



# Водич

---

“Употреба неформалног образовања и спортске методологије за укључивање младих са инвалидитетом”



With the support of the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## ПРОЈЕКАТ::

**“Креативно превазилажење ограничавајућих реалности: спортска методологија у омладинском раду за инклузију”, финансиран је од стране JUGEND für Europa, немачке Националне агенције за спровођење Еразмус+ омладинског програма.**

### **УРЕДНИЦИ:**

Енрико Тадиа  
Армин Черкез

### **АУТОРИ И АУТОРКЕ:**

Енрико Тадиа  
Армин Черкез  
Маја Катинић Видовић  
Данијела Маторчевић  
Милош Маторчевић  
Жељко Пасуј  
Чедо Велашевић

### **Пројектни партнери су:**

Youth Power Germany e.V., Немачка  
Активни млади у срећној Европи (АМУСЕ), Србија  
Кошаркашки клуб „Виртус Баскет”, Србија  
Udruga za unaprjeđivanje suvremenih životnih vještina „Ostvarenje“, Хрватска  
Wizard, obrt za savjetovanje, Хрватска  
Fondazione Don Giovanni Zanandrea Onlus, Италија

### **ГРАФИЧКИ ДИЗАЈН:**

Daniel Medeiros

### **ИЗДАВАЧ:**

Youth Power Germany e.V.

### **ПРЕВОД:**

Невена Сићевић

**Берлин, Немачка  
2020.**



With the support of the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## 1. УВОД

Водич пред вама, „Употреба методологије неформалног образовања и спорта за укључивање младих са инвалидитетом“, написан је зарад едукације омладинских радника и радница и спортских тренера и тренерки у сврху укључивања младих са инвалидитетом у своје свакодневне активности уз употребу спорта као методе и алата. Он је основа за квалитетно управљање знањем и будућу изградњу капацитета организација које раде са младима – укључујући невладине организације, владине институције и спортске клубове. Водич пружа детаљан преглед свих тема релевантних за укључивање у спортске активности: неформално образовање, спортску методологију, инвалидитет и методолошке препоруке.

Најпре, водич даје објашњење основне терминологије која ће се користити у читавој публикацији. Фокус се затим пребацује на спортску методологију приказану из опште перспективе. Ово поглавље даје увод у спортски тренинг и планирање сесије.

Поглавље о инклузивном простору нуди практичне савете како да омогућите једнако учешће прилагођавањем простора, опреме и става према инклузији. Прилагођена физичка активност показала се врло ефикасном у раду са учесницима/цама са инвалидитетом, тако да ово поглавље даје детаљан преглед модела, типова и вежби за ову методологију.

Имајући у виду предности физичког кретања, омладински рад и спорт могу нам помоћи у развоју широког спектра компетенција – друштвених, језичних, културних итд. Стога даље вршимо анализу циљева и задатака рада са младима и објашњавамо како спортски омладински рад може да побољша различите компетенције код корисника и корисница са различитим способностима.

Водич пружа бројне практичне савете о томе како да радите са младима различитих способности, како да припремите себе као омладинске/спортске раднике и раднице, али и како да припремите своје учеснике, учеснице и окружење да укључе особе мешовитих способности. Он пружа образац персонализованог плана наставе и помаже у стварању вашег првог плана тренинга који укључује спортске активности.





## 2. О ПРОЈЕКТУ

Према Светској здравственој организацији (скр. СЗО, енг: World Health Organization/WHO) и њиховим „Чињеницама о здрављу за побољшање физичке активности“ (2015), физичка активност може да се одвија у различитим окружењима. Алармантне бројке из држава чланица Европске уније (ЕУ) указују на то да 6 од сваких 10 особа старијих од 15 година или никада не вежба или ретко вежба/бави се спортом, док се више од половине или никада не бави или врло ретко бави другим физичким активностима, као што су вожња бициклом или шетање, кућни послови или баштованство. Истраживање такође показује да се одрасли и старији људи слабијег социоекономског порекла, мањинских етничких група, затим и особе са инвалидитетом мање упуштају у физичке активности и теже је доћи до њих у односу на остале групе у смислу промоције физичке активности.<sup>1</sup>

Спорт је важан за све, па и за особе са инвалидитетом. Важан је јер је добар за здравље и пружа вам шансу да упознате људе и стекнете нове пријатеље, а може постати и веома озбиљна страст, корисна за даљи лични развој. Бављење спортом је право особа са инвалидитетом, као што пише и у Конвенцији Уједињених нација. Активни животни стил, физичке активности и спорт основни су елементи когнитивног развоја и друштвене укључености особа са инвалидитетом. Физичка активност промовише добробит, физичко и ментално здравље, спречава болести, побољшава друштвене односе и квалитет живота, доноси економску корист и доприноси одрживости животне средине.

У данашње време, још увек је део свакодневице да особе са инвалидитетом имају мање могућности и вероватно мање повољних искустава од својих вршњака/киња, када је реч о животном искуству спорта. „Типичне препреке за особе са инвалидитетом да учествују

<sup>1</sup> Светска здравствена организација/енг. World Health Organization (2015): “Factsheets on health-enhancing physical activity in the 28 European Union member states of the WHO European Region”; <https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/factsheets/eu-wide-overview-methods.pdf>, приступљено априла 2020.

у спорту укључују недостатак информисаности особа без инвалидитета о томе како их адекватно укључити у тимове, недостатак могућности и програма за тренинг и такмичење, премало приступачних објеката услед физичких баријера и ограничене информације и приступ ресурсима.”<sup>2</sup>

Спорт и спортски омладински рад доприносе позитивној интеракцији особа без инвалидитета са особама са инвалидитетом, наводећи их да преобликују претпоставке о томе шта особе са инвалидитетом могу, а шта не могу да ураде.

Међутим, едукатори/ке у неформалном образовању (НФО, енг. non-formal education/NFE), омладински радници/це и лидери/ке који/е раде са овом циљном групом често имају врло мало или немају никакво искуство у коришћењу спорта као алата у образовању. Многи не знају како да искористе максимални потенцијал спорта као методе у оквиру својих редовних омладинских активности – упркос чињеници да се спортске активности могу сматрати једним од најцењенијих искустава у неформалном образовању за децу и младе. Са друге стране, спортски тренери/ке често су још мање спремни/е и припремљени/е за рад са младима са посебним потребама и често им недостаје вештина, времена или ресурса за промоцију укључивања особа са инвалидитетом.

Наш пројекат покушава да горенаведене потребе и смернице/политике Европске уније спроведе у дело, развијајући нове курикулуме и програме за оснаживање како омладинских организација и организација омладинског рада тако и спортских организација, да повећају своје капацитете и људске ресурсе зарад квалитетног креирања и промоције догађаја који укључују физичку активност (спортски рад за младе и спортски догађаји). На тај начин ове активности доприносе повећању учешћа младих у квалитетним спортским активностима, а нарочито деце и омладине са инвалидитетом.

Стога, циљеви нашег пројекта су:

- Постизање позитивних и дуготрајних ефеката на (омладинске и спортске) организације и омладинске и спортске раднике и раднице које/и учествују у пројекту, а посредно и на оне који/е не учествују, уз помоћ побољшаног процеса управљања знањем које нуди нове иновативне ресурсе за омладински и спортски рад и моделе за тренинге/курикулуме – у циљу омогућавања квалитетних омладинских спортских програма за укључивање младих различитих способности у наше заједнице.
- Пружање подршке омладинским радницима и радницама и спортским тренерима и тренеркама у стицању и развоју кључних компетенција као омладинских тренера и тренерки (других омладинских/спортских радника и радница) у области употребе спортске методологије у омладинском раду и спорту за укључивање младих са различитим способностима.

---

<sup>2</sup> Kiuppis, F., “Sport and Disability: From Integration Continuum to Inclusion Spectrum”; Routledge; 2018

- Ангажовање у интензивним активностима дисеминације и експлоатације постојећих и новостворених производа и привлачење већег броја младих са различитим способностима у наше активности омладинског и спортског рада, што води ка повећању укључености међу младима.

#### Пројектне активности су:

- A1 – Пројектни менаџмент
- M1 – Иницијални kick-off транснационални пројектни састанак са партнерима
- O1 – Водич „Употреба неформалног образовања и спортске методологије за укључивање младих са инвалидитетом“
- M2 – Други транснационални пројектни састанак
- O2 – Курикулум „Обучавање омладинских радника/ца и професионалних спортских тренера/ки за употребу спортске методологије за укључивање и интеракцију младих са различитим способностима“
- Ц1 – ЛТТА (енг. learning-teaching training activity) Тренинг за тренере, пилотирање курикулума O2 активности
- M3 – Трећи транснационални пројектни састанак
- O3 – Књига алата „Спортске методе/игре: прилагођене за употребу у омладинском/спортском раду за укључивање и интеракцију младих са различитим способностима“
- M4 – Четврти транснационални пројектни састанак
- E1, E2, E3 – Националне конференције у Италији, Хрватској и Србији
- E4 – Међународна конференција у Немачкој
- M5 – Евалуацијски транснационални пројектни састанак

#### Пројектни партнери су:

- Youth Power Germany e.V., Немачка
- Активни млади у срећној Европи (АМУСЕ), Србија
- Кошаркашки клуб „Виртус Баскет“, Србија
- Удруга за unaprjeđivanje suvremenih životnih vještina „Ostvarenje“, Хрватска
- Wizard, obrt za savjetovanje, Хрватска
- Fondazione Don Giovanni Zanandrea Onlus, Италија

## Садржај

1.	УВОД.....	3
2.	О ПРОЈЕКТУ.....	4
3.	Основна терминологија – Увод у омладински рад, неформално образовање и инвалидитет... 9	
	3.1 Омладински рад у општем контексту.....	9
	3.2 Неформално образовање.....	11
	3.3 Инвалидитет/онеспособљење – терминологија, модели и класификација.....	13
4.	Спорт као метода и алат.....	20
	4.1 Преглед спортске методологије.....	20
	4.2 Повезивање спорта и неформалног образовања.....	22
	4.3 Неформално образовање и спорт – које методе употребити.....	26
5.	Успостављање инклузивног простора.....	29
	5.1 Инклузивна физичка активност из перспективе омладинског рада.....	29
	5.2 Инклузивни простор.....	30
6.	Прилагођена физичка активност – спорт и инвалидитет.....	38
	6.1 Историјски преглед.....	38
	6.2 Прилагођена физичка активност.....	42
	6.3 Модели и типови прилагођене физичке активности.....	49
	6.4 Интегрисани спорт.....	53
7.	Задаци и циљеви у коришћењу спортске методологије са младима са инвалидитетом.....	55
	7.1 Изградња самопоуздања и повећавање учешћа.....	55
	7.2 Психосоцијална, физичка и психолошка предност.....	59
	7.3 Утицај на ментално здравље.....	60
8.	Развој компетенција за младе са инвалидитетом и младе без инвалидитета кроз спорт и НФО 63	
	8.1 Компетенције у интегрисаном спорту.....	65
	8.2 Способност препознавања компетенције.....	68
9.	Персонализовани план наставе.....	72
10.	Практични савети за свакодневне активности са мешовитом групом младих различитих способности.....	75
	10.1 Почетна евалуација.....	75
	10.2 Дидактичке јединице учења.....	78
	10.3 Процењивање и репрограмирање.....	79

<i>10.4 Упоредно програмирање више вештина .....</i>	<i>82</i>
<i>10.5 Стратегија теренског рада: план тренинга .....</i>	<i>85</i>
<i>Библиографија.....</i>	<i>90</i>
<i>Ситографија.....</i>	<i>94</i>



### 3. Основна терминологија – Увод у омладински рад, неформално образовање и инвалидитет

**Едукатори/ке који/е раде у области спорта** често се обучавају као спортски тренери/ке. Као такви/е, имају искуства у игрању и организовању спортских активности. Међутим, традиционалне спортске организације и клубови „су у великој мери састављени од младих са талентом за спорт, чије породице активно подржавају њихово учешће и који имају финансијска средства да то плате“<sup>3</sup>. Једна од последица јесте да спортски тренери/ке и спортске организације обично имају веома мало или уопште немају искуства у раду са младима са смањеним могућностима (са потешкоћама у покретљивости, било каквим инвалидитетом, који живе у сиромашним породицама, немају мотивације за спорт, итд.). Колико год били стручњаци за физички развој, често се дешава да им недостаје теоријског знања и општих компетенција за рад са овом циљном групом младих.

