmišljanja, korisno je razmisliti o vlastitom načinu razmišljanja svakoga i istražiti pojam načina razmišljanja Carol Dweck. Ako se ne potiče na razvoj načina razmišljanja za rast, vrlo lako zapne u fiksnim idejama i navikne se raditi stvari uvijek na isti način is negativnim mislima ("Ne mogu to!") i otporom prema promjenama ("Koja je svrha isprobavanja nečeg novog?"). Osobe s mentalnim sklopom rasta vide život kao "uzbudljivu avanturu", prihvataju promjene i uživaju u izazovima s pozitivnim stavom. Jesu li te osobe uvijek uspješne? Sigurno ne; međutim, neuspjeh vide kao prirodan dio života i vjeruju da će napornim radom na kraju doći do uspjeha.

Promicanje promjena i aktivno sudjelovanje u inkluziji, u sportu i drugim područjima, zahtijeva od profesionalaca da imaju način razmišljanja o rastu i da izazovu sebe da učine više, da budu bolji kako bi bili inkluzivni. Vrlo je korisno biti otvoren za izazove i izazivati sebe da idete dalje, slaveći velike skokove prema napretku i prihvatajući, ponekad, sramežljive korake i nazadovanje u procesu uključivanja svih.

Pogledati video sa linka –

<https://www.youtube.com/watch?v=rUJkbWNnNy4> – razmisliti sa sudionicima o njihovom pozicioniranju o tome da budu lider inkluzije u sportu. Postaviti pitanje: Jeste li spremni za ovo suđenje!

## GLAVNI DIO (30 MIN)

### Teorijski prikaz, promatranje videa i analiza primjera o:

#### Definicija inkluzivnog i prilagođenog sporta

Definicija prilagođenih sportova iz priručnika Prilagođeni sportski priručnik – Prilagodba sportske prakse u svrhu služenja društву i doprinosa održivom miru:

„Prilagođeni sport je sportska aktivnost čiji su teren, oprema i pravila prilagođeni okolini u kojoj se odvija. To čini sport lakšim za igranje i olakšava njegovu upotrebu kao alata za promicanje i jačanje održivog mira“.

Definicija inkluzivnog sporta, od strane zaklade UNICAP:

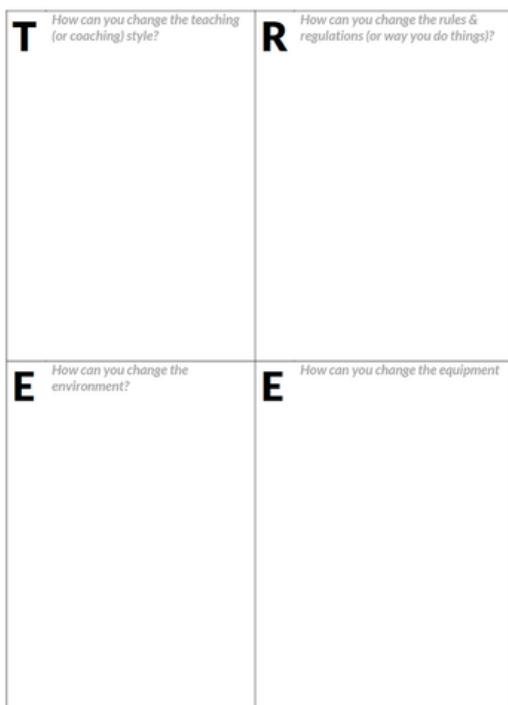
„Inkluzivni sport je bavljenje sportom između osoba sa ili bez invaliditeta prema istim pravilima. Pravo je uživati u sportu pod jednakim mogućnostima. Sport je rekreacija, razbijanja i tjelesna vježba koja se inače izvodi na otvorenome i kojom bi se trebali baviti svi, u svakoj životnoj dobi, bez obzira na stanje i sposobnosti“.

## Različiti pristupi za promicanje uključivanja u sport i igre: TREE, STEP, CHANGE IT i SEMA

Postoje različiti pristupi i metodologije koje promiču različiti subjekti. Neki od njih već su istraženi i dokazano učinkoviti. U dodatnoj literaturi, kao i u prezentaciji ovog modula, mogu se pronaći informacije i video zapisi o nekima od njih, konkretno:

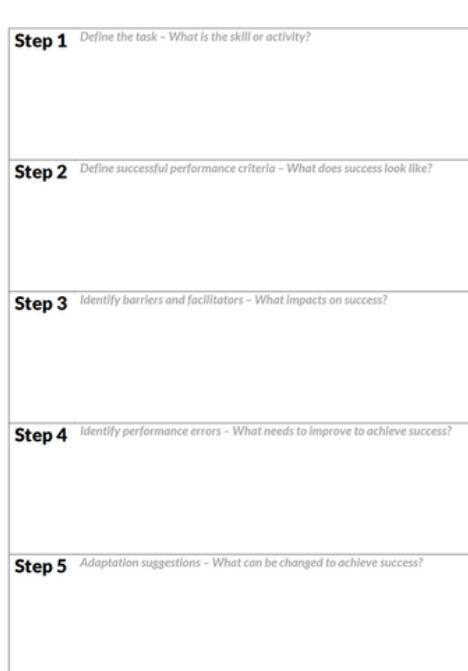
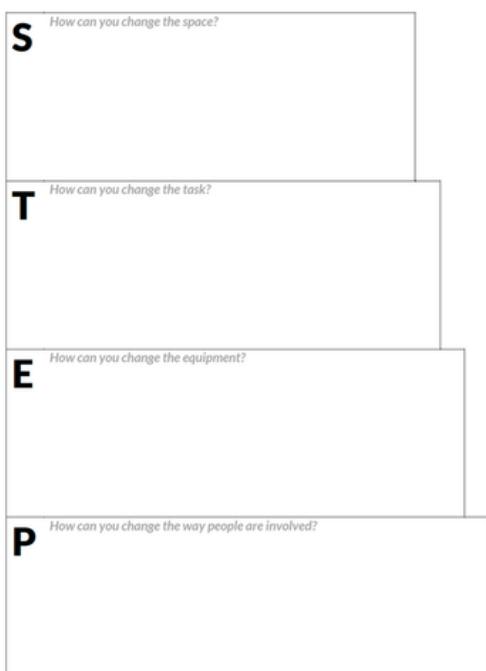
### i) pristup TRee, Inclusive Sport Design

### iii) metoda CHANGE IT , Australian Sports Commission's Active After School Program



### ii) STEP alat, Sainsbury's Inclusive Physical Education Training Programme

### iv) SEMA tehnike, razvijene od strane Yeshayahu Hutzler from Zinman College at the Wingate Institute of Sport Sciences.



Izazvati sudionike da istraže teoriju... i pretvore je u uključivu praksu!

**Različite najbolje prakse uključivanja i osnaživanja osoba s invaliditetom kroz sport, igre i tjelesne aktivnosti**

Istražite primjere dobre prakse iz priručnika IO1 projekta ERASMUS+ INSIDE. Dopustite sudionicima da pročitaju opis najboljih praksi i, ako je moguće, pogledaju njegove web stranice i dodatne informacije

Tijekom radionice provodit će se trenuci individualne refleksije i grupne debate.

### PITANJA (30 MIN)

Grupni zadatak o primjeni metode TREE

Upotrijebiti Radni list s metodama prilagodbe, tražeći od sudionika da isplaniraju prilagodbu sporta ili igre koristeći pristup TREE. Ako sudionici žele i vrijeme dopušta, grupa može eksperimentirati planirajući prilagodbu koristeći druge pristupe: STEP; CHANGE IT; SEMA.

Završetak s citatom Zaslavlja Novak Đoković

Završiti predavanje razmišljanjem o citatu tenisača:

“Gdje mnogi vide poteškoće, mi vidimo prilike;

Gdje mnogi vide slabost, mi vidimo hrabrost,

Gdje mnogi vide teret, mi vidimo ljubav,

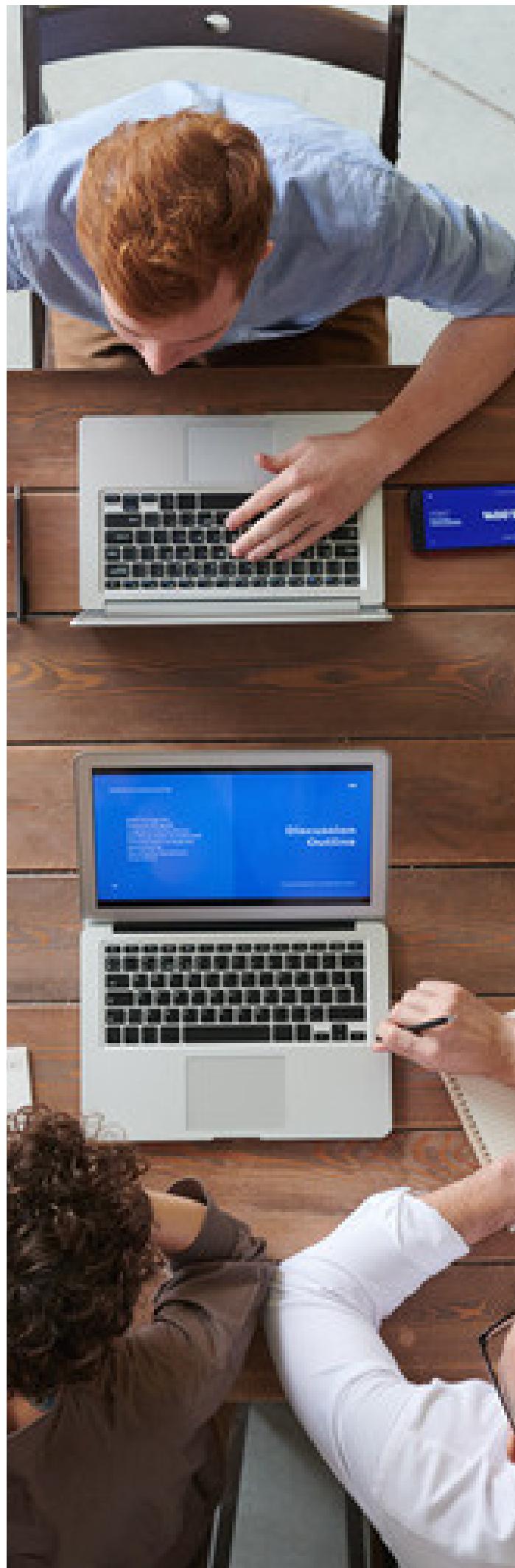
Gdje mnogi odstupe, mi vidimo našeg prijatelja,

Gdje mnogi vide prepreke, mi vidimo prijateljstvo.”

Zatražiti od sudionika da podijele svoje povratne informacije koristeći jednu riječ koja predstavlja ono što su naučili tijekom predavanja.

### PROCJENA

Grupni zadatak - primjena metode TREE.



# REFERENCE



Gouju, D. (n/d). Adapted sport manual. Adapting sporting practice to serve society and contribute to sustainable peace. Peace and Sport: Toulouse.

Centre for Access to Football in Europe (n/d). Disability awareness and etiquette. Handbook. Available at: <https://www.sportanddev.org/en/article/publication/cafe-disability-awareness-and-etiquette-handbook>



Carol Dweck: A Summary of Growth and Fixed Mindsets. Available at:  
<https://fs.blog/carol-dweck-mindset/>

How to adapt and modify your sport activities to include all. Available at:  
<https://inclusivesportdesign.com/tutorials/how-to-adapt-and-modify-your-sport-activities-to-include-all/>

NOTE: Regarding the best practices of inclusion and empowerment through sports, games and physical activity, we will be referring to the project's IO1 manual.

## **MODUL 4**

**CILJEVI ODRŽIVOG RAZVOJA I  
SPORT**



## UVOD U MODUL

Ciljeve održivog razvoja (COR) , također poznate kao Globalni ciljevi, usvojili su Ujedinjeni narodi 2015. godine kao univerzalni poziv na akciju kako bi se okončalo siromaštvo, zaštitio planet i osiguralo da do 2030. svi ljudi uživaju u miru i prosperitetu. COR, koji se smatraju nasljednicima Milenijskih razvojnih ciljeva (MDGs), pokrivaju širok raspon društvenih i ekoloških pitanja i ukazuju na orientaciju na koju bi se vlade, nevladine organizacije, institucije i društva trebale usredotočiti.



Popis u nastavku navodi 17 ciljeva održivog razvoja:

1. Nema siromaštva
2. Nema gladi
3. Dobro zdravlje i blagostanje
4. Kvalitetna edukacija
5. Ravnopravnost spolova
6. Čista voda i sanitarni uvjeti
7. Pristupačna i čista energija
8. Dostojanstven rad i gospodarski rast
9. Industrija, inovacije i infrastruktura
10. Smanjene nejednakosti
11. Održivi gradovi i zajednice
12. Odgovorna potrošnja i proizvodnja
13. Klimatsko djelovanje
14. Život ispod vode
15. Život na kopnu
16. Mir, pravda i jake institucije
17. Partnerstva za ciljeve

Agenda 2030. za postizanje ciljeva održivog razvoja priznaje da sport može biti važan pokretač održivog razvoja, prepoznajući sve veći doprinos sporta ostvarenju razvoja i mira u promicanju tolerancije i poštovanja te doprinosa koje on daje ciljevima održivog razvoja.

To je naglašeno u paragrafu 37. Političke deklaracije sadržane u rezoluciji 70/1 pod naslovom „Transformacija našeg svijeta: Plan održivog razvoja do 2030.“, gdje su države članice UN-a na najvišoj razini prepoznale da je sport također važan pokretač održivog razvoja i vrednovale sve veći doprinos sporta ostvarenju razvoja i mira u njegovom promicanju tolerancije i poštovanja te doprinose koje daje osnaživanju žena i mlađih, pojedinaca i zajednica, kao i na ciljeve zdravlja, obrazovanja i socijalne uključenosti.

Ovaj modul naglašava ulogu sporta u postizanju ciljeva održivog razvoja br. 1, 3, 4, 5, 10, 11, 13 i 15.

## KLJUČNE RIJEČI

Ciljevi održivog razvoja; COR; sportovi

## CILJEVI UČENJA

- Razumijevanje koncepta ciljeva održivog razvoja
- Razumijevanje važne uloge sporta u postizanju COR
- Identifikacija radnji koje treba poduzeti u cilju postizanja COR-a u području sporta
- Identifikacija inicijativa za postizanje COR u području sporta

## ISHODI UČENJA

- Otklanjanje nepravilnosti u svakodnevnoj praksi
- Usvajanje ponašanja i praksi prema postizanju COR
- Pokretanje aktivnosti koje treba poduzeti u svakodnevnoj praksi za postizanje COR u području sporta
- Primjena praksi prema postizanju COR u području sporta

## SADRŽAJ PREDAVANJA

- Teorijski okvir/scenariji učenja
- Powerpoint prezentacija

## AKTIVNOSTI UČENJA I POUČAVANJA

- Radionice/ webinar
- Samostalno učenje
- Pregled literature
- Studija slučaja
- Brainstorming

## PROCJENA

Za radionice

Primjeri:

- Video
- Teorijski okvir/scenariji učenja
- PPT
- literatura

Za online edukaciju

- na kraju svakog ispita potrebno je polagati kvalifikacijski ispit:
- Online obrazac (kviz s više odgovora)

## POTREBNI MATERIJALI

- Laptop
- Internet povezanost
- Bijele ploče, papiri i markeri



## LITERATURA

Kazan Action Plan, UNESCO

(<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000252725>)

Enhancing the Contribution of Sport to the Sustainable Development Goals,

Commonwealth Secretariat

([https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/enhancing\\_the\\_contribution\\_of\\_sport\\_to\\_the\\_sustainable\\_development\\_goals\\_.pdf](https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/enhancing_the_contribution_of_sport_to_the_sustainable_development_goals_.pdf))

The Contribution of Sports to the Achievement of the Sustainable Development Goals: A Toolkit for Action, UN

([https://www.sdgfund.org/sites/default/files/report-sdg\\_fund\\_sports\\_and\\_sdgs\\_web\\_0.pdf](https://www.sdgfund.org/sites/default/files/report-sdg_fund_sports_and_sdgs_web_0.pdf))

Sport and the Sustainable Development Goals: An Overview Outlining the Contribution of Sport to the SDGs, UN

([https://www.un.org/sport/sites/www.un.org.sport/files/ckfiles/files/Sport\\_for\\_SDGs\\_finalversion9.pdf](https://www.un.org/sport/sites/www.un.org.sport/files/ckfiles/files/Sport_for_SDGs_finalversion9.pdf))

Sport and the Sustainable Development Goals: Where is the policy coherence?