Са друге стране, већина „**омладинских радника и радница** редовно ради са младима са смањеним могућностима. Они/е су углавном обучени/е да препознају друштвене потребе појединаца/нки и да предложи методе које директно одговарају на те потребе“<sup>4</sup>. Међутим, омладински радници/це обично нису стручни/е у њој нити практикују спортску методологију. Они/е могу имати искуства у „традиционалним активностима као што су фудбал, кошарка или излети на базен ради допуњавања свог програма, али обично нису обучени/е да управљају процесима учења који потичу из спортских активности“<sup>5</sup>. Дешава се да омладински радници/е нису љубитељи/ке спорта и нису упознати/е са различитим спортским могућностима за младе – без обзира на њихово искуство или способности. Може се десити да им мањка опреме, просторија или подршке локалне заједнице да могу да покрену спортске активности.

Обе ове групе и сектора траже начине да прошире своје поље делатности, да унесу иновације и укључе више људи. Ова брошура нуди видике из обе перспективе.

#### 3.1 Омладински рад у општем контексту

---

Омладински рад, као пракса и поље делатности, појавио се у касном 20. веку како би одговорио на растућу потребу за развијањем модерних компетенција код младих људи. Општи социјални рад је већ био фокусиран на младе са смањеним могућностима,

<sup>3</sup> Schroeder K., Geudens T., “Fit for Life”; САЛТО ресурсни центар, 2011. Доступно на <https://www.salto-youth.net/downloads/4-17-628/FitForLife.pdf> (енг), приступљено априла 2020.; стр. 9

<sup>4</sup> Ibid.

<sup>5</sup> Ibid.

укључујући и оне са инвалидитетом, док се од генералне омладине очекивало да развијају компетенције у систему формалног образовања, уз помоћ породице и пријатеља, па и касније у свом животу, кроз посао.

Према Савету Европе, „омладински рад је препознат као широк појам који покрива велики број различитих активности друштвене, културне, образовне, еколошке и/или политичке природе, које се спроводе од стране младих људи, са њима и за њих, у групама или индивидуално. Омладински рад се врши од стране плаћених омладинских радника/ца и волонтера/ки и заснован је на неформалним и информалним процесима учења који се фокусирају на младе људе и добровољно учествовање. Омладински рад је у сржи друштвена пракса, подразумева рад са младим људима и друштвима у којима живе, фацилитацију активног учешћа младих и њихово укључивање у заједнице и процесе доношења одлука.”<sup>6</sup>

Омладински рад има три суштинске одлике<sup>7</sup>:

- Млади бирају да учествују;
- Рад се врши на местима где се налазе млади;
- Препознаје да су млада особа и омладински радник/омладинска радница партнери и партнерке у процесу учења.

Од самог почетка било је општеприхваћено да се омладински рад углавном спроводи у организацијама, профитним и непрофитним, као што су омладински центри, омладински клубови или институције које раде директно са младима. Међутим, Европска унија је препознала потребу за укључивањем младих са смањеним могућностима. Према ресурсном центру САЛТО за „Укључивање и различитости“, то су:<sup>8</sup>

- Друштвене препреке: млади који су суочени са дискриминацијом (на основу пола, етничке припадности, религије, сексуалне оријентације, инвалидитета итд.), млади са ограниченим социјалним вештинама или који испољавају антисоцијална или ризична понашања, млади у несигурним ситуацијама, (бивши) преступници/це, (бивши) зависници/це од дроге, млади и/или самохрани родитељи, сирочад, млади из растурених породица итд.
- Економске препреке: млади са ниским животним стандардом, ниским примањима, који зависе од система социјалне заштите, дугорочно незапослени млади, бескућници/це, млади у дуговима и финансијским проблемима итд.

<sup>6</sup> Савет Европе/енг. Council of Europe <https://www.coe.int/en/web/youth/youth-work>, приступљено априла 2020.

<sup>7</sup> “Working with young people: the value of youth work in the European Union”; Европска комисија/енг. European Commission, 2014.; [http://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/study/youth-work-report\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/study/youth-work-report_en.pdf); приступљено априла 2020., стр. 4

<sup>8</sup> Kloosterman P., Brown C., “No offence”; САЛТО ресурсни центар за укључивање младих/енг. Salto Youth Inclusion Resource centre, 2010., доступно на <https://www.salto-youth.net/rc/inclusion/archive/archive-resources/inclusiongroups/inclusionoffenders/InclusionOffendersWho/>, приступљено априла 2020.

- Инвалидитет: млади са менталним (интелектуалним, когнитивним и онеспособљењем учења), физичким, сензорним и другим онеспособљењима.
- Потешкоће у стицању образовања: млади са потешкоћама у учењу, млади који рано напуштају школу и који су избачени из школе, ниско квалификоване или неквалификоване особе, млади који се нису снашли у школском систему, млади са лошим перформансом у школи услед другачијег културног или лингвистичког порекла итд.
- Културалне разлике: млади имигранти/млади имигранткињи или избеглице или деца из имигрантских и избегличких породица, млади припадници/це националних или етничких мањина, млади са проблемима приликом лингвистичке адаптације и културалне инклузије итд.
- Здравствене проблеме: млади са хроничним здравственим проблемима, тешким болестима или психијатријским стањима, млади са проблемима менталног здравља итд..
- Географске препреке: млади из забачених, руралних или брдовитих предела, млади који живе на малим острвима или на периферији, млади из проблематичних урбаних зона, млади који живе у местима са смањеним услугама (ограничен јавни превоз, лоша инфраструктура, напуштена села...) итд.

Овај водич ће се фокусирати на младе са инвалидитетом и њихову интерграцију и укључивање. Током протеклих 20 година, Европска унија и релевантне заинтересоване стране промовишу развој и интеграцију омладинског рада и на другим пољима: углавном у спортским клубовима, ИТ сектору и школама.

### 3.2 Неформално образовање

---

Неформално образовање/НФО (енг. non-formal education/NFE) се развијало паралелно са омладинским радом, а напослетку постаје његова суштинска компонента. Оно наглашава суштинске одлике омладинског рада, које су наведене изнад, и користи их као основу за учење. Најчешће можемо разликовати 3 основна типа образовања: формално, неформално и информално<sup>9</sup> (слика 1).

<sup>9</sup> Eshach H. (2007.), "Bridging In-school and Out-of-school learning: Formal, Non-Formal and Informal Education"; Journal of Science Education and Technology, 16 (2), 171-190; p.174

<b>Formal</b>	<b>Non-formal</b>	<b>Informal</b>
Usually at school	At institution out of school	Everywhere
May be repressive	Usually supportive	Supportive
Structured	Structured	Unstructured
Usually prearranged	Usually prearranged	Spontaneous
Motivation is typically more extrinsic	Motivation may be extrinsic but it is typically more intrinsic	Motivation is mainly intrinsic
Compulsory	Usually voluntary	Voluntary
Teacher-led	May be guide or teacher-led	Usually learner-led
Learning is evaluated	Learning is usually not evaluated	Learning is not evaluated
Sequential	Typically non-sequential	Non-sequential

Слика 1<sup>10</sup>

Методолошке одлике неформалног образовања су<sup>11</sup>:

- Уравнотежен суживот и интеракција између когнитивних, афективних и практичних димензија учења;
- Спајање индивидуалног и социјалног учења, солидарност заснована на партнерству и симетрија у односима учења и подучавања;
- Позива на учешће и оријентише се на особу која учи;
- Оријентише се на учење кроз рад (енг. learning by doing), коришћење интеркултуралних искустава и сусрета као уређаја за учење.

Стога, имајући у виду његове карактеристике и методолошке одлике, можемо истаћи следеће основне вредности неформалног образовања:

- Вредности окренуте ка личном развоју:
  - Аутономија;
  - Критички став;
  - Отвореност и радозналост;
  - Креативност.
- Вредности окренуте ка друштвеном развоју:
  - Капацитет комуникације;
  - Учешће и демократско грађанство;
  - Одговорност;
  - Тимски рад;
  - Решавање конфликта.
- Етичке вредности:
  - Солидарност;
  - Толеранција и поштовање.

<sup>10</sup> Ibid.

<sup>11</sup> Youth work essentials, <https://www.coe.int/en/web/youth-portfolio/youth-work-essentials>



Интересантно је да је спорт заснован на једнаким вредностима као и неформално образовање. Током многих година, сматрало се да се спортско образовање за младе првенствено фокусира на физички развој талентованих појединаца и појединки или рекреативних играча/ица. Сада, препознајемо да спорт подучава младе људе истим вредностима као и неформално образовање, па и сам омладински рад. Питање и даље гласи: зашто спортски тренери/ке не користе методе неформалног образовања и зашто омладински радници/це не користе више метода из области спорта?

### 3.3 Инвалидитет/онеспособљење – терминологија, модели и класификација

Разумевање смањене и ограничене физичке и менталне функционалности важно је за експерте/киње који/е раде на пољу физичке активности и омладинских спортских активности. Знање о променама које се дешавају услед оштећења или болести, било да настану на разини физичке функције, анатомске структуре/функције и/или менталне функције, једнако је важно за стварање и успешно спровођење омладинских спортских програма и активности. Физичка активност је једна од најважнијих предуслова за људско здравље. Када је реч о особама са инвалидитетом (=онеспособљењем), учешће у физичким активностима је за њих умногоме значајније. Поред позитивних утицаја које има на биолошко здравље, учешће у физичким активностима, спорту и спортској рекреацији такође омогућава појединцу/нки који/а има инвалидитет да се реинтегрише у друштво, што доприноси његовом/њеном менталном и друштвеном здрављу.

Према Светској здравственој организацији (СЗО), „око 15% глобалне популације – што чини преко милијарду људи – живи са неком врстом инвалидитета, од којих 2-4% доживљава значајне потешкоће у свакодневном функционисању. Многима од ових људи је неопходна помоћна технологија као што су очна помагала, инвалидска колица или слушни апарат. Очекује се да ће се до 2050. године овај број дуплирати на 2 милијарде људи.“ (СЗО: Глобални акциони план за инвалидитет 2014-2021).<sup>12</sup> Ово је, засигурно, нешто што се тиче свих нас. Људи са инвалидитетом су често суочени са дискриминацијом, искључивањем и маргинализацијом. Будући да се тиче свих нас, то значи да смо ми такође они/е који/е то могу да промене и поправе. Омладинске спортске активности приближавају све људе и побољшавају свачију физичку и менталну активност, без обзира на наше способности и недостатак истих.

Пре него што пређемо на детаље о томе како омладинске спортске активности побољшавају квалитет живота и укључивање људи са инвалидитетом, важно је да

<sup>12</sup> СЗО Глобални акциони план за инвалидитет 2014-2021./енг. WHO Global Disability Action Plan 2014 - 2021 <https://www.who.int/publications-detail/who-global-disability-action-plan-2014-2021>, приступљено априла 2020.

најпре дефинишемо терминологију која ће бити употребљена, моделе инвалидитета, класификацију и различиту перцепцију.

Када је реч о проблему инвалидитета, прва препрека са којом се суочавају експерти и експерткиње односи се на одабир најадекватније терминологије којом се може описати особа са инвалидитетом. Протеклих година многи експерти/киње фаворизују израз „ситуација хендикепа“. Привилегија овакве терминологије јесте да она представља рефлексију много комплекснијег стања индивидуе, подразумева контекст у коме она живи (у односу на материјално стање и односе са другима), а приказује и историјски и културни контекст. Д. Маутуит (1995)<sup>13</sup> препознаје три аспекта „ситуације хендикепа“: прва се тиче индивидуалне особе и идентификације његовог/њеног дефицита, друга се тиче контекста и идентификације могућих препрека, док се трећа тиче неопходних односа са људима који пружају помоћ, који су важни за свако људско биће, а поготово за особе са инвалидитетом. Овом последњем аспекту се могу додати и потреба за прихватањем изазова за смањење хендикепа заједничком снагом. Данас је прилично тешко доћи до јасне идеје који назив је најбоље употребити. Међутим, разлози за немање јасних идеја су веома занимљиви, позитивни и легитимни. Сваки назив може или проширити дистанцу или, са друге стране, повећати заједничку припадност и непосредну близину међу људима. Клаудио Импруденте, италијански експерт са озбиљним урођеним оштећењем мозга, провокативно предлаже термин „диверзабилитет“ (енг. *diversability*) – провокацију која би на исти начин изазвала називање сиромашне особе „другачије богатом“. Иако смо свесни да свака особа поседује одређене вештине и могућности, оваква терминологија доноси велики ризик да неке особе неће бити свесне својих сопствених способности.

Према Конвенцији права особа са инвалидитетом, „особе са инвалидитетом подразумевају оне особе које имају дугорочна физичка, ментална, интелектуална или сензорна оштећења која, у комбинацији са различитим баријерама, могу ометати њихово потпуно и ефективно учешће у друштву на једнаком нивоу као и други“ (члан 1 Конвенције<sup>14</sup>).

Генерално, термин инвалидитет се односи на одређено стање или особину која је спојена са одређеном индивидуом и, на тај начин, у неку руку отелотворена. Инвалидитети су присутни када су рутинске активности (нпр. ходање, говор, читање) на одређен начин спутане и не могу се извршити на навикнуте начине. Особа која има урођено слепило има инвалидитет.<sup>15</sup> Индивидуа која доживи удар у десној хемисфери

---

<sup>13</sup> Matuit D., *Unitégration sociale et professionnelle des personnes en situation de handicap: des concepts à l'évaluation des actions*; Revue Européenne du Handicap Mental, 1995

<sup>14</sup> Конвенција права особа са инвалидитетом/енг. *Convention of the Rights of Persons with Disability* <https://www.globalhealthrights.org/wp-content/uploads/2013/10/Convention-on-the-Rights-of-Persons-with-Disabilities-CRPD.pdf>

<sup>15</sup> Dunn D., *The Social Psychology of Disability*; Oxford University Press, 2014; *доступно на*: <https://books.google.hr/books?id=1oMjBQAAQBAJ>, приступљено априла 2020.

мозга и последично остане са слабом покретљивошћу леве ноге има инвалидитет. Инвалидитети такође могу настати у комбинацији (ограничења у покретљивости и говору).

Према Међународној класификацији оштећења, инвалидитета и хендикеп (енг. International Classification of Impairments, Disabilities and Handicaps/ICIDH<sup>16</sup>), објављеној од стране СЗО, следећи термини се дефинишу:

- Оштећење као „губитак или абнормалност одређене структуре која има психолошку, физиолошку или анатомску функцију“;
- Инвалидитет/онеспособљење као „било који вид ограничења или губитка (услед оштећења) способности за извршавање активности на начин или у опсегу који се сматра нормалним за људско биће“;
- Хендикеп као „стање недостатка које је резултат оштећења или инвалидитета које одређеној особи ограничава или онемогућује успешно испуњење њене нормалне улоге у односу на старост, пол и друштвено-културне факторе“.

Ово тумачење интерпретира разлику између оштећења, инвалидитета и хендикеп у односу на везу између узрока и последице: оштећење одређује инвалидитет, а инвалидитет изазива хендикеп.

### Модели инвалидитета

Кроз историју, постојало је много различитих теорија о инвалидитету: од традиционалног, преко медицинског, до социјалог модела и свих његових варијанти. Данас, можемо рећи да је доминантан модел онај који повезује инвалидитет и друштвене аспекте овог феномена у једну целину, будући да приказује проблем инвалидитета изван индивидуе – у спајању индивидуалног инвалидитета и препрека које се налазе у друштву и животној средини.

Традиционални модел види инвалидитет као терет наметнут заједници од стране једног/е од њених чланова/ица и он се решава тако што се субјекат који је носилац овог проблема одбаци или изолује. Према медицинском моделу, инвалидитет је здравствено стање и, као и свака друга болест, треба да се третира одн. лечи. Последњи модел, који је данас у великој мери и најдоминантији, је социјални модел, који посматра инвалидитет као друштвени појам, где се проблем не налази у неспособности индивидуе већ у друштву као целини. Овај модел еволуира како покретљивост особа са инвалидитетом ојачава - од мотива добротворне помоћи, преко посматрања

---

<sup>16</sup> Међународна класификација оштећења, онеспособљења и хендикеп/енг. International Classification of Impairments, Disabilities and Handicaps <https://apps.who.int/iris/handle/10665/41003>

инвалидитета из перспективе људских права, до стварања услова за једнаке могућности за особе са инвалидитетом заједно са другим људима.

Медицински модел посматра инвалидитет као проблем који припада индивидуи која га има.<sup>17</sup> Он се не карактерише као проблем који се тиче и других. У овом приступу верује се да индивидуа која има инвалидитет има проблем са својим телом и ограничена је у обављању својих дневних улога услед тог телесног проблема.

Друштвени модел је развијен од стране самих особа са инвалидитетом и даје другачију перспективу на овај феномен. Овај модел каже да је инвалидитет заправо резултат интеракције између људи који имају одређени физички, интелектуални или сензорни поремећај и животне средине која је пуна физичких, комуникацијских и друштвених баријера. Према овом моделу, животна средина је та која треба да се промени како би се људима са инвалидитетом омогућило потпуно учешће у друштву на једнаком нивоу са свима другима. Социјални модел посматра људе са инвалидитетом као субјекте који имају сопствена права, а не као објекте, и самим тим наглашава једнако поштовање њихових права као и других људи у друштву.

Биопсихосоцијални модел води ка новим начинима класификације људских инвалидитета, у зависности од тога да ли се је фокус на телесним функцијама и структурама, на учешћу и активности особе или на контекстуалним факторима. Биопсихосоцијални модел инвалидитета наглашава чињеницу да инвалидитет не настаје само услед оштећења или из патофизиолошких разлога, већ и услед неких психосоцијалних фактора и начина живота. (Гачел, 2015)<sup>18</sup>.

### Класификација инвалидитета

Предност Међународне класификације функционисања, онеспособљења и здравља (скр. МКФ, енг. International Classification of Functioning, Disability and Health/ICF)<sup>19</sup> лежи у мапирању здравствених компоненти као основи за разумевање динамике између здравствених проблема, функционисања, инвалидитета и контекстуалних фактора. Функционисање и инвалидитет посматрају се као резултат комплексних интеракција између биолошких, психолошких и социјалних фактора. МКФ нуди заједнички језик за проучавање динамике ових компоненти и њихових импликација, а самим тим и основу

---

<sup>17</sup> Социјални и медицински модел инвалидитета/енг. Social and medical model of disability <https://www2.le.ac.uk/offices/accessibility/staff/accessabilitytutors/information-for-accessability-tutors/the-social-and-medical-model-of-disability>

<sup>18</sup> Petasis A., "Discrepancies of the Medical, Social and Biopsychosocial Models of Disability; A Comprehensive Theoretical Framework"; The International Journal of Business Management and Technology, Volume 3 Issue 4 July-August 2019; доступно на <http://www.theijbmt.com/archive/0928/1686534688.pdf>, приступљено априла 2020.

<sup>19</sup> International Classification of Functioning, Disabilities and Health <https://www.who.int/classifications/icf/en/>



за покретачево разумевање на који начин се могу побољшати услови живота особа са инвалидитетом. Генерална сврха МКФ класификације јесте да пружи стандардан и уједначен језик који ће служити као референтни модел за описивање здравствених и сродних стања.

МКФ се састоји од два главна дела. Први део се бави функционисањем и инвалидитетом, док други покрива контекстуалне факторе. Сваки део има две компоненте:

- Функционисање и инвалидитет – компонента телесних функција и структура, и компонента активности и учешћа;
- Контекстуални фактори – фактори животне средине и индивидуални фактори.

Примарни фокус класификације стављен је на функционисање и инвалидитет као здравствене и здравствено засноване компоненте благостања. Контекстуални фактори представљају екстерне (који долазе из животне средине) и интерне (индивидуалне) факторе који утичу на функционисање у специфичним животним ситуацијама.

Дефиниције следећих појмова према СЗО-вој МКФ (2001)<sup>20</sup>:

- Телесне функције су физиолошке функције телесних система (укључујући психолошке функције).
- Телесне структуре су анатомски делови тела као што су органи, удови и њихове компоненте.
- Оштећења су проблеми телесног функционисања и телесне структуре као што су значајне девијације или губици.
- Активност је извршавање задатка или спровођење радње од стране индивидуе.
- Учешће је укључивање у животну ситуацију.
- Ограничења при активности су потешкоће које индивидуа може имати док извршава одређену активност.
- Ограничења при учешћу су проблем које индивидуа може да искуси током укључивања у животне ситуације.
- Фактори животне средине односе се на физичку, социјалну и перцептивну околину у којој људи воде своје животе.

---

<sup>20</sup> Ibid.

Уколико пратимо МКФ, имамо следећу класификацију инвалидитета:

<b>ТЕЛО</b>	
<b>Функција:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Менталне функције</li><li>• Сензорне функције и бол</li><li>• Функције гласа и говора</li><li>• Функције кардиоваскуларног, хаематолошког, имунолошког и респираторног система</li><li>• Функције дигестивног, метаболичког и ендокриног система</li><li>• Генитоуринарне и репродуктивне функције</li><li>• Неуромускулоскелеталне и функције које се тичу покрета</li><li>• Кожне и сродне функције</li></ul>	<b>Структура:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Структура нервног система</li><li>• Око, ухо и сродне структуре</li><li>• Структуре које учествују у гласу и говору</li><li>• Структуре кардиоваскуларног, имунолошког и респираторног система</li><li>• Структуре које се тичу дигестивног, метаболичког и ендокриног система</li><li>• Структуре које се тичу генитоуринарног и репродуктивног система</li><li>• Структуре које се тичу покрета</li><li>• Кожа и сродне структуре</li></ul>
<b>АКТИВНОСТ И УКЉУЧИВАЊЕ</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Учење и примена знања</li><li>• Генерални задаци и захтеви</li><li>• Комуникација</li><li>• Покретљивост/мобилност</li><li>• Брига о себи</li><li>• Живот у домаћинству</li><li>• Интерперсоналне интеракције и односи</li><li>• Важне животне области</li><li>• Заједница, друштвени и грађански живот</li></ul>	
<b>ФАКТОРИ ЖИВОТНЕ СРЕДИНЕ</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Производња и технологија</li><li>• Природна животна средина и вештачке промене на животну средину (људски утицај)</li><li>• Подршка и односи</li><li>• Ставови</li><li>• Услуге, системи и политике</li></ul>	

Засновано на Међународној класификацији функционисања, онеспособљења и здравља<sup>21</sup>

<sup>21</sup> Засновано на Међународној класификацији функционисања, инвалидитета и здравља/енг. International Classification of Functioning, Disabilities and Health <https://www.who.int/classifications/icf/en/>

Основно знање о инвалидитету и различитим телесним функцијама је неопходно када се ради са оваквом циљном групом. Као омладински (спортски) радници/це, не би требало да се толико фокусирају на медицинску страну инвалидитета колико на начине на које ће животна средина и друштвени фактори бити модификовани и прилагођени у складу са потребама корисника/ца. Улога омладинских (спортских) радника и радница је да прилагоде активности/програме, игрице и ставове људи без инвалидитета према инвалидитету, да створе инклузивни простор за своје учеснике и учеснице у коме свака млада особа, са инвалидитетом или без њега, може да у потпуности ужива и учествује у активности (спортског) омладинског рада.