(<https://doi.org/10.1177/1012690217752651>)



## PRIPREMA ZA PREDAVANJE

Predavanja će biti strukturirana na PPT prezentacijama koja će uključivati svu teorijsku pozadinu i praktične implikacije postizanja ciljeva održivog razvoja kroz sport u svakodnevnoj praksi

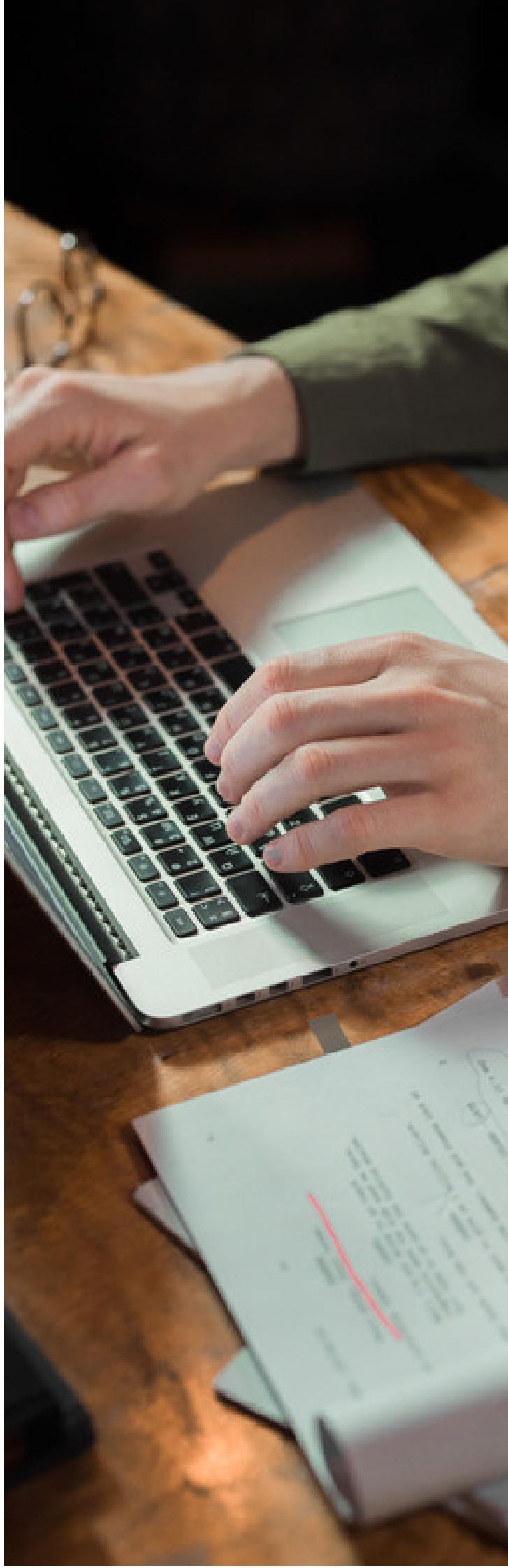
## POTREBNI MATERIJALI

- Laptop
- Internet povezanost
- Bijele ploče, papiri i markeri

## NAZIVI PREDAVANJA

1 Ciljevi održivog razvoja i sport

2 Kako promicati ciljeve održivog razvoja kroz sport





## PREDAVANJE 1 – CILJEVI ODRŽIVOG RAZVOJA I SPORT

Cilj ovog predavanja je:

- Razumijevanje pojma ciljeva održivog razvoja
- Razumijevanje važne uloge sporta u postizanju COR

Trajanje predavanja : 60 min



## UVOD (10 MIN)

"Ice Breaker" aktivnosti:

Ispišite 17 logotipova COR-a na male papire i stavite ih u posudu skrivajući koji se papir odnosi na koji COR. Svaki sudionik mora odabratiti jedan rad, pročitati COR i podijeliti s ostatkom sudionika što misli o njegovom odnosu prema sportu.



## GLAVNI DIO (40 MIN)

Ciljevi održivog razvoja i sport: Kako sport može doprinijeti postizanju ciljeva održivog razvoja?



Siromaštvo je jedan od najvećih problema u modernom svijetu. Procjenjuje se da više od 3 milijarde ljudi živi u siromaštvu (zarađuju manje od 2,50 američkih dolara dnevno), dok 1,3 milijarde ljudi živi u ekstremnom siromaštvu (zarađuju manje od 1,25 američkih dolara dnevno). Budući da se postizanje COR razmatra na globalnoj razini, može se razumjeti da bi uskoro trebalo poduzeti radikalne mјere. Ako globalna zajednica nije u stanju pomoći siromašnim u svijetu, onda nije moguće postići globalne ciljeve.

Sport se već dugo koristi za stjecanje znanja i vještina koje su siromašnim pomogle da se trajno izvuku iz siromašta. Sport se smatra sigurnim prostorom u kojem se nejednakosti, uključujući ekonomski, mogu prevladati, a kroz sudjelovanje u sportu osoba može razviti lagane i teške vještine, integrirati se u zajednicu i postići prekretnice.

Osigurati značajnu mobilizaciju resursa kako bi se osigurala odgovarajuća i predvidljiva sredstva za zemlje u razvoju, posebno najmanje razvijene zemlje, za provedbu programa i politika za suočavanje sa siromaštvom. Partnerstva koja uključuju suradnju između privatnog sektora i organizacija civilnog društva mogu pružiti temelj za razvoj specijaliziranih sportskih programa koji imaju za cilj iskorijeniti siromaštvo kroz tjelesnu aktivnost, promicanje obrazovanja i uklanjanje devijantnog ponašanja.

U skladu s tim, državni finansijski mehanizmi mogu olakšati proces davanjem motiva za uključivanje privatnog sektora kao i osiguravanjem odgovarajućih sportskih objekata za provedbu takvih sportskih programa. Pružanje otvorenog pristupa sudjelovanju u sportu siromašnim znači da se oni koji imaju sportski talent mogu razvijati i regrutirati i/ili oni koji nemaju odgovarajući sportski talent moći će razviti daljnje sposobnosti kako bi se izvukli iz siromašta.

Razvijanjem ove vrste sportskih programa stvara se situacija u kojoj svi dobivaju za zajednicu: ne samo da neprivilegirani ljudi dobivaju pristup sportskim programima kao sredstvu da pobegnu od siromašta, već su i nova radna mjesta otvorena za članove zajednice koji imaju kompetencije za podršku takvim programima.

## Uloga sporta u postizanju cilja održivog razvoja br.3: Dobro zdravlje i dobrobit



Od svih COR o kojima se govorilo u ovom modulu, COR koji se odnosi na „dobro zdravlje i blagostanje” može se smatrati najpovezanim sa sportom. U 21. stoljeću čovječanstvo ima sva sredstva da ljudima pruži odgovarajuće zdravstvene usluge. Unatoč tome, javljaju se mnogi zdravstveni problemi koji su povezani s tjelesnom neaktivnošću, dok se sve više ljudi suočava s kardiovaskularnim problemima, ovise o zdravstvenoj razini o lijekovima i bore se s mentalnim zdravljem.

Postoje brojni znanstveni dokazi i medicinska istraživanja koja pokazuju da redovita tjelesna aktivnost, tjelovježba i bavljenje sportom značajno umanjuju sklonost ljudi prema pretilosti, srčanim bolestima, moždanom udaru, dijabetesu i nekim oblicima raka. Prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije (WHO), tjelesna neaktivnost je četvrti vodeći uzročni čimbenik smrtnosti u svijetu, što nudi zabrinjavajuće podatke o golemin brojevima ljudi koji se ne bave redovito niti jednim oblikom tjelesne aktivnosti, a što bi se moglo sprječiti. Neaktivni ljudi su najviše izloženi riziku od zdravstvenih problema i sportaši bi trebali poduzeti mjere kako bi doprinijeli COR br.3.

Naime, od posljednjeg desetljeća došlo je do zaokreta prema aktivnostima “sport za sve” na globalnoj razini. Organizacije zajednica, sportski klubovi ili čak općine organiziraju inkluzivne sportske događaje kao što su maratonske utrke, brzo hodanje, tečajevi plesa i druge inkluzivne aktivnosti. Danas je lakše nego ikada prije pristupiti pristupačnim ili čak besplatnim redovnim sportskim aktivnostima. Takve aktivnosti su od velike važnosti jer ritmovi suvremenog života ne dopuštaju lako prostor, vrijeme ili motivaciju za individualno vježbanje. Postoje čak i sportski programi osmišljeni kao dio liječenja ili rehabilitacije za nekoliko bolesti. Postoje znanstveni dokazi da se sport može smatrati dijelom liječenja bolesti poput kardiovaskularnih problema, raka ili čak zlouporabe droga i mentalnih problema poput depresije.

## Uloga sporta u postizanju cilja održivog razvoja br. 4: Kvalitetno obrazovanje



Pravo na jednako i dostupno obrazovanje za sve ključni je element ovog cilja održivog razvoja. Sportske aktivnosti osmišljene na inkluzivan način mogu se koristiti kao sredstvo za poticanje obrazovnih mogućnosti i za uključivanje sudionika u obrazovne programe. Korištenje sportskih programa kao sredstva za jednakost i inkluzivnost može potaknuti pravo na obrazovanje za neprivilegirane populacije, manjine i osobe s invaliditetom.

Visokokvalitetno tjelesno obrazovanje ključno je za razvoj „fizičke pismenosti“ kod mladih ljudi. Prema Međunarodnoj udruzi za tjelesnu pismenost, 'fizička pismenost' je motivacija, samopouzdanje, fizička kompetencija, znanje i razumijevanje za vrednovanje i preuzimanje odgovornosti za bavljenje tjelesnim aktivnostima za cijeli život. Također poboljšava obrazovne rezultate za mlade ljude kada se kroz sport povežu s ciljevima ovog COR.

Sportski programi mogu se smatrati prikladnim mjestom za promicanje kvalitetnog obrazovanja. Obrazovanje koje se promiče kroz sportske programe može se odnositi na širok spektar vještina, uključujući one meke i teške, kao i promicanje školskog obrazovanja. Sudionici sportskih programa, koji su usmjereni na obrazovanje, mogu povećati motivaciju za učenje usvajanjem navika i metoda prema učenju, kao kulture koju promovira sportska organizacija.

Osim toga, osim postizanja COR kroz sport i posebice obrazovanje, sportski programi mogu se promatrati i kao način promicanja obrazovanja za COR. To znači da se sportski programi mogu osmislati za promicanje obrazovanja o održivom razvoju kako bi sudionici stekli vještine i znanja vezana uz COR i načine na koje mogu doprinijeti njihovom postizanju.

## **Uloga sporta u postizanju cilja održivog razvoja br. 5: Ravnopravnost spolova**



## **Uloga sporta u postizanju cilja održivog razvoja br. 10: Smanjene nejednakosti**



Ravnopravnost spolova predmet je rasprava već nekoliko desetljeća. Čak i ako su učinjeni važni koraci prema uklanjanju problema rodne nejednakosti, još uvijek treba prijeći veliki put. Žene i djevojke dobine su veći pristup i više publiciteta u sportu, posebno u onim sportovima koji se smatraju "tradicionalnim" muškim sportovima (npr. nogomet), što im daje priliku za rješavanje pitanja koja se tiču ravnopravnosti spolova. Prvo pitanje, koje sport može riješiti, tiče se ženskog individualnog sudjelovanja u sportu. Čak i ako postoje veće razine sudjelovanja žena u sportu u nekom dijelu svijeta, još uvijek postoji velik dio žena koje nemaju jednak pristup sportu kao njihove kolege. Sportska tijela, kao što su nacionalni ili kontinentalni savezi, trebaju se zalagati za jednaka prava žena i djevojaka u sportu.

Sportski tereni također mogu poslužiti kao arena za promicanje svijesti o ravnopravnosti spolova kod muških sudionika. Ravnopravnost spolova ne treba promatrati kao "žensko pitanje" već kao društveno pitanje koje zahtijeva aktivno uključivanje svih dijelova društva. Sportski sudionici mogu puno naučiti o ravnopravnosti spolova ne samo rijećima nego i primjerom sportašica koje su briljirale kada su im se pružile prilike.

U nekoliko zemalja, gdje su dječji brakovi ili dječji rad još uvijek prisutni, sport bi mogao imati ulogu u promjeni perspektive. Postoje primjeri sportskih programa koji su djevojke i žene izvukli iz njihove "sudbine" i pružili im priliku da jure za svojim snovima i ciljevima. Sport može promijeniti narativ educirajući muške i ženske članove društva o važnosti pružanja jednakih mogućnosti djevojkama i ženama.

U društvu se može vidjeti niz različitih vrsta nejednakosti. Te se nejednakosti ne tiču samo društvenih i finansijskih nego i kulturnih, ali i drugih oblika. Iako uklanjanje nejednakosti zvuči kao utopija, sport može imati značajnu ulogu u smanjenju tih nejednakosti na razini zajednice. Sport, po definiciji, ujedinjuje ljudе, sportaše i gledatelje, i imajući to u vidu, sport bi trebao djelovati kao most unutar zajednice i kao sredstvo za smanjenje nejednakosti.

Sportski klubovi i organizacije najbolji su primjer kako različiti ljudi mogu ne samo koegzistirati, već i slijediti zajednički cilj, te zajedno raditi na ostvarivanju sportskih postignuća. Koristeći ovu raznolikost kao način da se mlađim sudionicima bolje objasni potreba za različitošću i skladnim suživotom, sportski sudionici mogu razviti nježne vještine u pogledu prihvatanja različitosti, empatije i osjećaja pripadnosti. Na razini zajednice, sport je sigurno mjesto gdje ljudi, djeca i odrasli, iz različitih društvenih, ekonomskih ili kulturnih sredina koegzistiraju i stoga sportski klubovi i organizacije zajednice imaju važnu ulogu u povezivanju članova zajednice.