## 4. Спорт као метода и алат

### 4.1 Преглед спортске методологије

Спорт се може рашчланити на неколико нивоа – професионални, аматерски, школски или рекреативни (спорт за све). Спортски тренинг је, у ширем смислу, техничко-педагошки процес усмерен на изградњу вештина, развој способности и побољшање моторичких вештина. Теорија тренинга обухвата све аспекте знања о фитнесу, што укључује социјално, психолошко и научно знање. Тренер/ка користи ову информацију, заједно са знањем о спортисти/кињи као индивидуи, како би осмислио/ла најучинковитији програм тренинга.<sup>22</sup> У зависности од нивоа и жељеног резултата, спортски тренинг и методологија се могу разликовати, међутим, циљ сваког тренинга је да<sup>23</sup>:

- изазове промене у прилагођавању;
- оствари нови тип повезнице између физичког и менталног напора;
- се спроводи редовно и да се понавља;
- буде специфичан у односу на ниво спремности.

Физичка рекреација, или рекреативни спорт, је одличан тип учења, забаве и здравог живота. Она омогућује физички покрет који је неопходан за нормално функционисање људског тела. Такође подржава и биолошку страну телесног покрета – на когнитивним, културалним и комуникационим нивоима, чиме се нуди заједничко решење проблема.<sup>24</sup>

Тако можемо именовати следеће компоненте спортског тренинга<sup>25</sup>:

- Физичку компоненту, која се састоји из основних биомоторних способности:
  - снага;
  - издржљивост;
  - брзина;

<sup>22</sup> Brown C.H., "Medical Manual / IAAF Medical and anti-doping commission"; Међународна асоцијација атлетских федерација/енг. International Association of Athletics Federations, 2006; доступно на: <https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/health-science>, <https://www.worldathletics.org/download/download?filename=f9fa48c2-2a0c-46f3-88b9-149f4d561326.pdf&urlslug=Chapter%203%3A%20Training>, приступљено априла 2020., поглавље 3, стр. 1

<sup>23</sup> Milanović D.V., "Theory and methodology of Training" (2009); p.38.

<sup>24</sup> Cieślicka M., Szark-Eckardt M., "Methodology of physical recreation: problems, experience, recommendations"; Journal ... of physical training ..., 2013. Доступно на: [https://www.researchgate.net/publication/313882248\\_Methodology\\_of\\_physical\\_recreation\\_problems\\_experience\\_recommendations](https://www.researchgate.net/publication/313882248_Methodology_of_physical_recreation_problems_experience_recommendations), приступљено априла 2020.

<sup>25</sup> Zahradník D., Jorvas P., "The Introduction into Sports Training"; Masaryk University, 2012. Доступно на: <http://www.fsps.muni.cz/emuni/data/reader/book-6/02.html>, приступљено априла 2020.



- флексибилност;
- координација.
- Техничку компоненту, која се може поделити на:
  - фунаменталне вештине – засноване на природном онтогенетском развоју људског бића. Укључује ходање, трчање, скакање, пењање, основну способност бацања итд.
  - спортске вештине – засноване на садржају специфичне спортске дисциплине.
- Тактичну компоненту, која се фокусира на различите начине спровођења спортских такмичења окренутих ка победи. Кључни термини ове компоненте су стратегија и тактика.
- Психолошку компоненту, која се фокусира на позитивни утицај личности спортисте/киње докле год је реч о фер игри.

Међутим, сви ови елементи се не могу једнако нагласити током сваког циклуса тренинга. Постоје многи фактори који одређују тип програма тренинга и стављају нагласак на сваки од елемената. Овде је реч о старости и нивоу спортске зрелости особе, његовом или њеном пређашњем искуству у фитнесу и, наравно, могућем нивоу инвалидитета. Када се све ово узме у обзир, можемо рећи да је спортски тренинг процес моторичког учења. Процес учења се, у тренингу као таквом, према Ел Хауату и Захраднику дешава у неколико фаза<sup>26 27</sup>:

#### 1. фаза: укупна координација

Прва фаза, у којој се фокус ставља на стварање првобитне идеје о задацима покрета и недостацима дизајна. На први поглед, покрет је веома захтеван, резултат је углавном несавршен покрет уз честе грешке. Високи ниво менталног и визуелног надзора.

#### 2. фаза: фина координација

Укупна структура моторичких вештина се постепено побољшава, покрет постаје економичан, успостављају се временски и динамички параметри, особа развија свест о покрету као целини.

#### 3. фаза: стабилизација (аутоматизација)

Долази до стабилизације перформанса, особа је у стању да изведе покрете без свесне контроле. Координисанији покрет и бољи атлетски перформанс.

#### 4. фаза: променљива креативност

<sup>26</sup> Ibid.

<sup>27</sup> MedHassan, EL HAOUAT., "Basis of Sports Training." nataswim.info.  
<https://www.nataswim.info/blog/item/14-basis-of-sports-training>, приступљено априла 2020.

Високо стечене вештине за креативно примењивање чак и у комплексним и променљивим условима. Ова фаза се може назвати и спортско мајсторство и односи се на најбоље светске спортисте и спортисткиње. Захтева године вежбања и усавршавања вештина у одређеној спортској дисциплини.

За достизање циљева споменутих изнад, спортски тренери/ке планирају сваки тренинг како би одговорио на потребе и спремност индивидуалне особе. Процес тренинга/вежбања углавном изгледа овако:

1. Уводни део – загревање свих делова тела и основне моторичке вежбе.
2. Главни део А се углавном фокусира на учење или увежбавање одређене техничке вештине. У фудбалу би то било дриблање лопте, а у тенису вежбање форхенда и бекхенда.
3. Главни део Б се фокусира на примену знања или вештине изучене у делу А – играње спорта, у тиму или индивидуално. То би подразумевало пробну утакмицу или игру са тренером/ком.
4. Завршница – тренери/ке углавном заврше тренинг неком једноставном или забавном активношћу. Последњи део сесије је резервисан за истезање и вербалну евалуацију вежби и генералног напретка спортисте/киње.

## 4.2 Повезивање спорта и неформалног образовања

---

<b>Participation Model of Sport</b>	<b>Integration Model of Sport</b>
<b>Characteristics:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• sport for the sake of sport (for movement, fitness, general health...)</li><li>• sport is for everyone – all members of the community should participate and have access to sport</li><li>• cooperation with other institutions is possible, but not necessary</li></ul>	<b>Characteristics:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• sport is a means to achieve something else (other learning goals)</li><li>• focuses on problematic youth and problematic areas</li><li>• focuses on “trendy” activities in order to attract the youngsters</li><li>• cooperation with other institutions is necessary to achieve learning goals</li></ul>
<b>Advantages:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• costs are relatively cheap (only costs are to implement activities, no follow-up is needed)</li><li>• attracts heterogeneous groups</li></ul>	<b>Advantages:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sport is used as a lure – a fun and safe way to attract young people to the organisation. From here they may get involved in other activities</li><li>• sport is used for both physical fitness as well as for the development of personal and social skills</li></ul>
<b>Disadvantages:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• young people who are not interested or who have little aptitude for sport may not be attracted by this model</li><li>• the model does not take full advantage of the learning that comes out of sport</li></ul>	<b>Disadvantages:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• costs are higher due to monitoring and follow-up of the young people</li><li>• by focusing on specific groups of youngsters there is a slight risk of making the group too homogenous</li></ul>

„Спорт делује као „кука“ која спаја младе који су иначе искључени и маргинализовани у један програм; они затим, посматрајући програм као целину, постају активно укључени и улажу у његове активности.“<sup>29</sup> „Иако је спорт по природи компетитиван, важно је имати у виду два аспекта здравог баланса између сарадње и такмичења. Најпре, неизбежно је да ће у такмичењу једна страна победити, док ће остали/е изгубити. Такмичење наводи људе, поготово младе спортисте/киње, да одређују себе према његовом исходу.“<sup>30</sup> Могу бити победници/е или губитници/е. Када се ово деси, њихов ниво самопоуздања и самовредности зависиће од њихове способности да поразе друге. „Сарадња, са друге стране, им помаже да изграде самопоуздање, помаже деци да лакше комуницирају и не зависи од способности поражавања других.“<sup>31</sup> Такмичење и сарадња не искључују једно друго и тренери/ке не морају да бирају између њих. Иако људи могу имати тенденције ка једном или другом, оне особе које су генерално компетитивније неће нужно нарушити сарадњу. Међутим, млади, док су још у добу изградње, могу се фокусирати искључиво на победу и дефинисати свој перформанс и личност у односу на способност побеђивања. Ово може бити нездраво како за физичко тако и за ментално стање појединца/нке. Стога се користи термин сарадљиво такмичење како би се описала средина за вежбање у којој су и сарадња и такмичење кључни.<sup>32</sup>

То је средина у којој неформално образовање може да „ускочи“ и помогне учесницима/цама да се усредсреде на сам процес спорта и учење из њега, а не на само такмичење или сарадњу. Уз припрему учесника/ца за спортско окружење и укључивање младих са мање могућности, омладински радници/це и спортски тренери/ке могу да им помогну да развију свест да циљ није у победи, већ у учењу и развијању физичких способности. Постоје многе методе у неформалном образовању уз које фасилитатори/ке помажу учесницима/цама да поставе своје сопствене циљеве, што може бити одличан начин за започињање спортских активности.

Евалуација, која је суштински корак у неформалном образовању, показала се као веома важна и у спортским активностима. Уместо да упућују учеснике/це на одређене активности којима ће побољшати одређену вештину, тренерима/кама се препоручује

<sup>28</sup> Schroeder K., Geudens T., “Fit for Life”; СЛТО ресурсни центар за инклузију/енг. SALTO Inclusion Resource Centre 2011. Доступно на <https://www.salto-youth.net/downloads/4-17-628/FitForLife.pdf>, приступљено априла 2020.; стр. 15

<sup>29</sup> Hartmann D., Kwauk C., “Sport and Development an Overview, Critique, and Reconstruction”; Journal of Sport & Social Issues, 2011. Доступно на: [https://www.researchgate.net/publication/258158933\\_Sport\\_and\\_Development\\_An\\_Overview\\_Critique\\_and\\_Reconstruction](https://www.researchgate.net/publication/258158933_Sport_and_Development_An_Overview_Critique_and_Reconstruction), приступљено априла 2020.

<sup>30</sup> Cooperation and Competition in Sport, <https://academy.sportlyzer.com/wiki/cooperation-and-competition-in-sport/>, приступљено априла 2020.

<sup>31</sup> “Competition-vs-cooperation.” educatedsportsparent.com. <http://educatedsportsparent.com/competition-vs-cooperation/>, приступљено априла 2020.

<sup>32</sup> Ibid.

да питају учеснике/це да сами/е себе оцене или да се усредсреде на добре и лоше резултате одређене спортске активности. Евалуација је од посебног значаја када се укључују млади са инвалидитетом, јер помаже да сви/е учесници/це, са инвалидитетом или без њега, уче и пронађу смисао спортске активности, а да то није победа.

Углавном, када прилагођавамо спорске игре и методе за употребу у омладинском раду, можемо користити следеће типове активности које се односе на такмичење и/или тимски рад<sup>33</sup>:

- активности засноване на ТАКМИЧЕЊУ / спортске игре – игре које подразумевају индивидуално укључивање учесника/ца да се такмиче против свих осталих, а често и против целе групе индивидуа/особа које су укључене у исте специфичне активности.
- активности засноване на ТИМСКОМ РАДУ / спортске игре – игре које подразумевају укључивање индивидуалних учесника/ца као део тима, а често и целе групе учесника/ца који/е су подељени/е у један или више тимова, где свака особа комплементарно доприноси (не нужно радећи исте физичке активности) успеху целог тима и изградњи позитивног осећаја тимског рада између њих.
- активности ТИМСКОГ РАДА И ТАКМИЧЕЊА / спортске игре – игре које подразумевају укључивање индивидуалних учесника и учесника као састав више тимова, а често и читаве групе учесника/ца који/е су подељени у два или више тимова, где се сваки тим такмичи са другим тимовима у групи. Свака особа комплементарно доприноси успеху свог тима у такмичењу са осталим тимовима.
- активности ИЗГРАДЊЕ ТИМА / спортске игре – игре које подразумевају укључивање индивидуалних учесника и учесница као део целокупне групе/тима, где су све особе укључене како би се изградио тимски осећај и ниво поверења унутар читаве групе.

---

<sup>33</sup> Matorčević, D., "Youth Sport Work for Intercultural Learning and Acceptance of Diversity"; Active youth in happy Europe, 2018; p. 35



## Sports' key benefits in learning



Слика 3 – Кључни доприноси спорта за учење<sup>34</sup>

Према групи аутора у публикацији „Покрени се и учи“, постоји дистинкција између три концепта образовања за, од стране и кроз спорт. Нису све три у складу са интересом омладинског рада и НФО-а<sup>35</sup>:

Образовање за спорт је типично за већ споменуте спортске клубове и организације. Сам спорт је разлог постојања оваквих места и њихов крајњи циљ је победа – иако таква места шире позитивне вредности читавим светом, као нпр. Олимпијске игре. Ове вредности могу бити у складу са омладинским радом, али из контекста неформалног образовања, овај концепт нам је најмање релевантан.

Образовање од стране спорта је шире од професионалног спорта. Његови образовни циљеви се крећу ка побољшању друштвеног благостања. Вежбе и спортске активности се користе за допринос здрављу, генералној добробити и инклузији. Примери овог концепта су различите националне или међународне кампање за промоцију спорта међу грађанством, као што је нпр. Европска недеља физичке активности (енг. Move Week).

Образовање кроз спорт је концепт који спаја најбоље од спорта и НФО-а у једну област. Коришћење спорта овде значи извођење најразличитијих форми физичке активности како би се побољшала физичка спретност и ментално благостање, у складу са наводима у ревидираним Европским спортовима (енг. European Sports).

„ETC (образовање кроз спорт, енг. education through sport) се састоји из прилагођавања вежби из спортских и физичких активности циљевима планираног пројекта учења. Оно

<sup>34</sup> McCoshan A., “Sport: a key subversive learning tool”; 2018. *Доступно на:* <https://epale.ec.europa.eu/si/blog/sport-key-subversive-learning-tool>, приступљено априла 2020.

<sup>35</sup> Foldi L., “Training manual for NFE trough sport and physical activities with young people”; *Међународна асоцијација за спорт и културу/енг.* International Sport and Culture Association, 2013; <https://www.moveandlearn.org/files/Move&Learn.pdf>; приступљено маја 2020., стр.12

је питање и процес прилагођавања спортске и физичке активности, посматрајући оба у контексту њихове експресије и представљања, што је карактеристично за ЕТС приступ. Он не предлаже ни један поступак у коме спорт постаје главни циљ/решење за проблем проналажења каријере. На пример, практиковање борилачких вештина које није вођено никаквом пројектном идејом већ пуком жељом за унапређењем технике, остаје у категорији учешћа ЗА спорт, мада се уз помоћ њега може развити самоконтрола и осећај поштовања према другима.”<sup>36</sup>

Важно је спровести и употребити спортске и друге врсте физичких активности као алат који подржава уопштене циљеве и задатке активности омладинског рада, у највећој мери оних едукативног или развојног карактера. Спорт постаје секундаран и његова улога се редефинише. Стога, спорт постаје алат за укључивање младих у социјално и физичко образовање, без обзира на њихово културално, социоекономско, образовно или друго порекло.

### 4.3 Неформално образовање и спорт – које методе употребити

Неформално образовање се карактеристише специфичном употребом метода које се углавном разликују од метода формалног образовања. Док је формално образовање познато по традиционалним методама предавања, неформалним образовањем се охрабрује широк спектар интерактивних метода у којима учесници/е преузимају активну улогу, насупрот улози пасивних слушалаца. Методе неформалног образовања најчешће укључују (табела 1)<sup>37</sup>:

Метода	Карактеристике
Дискусија	Дискусија о проблему који је свима релевантан. Закључак се доноси на основу изучених реакција на питања-смернице.
Туш идеја (енг. brainstorming)	Циљ је навођење многих алтернативних решења на одређен проблем или тему.
Активности пробијања леда	Кратка активност са учесницима/цама којом се тежи стварању опуштеније атмосфере и повезивању.
Студије случаја	Учење кроз анализу спремљених описа проблемских ситуација. Углавном у штампаној варијанти.

<sup>36</sup> “WHAT IS EDUCATION THROUGH SPORT?”, mvngosportbranch.com.

<http://www.mvngosportbranch.com/ets-methodology/>, приступљено маја 2020.

<sup>37</sup> T-STEY, Training course for starting trainers in European youth work, November 2010, Prague, Czech Republic

Групни рад	Учесници/це су подељени/е у мање радне групе у којима раде или дискутују на једној теми или више њих.
Игре улога	Учење кроз опробање понашања у симулираним ситуацијама у ограниченом временском периоду.
Симулације	Учесници/це су део осмишљене ситуације у којој свака особа има одређени задатак. Реч је о развијенијем игрању улога са ширим нацртом.
Мале „баз“ групе (енг. buzz groups)	Мале групе за дискусију, подела мишљења на задате или неке друге теме без присуства тренера/ке.
Отворен простор (енг. open space)	Учесници/це сами/е дају предлоге тема за дискусије и радионице и оне се дешавају уз учешће других. Овај метод захтева висок ниво одговорности код учесника/ца.
Саморефлексија	Време за саморефлексију на активности које су се претходно десиле.
Екскурзија	Планирани пут током обуке који може да пружи практични осврт на обрађену тему.

Табела 1: Методе у неформалном образовању

Све ове методе се могу користити у свакој врсти окружења за учење, укључујући и спорт, и имају високу применљивост када је реч о раду са младима са инвалидитетом.

За разлику од других игара које укључују покрет, неформалне игре се одржавају у неформалном окружењу, у атмосфери са несигурним завршетком и праћене су интензивним социјалним групним процесима који воде ка освешћењу индивидуалних вештина. Уз то, како смо већ установили у тексту, кроз употребљене сценарије из НФО-а (одабир, вођство и евалуација), њима се може побољшати лични динамички развој особе.

Ево неколико препоручених метода за омладинске раднике/це и спортске тренере/ке који/е желе да користе спортску методологију унутар активности неформалног образовања:

1. Игре за упознавање које укључују физичку активност;
2. Игре изградње поверења;
3. Активности изградње тима;
4. Игре којима се развија комуникација и сарадња;
5. Игре евалуације;
6. Игре које помажу да се обраде одређене теме као што су инклузија, дискриминација, вредности, идентитет.

Ове методе се могу лако изменити тако да одговарају потребама свих учесника и учесница, могу се играти унутра или напољу и прилагодити према СТЕПС моделу за особе са инвалидитетом.

## 5. Успостављање инклузивног простора

### 5.1 Инклузивна физичка активност из перспективе омладинског рада

Инклузивна физичка активност је пракса у којој је осигурано да све особе, без обзира на њихове способности или године, имају једнаке могућности учешћа у активности. Оваква могућност би требало да укључи право на доношење одлука, успешно и активно учешће. „Другим речима, **инклузивна физичка активност се дефинише као приступачан програм физичке активности која се пружа свим особама ван старосног ограничења и у најразличитијим околностима.**”<sup>38</sup>

Истински инклузивна физичка активност укључује све од наведеног<sup>39</sup>:

- Доживљаје покрета код беба и мале деце
- Школске програме физичког васпитања
- Активности за рекреацију и забаву у заједници
- Вежбе и фитнес програме
- Спортске могућности на више нивоа

Инклузивна спортска активност не мора нужно бити заснована на одређеној околности, у зависности од нивоа онеспособљења код учесника и учесница, већ на учешћу у корисној активности која ја одабрана у низу опција. Како би ово омогућили/е, омладински и спортски радници и раднице морају бити у стању да прилагоде своје методе и алате како би могли/е да одговоре на потребе свих укључених. Спортски едукатори и едукаторке би требало да поседују потребне ставове и вештине уз помоћ којих ће стварати простор за успех свих младих – како у својим спортским активностима неформалног образовања тако и у мањим групама младих са једнаким или мешовитим степеном способности.

#### Укључивање младих са инвалидитетом

УВЕРЕЊА О УЧЕСНИЦИМА/ЦАМА<sup>40</sup>:

- Свака особа је јединствена и има различите физичке, когнитивне, емоционалне и социјалне способности и потребе;
- Свако има право и може да има користи од могућности инклузивне физичке активности;

<sup>38</sup> Kasser S.L., Lytle R.K., Inclusive Physical Activity, A Lifetime of Opportunities (2013); p.8

<sup>39</sup> Ibid.

<sup>40</sup> Ibid.



- Способности једне особе се увек мењају и резултат су односа између те особе, датог контекста и одређеног задатка или активности;
- Учесници/це имају право на лични избор и доношење одлука;
- Свака особа која присуствује инклузивној физичкој активности има користи од искуства других особа.

#### УВЕРЕЊА О ПРАКТИЧАРИМА/КАМА И ПРОГРАМИМА<sup>41</sup>

- Практичари/ке вреднују различитости и широк опсег учесника и учесница у својим програмима;
- Практичари/ке узимају у обзир индивидуална интересовања и потребе и демонстрирају равноправно опхођење приликом ових разматрања;
- Искуства физичке активности су пријатна, значајна за особу и оснажују је;
- Инклузивни програми физичке активности вреднују, прихватају, подржавају и поштују сваку особу за њен допринос датој ситуацији;
- Инклузивни програми физичке активности укључују особе широког спектра способности;
- Инклузивни програми физичке активности дозвољавају једнак приступ срединама и опреми и укључују заједничке активности са индивидуалним исходима.

„Спорт није само такмичење, то је прилика да се људи споје, да прикажу своје вештине и повећају способност да буду у заједништву једни са другима”.<sup>42</sup> Спорт пружа прилику младима да учествују. Због тога је идеалан механизам за практично спровођење инклузије и једнакости.

### 5.2 Инклузивни простор

---

Спортски едукатори/ке и омладински радници/це често су у ситуацији да стварају и спроводе интегрисане спортске активности, а да немају на располагању адекватан простор за инклузију младих.

Инклузивни простор не подразумева само доступан физички простор и његове карактеристике, већ и врсту подршке која се налази на простору за игру, лакоћу прилаза том простору, а затим и околности за игру (радну атмосферу и друштвено опхођење саиграча/ица које млада особа са инвалидитетом сусреће на терену). Физички фактори

<sup>41</sup> Ibid.

<sup>42</sup> Kelly F., Southwell K., Teow K., “Youth can open doors to all abilities through sport”; ENGSO Youth with the European Paralympic Committee, 2011. Доступно на: [https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/uqd/6fa9e5\\_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf](https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/uqd/6fa9e5_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf), приступљено маја 2020.

према МКФ (Међународној класификацији функционисања) могу отежати или олакшати учешће, и на тај начин у великој мери условљавати успех активности.

Разлика се може направити омогућавањем следећих компоненти:

- Доступност простора за активности;
- Околина и опрема: нпр. спуштање мреже, смањење обима терена, прилагођавање правила и коришћење различитих материјала и лопти различите величине;
- Производи и технологије које омогућавају приступачност;
- Подршка и однос чланова и чланица породице и других људи који су релевантни младима са инвалидитетом;
- Ставови инструктора/ки, омладинских радника/ца и других младих у програму;
- Услуге, системи и политике, укључујући и транспорт;
- Опрема.