Na višoj razini, sportska tijela kao što su nacionalni i međunarodni savezi imaju obvezu koristiti svoju vidljivost i publicitet za promicanje potrebe za jednakost u cijeloj globalnoj zajednici. Važni sportski događaji poput Olimpijskih igara i Svjetskih prvenstava mogu se iskoristiti za podizanje svijesti na lokalnoj i međunarodnoj razini. Kampanje uživo i digitalne kampanje mogu promovirati vrijednosti sporta i istaknuti potrebu za jednakost i prihvatanjem različitosti. Ova sportska tijela, također, mogu poduzeti radnje za promicanje jednakosti unutar svojih sportova nudeći sportske mogućnosti kao što su besplatne propusnice za turnire, stipendije za nepovlaštene talentirane sportaše i otvorenost za sve događaje.

## Uloga sporta u postizanju cilja održivog razvoja br. 11: Održivi gradovi i zajednice



Moderni gradovi nedvojbeno su mesta gdje građanima u većini slučajeva nedostaju mogućnosti interakcije s drugima i tjelesne aktivnosti. COR 11 prepoznaje potrebu za usvajanjem sustavnog pristupa infrastrukturnih promjena u kvaliteti života građana u velikim urbanim središtima.

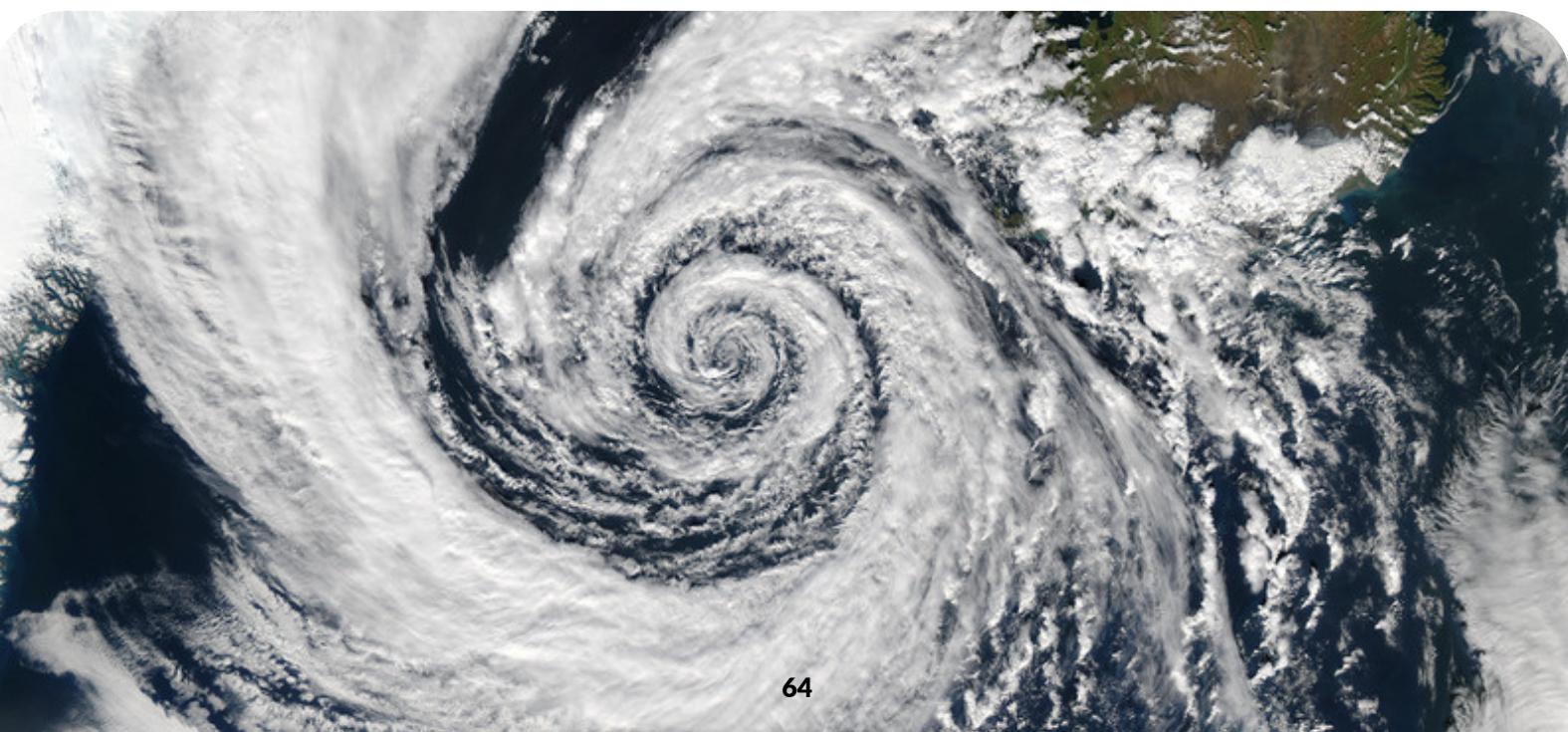
Sport se može učinkovito iskoristiti za uključivanje svih građana bez obzira na različitosti. Uspostavljanje politika koje osiguravaju da su fizička okruženja pogodna za sudjelovanje za sve bez obzira na njihov spol ili sposobnosti moraju se formulirati i provoditi jer mogu imati dugoročne učinke. Sport se također može koristiti kao "društveno ljepilo" za zблиžavanje i spajanje ljudi različitog podrijetla i čineći njihov urbani suživot održivijim, sigurnijim i otpornijim.

## Uloga sporta u postizanju COR br. 13: klimatske akcije



Klimatska kriza smatra se jednim od glavnih izazova s kojima se čovječanstvo suočava posljednjih desetljeća. Posljedice ove krize već su utjecale na planet, lokalne zajednice i kvalitetu života milijuna ljudi na globalnoj razini. Agenda 2030. hitno poziva na klimatske akcije u smislu uklanjanja već učinjene štete i podizanja svijesti budućih generacija kako bi usvojile klimatski prihvatljiviji način života i navike. Sport može imati velik utjecaj u borbi protiv klimatske krize promicanjem zelenijeg i zdravijeg načina života među sudionicima. Sport je područje na kojem sudionici uče i usvajaju navike, ponašanja i stilove života. Sport je također vrlo popularan ne samo među djecom nego i među odraslima, stoga postoji veliki potencijal publike na koju se može utjecati za poduzimanje klimatskih mjera. Dodajući tome, sportski klub koji koristi i promiče zelene i održive prakse u svakodnevnom poslovanju može i sam imati važan utjecaj.

Na globalnoj razini, nacionalna i međunarodna sportska tijela mogu poduzeti daljnje korake za podizanje svijesti o klimatskoj krizi kroz važne sportske događaje koji privlače milijune gledatelja. Takve sportske događaje treba osmislići i voditi na održiviji način, služeći kao primjer sportskim događajima nižeg ranga.



## Uloga sporta u postizanju COR br.15: Život na kopnu



Zajedno s klimatskom krizom, ustrajan život na kopnu bio je ključan tijekom posljednjih desetljeća. Klimatska kriza u kombinaciji s proizvodnjom i potrošnjom dovela je do toga da je život na kopnu za druge vrste u opasnosti. Sport može imati važnu ulogu u zaštiti i promicanju održivog korištenja kopnenih ekosustava.

Uloga sporta u ovim ciljevima održivog razvoja tiče se podizanja razine svijesti i obrazovanja promicanjem stilova života koji poštuju ekosustav i čine svakodnevni život održivijim. Sport nudi platformu za edukaciju i promociju u pogledu očuvanja kopnenih ekosustava, važnosti bioraznolikosti i usvajanja održivijeg načina života. Dodatno, a posebno u urbanim područjima, sport može djelovati kao obrazovna platforma za objašnjavanje međusobne povezanosti hrane, potrošnje, kulture i očuvanja bioraznolikosti.

Sam sportski objekt može pridonijeti promicanju održivog korištenja ekosustava. Sportski objekt može poslužiti kao model najbolje prakse i pružiti procjenu održivosti i preporuke o najboljim praksama za zaštitu ekosustava. Također, sportovi koji se mogu organizirati u prirodnom okruženju mogu igrati važnu ulogu u osiguravanju očuvanja i održivog korištenja kopnenih ekosustava. Sport, posebno sport na otvorenom, može uključivati mjere zaštite, aktivnosti i poruke koje promiču održivo i ekološki prihvatljivo korištenje kopnenih resursa..

## Uloga sporta u postizanju COR br. 13: klimatske akcije



Klimatska kriza smatra se jednim od glavnih izazova s kojima se čovječanstvo suočava posljednjih desetljeća. Posljedice ove krize već su utjecale na planet, lokalne zajednice i kvalitetu života milijuna ljudi na globalnoj razini. Agenda 2030. hitno poziva na klimatske akcije u smislu uklanjanja već učinjene štete i podizanja svijesti budućih generacija kako bi usvojile klimatski prihvatljiviji način života i navike.

Sport može imati velik utjecaj u borbi protiv klimatske krize promicanjem zelenijeg i zdravijeg načina života među sudionicima. Sport je područje na kojem sudionici uče i usvajaju navike, ponašanja i stilove života. Sport je također vrlo popularan ne samo među djecom nego i među odraslima, stoga postoji veliki potencijal publike na koju se može utjecati za poduzimanje klimatskih mjera. Dodajući tome, sportski klub koji koristi i promiče zelene i održive prakse u svakodnevnom poslovanju može i sam imati važan utjecaj.

Na globalnoj razini, nacionalna i međunarodna sportska tijela mogu poduzeti daljnje korake za podizanje svijesti o klimatskoj krizi kroz važne sportske događaje koji privlače milijune gledatelja. Takve sportske događaje treba osmislići i voditi na održiviji način, služeći kao primjer sportskim događajima nižeg ranga.

## PITANJA (5 MINUTES)

Predavač će zadnjih 5 minuta predavanja staviti na raspolaganje za pitanja i raspravu.

## PROCJENA

Sudionici će ispuniti kratki upitnik.

# REFERENCE



[Kazan Action Plan, UNESCO](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000252725) (<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000252725>)

[Enhancing the Contribution of Sport to the Sustainable Development Goals, Commonwealth Secretariat](https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/enhancing_the_contribution_of_sport_to_the_sustainable_development_goals.pdf)  
([https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/enhancing\\_the\\_contribution\\_of\\_sport\\_to\\_the\\_sustainable\\_development\\_goals.pdf](https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/enhancing_the_contribution_of_sport_to_the_sustainable_development_goals.pdf))

[The Contribution of Sports to the Achievement of the Sustainable Development Goals: A Toolkit for Action, UN](https://www.sdfund.org/sites/default/files/report-sdg_fund_sports_and_sdgs_web_0.pdf)  
([https://www.sdfund.org/sites/default/files/report-sdg\\_fund\\_sports\\_and\\_sdgs\\_web\\_0.pdf](https://www.sdfund.org/sites/default/files/report-sdg_fund_sports_and_sdgs_web_0.pdf))

[Sport and the Sustainable Development Goals: An Overview Outlining the Contribution of Sport to the SDGs, UN](https://www.un.org/sport/sites/www.un.org.sport/files/ckfiles/files/Sport_for_SDGs_finalversion9.pdf)  
([https://www.un.org/sport/sites/www.un.org.sport/files/ckfiles/files/Sport\\_for\\_SDGs\\_finalversion9.pdf](https://www.un.org/sport/sites/www.un.org.sport/files/ckfiles/files/Sport_for_SDGs_finalversion9.pdf))

[Sport and the Sustainable Development Goals: Where is the policy coherence?](https://doi.org/10.1177/1012690217752651)  
(<https://doi.org/10.1177/1012690217752651>)



## **PREDAVANJE 2**

### **KAKO PROMICATI CILJEVE ODRŽIVOG RAZVOJA KROZ SPORT**

Cilj ovog predavanja je:

- Identifikacija radnji koje treba poduzeti u cilju postizanja COR u području sporta
- Identifikacija inicijativa za postizanje COR u području sporta

**Trajanje predavanja : 60 min**



## UVOD

### "Ice Breaker" aktivnosti:

Svaki sudionik mora s publikom podijeliti mišljenje/ideju o tome kako bi se ciljevi održivog razvoja mogli postići sportom, u skladu s onim što je naučeno na 1. predavajnu.

## GLAVNI DIO (40 MIN)

Što svaka sportska organizacija/pojedinac može učiniti za postizanje COR u svakodnevnoj sportskoj praksi?

Praktični primjeri i ideje za svaki od ciljeva održivog razvoja.

### COR Br. 1: Bez siromaštva



Sportske organizacije mogu raditi na postizanju COR 1 kroz akcije kao što su:

- Uključite neprivilegirane ljudi iz svoje zajednice u svoje sportske programe bez preplate. U svojim aktivnostima možete imati određeni broj mjesta bez preplate koja neće utjecati na finansijski status vaše organizacije.
- Obratite se organizacijama koje rade s neprivilegiranim stanovništvom u vašem području i zamolite ih za suradnju. U većini slučajeva bit će dosta ideja za zajednički dizajn sportske aktivnosti.
- Aktivno zatražite od sportskih tijela i donositelja odluka da uključe vašu sportsku organizaciju u svoj godišnji plan. Mnoga sportska tijela poput nacionalnih sportskih saveza poduzimaju akcije i podržavaju provedbu sportskih aktivnosti za neprivilegirane osobe.

### COR Br. 3: Dobro zdravlje i blagostanje



Sportske organizacije mogu raditi na postizanju COR 3 kroz aktivnosti kao što su:

- Usredotočite se na užitak i osobni razvoj svakog od vaših sudionika u vašim postojećim sportskim aktivnostima kako biste potaknuli njihovu razinu motivacije. Održavanje tjelesne aktivnosti postojećih sudionika pridonijet će boljoj razini njihovog zdravlja.
- Prilagodite svoje aktivnosti razini kompetencija vaših sudionika. Sudionici koji se osjećaju vrlo nekompetentnima ili se osjećaju puno kompetentnjima od svojih kolega češće odustaju od sportskih aktivnosti.
- Ponuditi programe "sport za sve" za djecu i odrasle. Iako su mala djeca uvelike uključena u sport, postoji tendencija napuštanja u adolescenciji kao rezultat nesposobnosti ili nedostatka sportskog talenta. Ponudom inkluzivnih aktivnosti koje se fokusiraju na užitak i društvenu interakciju, a ne na kompetenciju, moglo bi se privući mnogo sudionika koji se osjećaju isključeno.

## COR Br. 4: Kvalitetna edukacija



Sportske organizacije mogu raditi na postizanju COR 4 kroz akcije kao što su:

- Naglasak stavite na edukaciju svojih postojećih polaznika paralelno s njihovim sportskim razvojem. Sportske organizacije mogu potaknuti sudionike da se usredotoče na svoje studije promicanjem uloge obrazovanja kroz rasprave, seminare ili nagrade za one koji se ističu u akademskim područjima.
- -zradite posebne programe s fokusom na vrijednost obrazovanja.
- Neka vaši sudionici imaju realna očekivanja o svojim sportskim karijerama. Neće svatko doći do profesionalne razine, a obrazovanje je alternativa za buduće karijere.
- Surađujte s organizacijama koje promiču poboljšanje nježnih/grubih vještina kako biste svojim sudionicima pružili holistički pristup i pružili im alternative za njihove buduće karijere.
- Omogućite kvalitetno sportsko obrazovanje neprivilegiranoj populaciji i manjinama uspostavljanjem određenog broja mesta bez preplate u vašim sportskim programima.