У наставку текста бавићемо се анализом категорија о којима омладински и спортски радници и раднице морају бити информисани/е како би могли исправно да планирају активности које ће спроводити.

Физички простор у коме се спроводи интегрисана спортска активност игра важну улогу у стварању те активности инклузивном. Места која су најчешће доступна су углавном две врсте: спортски објекти и отворени простори (паркови, баште итд.).

### Спортски објекти

Како би активности интегрисаног спорта за младе могле да буду функционалне, спортски објекти морају да буду приступачни свима и то се може омогућити кроз изградњу нових објеката или прилагођавање постојећих. Главни улаз, свлачионице и просторије за активности морају да буду на истом нивоу висине. Закони који се баве оваквом врстом прилагођавања варирају од државе до државе. Најважније архитектонске адаптације углавном подразумевају следеће:

- Улазна врата: морају се лако отворити; уколико је неопходно, омогућити аутоматска врата.
- Рецепција: мора бити у стању да прими како кориснике инвалидских колица тако и особе без инвалидитета. Висина која је одговарајућа корисницима инвалидских колица је 750-800 мм.
- Лифтови: морају бити већи од уобичајених лифтова; такође је неопходно да дугмад буде на одговарајућој висини за кориснике колица и друге особе.
- Степениште: мора бити што равније, са јасно видљивим степеницама.
- Ходници: не смеју имати препреке које потенцијално могу бити ризичне; даље, њихова ширина мора омогућити јадноставну проходност особама у колицима и са другим помагалима. Зидови морају имати рукодржаче како би могли да

помогну особама са проблемима у одржавању равнотеже и ограниченим моторичким функцијама.

- Тоалети: морају бити стално доступни, у јавним просторима и у свлачионицама. Такође, морају имати довољно простора како би људима са инвалидитетом омогућили слободно кретање до тоалетне шкољке, како од напред тако и са стране. Склопиви наслони за руке морају бити постављени са обе стране тоалетне шкољке.
- Ормарићи: морају бити довољно пространи за слободно кретање. На зидовима морају постојати дршке постављене на различитим висинама како би омогућиле особи са инвалидитетом да устане. Ормарићи са катанцима морају бити постављени на различитим висинама од уобичајеног.

Постоје и специфичније адаптације које се тичу одређених спортских објеката:

- Базени: морају имати степениште за лакше силажење, дршке са обе стране и лифт.
- Теретана и слична опрема: теретана мора бити на истом нивоу висине као и спортска сала или да јој се омогући приступ уз рампу или лифт. Опрема у теретани мора да буде адекватна за независну употребу људима са различитим степеном способности (нпр. ознаке на теговима морају бити исписане Брајевом азбуком за људе са визуелним оштећењима), седишта морају бити расклопива како би се направио простор за људе у колицима.
- Плесна сала: корисници колица могу да приступе плесним салама које су веће од уобичајених и морају бити у стању да чују музику у сваком делу просторије. Људи са слушним оштећењима могу користити специјални систем индукционе петље.
- Штале за јахање: морају имати наткривен простор у коме се могу паркирати инвалидска колица. Особа са инвалидитетом мора да има на располагању рампу и специјалну скелу за пењање на коња; затим јој се мора омогућити изградња поверења у мирног коња и искусног/у инструктора/ку, како би јахање протекло безбедно и пријатно.

### Отворени простор

Немамо увек довољно среће да искористимо предности простора за спровођење интегрисаних спортских активности, међутим то не значи да нам на располагању нису друге могућности за активности спортског омладинског рада. Могућа је употреба градских паркова и лако доступних зелених површина (срећом, многи паркови су сада доступни особама са онеспособљем захваљујући европском законодавству, које се све више и више бави овом проблематиком). Са друге стране, прилагођавање простора није лако, будући да природна устројства паркова нису подложна променама, те је на спортским омладинским радницима и радницама да пронађу најадекватнији простор у коме свако може учествовати. Управо због тога што је парк тешко преобликовати,

препоручује се да се након стварања идеје о активности направи патрола подручја - јер се управо активност мора модификовати како би се прилагодила расположивом простору, а не обрнуто.

Свакако, важно је имати у виду да је број „инклузивних паркова“ у Европи у сталном порасту. Ови паркови, осим тога што су лако доступни, створени су уз коришћење „инклузивног дизајна“; реч је о методологији дизајнирања објеката, структура и инфраструктура на начин који омогућава њихово коришћење људима са физичким и менталним онеспособљењима. Овакви простори нуде омладинским и спортским радницима и радницама игре и друге реквизите за активности које могу користити сви/е учесници/це приликом активности које су сами/е осмислили/е. Врста опреме која се може наћи у инклузивним парковима:

- Сензорне игре које омогућају људску интеракцију кроз додир, мирис, слух и вид;
- Игралишта која немају никакве физичке препреке за пролаз инвалидским колицима и са системом за безбедну стабилизацију особа са ограниченом или недостатком физичке стабилности;
- Уређаји за развој моторичке координације и логичких способности;
- Урбано уређење за паркинг без баријера и са варијабилном висином;
- Зелене површине – правилно димензиониране и са одговарајућом опремом – где је могућа интеракција са природним елементима као што су биљке, земља, вода.

### Околности за игру

Након одабира простора, омладински и спортски радници и раднице могу интервенисати тако што ће променити околности за игру чинећи простор још инклузивнијим. Главни аспекти који се могу модификовати су следећи: (1) структуре (мрежа, кошеви, итд.), (2) простор (димензија терена) и (3) реквизити/инструменти (лопте, рекети, итд.). Што се тиче спортског објекта, ако нпр. омладински или спортски радници и раднице желе да осмисле спортску активности која је заснована на кошарци и знају да нека особа неће бити у стању да дохвати кош – могу да размотре да га спусте или да у игру убаце два начина погађања тако што ће поставити два коша на различитим висинама.

Простор за игру је такође важан елемент који се може прилагодити. Узмимо поново пример са кошарком – ако су неки од учесника и учесница корисници/це инвалидских колица, може бити корисно размотрити проширивање терена како би се спречила непотребна сударања.

Трећи елемент, онај који је најлакше прилагодити, су објекти који се користе током спортских активности (лопте, рекети итд.). Захваљујући развоју технологије и материјала, данас су нам на располагању најразличитији реквизити специјално

дизајнирани за лакше руковање и инклузију. Ако се поново вратимо на претходан пример, омладински радници и раднице и спортски тренери и тренерке могу одлучити да употребе мању лопту која омогућава бољи стисак шаке на њеној површини, чиме ће омогућити младој особи са ограниченом снагом у горњим удовима да има једнаку контролу над лоптом и тиме једнако учешће у игри.

Трансформација и прилагођавање околине значи давање свакој особи која је укључена у активности прилику да буде активни део игре. Међутим, такође је важно избећи вређање сензитивности код учесника/ца. **Прилагођавање не треба да буде објашњено учесницима и учесницама као решење за појединца/нку или групу** са одређеним карактеристикама, већ да буде варијација правила која мења и побољшава искуство играња за све укључене.

### [Производи и технологије које омогућавају приступачност](#)

Многе особе са инвалидитетом воде независан живот и не треба им много реквизита или помоћи за обављање дневних активности. Постоје, међутим, и људи којима је потребно неколико различитих видова подршке, од инвалидских колица до паса водича и протеза. Напредак који је остварен у пољу стварања специјализоване опреме помогао је људима са инвалидитетом да остваре већу независност, да смање предрасуде и друштвене баријере. Учешће у забавним и рекреативним активностима је важно и за њих, како би могли/е да воде активан живот и одржавају добро здравље.

### [Спортске технике и опрема](#)

Особе са инвалидитетом имају све више прилика за учешће у спортским активностима, упркос великом броју препрека које онемогућују њихово потпуно учешће. Прилагођена спортска опрема је доступна за сваки вид спортске дисциплине у којој желе да се опробају. На пример, тип специјалне опреме као што су моноскије или санке омогућавају људима са сваким видом инвалидитета да учествују у зимским спортовима.

Технике и опрема варирају у зависности од:

- спорта;
- врсте и степена инвалидитета;
- личне припреме и вештина;
- личних преференција.

Спортска опрема је важан аспект за спортисте и спортисткиње будућности. Било да је реч о ортопедским помагалима, такмичарским колицима, различитим врстама опреме прилагођене стреличарству, они морају бити прилагођени индивидуалним спортистима и спортисткињама. То се може урадити код куће или у специјализованим радионицама.

Најважније је да спортиста/киња има користи од оптималне адаптације и да може безбедно да рукује опремом. Прилагођавање опреме се креће од једноставног (промене у ширини, дужини или материјалу каиша) до комплексног (облик вештачког ортопедског помагала или колица за такмичење).

Пример прилагођеног инструмента је ручни или мануелни бицикл. Овај тип бицикла омогућава људима са ограниченом функционалношћу доњих удова, а који имају страст за вожњом бицикла, да се баве алтернативном врстом бициклизма. Овај инструмент има три точка, уместо два, и омогућава управљање возилом коришћењем искључиво горњег дела тела, уједно ограничавајући напор за одржавање равнотеже.

Важан алат за особе са моторичким онеспособљењима је, на пример, Петра бицикл. Он је вид модификованог трицикла, специјано дизајниран и адаптиран за „брзу“ покретљивост људи са инвалидитетом. Ово возило омогућава појединцу/нки лако и стабилно кретање чак и на песку, шљунку или трави, захваљујући величини точкова и специјалном систему за управљање. Лакоћа контроле и стабилности омогућава покретљивост чак и онима са најтежим облицима инвалидитета. Петра бицикл уклања баријере које раздвајају одређене области, као што је тренирање, учење и игра. Такође, он служи као превозно средство, терапеутска или образовна опрема и рекреативни одн. објекат за забаву. Иако искуство покрета на бициклу није једнако трчању или ходању, целокупно моторичко искуство и ниво вештине која се може достићи нуде огромне предности особи са инвалидитетом.

Напреци у технологији значајно су побољшали перформанс инвалидских колица за свакодневну и спортску употребу. Постигнут резултат омогућио је стварање нових модела са точковима различитих величина, као и различите врсте фелни и седишта који се могу подешавати према величини и нагибу.

Колица за спортску употребу су лакша, а у исто време су дизајнирана да смање вучу и побољшају перформанс точкова. Величина, тежина и висина инвалидских колица за спортску употребу могу се прилагодити потребама особе са инвалидитетом. Облик седишта се може променити према физичким карактеристикама. Такође се могу наћи и специјални јастуци од меморијске пене који спречавају стварање чирева. Данас, спортисти и спортисткиње са инвалидитетом могу имати специјална колица: нека су моторизована, нека су дизајнирана за уличне трке, нека су специјално направљена за учешће у специфичним активностима као што су кошарка, рагби или тенис у колицима.

#### Ставови инструктора/ки, омладинских радника/ца и других младих у програму

Следећи важан фактор који омогућава дефинисање колико је неки простор инклузиван јесу ставови оних који живе у том простору.

Омладински радници/це и спортски инструктори/ке, током планирања сесија неформалног образовања, посвећују велику пажњу и енергију за стварање ведрога и



отвореног окружења, што је важно како би ефективно остварили/е задате одн. планиране циљеве. Иако ови аспекти могу деловати секундарно, у активностима где су учешће и интеракција методолошки камен темељац, управо њихово разматрање и детаљно планирање стварају разлику између успешне и неуспешне активности.

Доказ за ову тврдњу лежи у чињеници да су у неформалном образовању активности пробијања леда и изградње тима кључни део сесија и методологија које помажу стварању веза између учесника и учесница и које позивају на сарадњу. Активности спортског омладинског рада не иду ван ове потребе. Конкретније, постоје ставови инструктора/ки, омладинских радника/ца и других младих, који, мање или више свесно, доприносе уништавању радне атмосфере и стварају неинклузиван простор за младе, а посебно за младе са инвалидитетом. Омладински радници/це и инструктори/ке могу постати прва препрека за укључивање циљне групе. Испољавање неколико неповољних ставова је довољно да се пониште сви напори који су били уложени у стварање простора инклузивним. Ево неколико примера:

- претња младој особи која не поштује наредбе;
- исмевање младе особе због њеног онеспособљења;
- прекомерна заштита младе особе на начин који је спречава да изведе било коју самосталну активност;
- одлучивање о томе шта је добро или лоше за одређену младу особу;
- наметање такмичарског духа док учесници/це још увек уче како да изведу основни задатак;
- гајење циничних ставова о учеснику/ци.

Овакви ставови истински раздвајају младу особу и активност и тешко их је поправити. Уједно, инструктор/ка одн. омладински радник/ца може имати ставове који, насупрот овоме, воде и олакшавају перцепцију младе особе о инклузивном простору. На пример:

- усвајање минималних промена у активностима;
- пружање подршке тако да се акценат не ставља на онеспособљење;
- препознавање вештина младе особе, а не фокус на њено онеспособљење;
- омогућавање младој особи да учествује у доношењу одлука које се тичу промена које ће бити спроведене;
- осигуравање позитивне атмосфере и постојања права.

Међутим, инструктор/ка одн. омладински радник/ца мора обратити пажњу не само на своје ставове већ и на ставове целе групе. Друге младе особе су склоне заузимању ставова који могу допринети стварању простора који није адекватан за интегрисану спортску активност. Следи неколико примера интерактивног понашања учесника/ца активности, које млади са инвалидитетом сматрају стварним препрекама:

- исмевање младе особе која промаши мету или лопту, која се саплете прелазећи препреку итд.;
- исмевање гојазности младе особе;

- прекомерна заштита младе особе на начин који је спречава да изведе било коју самосталну активност;
- игнорисање младе особе у друштвеним активностима;
- сажаљење над особом;
- константно зурење у особу која је другачија од других;
- одузимање помагала од особе са инвалидитетом које јој помаже да се креће (колица, штаке итд.).

Ови ставови приказују контраст у поређењу са понашањима учесника/ца са улогом фасилитатора/ки. Примери ових понашања:

- прихватање особе у одређену друштвену групу;
- посећивање особе током слободног времена;
- позивање особе на друштвене активности током слободног времена, нпр. рођенданске прославе, одлазак у биоскоп итд.
- омогућавање особи да учествује у различитим играма;
- пружање моралне подршке особи у случају дискриминаторне ситуације.

Приликом планирања активности, спортски омладински радник/ца треба да покуша да стимулише овакве видове позитивних ставова код учесника/ца и да подигне свест о значају ових ставова на атмосферу током игре и целокупну успешност активности.

## 6. Прилагођена физичка активност – спорт и инвалидитет

### 6.1 Историјски преглед

Данас, када говоримо о спорту, често узимамо здраво за готово позитивне аспекте самог покрета. Спорт је универзално препознат као алат за интеграцију, као фацитатор развоја неке особе и последично, развоја целокупног нашег друштва. Познато је из многих истраживања да спорт не доприноси само на физичком нивоу, већ поврх свега, на умном. Поред ових предности, постоје и многи други једнако важни позитивни аспекти, као што је развој самопоуздања, способност за самоорганизацију и саморегулацију, способност изградње отпорности, развијање вештина решавања проблема, фацитација односа са другим људима, развијање способности за адаптацију и могућност развијања верности и искрености кроз пораз и победу.<sup>43</sup>

Али иза онога што данас узимамо здраво за готово стоји заправо веома дугачак историјски процес, сачињен од сталног прерађивања улоге коју је спорт имао у различитим периодима прошлости. Кроз векове, спорт се борио да постане оно што је данас – сјајан алат за интеграцију. Пре него што почнемо да говоримо о прилагођеном спорту, чини се адекватним да најпре урадимо кратку анализу његове путање, истичући најзначајније фазе које су довеле до тога да се модеран спорт данас у друштву препознаје као моћан алат за инклузију.

#### Спорт од антике до индустријске револуције

Спорт нема одређени датум рођења. У античко време, спорт је суштински био атлетски алат за лов и преживљавање. Са рађањем првих цивилизација, сврха спорта је била тренирање за рат: пливање, јахање и борба најпре су настали из тог разлога. Антички спорт био је активност резервисана за вишу класу. Само у старој Грчкој спорт је постао широко распрострањен феномен, на неки начин сличан спорту данашњице. Култ лепоте и поделе чини спорт догађајем за масу, што доводи до стварања Олимпијских игара: спортског дешавања које се одржавало у име светилишта у Олимпији. Током одржавања Олимпијских игара ратови су били суспендовани, а грчки атлетичари су учествовали у такмичењима са највишим спортским духом. У свету Латина, етрурско бављење спортским активностима било је искључиво повезано са погребним

<sup>43</sup> *Савет Европе/енг. Council of Europe - CDDS (Комитет за спортски развој/енг. Committee for the Development of Sport) - "European Sports Charter"/Европска повеља спорта – 7. Конференција европских министара за спорт/7<sup>th</sup> Conference of European Ministers responsible for Sport, Rhodes, 13 - 15 May 1992; Commission of the European Communities - "White book" - Brussels, 11.07.2007, 391 final. t for all*

свечаностима, док су Римљани играли спортске игре у војне сврхе на Марсовом пољу. Са падом грчке цивилизације спорт преузима велику маргиналну улогу у друштву у време Римског царства. У средњем веку спорт постаје елитистичка појава и њиме се баве искључиво племићи, чији је циљ развијање вештина које се могу употребити на бојном пољу: јахање, рвање, турнири, витешке борбе и „гвалдана“ (врста борбене симулације). Тек је у наредним вековима, са еволуцијом индустријских процеса, дошло до скраћивања радног времена, што је довело до стварања рекреативних и незахтевних активности којима ће се попунити слободно време – а међу њима и спорт.

### Поновно рађање Олимпијских игара

Са настанком физичког образовања и издвајањем главних спортова, период 19. века може се дефинисати као време када је настао модеран спорт; то је време када се означавају све главне модерне спортске дисциплине. Још значајније, са откривањем града Олимпије долази и до поновог откривања Олимпијских игара (Олимпијаде). Најзначајнија за ово откриће била је класична археологија, која је средином 18. века постала права „трка за ископавање“. 1829. године група француских археолога почиње прва ископавања у Олимпији, коју затим наставља група немачких археолога између 1875. и 1881. године<sup>44</sup>. Барон Пјер де Кубертен, инспирисан открићима из Олимпије и чврсто уверен у значај спорта у образовању, признао је током конференције Француског синдиката за атлетски спорт, 1892. године, да је желео да поново оживи Олимпијске игре. Његов пројекат била је организација светског догађаја који ће бити отворен за професионалне спортисте и спортисткиње свих националности и који ће се одржавати сваке 4 године, баш као што је био случај и са античким играма. Са мотом „*citius, altius, fortius!*“<sup>45</sup>, Олимпијске игре представљале су први покушај интеграције људи кроз спорт. Заправо, од свог првог издања у Атини 1896. године, Олимпијске игре представљају огледало данашњег друштва одражавајући идеологију тог раздобља. Током времена политика, контракултура и дискриминација сусреле су се са Олимпијадом и често је за нације учеснице она била само начин да потврде своју надмоћ над другима. Џорџ Орвел ју је назвао „ратом без пуцања“<sup>46</sup>. Олимпијада, који је кроз историју требало да буде посматрана као инструмент за једнакост, мир и интеграцију, често се испољила као средство пропаганде о феномену расне и родне дискриминације: од „Олимпијаде срама“ у Сент Луису 1904, преко Монреаља 1976, Берлина 1936. и Мексико Ситија 1968. Још једна чињеница која баца сенку на Олимпијаду јесу различити проценти мушкараца и жена који/е су учествовали/е у играма, будући да су бројке увек и врло небалансирано ишле у корист прве групације. Једино је последње издање ублажило овај феномен, примајући највећи број жена спортисткиња (учествовало је 6213 мушкараца и 5090 жена). У данашњем високо контроверзном друштвеном уређењу, које се враћа на дискриминатона и нетолерантна опхођења, спорт мора да игра кључну улогу у борби

<sup>44</sup> <http://www.treccani.it> – дигитална енциклопедија

<sup>45</sup> Лат. „брже, више, јаче!“

<sup>46</sup> Orwell G., „The Sporting Spirit“, Tribune, London, 14. December 1945

против ових феномена. У овом контексту водећу улогу игра прилагођени спорт који, исто као и Олимпијада током година, постаје све видљивији, истичући стање културе друштва. Када је онда настао прилагођени спорт?

### [Међународне игре за људе са слушним оштећењима](#)

Настанак прилагођеног спорта десио се недавно, јер су до тада особе са инвалидитетом биле посматране као контраст хармонији коју је представљао идеал „класичног модела“ те тако особи са инвалидитетом није било дозвољено да учествује у спортским и такмичарским активностима. Поглед на инвалидитет се променио након Првог светског рата, када су у Паризу организоване прве Међународне игре за глуве (данас под називом Олимпијске игре глувих). Овај догађај, у коме је учествовало 11 нација, сматра се првим званичним спортским догађајем који је био организован у корист инвалидитета. Након овог искуства, одмах након Другог светског рата, такмичарске активности су се прошириле тако да обухватају и друге врсте инвалидитета. Неурохирург Лудвиг Гутман (Енглец немачког порекла) дошао је на идеју о употреби спорта као алата за рехабилитацију након повреда кичмене мождине. Гутман је у свом центру у Сток Мендевилу (Ејлсбери) примао ратне ветеране који су задобили повреде кичме током Првог светског рата, а уз употребу тадашњих метода рехабилитације њихово очекивано трајање живота било је веома кратко. Доктор је имао интуицију да употреби врсту спортске терапије која ће служити као средство за опоравак, што је донело добар резултат. Његов приступ је ускоро постао чест протокол. Заправо, он је приметио да је код особа које су прошле кроз његову терапију видљив напредак са респираторног и мишићног погледа, а у складу са тим и побољшање у одржавању равнотеже и моторичким вештинама. Ова побољшања су била очигледна и у њиховом свакодневном животу: особе са параплегијом су, на пример, показале већу спретност приликом управљања инвалидским колицима.<sup>47</sup>

### [Претеча Параолимпијских игара: Игре параплегичара \(енг. Stoke Mandeville Games\)](#)

Успех овог метода навео је Гутмана да организује Игре параплегичара 1948. године, које су биле намењене особама са инвалидитетом: догађај који је био посећен од стране бројних светских доктора/ки и његових колега/иница како би истраживали нови Гутманов метод. На првом догађају учествовало је 16 војника параплегичара, који су учествовали у стреличарском такмичењу. Ова игра је постала редовни догађај, а издање из 1952. године, у коме је учествовала и холандска делегација, дало је играма међународни карактер и тиме започело међународни покрет Параолимпијаде уз оснивање Међународне федерације за игре параплегичара (International Stoke Mandeville Games Federation/ISMGF). Слава ових игара и коришћење спортске терапије

<sup>47</sup> [www.treccani.it](http://www.treccani.it) – спортска енциклопедија

нису се више доводили у везу само са побољшањем физичког стања пацијената, већ и са побољшањем њиховог духа, чему је допринео утицај спортске активности на пораст самопоуздања и енергије. 1956. Међународни олимпијски комитет (МОК) званично одаје признање Међународним играма за особе са инвалидитетом као сведочанству за људске и друштвене вредности коју оне представљају. Тиме је све било спремно за признавање духа олимпијаде присутном у овим играма.<sup>48</sup>

### Рим 1960: прва Параолимпијада у историји

1960. године, Олимпијске игре одиграле су се у прелепом Риму, а ово италијанско издање, поред тога што је у историји запамћено као једно од најспектакуларнијих, биће запамћено и као место одржавања првих Параолимпијских игара. Гутманове игре, које су први пут прешле Ламанш и представиле се свету у фантастичном светлу, организовао је Енглеz у сарадњи са агенцијама унутар Италијанског националног олимпијског комитета (CONI) и Националног института за осигурање у случају незгоде на послу (INAIL)<sup>49</sup>. Овим је коцка била бачена, а недуго затим је, 1964. године, Гутман постао први председник ИСОД-а (Међународне спортске организације за особе са инвалидитетом). Нова организација је од самог почетка настојала да под своје окриље доведе не само особе са повредама кичмене мождине, већ и са другим видовима онеспособљења (слепе, особе са ампутацијама, церебралном парализом итд.). Овај напор омогућио је особама са ампутацијом и церебралном парализом да учествују у Олимпијским играма које су се одржале у Торонту 1976.