## COR Br. 5: Ravnopravnost spolova



Sportske organizacije mogu raditi na postizanju COR 5 kroz akcije kao što su:

- Omogućite posebne programe o rodnoj ravnopravnosti za svoje postojeće sudionike. Ovi programi mogu se odnositi na rasprave o prekretnicama i rekordima sportašica, posjete sportašica i otvorenu raspravu o pitanjima rodne ravnopravnosti na sportskom terenu i izvan njega.
- Poticati sudionice da aktivno ostvaruju svoje sportske snove i ciljeve nudeći istu razinu usluga kao i sportašima te uzimajući u obzir njihove potrebe i očekivanja.
- Poticati suživot sportaša i sportašica u sportskom polju kao način promicanja jednakosti na terenu.
- Napravite otvorene programe za djevojke iz vaše zajednice kako bi se upoznale sa sportom i saznale sviđa li im se ili ne.
- -Posjetite lokalne škole i razgovarajte s učenicima o važnosti ravnopravnosti spolova u sportu i ženskom sportu općenito.
- Koristite sportske prekretnice kao što su Olimpijske igre, Svjetsko prvenstvo itd. za promicanje jednakog pristupa sportu za sportaše i sportašice.
- Obratite se svojim lokalnim organizacijama i uključite se u njihovo planiranje društvenih aktivnosti i aktivnosti podizanja svijesti.

## COR Br. 10: Smanjene nejednakosti



Sportske organizacije mogu raditi na postizanju COR 10 kroz akcije kao što su:

- -svijestite svoje postojeće sudionike o potrebi ravnopravnog društva i pružite im praktične primjere kako smanjiti nejednakosti kako na terenu tako i u svakodnevnom životu
- Organizirajte otvorene događaje pozivajući članove zajednice da sudjeluju. Ti se događaji mogu odnositi ili na sam sport ili uključivati događaj podizanja svijesti o potrebi smanjenja nejednakosti.
- Pružite mogućnost otvorenog i besplatnog sudjelovanja u sportu nepovlaštenim ili isključenim članovima vaše zajednice. Posebne programe u tjednom ili mjesecnom omjeru ili neka mjesta bez pretplate unutar vaših postojećih sesija moguće bi članove zajednice približiti sportu.
- Obratite se svom lokalnom savezu ili drugim sportskim tijelima kako biste sudjelovali u njihovom godišnjem planiranju društvenih aktivnosti.
- Obratite se organizacijama koje rade s neprivilegiranim stanovništvom i manjinama kako biste njihove korisnike uključili u svoje aktivnosti ili suosmislili neke aktivnosti za njih.

## COR Br. 11: Održivi gradovi i zajednice



Sportske organizacije mogu raditi na postizanju COR kroz akcije kao što su:

- Osvijestite postojeće sudionike o važnosti različitosti u društvenom životu
- Ne naglašavajte ono što čini vaše sudionike, već ono što ih čini sličnim, poput njihovih snova i ciljeva
- Promicati aktivnosti na razini zajednice za okupljanje članova zajednice
- Obratite se svojoj općini za organiziranje zajedničkih aktivnosti koje će se fokusirati na uključivanje građana
- Suradivati s organizacijama koje rade s neprivilegiranim stanovništvom u ponudi sportskih aktivnosti za osnaživanje. Otporna zajednica ovisi i o odgovarajućoj razini kvalitete života svih građana

## COR Br 13: Klimatska akcija



Sportske organizacije mogu raditi na postizanju COR 13 kroz akcije kao što su:

- Podignite svijest svojim postojećim sudionicima o radnjama koje je potrebno poduzeti prema klimatskoj krizi (npr. smanjenje proizvoda za jednokratnu upotrebu)
- Ugradite u svoju svakodnevnu praksu preporuke o održivijim operacijama kao što je potrošnja energije
- Organizirajte posebne događaje ili programe o klimatskoj krizi i akcijama koje se mogu poduzeti na razini pojedinca i zajednice. Govornici specijalizirani za klimatsku krizu mogu pružiti uvide i educirati sudionike na holistički način
- Obratite se dioničarima kao što su općine i sportski savezi za pridruživanje društvenim aktivnostima prema klimatskim akcijama

## PITANJA (5 MIN)

Trener će zadnjih 5 minuta predavanja staviti na raspolaganje za pitanja i raspravu.

## PROCJENA

Sudionici će ispuniti kratki upitnik.

## COR Br. 15: Život na kopnu



Sportske organizacije mogu raditi na postizanju COR 15 kroz akcije kao što su:

- Koristiti sportske objekte koji su izgrađeni na održiv način za ekosustav
- Usvojite svakodnevne prakse koje promiču postojanost ekosustava
- Podignite svijest svojim sudionicima o korištenju načina za održivo korištenje ekosustava kao što je odgovorna potrošnja proizvoda
- Obratite se organizacijama i dioničarima koji rade na terenu kako biste bolje educirali svoje sudionike o pitanju ustrajnosti ekosustava

# REFERENCE



- [Kazan Action Plan, UNESCO](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000252725) (<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000252725>)
- [Enhancing the Contribution of Sport to the Sustainable Development Goals, Commonwealth Secretariat](https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/enhancing_the_contribution_of_sport_to_the_sustainable_development_goals_.pdf)  
([https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/enhancing\\_the\\_contribution\\_of\\_sport\\_to\\_the\\_sustainable\\_development\\_goals\\_.pdf](https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/enhancing_the_contribution_of_sport_to_the_sustainable_development_goals_.pdf))
- [The Contribution of Sports to the Achievement of the Sustainable Development Goals: A Toolkit for Action, UN](https://www.sdfund.org/sites/default/files/report-sdg_fund_sports_and_sdgs_web_0.pdf)  
([https://www.sdfund.org/sites/default/files/report-sdg\\_fund\\_sports\\_and\\_sdgs\\_web\\_0.pdf](https://www.sdfund.org/sites/default/files/report-sdg_fund_sports_and_sdgs_web_0.pdf))
- [Sport and the Sustainable Development Goals: An Overview Outlining the Contribution of Sport to the SDGs, UN](https://www.un.org/sport/sites/www.un.org.sport/files/ckfiles/files/Sport_for_SDGs_finalversion9.pdf)  
([https://www.un.org/sport/sites/www.un.org.sport/files/ckfiles/files/Sport\\_for\\_SDGs\\_finalversion9.pdf](https://www.un.org/sport/sites/www.un.org.sport/files/ckfiles/files/Sport_for_SDGs_finalversion9.pdf))
- [Sport and the Sustainable Development Goals: Where is the policy coherence?](https://doi.org/10.1177/1012690217752651)  
(<https://doi.org/10.1177/1012690217752651>)



## MODUL 5

STRUČNJACI KOJI RADE S  
OSOBAMA S INTELEKTUALNIM  
TEŠKOĆAMA

## UVOD U MODULE

Inkluzivni tjelesni odgoj oblikovan je stručnim usavršavanjem, kolegijalnom suradnjom i nastavnim planom i programom koji se lako prilagođava tjelesnoj aktivnosti i bavljenju sportom osoba s invaliditetom. Aktivnosti učenja koje promoviraju suradnju i smanjuju natjecateljske igre koje isključuju važne su kako bi se učenici osjećali angažiranim i društveno uspješnim u tjelesnoj aktivnosti. U tjelesnoj kulturi učitelji trebaju uključivanje stručnih suradnika u svoju nastavu.

Ideja tjelesne aktivnosti koja se temelji na integraciji principa specijalne pedagogije i motoričke znanosti može se aktualizirati korištenjem konstrukta integriranog sporta, temeljnog u kontekstu prilagođene tjelesne aktivnosti (PTA). Profesor prilagođenog tjelesnog odgoja pridržava se definicije tjelesnog odgoja za osobe s invaliditetom. Adaptirani učitelji tjelesne i zdravstvene kulture moraju imati znanja i kompetencije te pokazati nastavne strategije za izradu inkluzivne nastave.

Modul ima za cilj promišljanje vještina i znanja stičenih za bolji rad s invaliditetom. Također, modul pruža uvid u strategije za edukatore, trenere koji rade s osobama s intelektualnim teškoćama o tome kako sat tjelesnog odgoja učiniti inkluzivnim.

## ISHODI UČENJA

- Stručnjaci će učiti o znanjima i vještinama kvalificiranog prilagođenog tjelesnog pedagoga
- Stručnjaci će definirati prednosti interdisciplinarnе suradnje
- Stručnjaci će moći uočiti važnost stvaranja mreže između stručnjaka, obitelji, ciljne skupine i ostalih.
- Stručnjaci će moći uspostaviti strategije i stilove poučavanja kako bi pomogli učenicima da se osjećaju fizički uključenijima.
- Stručnjaci će moći koristiti stilove poučavanja koje aktiviraju studenti

## AKTIVNOSTI UČENJA I POUČAVANJA

- Teoretska predavanja
- Grupne rasprave
- Pregled literature
- Radionice/ webinari
- Grupni rad
- Samostalno istraživanje

## SADRŽAJ UČENJA

- Powerpoint prezentacija
- Teorijski okvir/scenariji učenja
- OERs

## PROCJENA

Na kraju svake sesije potrebno je polagati kvalifikacijski test pomoću online obrasca (Da/Ne, Točno/Netočno i kviz s više odgovora)

## KLJUČNE RIJEČI

Profesor prilagođenog tjelesnog odgoja, Inkluzija, strategije učenja, stručnjaci

## CILJEVI UČENJA

- Definirati znanja i vještine kvalificiranog prilagođenog tjelesnog učitelja
- Razviti vještine i znanja kako bi nastava tjelesnog odgoja bila inkluzivna
- Navesti prednosti interdisciplinarnе suradnje
- Ukažati na važnost umrežavanja stručnog osoblja različitih profila, roditelja i dr.
- Uspostaviti strategije za stvaranje inkluzivnog okruženja
- Identificirati i primijeniti strategije učenja kao profesor tjelesnog odgoja
- Koristiti stilove poučavanja koje aktiviraju učenike

## LITERATURA

- Below you will find bibliography, articles, videos and links
- How to Become an Adapted Physical Education Teacher. Available at:  
<https://www.petacheredu.org/adapted-physical-education/>
- Bertills, K., Granlund, M., & Augustine, L. (2019, August). Inclusive teaching skills and student engagement in physical education. In *Frontiers in education* (Vol. 4, p. 74). Frontiers Media SA.
- Cueto, M. D. D., Astudillo, A. V., & Oliva, F. J. C. (2022). Coordination between physical education teachers and physical therapists in physical education classes: The case of the autonomous community of Madrid in Spain. *Movimento*, 25.
- How to teach students with moderate and severe intellectual disabilities in inclusive and special education settings: Teachers' perspectives on skills, knowledge and attitudes. Available at:  
<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1474904118780171>
- Furrer, V., Valkanover, S., Eckhart, M., & Nagel, S. (2020, October). The role of teaching strategies in social acceptance and interactions; Considering students with intellectual disabilities in inclusive physical education. In *Frontiers in education* (Vol. 5, p. 586960). Frontiers Media SA.



## PREPARATION TO THE SESSION

Prije predavanja, edukator će pripremiti pomoćni materijal o znanjima i vještinama koje treba imati adaptirani učitelj tjelesne i zdravstvene kulture. Ti su dokumenti potrebni za podršku procesu učenja i usmjeravanje rasprava.

## POTREBNI MATERIJALI

- Computer / Laptop
- Internet connection
- Sheets of paper for the participants

## NAZIVI PREDAVANJA

- 1 Koji stručnjaci trebaju biti uključeni i koje su vještine potrebne za bolji rad s osobama s invaliditetom
- 2 Didaktičke smjernice za nastavnike tjelesne i zdravstvene kulture





## PREDAVANJE 1

# KOJI STRUČNJACI TREBAJU BITI UKLJUČENI I KOJE SU VJEŠTINE POTREBNE ZA BOLJI RAD S OSOBAMA S INVALIDitetom

Cilj ovo predavanja je:

- ✓ Definirati znanja i vještine kvalificiranog prilagođenog tjelesnog pedagoga
- ✓ Razviti vještine i znanja kako bi nastava tjelesnog odgoja bila inkluzivna
- ✓ Navesti prednosti interdisciplinarne suradnje
- ✓ Ukazati na važnost umrežavanja stručnog osoblja različitih profila, roditelja i dr

Trajanje predavanja: 60 min



## UVOD (10 MIN)

Pitanja za raspravu.

Na primjer:

- Što znači biti kvalificirani prilagođeni učitelj tjelesnog odgoja?
- Koji stručnjaci rade s osobama s invaliditetom?
- Zašto je važno stvoriti mrežu stručnjaka?

## GLAVNI DIO (40 MIN)

Teorijsko predavanje i rasprava:

### Stručnjaci koji rade s osobama s invaliditetom:

Učitelji specijalnog obrazovanja, volonteri, radni terapeuti, socijalni radnici, logopedi, medicinske sestre, psihijatri, psiholozi, treneri prilagođenog tjelesnog odgoja, kineziolozi.

Doktori i medicinske sestre trebaju usmjeravati, podržavati i educirati svoje pacijente o dobrobitima vježbanja, kao i razgovarati o preprekama tjelesnoj aktivnosti i kako ih prevladati. Osnaživanje stručnjaka da imaju više samopouzdanja i kontrolu nad podržavanjem tjelesne aktivnosti bit će izvrstan pokazatelj da će se tjelesna aktivnost održavati i podržavati za osobe s intelektualnim teškoćama.

### Prilagođeni profesor tjelesne culture

Prilagođeni učitelj tjelesne kulture je tjelesni pedagog s visoko specijaliziranim obrazovanjem u procjeni i evaluaciji motoričkih sposobnosti, tjelesne spremnosti, igre, slobodnog vremena, rekreativne i sportskih vještina. Prilagođeni učitelji odgovorni su za prilagodbu tjelesnih igara i aktivnosti djeci s teškoćama u razvoju. Inkluzivni tjelesni odgoj i tjelesna aktivnost uključuje učenike s teškoćama u razvoju u redovitu nastavu tjelesne i zdravstvene kulture. Konkretno, strategije podučavanja, oprema, okruženja i ocjenjivanje prilagođeni su potrebama svih učenika.

### Važnost umrežavanja između stručnjaka, obitelji, ciljne skupine i ostalih

Učitelji i pomoćno osoblje trebali bi surađivati kako bi olakšali uključivanje učenika s posebnim obrazovnim potrebama. Potrebno je adekvatno osmisliti takvu suradnju jer uključivanje ovih asistenata može dovesti do toga da se studenti s invaliditetom suoče s društvenom izolacijom ograničavajući njihovu interakciju s drugim studentima. Međutim, stručna poduka koju učitelji tjelesnog odgoja općenito dobivaju tijekom svog početnog i kontinuiranog usavršavanja daje im medicinsku orientaciju, daleko od obrazovne. U tjelesnoj kulturi učitelji trebaju uključivanje stručnih suradnika u svoju nastavu.

Pojedinac koji provodi prilagođeni tjelesni odgoj treba surađivati s radnim terapeutom, fizioterapeutom, defektologom i/ili učiteljem tjelesnog odgoja za školsku, socijalnu i profesionalnu integraciju učenika. Ova stručnost pruža suradnicima sveobuhvatnije razumijevanje potreba svakog učenika, što se može koristiti za učinkovitije planiranje i provedbu nastave i usluga.

### Radni terapeut

Radni terapeut (RT) osposobljen je za rješavanje vještina povezanih s aktivnostima svakodnevnog života, radnim aktivnostima i igrom ili aktivnostima u slobodno vrijeme. Za usluge radnih terapeuta, osobama s medicinskim stanjima potreban je liječnički recept. Radni terapeuti su dobri u korištenju i zagovaranju društvenog pristupa, koji premošćuje jaz između zdravlja i drugih dobara zajednice. Moraju se povezati s centrima za propisivanje lijekova, centrima za slobodno vrijeme, sportskim centrima ili lokalnim teretanama s kojima mogu surađivati.

### Fizioterapeut

Fizioterapeut (PT) je osposobljen za pružanje usluga koje se odnose na opseg pokreta, terapiju hoda, pomoć pri kretanju i druge intervencije. Potreban je liječnički recept za fizioterapeutske usluge osobama s medicinskim stanjima. Međutim, odluku o tome ima li učenik obrazovnu potrebu za fizičkom terapijom donosi liječničko povjerenstvo.

### Rekreacijski terapeut

Rekreacijski terapeut osposobljen je koristiti rekreacijske usluge za svrhovitu intervenciju u nekom fizičkom, emocionalnom ili društvenom ponašanju kako bi doveo do željene promjene u tom ponašanju i promicao rast i razvoj pojedinca.

### Logoped

Logoped je osposobljen za razvoj izražajnih i receptivnih govorno-komunikacijskih vještina kod učenika s jezičnim poremećajima.

Roditelji su ti koji s djetetom borave više sati, stoga vrlo dobro poznaju njegove potrebe, mogućnosti i sklonosti. Upravo je zato važno da prihvaćaju, osnažuju i ravnopravno s učiteljima i drugim stručnjacima sudjeluju u provedbi integracijskih programa. Suradnja roditelja osoba s intelektualnim teškoćama i stručnih djelatnika različitih profila važna je za razumijevanje i podršku osobama s posebnim potrebama u donošenju odluka i uključivanju u društvo. Poznato je da zbog svojih specifičnih potreba trebaju više stručne pomoći različitog osoblja, roditelji trebaju više podrške, a osoblje više specijalističkih znanja i vještina. Ključne kvalitete i vrijednosti pozitivnog suradničkog odnosa uključuju međusobno povjerenje i iskrenost, međusobno poštovanje, pozitivnu komunikaciju te razmjenu pomoći i znanja u odnosu roditelj-osoblje. Bolja suradnja znanstvenika različitih specijalnosti unutar škole dovodi do učinkovitijeg obrazovanja, podrške i skrbi za učenike i njihove obitelji.

Konstruktivan suradnički odnos važan je za uspješan rad stručnih timova, roditeljskih grupa, integraciju u lokalnu zajednicu, podizanje svijesti javnosti te propagiranje i širenje relevantnih programa podrške i mreža za osobe s invaliditetom i njihove obitelji. Kroz suradničku kulturu stvara se kolektivno profesionalno povjerenje koje omogućuje nastavnicima više suradničke interakcije i suradnje na način da njihova suradnja stvara izvore povratnih informacija i refleksija o njihovo praksi, kao i planiranje i evaluacija nastavnih materijala i planiranja.

Svrha interdisciplinarne suradnje je unapređenje obrazovanja, evaluacija i podrška djeci s teškoćama u razvoju te posljedično uklanjanje školsko-socijalne isključenosti. Inkluzivno obrazovanje nametnulo se kao najosnovnije sredstvo za postizanje borbe protiv socijalne isključenosti. Suradnja redovnih i prilagođenih tjelesnih pedagoga, fizioterapeuta, radnih terapeuta, defektologa i nastavnika svih predmeta, članova školskog odbora, kreatora programa i nastavnog plana i programa, profesora na fakultetima i institucija visokog obrazovanja, administratora i roditelja, prema Laceyu (2001), postižu bolje rezultate kao tim od onih koje svaki član tima može postići sam. Također se odnosi i na djetetovu obitelj jer se od njih traži da rade s ljudima različitih specijalnosti.

Prednosti interdisciplinarne suradnje su stoga višestruke:

- Holistički, a ne parcijalni pristup (tretiranje učenika globalno kao pojedinca, ali i kao člana u interakciji s podsustavima koje on/ona seli u školu, obitelj, susjedstvo, prijatelje, usluge).
- Razmjena perspektiva, iskustava i znanja između stručnjaka.
- Globalno uvažavanje djetetovih potreba
- Zajednički odlučeno ostvareni ciljevi temeljeni na komplementarnim i sinergijskim aktivnostima
- Učinkovitiji završni rad/bolji rezultati.

Temeljna načela djelovanja interdisciplinarnog tima u školi su sljedeća:

- Prihvatanje različitih perspektiva
- Komplementarnost uloga
- Uzajamna odgovornost – suodgovornost
- Uobičajeno definirana namjena
- Učinkovita komunikacija
- Predanost zajedničkom projektu
- Uzajamno poštovanje
- Ravnopravan doprinos znanstvenih uloga



## Kvalificirani prilagođeni učitelj tjelesnog odgoja (znanja i vještine)

Ideja tjelesne aktivnosti koja se temelji na integraciji principa specijalne pedagogije i motoričke znanosti može se utvrditi korištenjem konstrukta integriranog sporta, temeljnog u kontekstu prilagođene tjelesne aktivnosti (PTA).

Kvalitetno tjelesno obrazovanje (KTO) je planirano, progresivno, uključivo iskustvo učenja koje čini dio kurikuluma u ranim godinama, osnovnom i srednjem obrazovanju. U tom pogledu KTO djeluje kao temelj za cjeloživotno bavljenje tjelesnom aktivnošću i sportom. Iskustvo učenja koje se nudi djeci i mladima kroz nastavu tjelesnog odgoja trebalo bi biti primjeren razvoju kako bi im pomoglo u stjecanju psihomotoričkih vještina, kognitivnog razumijevanja te društvenih i emocionalnih vještina koje su im potrebne za vođenje fizički aktivnog života. (Izvor: prilagođeno iz dokumenta Udruge za tjelesni odgoj (afPE), Health Position Paper, 2008.).

### Prilagođeni učitelji tjelesne kulture:

- Pokazati učinkovito ponašanje u podučavanju uz druge profesionalne vještine povezane s poslom (tj. suradničko podučavanje, disciplinsko podučavanje, vještina upravljanja ponašanjem, itd.).
- Poznavanje motoričkih karakteristika, ponašanja i razvojnih sekvenci povezanih s različitim nedostacima u odnosu na normalan motorički razvoj.
- Vještine psihomotoričke procjene i raznovrsnost tehnika i postupaka tjelesnog odgoja za provedbu individualnog odgojno-obrazovnog plana.
- Razvojne nastavne metode/materijali i organizacijske sposobnosti gimnazije u tjelesnoj i motoričkoj kondiciji, osnovnim motoričkim vještinama i vještinama u vodi, plesu, individualnim i grupnim igrama i sportovima za osobe s invaliditetom i/ili motoričkim problemima.
- Imati sadržajno znanje o ocjenjivanju, individualiziranom obrazovnom planiranju i učinkovitom poučavanju
- Imati savjetodavne vještine za rad s kolegama iz drugih akademskih područja (tj. specijalno obrazovanje, obrazovanje, psihologija i srodnii zdravstveni stručnjaci)
- Učinkovito koristi kurikulum i obrazovne modele i pristupe
- Napraviti prilagodbe i izmjene pravila, opreme i objekata prema potrebi za podršku učeniku
- Spoznati različite prakse upravljanja ponašanjem kako bi podržao pozitivno individualno i grupno ponašanje
- Poticati uključivanje i društvenu interakciju među svim učenicima

- Prilagoditi tehnike podučavanja dobi i razinama vještina učenika.
- Uputiti učenike da, koristeći prilagođene tehnike tjelesnog odgoja, poboljšaju tjelesnu spremnost, grubu motoriku, perceptivne motorike ili postignuća u sportu i igri.
- Omogućiti individualnim ili malim skupinama učenika prilagođenu nastavu tjelesnog odgoja koja zadovoljava željene fizičke potrebe ili ciljeve.
- Omogućiti učenicima pozitivnu povratnu informaciju kako bi ih potaknuli i pomogli im da razviju razumijevanje za tjelesni odgoj.
- Pripremiti nastavne planove u skladu s individualiziranim obrazovnim planovima (IEP) i funkcionalnim sposobnostima ili potrebama učenika.
- Uspostaviti i održavati standarde ponašanja za stvaranje sigurnih, urednih i učinkovitih okruženja za učenje.
- Procijeniti motoričke potrebe pojedinih učenika kako biste utvrdili njihovu potrebu za prilagođenim uslugama tjelesnog odgoja. Procijeniti i ocijeniti motoričku sposobnost, tjelesnu spremnost, rekreativnu, slobodno vrijeme i sportske vještine
- Održavati inventar nastavne opreme, materijala ili pomagala.
- Ponuditi najmanje tri razine izazova. Special Olympics Australia i Sport Australia dijele alete za podršku ovdje. Potonji su proizveli niz kartica s aktivnostima osmišljenih kao podrška podučavanju aktivnosti koje uključuju sve sposobnosti. Svaka kartica koristi model TREE za prepoznavanje prilika za izmjene koje bi podržale sudjelovanje u svakoj aktivnosti.



## **U čemu bi stručnjaci prilagođenog tjelesnog odgoja trebali biti dobri**

- Usmeno izražavanje - Sposobnost prenošenja informacija i ideja u govoru tako da ih drugi razumiju.
- Usmeno razumijevanje - sposobnost slušanja i razumijevanja informacija i ideja predstavljenih izgovorenim riječima i rečenicama.
- Pisano razumijevanje - Sposobnost čitanja i razumijevanja informacija i ideja prezentiranih u pisanom obliku.
- Pisano izražavanje - Sposobnost prenošenja informacija i ideja u pisanom obliku kako bi ih drugi razumjeli.
- Prepoznavanje govora - Sposobnost prepoznavanja i razumijevanja govora druge osobe.
- Jasnoća govora - Sposobnost jasnog govora kako bi vas drugi mogli razumjeti.
- Vid na blizinu - Sposobnost da se vide detalji iz blizine (unutar nekoliko metara od promatrača).
- Osjetljivost na problem - Sposobnost da se kaže kada nešto nije u redu ili je vjerojatno da će poći po zlu. To ne uključuje rješavanje problema, samo prepoznavanje da problem postoji.
- Deduktivno zaključivanje - Sposobnost primjene općih pravila na specifične probleme kako bi se dobili odgovori koji imaju smisla.

## **Što specijalisti prilagođenog tjelesnog odgoja trebaju naučiti**

- Obrazovanje i osposobljavanje - Poznavanje načela i metoda za izradu kurikuluma i osposobljavanja, poučavanje i podučavanje za pojedince i skupine, te mjerjenje učinaka osposobljavanja.
- Psihologija - Poznavanje ljudskog ponašanja i učinka; individualne razlike u sposobnostima, osobnosti i interesima; učenje i motivacija; metode psihološkog istraživanja; te procjena i liječenje poremećaja ponašanja i afektivnih poremećaja.
- Zakon i vlada - Poznavanje zakona, pravnih kodeksa, sudskih postupaka, presedana, vladinih propisa, izvršnih naredbi, pravila agencija i demokratskog političkog procesa.
- Engleski jezik - Poznavanje strukture i sadržaja engleskog jezika uključujući značenje i pravopis riječi, pravila sastavljanja i gramatiku.
- Terapija i savjetovanje - Poznavanje načela, metoda i postupaka za dijagnosticiranje, liječenje i rehabilitaciju fizičkih i mentalnih disfunkcija, te za profesionalno savjetovanje i usmjeravanje.

- Sociologija i antropologija - Poznavanje grupnog ponašanja i dinamike, društvenih trendova i utjecaja, ljudskih migracija, etničke pripadnosti, kultura i njihove povijesti i podrijetla.
- Korisničke i osobne usluge - Poznavanje načela i procesa za pružanje korisničkih i osobnih usluga. To uključuje procjenu potreba korisnika, ispunjavanje standarda kvalitete za usluge i procjenu zadovoljstva korisnika.

**Provjerite svoju školu, razredni prostor i lekcije koristeći 7 stupova inkluzije**

7 stupova inkluzije širok je okvir koji je razvio Play by the Rules, fokusirajući se na 'širu sliku' koja služi kao polazište za usmjeravanje inkluzije. 7 stupova su:

1. Pristup – mogu li svi učenici pristupiti (fizički) i osjećati se dobrodošli?
2. Stav – kakav je vaš stav prema različitosti i inkluziji?
3. Izbor – postoji li niz načina za sudjelovanje?
4. Partnerstva – s kim ćete raditi i tko će vas podržavati?
5. Komunikacija – koje ćete metode komunikacije koristiti?
6. Politika – koliko ste predani i odgovorni za uključivanje?
7. Mogućnosti – jeste li napravili praktične promjene tako da svi učenici imaju jednake mogućnosti sudjelovanja?

## PITANJA (5 MINUTES)

Za završetak predavanja, edukator će omogućiti trenutak u kojem se sudionici potiču da izraze svoja pitanja, sumnje, ideje i osjećaje prema temama o kojima se raspravlja.

## PROCJENA

Sudionici će odgovoriti na kratki upitnik kako bi procijenili što su naučili tijekom predavanja.



# REFERENCE



Coaching athletes with intellectual disabilities. Available at:

<https://www.researchgate.net/publication/347077756> Coaching athletes with intellectual disabilities/link/5ffb35df92851c13fe02d79d/download

Lytle, R., Lavay, B., & Rizzo, T. (2010). What is a highly qualified adapted physical education teacher?. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 81(2), 40-50.

[https://www.shapeamerica.org/publications/resources/teachingtools/teachertoolbox/Teachers\\_Toolbox\\_Elementary\\_PE.aspx](https://www.shapeamerica.org/publications/resources/teachingtools/teachertoolbox/Teachers_Toolbox_Elementary_PE.aspx)



How to Become an Adapted Physical Education Teacher. Available at:

<https://www.petacheredu.org/adapted-physical-education/>

Bertills, K., Granlund, M., & Augustine, L. (2019, August). Inclusive teaching skills and student engagement in physical education. In Frontiers in education (Vol. 4, p. 74). Frontiers Media SA.

Cueto, M. D. D., Astudillo, A. V., & Oliva, F. J. C. (2022). Coordination between physical education teachers and physical therapists in physical education classes: The case of the autonomous community of Madrid in Spain. Movimento, 25.

[https://www.teachermagazine.com/au\\_en/articles/strategies-to-promote-inclusion-in-health-and-physical-education-and-beyond](https://www.teachermagazine.com/au_en/articles/strategies-to-promote-inclusion-in-health-and-physical-education-and-beyond)

## Videos

1. <https://www.youtube.com/watch?v=FZI0Y4vRHEU>
2. <https://www.youtube.com/watch?v=dDXRNhZfTHU>
3. <https://www.youtube.com/watch?v=LuehTLyOwX0>



## PREDAVANJE 2

### DIDAKTIČKE SMJERNICE ZA NASTAVNIKE TJELESNE IZDRAVSTVENE KULTURE

Cilj ovog predavanja je:

- Uspostaviti strategije za stvaranje inkluzivnog okruženja
- Identificirati i primijeniti strategije učenja kao profesor tjelesnog odgoja
- Koristiti stilove poučavanja koje aktiviraju učenike

Trajanje predavanja: 60 min



## UVOD (10 MIN)

### Ice breaker aktivnost – grupna rasprava

Svatko ima 5 minuta da formira grupu od 3-4 sudsionika i da zapiše mišljenja, ideje i prijedloge kako reagirati u sljedećoj situaciji: „Učenik s intelektualnim teškoćama pohađa redovnu školu. Budući da ga njegovi kolege iz razreda ne uključuju u svoje društvo, nemojte ga birati u svoju grupu. Voditeljica odjela moli Vas za pomoć kako bi kroz svoj sat usvojili pedagoške tehnike prihvatanja učenika s teškoćama u razvoju od strane njegove grupe kolega“. Koje biste strategije usvojili kao profesor tjelesnog odgoja kako bi učenika s invaliditetom prihvatile sva djeca u njegovom razredu?

Na kraju aktivnosti, kratka grupna prezentacija rezultata i rasprava o rezultatima

Sljedeće strategije podučavanja pomoći će vam da izgradite inkluzivnije okruženje:

- Razgovarajte sa svojim razredom o inkluziji
- Razgovarajte o očekivanjima i bontonu. Učenici će imati pitanja i nedoumica, stoga dajte svima priliku za raspravu. Pomozite im da shvate da svi ljudi imaju potrebe i prava i da su svi različiti.
- Koristite jezik "Ljudi na prvom mjestu". Stavljujući pojedinca na prvo mjesto, a invaliditet na drugo, pomažete stvaranju međusobnog poštovanja. (Npr., "Moj učenik s autizmom" za razliku od "Autistični učenik.")
- Upoznajte svoje učenike. Saznajte više o njihovim sposobnostima, snagama i izazovima, umjesto da stvarate pretpostavke na temelju njihovog invaliditeta. Saznajte o njihovim potrebama učenja.
- Posavjetujte se sa stručnjacima. Stručnjaci kao što su PT, RT, prilagođeni učitelji, logopedi i drugi s više iskustva ili obrazovanja u vezi s radom s učenicima s invaliditetom mogu biti vrlo učinkovit izvor.
- Izmijenite aktivnosti. Ponekad će učenici trebati izmjene, a ponekad neće. To će ovisiti o učeniku i aktivnosti/vještini/igri koja se podučava. Profesor tjelesnog odgoja mora biti upoznat s mnogim načinima stvaranja varijacija u igrama, aktivnostima i sportovima, kao što su mijenjanje pravila, opreme, obrazaca kretanja, igrača
- Suradničko učenje, koje se odnosi na nastavne metode u kojima učenici rade zajedno u malim grupama kako bi učili i pomogli drugima u učenju, uspješno se provodi u inkluzivnim učionicama TZK. Grupni ciljevi (interakcija i refleksivni dijalazi), interpersonalne vještine i vještine u malim grupama (zajedničko donošenje odluka i slušanje, preuzimanje odgovornosti, davanje povratnih informacija i međusobno ohrabrivanje) i individualna odgovornost (za izvršavanje zadataka) ključni su elementi kako bi ovaj model bio uspešan.
- Vršnjačko podučavanje na poboljšanju motoričkih performansi učenika, motoričkog angažmana i interakcije između mentora i učenika.

## GLAVNI DIO (40 MIN)

Smatra se da tjelesni odgoj ima veliki potencijal za poticanje socijalne uključenosti. TZK pomaže djeci da razviju poštovanje prema drugima i pospješuje društveni razvoj. Sportske aktivnosti trebale bi biti usmjerene na osnažujući, uključiv i pozitivan način, fokusirajući se na fizičke i psihosocijalne dobrobiti bavljenja sportom, a ne na samu sportsku aktivnost.

### Kako svoj sat tjelesnog odgoja učiniti inkluzivnjim i osnažujućim

Kao učitelju tjelesnog, vaš cilj je pomoći svojim učenicima da ostvare svoj puni potencijal. Inkluzivno okruženje pomoći će im da to postignu. Naglašavanjem poštovanja, prihvatanja i suradnje kao temeljnih vrijednosti u razredu, stvorit ćete okruženje koje prepoznaje vrijednost različitosti i pomaže svima da se usredotoče na ono što mogu učiniti.

- Ugrađena uputa. Uključiva intervencija za ovladavanje, sustavni pristup podučavanju, koji koristi nastavu usmjerenu na učenika kako bi ciljao i na motivacijsku razinu učenika i na proces učenja. Ova intervencija je pozitivno utjecala na razvoj motoričkih vještina učenika sa i bez teškoća

#### **Opće strategije za rješavanje problema stjecanja učenja:**

Stupanj intelektualnog oštećenja (tj. razumijevanja, pamćenja, pažnje itd.) razlikuje se od djeteta do djeteta, kao i ostale poteškoće djeteta (kretanje, ravnoteža, koordinacija, sluh itd.). Stoga je potrebno temeljito razumijevanje sposobnosti pojedinog djeteta kako biste mogli učinkovito raditi s njim.

#### **Učenje se odvija sporijim tempom**

- 1.Osigurajte strukturu
- 2.Omogućite ponavljanje i pregled
- 3.Pojednostavite nastavni sadržaj. Rastavite vještine na manje dijelove.
- 4.Omogućite izbor aktivnosti od kojih su sve povezane s vašim obrazovnim ciljevima za cilj.
- 5.Ostavite dovoljno vremena za posjedovanje informacija

#### **Kratkoročno pamćenje i raspon pažnje**

- 1.Trenirajte kratko vrijeme
- 2.Omogućite ponavljanje i pregled (ključ za stjecanje novih vještina)
- 3.Radite jedan na jedan (privucite punu pozornost)
- 4.Neka upute budu jasne, kratke i jednostavne. Učenici ponavljaju upute.
- 5.Provjerite je li igra ili zadatak koji objašnjavate unutar njihove sposobnosti razumijevanja.
- 6.Demonstrirati zadatak; napraviti usmeno analizu zadatka; učenik izvodi zadatak; nastavnik potvrđuje zadatak.

#### **Svijest o prostoru i tijelu**

- 1.Mogu postojati sigurnosni problemi za učenike koji se bave vježbama kretanja. Osigurajte prikladne grupne aranžmane, na primjer ograničavanje područja kretanja, planiranje da se učenik uključi u praćenje voditelja, koristeći vježbe kopiranja i kontrastiranja.

- 2.Koristite određene dijelove tijela u vježbama, primjerice napravite oblik s gornjim dijelom tijela

#### **Problemi ponašanja**

- 1.Postavite jasna pravila, očekivanja i ograničenja
- 2.Provoditi pravila, ali osigurati uvjete za povratak
- 3.Uključite učenike u demonstracije gdje je to moguće.
- 4.Ohrabrite učenike i zadajte im zadatke koji daju mogućnosti za uspjeh.

#### **Poteškoće u verbalnoj komunikaciji**

- 1.Ostavite dodatno vrijeme za izražavanje misli
- 2.Koristite ploče sa slikama/druge pomoćne uređaje
- 3.Zamolite njega ili nju da demonstrira ili pokaže što misli
- 4.Koristite širok raspon nastavnih metoda, npr. verbalne upute, vizuelne demonstracije i drugi vizuelni i slušni inputi (npr. slike, igračke koje stvaraju buku). Možda ćete također morati ručno voditi osobu, tj. koristeći svoje ruke za vođenje djetetovog tijela.

#### **Slab tonus mišića**

- 1.Osigurajte posebne programe vježbi i jačanja
- 2.stegnite se sigurno; ne dopustite sportašima da se istegnu izvan normalnog opsega pokreta zgloba

#### **Osjetljiv na dodir**

- 1.Uspostavite kontakt očima dok razgovarate
- 2.Koristite mekšu ili prilagodljivu opremu
- 3.Upozorite ako je bilo kakav dodir neophodan

#### **Nemogućnost stvaranja društvenih veza**

- 1.Rad u malim grupama
- 2.Neka sportaši rade u parovima (isti parovi nekoliko tjedana)
- 3.Osigurajte visoko strukturirano okruženje koje najmanje ometa

#### **Poteškoće s ravnotežom ili stabilnošću**

- 1.Pružite dodatnu pomoć
- 2.Ako se istežete, sjednite, naslonite se na zid ili se držite za partnera
- 3.Omogućite dodatno vrijeme za dovršavanje zadatka

# REFERENCE



[How to teach students with moderate and severe intellectual disabilities in inclusive and special education settings: Teachers' perspectives on skills, knowledge and attitudes.](https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1474904118780171)  
Available at:<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1474904118780171>

Furrer, V., Valkanover, S., Eckhart, M., & Nagel, S. (2020, October). The role of teaching strategies in social acceptance and interactions; Considering students with intellectual disabilities in inclusive physical education. In Frontiers in education (Vol. 5, p. 586960).  
Frontiers Media SA.

Bertills, K., Granlund, M., & Augustine, L. (2019, August). Inclusive teaching skills and student engagement in physical education. In Frontiers in education (Vol. 4, p. 74).  
Frontiers Media SA. Available at:<https://doi.org/10.3389/feduc.2019.00074>

Piedra, A. L. M. (2020). Playful Practices With Children With Intellectual Disabilities. West East Journal of Social Sciences, 9(1), 9-22.

DOI: <https://doi.org/10.36739/wejss.2020.v9.i1.38>

Burns, J., & Johnston, M. (2020). Good Practice Guide for coaching athletes with Intellectual Disabilities.

Inclusion in Physical Education: A review of literature. Available at:<https://www.researchgate.net/publication/254289635> Inclusion in Physical Education A review of literature

[https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/sport\\_and\\_play\\_for\\_all.pdf](https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/sport_and_play_for_all.pdf)

## Videos

1. <https://www.youtube.com/watch?v=LVXBUWf47dc>
2. <https://www.youtube.com/watch?v=yGWHES-4j-o>

# **MODUL 6**

**ZDRAVSTVENE I SIGURNOSNE MJERE ZA  
RAD S OSOBAMA S INTELEKTUALNIM  
POTEŠKOĆAMA**



## UVOD U MODUL

Modul Zdravstvene i sigurnosne mjere za rad s osobama s intelektualnim teškoćama ukazuje, definira i opisuje opći skup mjera i smjernica koje je potrebno uzeti u obzir kako bi se osiguralo sigurno okruženje za osobe s intelektualnim teškoćama i njihove edukatore.

Tjelesna aktivnost ima važnu ulogu u očuvanju zdravlja, dobrobiti i kvalitete života. Osobe s intelektualnim teškoćama imaju istu potrebu za sportskim aktivnostima, ako ne i veću, jer tjelesna aktivnost može uvelike utjecati na njihove motoričke i druge sposobnosti, ali i pridonijeti poboljšanju njihovog zdravlja i dobrobiti.

Općenito, zdravstvene i sigurnosne mjere ukazuju na prilagodbe aktivnosti i skup pravila koji se temelje na zdravstvenim razlikama osoba s intelektualnim teškoćama i osoba bez invaliditeta. Na temelju postojećeg stupnja uspješnosti uzimaju se u obzir zdravstvene i sigurnosne mjere kroz prilagodbu aktivnosti, metoda podučavanja kao i prilagodbe okoline, s ciljem prevladavanja prepreka pri bavljenju aktivnostima.

Zdravstvene mjere odnose se na definiranje i provođenje relevantnih programa i aktivnosti na temelju procjene postojeće razine sposobnosti osoba s intelektualnim teškoćama. Na temelju procjene trenutne razine sposobnosti, stručnjaci koji rade s osobama s intelektualnim teškoćama mogu kreirati programe i aktivnosti prilagođene ciljnoj skupini, koji osiguravaju poboljšanje funkcionalnih i motoričkih sposobnosti, psihičku dobrobit i socijalizaciju u sigurnom okruženju.

Mjere sigurnosti odnose se na pristupačnost (individualna, poluindividualna, grupna), osiguranje sigurnog okruženja, pratećih rekvizita i pomagala kao i prilagodbu aktivnosti na način da budu sigurne za OSI.

Modul pruža uvid u zajedničke pristupe i preporuke za edukatore, trenere, njegovatelje i druge koji rade s osobama s intelektualnim teškoćama o tome kako stvoriti i osigurati sigurno okruženje primjenom zdravstvenih i sigurnosnih mjer.

## KLJUČNE RIJEČI

Zdravstvene mjere, sigurnosna pravila, adaptivna aktivnost, prilagodbe okoliša, pristupačnost

## CILJEVI UČENJA

- Definirati zdravstvene i sigurnosne mjere koje se primjenjuju u radu s osobama s intelektualnim teškoćama
- Uzakati na važnost procjene trenutne razine sposobnosti za osobe s intelektualnim teškoćama u definiranju zdravstvenih i sigurnosnih mjer
- Definirati specifične zdravstvene mjere na temelju kreiranih adaptivnih aktivnosti prilagođenih ciljanoj skupini
- Uspostaviti sigurnosne mjeru za pristupačnost, sigurno okruženje, pomoćne rekvizite i pomagala
- Identificirati i primijeniti zajedničke pristupe zdravstvenim i sigurnosnim mjerama

## ISHODI UČENJA

- Stručnjaci će znati definirati opće zdravstvene i sigurnosne mjeru za rad s osobama s intelektualnim teškoćama
- Stručnjaci će moći uočiti važnost procjene za definiranje zdravstvenih i sigurnosnih mjer za osobe s intelektualnim teškoćama
- Stručnjaci će moći definirati i prilagoditi aktivnosti tako da budu sigurne za ciljnu skupinu
- Stručnjaci će moći uspostaviti sigurno okruženje i osigurati pristupačnost s pratećim rekvizitima za rad s osobama s intelektualnim teškoćama
- Stručnjaci će moći primijeniti zajedničke pristupe mjerama zdravlja i sigurnosti na određenu ciljanu skupinu osoba s intelektualnim teškoćama

## SADRŽAJ PREDAVANJA

- Teorijski okvir / koncepti učenja
- PPT
- OERs

## AKTIVNOSTI UČENJA I POUČAVANJA

- Radionice/webinar
- Pregled literature
- Groupni rad
- Studij slučaja
- Samostalno proučavanje

## PROCJENA

- Teorijski okvir/scenariji učenja
- PPT prezentacije
- Groupni rad
- OERs

Na kraju svakog ispita potrebno je polagati kvalifikacijski ispit:  
Online obrazac (kviz s više odgovora)

## LITERATURA

[https://www.teamunify.com/Iscis/UserFiles/Image/Quic\\_kUpload/best-practices-for-safe-sport-with-athletes-with-disabilities\\_095500.pdf](https://www.teamunify.com/Iscis/UserFiles/Image/Quic_kUpload/best-practices-for-safe-sport-with-athletes-with-disabilities_095500.pdf)

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>

<https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/09e457a0-04d7-11e9-adde-01aa75ed71a1/language-en/format-PDF/source-84442024>

[https://www.physiotherapy.com/Sports\\_for\\_Individuals\\_with\\_a\\_Physical\\_Disability](https://www.physiotherapy.com/Sports_for_Individuals_with_a_Physical_Disability)

<https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities.html#Fulltext>

[https://www.sportaus.gov.au/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0007/952126/Adapting-And-Modifying-Sport-For-People-With-Disability-Part-One.pdf](https://www.sportaus.gov.au/__data/assets/pdf_file/0007/952126/Adapting-And-Modifying-Sport-For-People-With-Disability-Part-One.pdf)

Murphy NA, carbone PS, Council on Children with Disabilities. Promoting the participation of children with disabilities in sports, recreation, and physical activities. Pediatrics 2008;

Raina P., O'Donnell, Roisenbaum P i sur. The health and well-being of caregivers of children with cerebral palsy. Pediatrics 2005;

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3586421/>

<https://inclusivesportdesign.com/tutorials/how-to-adapt-and-modify-your-sport-activities-to-include-all/>

<https://educate.bankstreet.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1238&context=independent-studies>

<https://publications.aap.org/pediatrics/article/121/5/1057/73486/Promoting-the-Participation-of-Children-With>

[https://www.teamunify.com/Iscis/UserFiles/Image/Quic\\_kUpload/best-practices-for-safe-sport-with-athletes-with-disabilities\\_095500.pdf](https://www.teamunify.com/Iscis/UserFiles/Image/Quic_kUpload/best-practices-for-safe-sport-with-athletes-with-disabilities_095500.pdf)

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>

<http://ucoach.com/assets/uploads/files/the-inclusion-spectrum-guidance-v1b.pdf>

Kasser, S. L., & Lytle, R. K. (2013). Inclusive physical activity: Promoting health for a lifetime. Human Kinetics: Champaign, IL.

Lieberman, L. J., & Houston-Wilson, C. (2009). Strategi [A photograph of a young boy in an orange tracksuit and black knee supports running on a grassy field. He is wearing a white shirt under his tracksuit top. In the background, there are other people and a fence.](https://publications.aap.org/pediatrics/article/121/5/1057/73486/Promoting-the-Participation-of-Children-Withes for inclusion: A handbook for physical educators. Human Kinetics. Champaign, IL.</a></p></div><div data-bbox=)

## PRIPREMA ZA PREDAVANJE

Prije predavanja, edukator će pripremiti različite slajdove i prateći materijal o zdravstvenim i sigurnosnim mjerama za rad s osobama s intelektualnim teškoćama. Ti su dokumenti potrebni za podršku procesu učenja i usmjeravanje rasprava. Edukator će prezentacije staviti na raspolaganje svim polaznicima prije treninga

## POTREBNI MATERIJALI

- Laptop
- Internet veza
- Bijele ploče, papir i flomasteri

## NAZIVI PREDAVANJA

1 Definicija zdravstvenih i sigurnosnih mjera

2 Prilagodbe za uspostavljanje zdravstvenih i sigurnosnih mjera





## PREDAVANJE 1

### DEFINICIJA ZDRAVSTVENIH I SIGURNOSNIH MJERA

Cilj ovog predavanja je:

- ✓ Definirati zdravstvene i sigurnosne mjere koje se primjenjuju u radu s osobama s intelektualnim teškoćama
- ✓ Ukažati na važnost procjene trenutne razine sposobnosti za osobe s intelektualnim teškoćama u definiranju zdravstvenih i sigurnosnih mjer

Trajanje predavanja : 60 min



## UVOD (10 MIN)

"Ice breaker activity": Zdravstvena jednakost

Prije predavanja: Napuhati loptu za plažu.  
Upotrijebite trajni marker da na lopticu napišete pitanja za probijanje leda i upoznavanje.

Primjeri pitanja:

- Što znači biti zdrav?
- Što znači loše zdravlje?
- Kako sport doprinosi zdravlju?
- Koje su glavne razlike u radu s osobama s intelektualnim teškoćama i osobama bez invaliditeta u sportu?
- Kakav bi bio vaš pristup u radu s osobama s intelektualnim teškoćama?
- Što za vas znače mjere zaštite na radu?
- Koje aspekte procjene trenutne razine sposobnosti za osobe s intelektualnim teškoćama smatraste važnima?
- Što biste poduzeli da stvorite zdravo i sigurno okruženje za rad s osobama s intelektualnim teškoćama?

Tijekom aktivnosti:

Uputite sudionike da naprave krug. Nekoliko puta bacite loptu od sudionika do sudionika. Svaki put kada je lopta uhvaćena, sudionik koji je primio loptu mora pročitati pitanje na kojem se zaustavio njegov/njezin desni palac, a zatim odgovoriti na njega.

## GLAVNI DIO (40 MIN)

Glavni dio: 40 min

Utvrđivanje mjera zaštite na radu: okosnica

Svjetska zdravstvena organizacija podržala je koncept da svi pojedinci, uključujući osobe s intelektualnim teškoćama, mogu utjecati na zdravlje i funkcionalne sposobnosti kroz tjelesnu aktivnost i sport kao komponentu svakodnevnog života. Za osobe s invaliditetom od najveće je važnosti osigurati pristup temeljnim ljudskim pravima i sudjelovanje u kulturnom životu, uključujući sudjelovanje u igri, rekreatiji, slobodnom vremenu i sportskim aktivnostima, na ravнопravnoj osnovi s drugima.

Međutim, osobe s intelektualnim teškoćama manje su uključene u rekreativne aktivnosti nego osobe bez intelektualnih teškoća, aktivnosti su pasivnije, manje raznolike, često ograničene na aktivnosti unutar vlastitog doma. Na uključivanje u rekreativne aktivnosti utječu spol, dob, poteškoća, individualne i obiteljske preferencije, motivacija, čimbenici okoline, podrška i raspoloživo vrijeme roditelja/skrbnika. Inkluzivne barijere također su povezane sa socijalnim statusom, obrazovanjem i funkcionalnošću obitelji. Socijalna uključenost osoba s intelektualnim teškoćama i njihova dostupnost sportu ograničena je raznim preprekama. Brojna su istraživanja provedena na temu bavljenja sportom i prepreka koje onemogućuju dostupnost i jednak pristup sportu. Sastavljajući više studija, prepreke za sudjelovanje u sportu mogu se podijeliti u sljedeće kategorije:

- Intrapersonalne/individualne - prepreke s nedostatkom odgovarajućih informacija o tjelesnoj aktivnosti i bavljenju sportom (gdje sudjelovati, kako se baviti sportskom aktivnošću, koja je vrsta aktivnosti prikladna, kako sigurno obavljati aktivnosti itd.), barijera razinu sposobnosti i izvedbe (priroda oštećenja, vrsta invaliditeta, zdravstveni problemi, itd.), psihološke barijere (strah, nedostatak motivacije, zabrinutost za sigurnost, strah od privlačenja neželjene pozornosti itd.);
- Interpersonalne / društvene - društvene prepreke iz zajednice kao što je nedovoljna svijest o potrebama osoba s intelektualnim teškoćama, njegovatelji (učitelji, odgojitelji, stručnjaci, treneri itd.) i obitelj koja ima pretjerano zaštitničko ponašanje prema osobama s intelektualnim teškoćama,
- Okolišne - prepreke povezane s pristupačnošću poput infrastrukture i objekata s neadekvatnim pristupom sudionicima (npr. uska vrata za pristup invalidskim kolicima, sobe bez ručki), prepreke na otvorenom (slabo osvijetljene staze), neadekvatan prijevoz, nedovoljna ili neprikladna oprema, prepreke u stručnost u radu s osobama s intelektualnim teškoćama i sl.:[1]

Osobe s intelektualnim teškoćama se suočavaju s preprekama u sportu koje su različite i mogu uključivati jedno ili više ograničenja dostupnosti u sportu. Dok se neki suočavaju s preprekama zbog nedostatka stručnosti u inkluzivnom sportu među trenerima i stručnjacima, drugi mogu imati ograničen pristup zbog neodgovarajuće opreme. Neke osobe s intelektualnim teškoćama mogu imati više poteškoća u prevladavanju prometnih prepreka, dok drugi imaju više problema s preprekama povezanim s infrastrukturom. Osim gore navedenih glavnih prepreka sudjelovanju u sportu (nedostatak stručnosti, neadekvatni objekti, neadekvatna oprema, ograničenja prijevoza), sudionici također mogu iskusiti prepreke različito ovisno o odabranom sportu i razini sposobnosti.[1]



Konvencija Ujedinjenih naroda o pravima osoba s invaliditetom ukazuje na to da bi se osobama s invaliditetom omogućilo sudjelovanje u rekreacijskim, slobodnim i sportskim aktivnostima na ravnopravnoj osnovi s drugima, treba uzeti u obzir sljedeće mjere:

1. Poticati i promicati sudjelovanje, u najvećoj mogućoj mjeri, osoba s invaliditetom u glavnim sportskim aktivnostima na svim razinama;

2. Osigurati da osobe s invaliditetom imaju priliku organizirati, razvijati i sudjelovati u sportskim i rekreacijskim aktivnostima specifičnim za osobe s invaliditetom i, u tu svrhu, poticati pružanje, na ravnopravnoj osnovi s drugima, odgovarajuće poduke, obuke i resursa;

Jednak pristup sportu očituje se ne samo u promicanju sudjelovanja, već i u kvalitetnom standardu pristupa i sudjelovanja koji je potrebno osigurati. Kako bi se osigurao jednak pristup sportu, potrebno je voditi računa o potrebnim prilagodbama na način da se prepreke sudjelovanju smanje, ograniče ili uklone. Štoviše, tijekom prilagodbe aktivnosti, zdravstvene i sigurnosne mjere treba uzeti u obzir za jednak pristup sportu za osobe s intelektualnim teškoćama.

Zdravstvene i sigurnosne mjere opisuju skup smjernica koje je potrebno uzeti u obzir osiguranje sigurnog okruženja za edukatore koji rade s osobama s teškoćama u razvoju.

S inkluzivne točke gledišta, zdravstvene i sigurnosne mjere pružaju niz postavki i izbora koji omogućuju sigurno sudjelovanje za ljude svih dobi, sposobnosti i pozadina na najprikladniji mogući način. Zdravstvene i sigurnosne mjere obuhvaćaju širok raspon mogućnosti u mnogim različitim okruženjima. Ponekad to može značiti modificiranje sporta kako bi se pružila prikladnija verzija za određene sudionike. Promjena pravila u sportu je nešto vrlo uobičajeno, posebno za osobe s intelektualnim teškoćama. Izmijenjena pravila čine sport inkluzivnjim, sigurnijim i zabavnijim. Ovisno o razini izvedbe, osobe s invaliditetom mogu se sigurno uključiti u sport bez ikakvih izmjena ili u drugim situacijama mogu biti potrebne izmjene.

Izmjene mogu biti samo manje, kao što je promjena u pravilu ili dijelu opreme koji je jednostavan, ali može pružiti značajnu pomoć pojedincu. Ponekad su potrebne veće izmjene, posebno za osobe s visokom potrebotom za podrškom za sigurno sudjelovanje. Svrha prilagodbe i modificiranja sporta je učiniti sportsko okruženje što je moguće sigurnijim i također smanjiti ili eliminirati nedostatke uzrokovane okruženjem u kojem se sport igra kako bi svi sudionici imali pristup.





Sve zdravstvene i sigurnosne mjere treba kontinuirano preispitivati i, ako je potrebno, ažurirati i modificirati u skladu sa specifičnim situacijama.

Skrbnici često pridaju premalo važnosti tjelesnoj aktivnosti i dobrobitima koje ona donosi za osobu s teškoćama u razvoju. Postoje i slučajevi precjenjivanja opasnosti vježbanja. Svakako, pri preporuci tjelesnog vježbanja potrebno je uzeti u obzir zdravstveno i funkcionalno stanje sudionika, osigurati sigurnost vježbanja, sklonosti osobe te odabrati program i opremu prilagođenu zdravstvenom i funkcionalnom stanju. Iako se korištenje informacijske tehnologije najčešće povezuje s povećanjem vremena provedenog u sjedećem položaju, danas je i njezina primjena jedan od pristupa uključivanju osoba s teškoćama u razvoju u programe tjelesne aktivnosti. Korištenje informacijske tehnologije jedan je od atraktivnih pristupa koji omogućavaju, u situacijama kada postoje značajne prepreke (prepreke vezane uz prijevoz, opremu, prostor, klimatske uvjete, raspored njegovatelja) za uključivanje u prilagođene programe tjelesne aktivnosti, vježbanje osoba njihovoj dobi primjenom interaktivnih aktivnosti u koje mogu uključiti više od jednog vježbača/igrača. Sadrže po vrsti, trajanju, intenzitetu i složenosti nekoliko razina – što omogućuje pronalaženje optimalne vrste i intenziteta opterećenja prilagođenog zdravstvenom i funkcionalnom statusu sudionika.

Skrbnici/roditelji osoba s poteškoćama u razvoju zahtijevaju posebnu pozornost, koja je trenutno nedostatna, ne samo u zdravstvenom smislu nego i u ukupnoj kvaliteti njihovog života. Njihovo zdravlje i kvaliteta života složeno su povezani s kvalitetom života osoba o kojima skrbe. Briga o osobi s teškoćama u razvoju znatno je složenija, zahtjevnija i dugotrajnija u odnosu na uobičajenu roditeljsku skrb - povezana je s kroničnim zdravstvenim problemima osobe i mogućnošću zadovoljavanja svakodnevnih posebnih potreba. To se odražava na kvalitetu života roditelja/skrbničnika. Psihičko i tjelesno zdravlje roditelja, često i majke, prvenstveno je vezano uz ponašanje osobe i zahtjeve za njegom koji joj predstavljaju poteškoće te je povezano s funkcionalnošću obitelji. Stoga bi programi usmjereni na uključivanje osoba s teškoćama u razvoju u tjelesnu aktivnost trebali uključivati ne samo sudionike već i njihove roditelje/skrbničnike.

Kineziolozi nude različite prilagođene tjelovježbe i sportske aktivnosti u koje se mogu uključiti osobe s poteškoćama u razvoju. Kako mogućnosti uključivanja prvenstveno ovise o zdravstvenom i funkcionalnom statusu polaznika, kontinuirana suradnja pedijatara, kineziologa, roditelja/skrbnika i sudionika u savjetovanju i preporuci oblika i vrste, trajanja, učestalosti i intenziteta aktivnosti doprinosi većoj uključenosti u zdravim i sigurnim tjelesnim aktivnostima osoba s poteškoćama u razvoju. Priručnici s uputama i preporukama o izboru sportskih aktivnosti i zdravstvenim preporukama za zdravstveno sigurno provođenje tjelovježbe, sportske, rekreativske ili sportske aktivnosti kod osoba s teškoćama u razvoju, s obzirom na vrstu invaliditeta, vodič su praktičarima u podizanju i sigurno provođenje prilagođene tjelesne aktivnosti kod osoba s invaliditetom u razvoju. Osobe koje planiraju, programiraju, provode i nadziru programe tjelovježbe za osobe s poteškoćama u razvoju, posebice one s težim kroničnim zdravstvenim problemima, trebaju biti upoznate sa zdravstvenim i funkcionalnim stanjem, poteškoćama i posebnim potrebama, mogućim kontraindikacijama za tjelovježbu/pojedine oblike tjelovježbe, ograničenja u pogledu intenziteta aktivnosti, kao i sa znakovima i simptomima koji kod nekih osoba s kroničnim poteškoćama mogu upućivati na moguću zdravstvenu komplikaciju ili ozljedu vezanu uz tjelovježbu te ih uputiti specijalistima u slučaju određenih komplikacija, kako bi se rizik od vježbanje ili trening svede na minimum.

## PITANJA (5 MIN)

Kako bi finalizirao sesiju, edukator će omogućiti intervju u kojem se sudionici potiču da izraze svoja pitanja, sumnje, ideje i osjećaje prema temama o kojima se raspravlja.

## PROCJENA (5 MIN)

Sudionici će odgovoriti na kratki upitnik kako bi procijenili što su naučili tijekom sesije.

Kontinuirana edukacija i stjecanje posebnih vještina osoba koje provode i nadziru programe tjelovježbe i treninga za osobe s posebnim potrebama, posebice one s teškim kroničnim zdravstvenim problemima, važan je čimbenik povećanja uključenosti i podizanja razine individualno prilagođene i zdravstveno sigurne tjelesne aktivnosti u toj populaciji.

Povećanje razine tjelesne aktivnosti i veće uključivanje osoba s poteškoćama u razvoju, invaliditetom i kroničnim bolestima u individualno prilagođene programe tjelesne aktivnosti nije odgovornost samo roditelja/skrbnika, liječnika, kineziologa, fizioterapeuta. Zahtjeva uključenost svih razina društva, od lokalne zajednice do državnih tijela, prvenstveno u prepoznavanju i uklanjanju prepreka za uključivanje djece s posebnim potrebama u zdravu i sigurnu tjelesnu aktivnost.



# REFERENCE



<https://publications.aap.org/pediatrics/article/121/5/1057/73486/Promoting-the-Participation-of-Children-With>

[https://www.teamunify.com/Iscis/UserFiles/Image/QuickUpload/best-practices-for-safe-sport-with-athletes-with-disabilities\\_095500.pdf](https://www.teamunify.com/Iscis/UserFiles/Image/QuickUpload/best-practices-for-safe-sport-with-athletes-with-disabilities_095500.pdf)

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>

<https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/09e457a0-04d7-11e9-adde-01aa75ed71a1/language-en/format-PDF/source-84442024>

[https://www.physio-pedia.com/Sports\\_for\\_Individuals\\_with\\_a\\_Physical\\_Disability](https://www.physio-pedia.com/Sports_for_Individuals_with_a_Physical_Disability)

<https://www.un.org/development/desa/disabilities/convention-on-the-rights-of-persons-with-disabilities.html#Fulltext>

[https://www.sportaus.gov.au/\\_data/assets/pdf\\_file/0007/952126/Adapting-And-Modifying-Sport-For-People-With-Disability-Part-One.pdf](https://www.sportaus.gov.au/_data/assets/pdf_file/0007/952126/Adapting-And-Modifying-Sport-For-People-With-Disability-Part-One.pdf)

**Murphy NA, carbone PS, Council on Children with Disabilities. Promoting the participation of children with disabilities in sports, recreation, and physical activities. Pediatrics 2008;**

**Raina P., O'Donnell, Roisenbaum P i sur. The health and well-being of caregivers of children with cerebral pulsy. Pediatrics 2005;**

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3586421/>



## PREDAVANJE 2

# PRILAGODBE ZA USPOSTAVLJANJE ZDRAVSTVENIH I SIGURNOSNIH MJERA

Cilj ovog predavanja je:

- ✓ Definirati specifične zdravstvene i sigurnosne mjere na temelju kreiranih adaptivnih aktivnosti prilagođenih ciljanoj skupini
- ✓ Uspostaviti sigurnosne mjere za pristupačnost, sigurno okruženje, potporne rezvizite i pomagala
- ✓ Identificirati i primijeniti zajedničke pristupe zdravstvenim i sigurnosnim mjerama

Trajanje predavanja : 60 min



## UVOD (10 MIN)

"Ice breaker" aktivnost – grupna diskusija

Svatko ima 5 minuta da formira grupu od 3-4 sudionika i zapiše mišljenja, ideje i prijedloge kako reagirati u sljedećoj situaciji: „Vi ste sportski trener za grupu od 20 djece s intelektualnim teškoćama i trebate organizirati sportsku aktivnost (u trajanju od 2 sata) za 1-2 temeljna sporta u sportskoj dvorani. Koje biste sigurnosne mjere uzeli u obzir kako biste uspostavili sigurno okruženje za sudionike?“

Na kraju aktivnosti, kratka grupna prezentacija rezultata i rasprava o rezultatima i cjelokupnoj aktivnosti uspostavljanja kontakta i upoznavanja. Nakon toga, kratka grupna rasprava u kojoj se sumiraju rezultati koji se odnose na uspostavu zdravog i sigurnog okoliša.



## GLAVNI DIO (40 MIN)

Najvažnija stvar za uspješno uključivanje u sportske aktivnosti je prilagođavanje postojećeg okruženja potrebama određene ciljane skupine sudionika. Konkretno, kada su u pitanju osobe s intelektualnim teškoćama prilagodbe se primjenjuju kako bi se sudjelovanje u sportskim aktivnostima moglo odvijati učinkovito i sigurno. Profesionalci koji rade s osobama s intelektualnim teškoćama, njegovatelji, treneri, planeri programa itd. mogu imati koristi od posjedovanja metode odgovarajućih prilagodbi i modifikacija sportskih aktivnosti.[1] Osobe s intelektualnim teškoćama teže se bave tjelesnom aktivnošću i sportom zbog prepreka izazvanih okolinom koja ih okružuje. Zdravstvene i sigurnosne mjere obično nisu ispunjene, infrastruktura često nije pristupačna, znanje odgajatelja/trenera/njegovatelja je nedovoljno, što sve pridonosi ograničavanju mogućnosti sudjelovanja osobama s intelektualnim teškoćama.

Zdravstvene i sigurnosne mjere za osobe s intelektualnim teškoćama u sportu moraju uzeti u obzir različite čimbenike kako bi se sudionici sigurno bavili sportom. Prilikom osmišljavanja sportskih aktivnosti i programa za osobe s intelektualnim teškoćama treba uzeti u obzir sve stvari: prilagodljivost aktivnosti, dostupnost infrastrukture, posebne opreme, profesionalce i stručnjake za rad s osobama s intelektualnim teškoćama u sportu itd. Planiranje sportskog programa za PWID vrlo je složeno jer se moraju uzeti u obzir dodatna područja. U provedbi sportskih aktivnosti i programa, stručnjak/ekspert/trener/skrbnik mora ciljati na poboljšanje psihomotoričkih sposobnosti, kao što su kardiovaskularna izdržljivost, ravnoteža, fleksibilnost, mišićna snaga i agilnost. Osim ovih područja fokusa, programi moraju osigurati da je sportska aktivnost dostupna, sigurna i ugodna. Ostala razmatranja uključuju zdravstveno stanje osoba s intelektualnim teškoćama i sposobnost sudionika i njegovih skrbnika da razumiju bilo koji rizik uključen u sudjelovanje. Pri planiranju sportskih aktivnosti također se moraju uzeti u obzir strategije za smanjenje rizika od bolesti ili ozljeda. Konačno, preporuča se da se osobe s intelektualnim teškoćama upisu u organizirane programe tjelesne aktivnosti s kratkoročnim, srednjoročnim i dugoročnim ciljevima. Poželjni su programi dužeg i češćeg trajanja, ali manjeg intenziteta.

Za mjere zdravlja i sigurnosti uvijek je važno imati jasne uvide (razinu sposobnosti i performanse) o osobama s intelektualnim teškoćama koje će sudjelovati u sportskim aktivnostima i programima te stvoriti inkluzivno i sigurno okruženje. Sljedeći izazov je osigurati zdravo i ugodno iskustvo učenja u kojem nema tolerancije prema diskriminaciji i netoleranciji, nego se podržava jednakost i zdrava atmosfera. Izazovi u pružanju zdravstvenih i sigurnosnih mjera razlikuju se od zemlje do zemlje kada je u pitanju uključivo okruženje. Razlike u pristupačnosti, dostupnom sadržaju i strukturi, pristupačnoj opremi, podršci i suradnji sa zajednicom čine stvaranje zajedničkog političkog okvira za zdravstvene i sigurnosne mjere. Unatoč razlikama u zemljama, neki zajednički zdravstveni i sigurnosni aspekti mogu se definirati kroz opseg pripremnih aktivnosti za prevladavanje potencijalnih prepreka za uključivanje u tjelesnu aktivnost i planiranje uspješne provedbe sportskih aktivnosti i programa.

Takve mjere uključuju:

1. Postavljanje sigurnog okruženja u lokalnoj zajednici stvaranjem mreže s ljudima uključenim u aktivnosti poput trenera, trenera profesionalaca koji rade s osobama s intelektualnim teškoćama, osobe s intelektualnim teškoćama i njihove obitelji;
2. Prevladati stereotipne etikete i jezik koji utječu na način na koji se postupa s osobama s intelektualnim teškoćama kada sudjeluje u inkluzivnim sportskim aktivnostima i programima;
3. Osigurati osoblje sa stručnim vještinama i znanjem u planiranju, organiziranju, provedbi i praćenju sportskih aktivnosti i programa za osobe s intelektualnim teškoćama;
4. Osigurati potrebnu opremu i prevladavanje prepreka pristupačnosti;
5. Uspostavljanje aktivnosti i programa bez barijera uz prilagodbe okoline, nastave i aktivnosti;
6. Osigurati potrebne procjene ciljne skupine s jasnim uvidom u trenutnu razinu sposobnosti i uspješnosti sudionika;
7. Planiranje organiziranje i provedba inkluzivnih programa odabirom prilagodbi aktivnosti, nastave i okoline koja odgovara razini uspješnosti sudionika;
8. Osigurati sigurno okruženje promicanjem zdravljia, motivacije, osjećaja postignuća i samopoštovanja;
9. Promicanje suradnje između njegovatelja, trenera, stručnjaka, članova obitelji i osoba s intelektualnim teškoćama kroz zabavne aktivnosti, čime se stvara pozitivna emocionalna atmosfera bez stresa i preduvjeti ili ishodi;

Zdravstvene i sigurnosne mjere potrebno je uzeti u obzir bez obzira na razinu sposobnosti osoba s intelektualnim teškoćama za sudjelovanje u sportskim aktivnostima ili programima. Način na koji stručnjak/ekukator/trener/njegovatelj odabire aktivnosti, prilagođava okruženje i prezentira informacije sudionicima, diktira razinu zdravstvenih i sigurnosnih mjera koje se uzimaju u obzir, a time i razinu uspjeha. Prilagodbe imaju višestruke prednosti jer osiguravaju sigurno okruženje sudionicima i maksimiziraju njihovu izvedbu.

Osobito kroz planiranje i organiziranje sportskih aktivnosti, pridržavajući se zdravstvenih i sigurnosnih mjera koje treba uzeti u obzir:

1. Mjere zaštite okoliša – Strukturirati sigurno okruženje kako bi se sudionici osjećali sigurno. Prostor za aktivnosti treba biti jasno označen i identificiran, a objekti koji nisu potrebni za sportsku aktivnost trebaju biti sa strane. Ograničavanjem i prilagodbom prostora te dodavanjem zrcala može se povećati koncentracija i uspješnost izvođenja aktivnosti. Prilagodbe okoliša također bi trebale uzeti u obzir objekte veće veličine i objekte svjetlijih boja, po mogućnosti korištene unutar okruženja za učenje neutralnih boja. Tijekom aktivnosti, stručnjaci/treneri/ekukatori/skrbnici trebaju uputiti sudionike u pravila i ograničenja prostora za aktivnosti i cijelo vrijeme pratiti izvedbu sudionika. Uključivanje zvučnih signala poput zviždaljke također je korisno za koncentraciju i sigurnost sudionika.
2. Mjere podučavanja – svaki stručnjak koji radi s osobama s intelektualnim teškoćama trebao bi pojednostaviti upute kako bi sudionici imali jasne informacije o aktivnosti. Najbolja praksa pokazuje da upute treba pojednostaviti i skratiti na riječi radnje koje se koriste pravilnim tonom glasa ovisno o aktivnosti. Prilikom izvođenja aktivnosti, prijedlog je da se izvodi jedna po jedna aktivnost i ako je potrebno, raščlanjuje se aktivnost na sekvensijalne zadatke (analiza zadatka). Za svaku aktivnost poželjna je točna i česta demonstracija uz verbalno isticanje važnih uputa. Kinestetičko vođenje također se može koristiti kada je potrebno. Također, važno je ohrabriti sudionike i prikupiti povratne informacije kako bi se unaprijedila suradnja i održalo sigurno okruženje.
3. Mjere aktivnosti - tijekom aktivnosti fokus treba biti na sudjelovanju i stvaranju sigurnog okruženja kroz jednostavne i razigrane vježbe koje povećavaju radost i zabavu. Osim sudjelovanja, aktivnosti je potrebno izvoditi ispravno kako bi se izbjegle ozljede i poboljšala razina izvedbe i sposobnosti. Nakon određenog vremena, kada se polaznik upozna s izvedenim aktivnostima, mogu se uključiti progresivne i izazovnije aktivnosti uz zadržavanje iste razine užitka i osjećaja uspjeha. Pravila aktivnosti trebaju biti jednostavna i prilagodljiva sa zajedničkim elementima kako bi se ograničile mogućnosti ozljeda i nesreća.

## PITANJA (5 MIN)

Kako bi finalizirao sesiju, edukator će omogućiti intervju u kojem se sudionici potiču da izraze svoja pitanja, sumnje, ideje i osjećaje prema temama o kojima se raspravlja.

## PROCJENA (5 MIN)

Sudionici će odgovoriti na kratki upitnik kako bi procijenili što su naučili tijekom sesije.



# REFERENCE



<https://educate.bankstreet.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1238&context=independent-studies>

<https://publications.aap.org/pediatrics/article/121/5/1057/73486/Promoting-the-Participation-of-Children-With>

[https://www.teamunify.com/lscis/UserFiles/Image/QuickUpload/best-practices-for-safe-sport-with-athletes-with-disabilities\\_095500.pdf](https://www.teamunify.com/lscis/UserFiles/Image/QuickUpload/best-practices-for-safe-sport-with-athletes-with-disabilities_095500.pdf)

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>

<http://ucoach.com/assets/uploads/files/the-inclusion-spectrum-guidance-v1b.pdf>



[Kasser, S. L., & Lytle, R. K. \(2013\). Inclusive physical activity: Promoting health for a lifetime. Human Kinetics: Chamhttps://inclusivesportdesign.com/tutorials/how-to-adapt-and-modify-your-sport-activities-to-include-all/](https://inclusivesportdesign.com/tutorials/how-to-adapt-and-modify-your-sport-activities-to-include-all/)

[Lieberman, L. J., & Houston-Wilson, C. \(2009\). Strategies for inclusion: A handbook for physical educators. Human Kinetics. Champaign, IL.](https://www.humankinetics.com/resource-centre/strategies-for-inclusion-a-handbook-for-physical-educators)

# iNS!DE

social INclusion of people with  
Intellectual DisabilitiEs through sport



Za više informacija posjetite web stranicu: <https://www.projectinside.eu>

Skenirajte QR kod



Pratite nas na Facebooku: <https://www.facebook.com/insideerasmussport>

**Disclaimer** Ovaj projekt financiran je uz potporu Europske komisije. Podrška Europske komisije za izradu ove publikacije ne znači odobravanje sadržaja, koji odražava samo stavove autora, a Komisija se ne može smatrati odgovornom za bilo kakvu upotrebu informacija sadržanih u njoj.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