### Стварање Међународног параолимпијског комитета

Након стварања ISOD-а 70-их година прошлог века, проглашене су и друге федерације које представљају особе са другим онеспособљењима; иако су све функционисале одвојено, сврха њиховог постојања било је представљање спортиста и спортисткиња са инвалидитетом и промоција спорта као терапеутског и друштвеног алата за инклузију особа са инвалидитетом. 1882. године, основан је и добио је своје име Међународни параолимпијски комитет, који је тенутно једино светски признато међународно тело које представља особе са инвалидитетом. Комитет према свом статуту за циљ има организовање, супервизију и координацију Параолимпијских игара и других спортских такмичења која укључују спортисте и спортисткиње са инвалидитетом.

---

<sup>48</sup> Ibid.

<sup>49</sup> Piccioni V., Bondini G., Maiorella I., Sbeti N., "On your marks. Sport, the Olympics, the champions who won and those who did not make it"; Publishing House Booklab, 2016. *Доступно на:* <http://www.uisp.it/nazionale/pagina/ai-vostri-posti>, приступљено јуна 2020.



## 6.2 Прилагођена физичка активност

Истраживања су показала да се значајан напредак физичке кондиције и целокупног телесног здравља може достићи кроз учешће у различитим физичким активностима, од ходања до трчања маратона. Како смо већ установили, спорт и физичка активност доносе побољшања менталном здрављу код деце, младих и одраслих, смањујући ниво стреса, анксиозности и депресије<sup>50</sup>.

Међутим, опште је прихваћен став да особе са инвалидитетом не могу да учествују у спортским активностима на истом нивоу као и здраве особе. Стога, неопходно је прилагодити простор за тренирање и сам процес тренирања одн. обављања физичке активности. Управо због тога се спортска методологија за особе са инвалидитетом понекад назива **прилагођеним спортом или прилагођеном спортском активношћу**. Оквир инклузивног спектра (енг. Inclusion Spectrum Framework) и СТЕПС модел (Стивенсон и Блек, 2011) осмишљени су како би помогли практичарима/кама да прилагоде своје активности тако што ће уклонити препреке за учешће и учинити активности инклузивним<sup>51</sup>:



Оквир инклузивног спектра

Свако може да игра – природно инклузивне активности засноване на стварима које свако може да уради уз мало или без имало модификација, нпр. активности загревања или хлађења где деца могу сама да пронађу ниво учешћа који им прија. Још једна идеја

<sup>50</sup> Ryan J., Katsiyannis A., Cadorette D., Hodge J., Markham M. (2013). Establishing Adaptive Sports Programs for Youth with Moderate to Severe Disabilities. Preventing School Failure: Alternative Education for Children and Youth. *Доступно на:* [https://www.researchgate.net/publication/271929792\\_Establishing\\_Adaptive\\_Sports\\_Programs\\_for\\_Youth\\_with\\_Moderate\\_to\\_Severe\\_Disabilities](https://www.researchgate.net/publication/271929792_Establishing_Adaptive_Sports_Programs_for_Youth_with_Moderate_to_Severe_Disabilities), приступљено априла 2020.

<sup>51</sup> Kelly F., Southwell K., Teow K., "Youth can open doors to all abilities through sport"; ENGSO Youth with the European Paralympic Committee, 2011. *Доступно на:* [https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/uqd/6fa9e5\\_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf](https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/uqd/6fa9e5_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf), приступљено маја 2020.

могу бити игре сакупљања или окупљања, нпр. прикупљање ствари које су разбацане по простору за игру и њихово уређивање по боји.

Промена зарад инклузије – свако обавља исту активност уз адаптацију како би се осигурала подршка, али и изазов, за различите степене способности. Уз коришћење СТЕПС модела (који се односи на простор, задатак, опрему, људе и успех) може се успоставити структура за прилагођавање и измену активности.

Груписање према способностима – учесници/це су подељени у групе према својим способностима: свака група затим одрађује исту активност, али на нивоу који одговара свакој појединачној особи у свакој од група, нпр. стварање две или више верзија исте активности (стојећа и седећа одбојка).

Алтернативна или засебна активност – појединац/појединка привремено самостално увежбава одређену вештину у циљу успешнијег процеса инклузије у читавој групи. Понекад је за ефективније укључивање одређене особе потребно омогућити јој да најпре вежба сама. Ово, додуше, не треба да буде стална пракса.

#### [Дефиниција прилагођене физичке активности \(ПФА\)](#)

Израз „прилагођена физичка активност“ (ПФА) увела је 1973. године Међународна федерација за прилагођену физичку активност (МФПФА/енг. IFAPA)<sup>52</sup>, иако је њена исцрпна дефиниција дошла нешто касније. Кашњење је делом проузроковала непрекидна европска расправа о значењу спорта, који је у то време још увек као приоритет имао такмичарски спорт, на уштрб спорта који је намењен свима. Повећана усредсређеност на „елитни спорт“ била је потребна како би се креирао документ који гарантује права на бављење спортом свим појединцима и појединкама: „Европска повеља за спорт за све“ настала је 1975. године. Члан 1 овог веома важног документа каже „Свака особа има право на спортске активности.“<sup>53</sup>

1984. године Европска повеља је ажурирана и друштвена вредност приступачности спорта за особе са инвалидитетом је наглашена уз текст: „доступност спорта корисницима/цама са инвалидитетом (јавности и спортисти/киње) постаје све неопходнији услов да спорт постане услуга и феномен који одговара очекивањима друштва“<sup>54</sup>. Овај корак је веома важан, јер за циљ има проширивање права на спорт за све, долазећи до оних који до сада нису имали приступ спортским активностима. Овај концепт допуњен је још једним подједнако важним концептом чији је циљ посматрање

---

<sup>52</sup> Међународна федерација прилагођене физичке активности/енг. International Federation of Adapted Physical Activity

<sup>53</sup> Конференција европских министара за спорт – Европска повеља за спорт за све особе са инвалидитетом/енг. European Charter for Sport for All People with Disabilities, Strasbourg, 1987, p. 10

<sup>54</sup> Bianco A., Tasso E., Bilard J., Ninot G., Varray A., “Teaching adapted physical activities”; The otter, Genoa, 2004, p.365

спорта не само као такмичарску активност већ и у другим његовим облицима. „Спортом за све“ сматрамо<sup>55</sup>:

- Врхунске спортове за елитне спортисте и спортисткиње (ниво репрезентације);
- Учешће у редовним спортским активностима;
- Рекреативни спорт за лично задовољство;
- Бављење спортом првенствено из медицинских разлога или зарад личног благостања.

Овај концепт поништава значење спорта који је до тада био намењен само спортистима/кињама са одређеним способностима. Уз ово тумачење, принцип спорта је потпуно поништен, као што је то био случај и са Гутмановим прилагођавањем спорта његовим пацијентима 1948. године. Спорт стога постаје активност прилагођена стварним способностима субјекта и полази од тога шта особа заправо може учинити, тј. из његових/њених преосталих ресурса.

Са ове нове тачке гледишта, 1989. године учињен је покушај да се да прва дефиниција за ПФА; ПФА се односи на кретање, физичку активност и спорт у коме се посебан нагласак ставља на интересе и способности појединаца и појединки са неповољним физичким условима – као што су особе са инвалидитетом, болесни или стари.<sup>56</sup> У суштини, у овој врсти активности оператер/ка у првој фази не сме да тренира спортисте/киње, већ их мора „квалификовати“ за **одређену физичку активност – у рехабилитационом, рекреативном и терапеутском облику**. У спортско такмичење се може ући само ако се створе услови, и то тек након ове прве фазе, када је особа достигла оптимално психофизичко стање да се суочи са наредним кораком. Овај модалитет програмирања, који полази од стварних способности особе, током година постаје трансферзално примењив на инвалидитет и добија све више на значају у наставним методологијама у раду са особама са различитим способностима.

Стога је од суштинске важности да се дефиниција ПФА ажурира ширењем на друге контексте и редефинисањем поља интервенције и метода који су се развили у тим годинама. 2000. године, Међународни савет за науку о спорту и физичко васпитање (енг. ICSSPE) редефинисао је значење ПФА као „коришћену широм света, за идентификовање интердисциплинарног подручја знања и активности, укључујући физичко васпитање, слободно време, плес, спорт, кондицију и рехабилитацију; упућена је појединцима и појединкама са онеспособљењем било које старости, током целог њиховог животног циклуса. Овај концепт садржи информације и резултате истраживања из поддисциплина покрета и спортских наука (нпр. биомеханике, спортске психологије,

---

<sup>55</sup> Конференција европских министара за спорт – Европска повеља за спорт за све особе са инвалидитетом /eng. Conference of European Ministries responsible, European Charter for Sport for All People with Disabilities, Strasbourg, 1987, p. 9

<sup>56</sup> ADAPT - European Programme of Adapted Physical Activity (документ уредио проф. Херман ван Копеноле)

спортске педагогије, итд.), као и других научних области (медицине, науке о рехабилитацији, психологији итд.), које се баве физичком активношћу и спортом код особа са посебним потребама и особа са инвалидитетом“.<sup>57</sup> Неки научници сматрају да ПФА представља кровни појам – где је кров заправо метафора за широки круг људи које прилагођена активност настоји да обухвати. Заправо, уз ову нову дефиницију ПФА више није ограничена само на поље деловања моторичког подручја и деловање појединог спортског оператера/спортске оператерке, већ постаје уобичајена акција свих страна укључених у процес тренирања особе са инвалидитетом. Конкретно, нова дефиниција, у поређењу са претходном, приморава оператере/ке из свих области да заједно са особама предузимају акције у осмишљавању и планирању циљева.

**Особа са инвалидитетом, на коју се односи ПФА, не сме да се пасивно подвргне акцији прилагођавања већ мора активно учествовати у процесу, вршећи самоевалуацију и програмирајући циљеве.** Напротив, оператер/ка мора да превлада визију усредсређену на дефицит и на сопствена решења за побољшање, како би могао/ла да појми персонализовану визију која полази од преосталих способности особе са инвалидитетом – али и из његових/њених потреба и очекивања којима ће изградити индивидуализовану путању, којом се креће са својим тимом (наставницима, лекарима, породицом, самом особом са инвалидитетом, итд.).

### ПФА и прилагођавање

Као што је до сада приказано, чини се исправним сматрати ПФА не само алатом за побољшање квалитета живота, здравља и добробити особа с инвалидитетом, већ и средством за олакшавање процеса интеграције и друштвене укључености. У ствари, термин „прилагођена“ може се сматрати средством посредовања између вежбања и потешкоћа у извођењу које особа изражава у друштвеном контексту. Стога се ПФА може повезати са друштвеном динамиком усмереном на теорију прилагођавања, индивидуалне разлике и физичку активност. Централни фокус за потпуно разумевање ПФА је откривање значења речи „прилагођавање“ – јер се сви слажемо о разумевању значења „физичке активности“, док је придев „прилагођена“ ипак теже објаснити.

Кренимо од претпоставке да „сваки појединац/свака појединка поседује потенцијал и способности које му/јој омогућавају да модификује и прилагоди контекст у којем живи у своју корист како би подстакао/ла изражавање личног благостања“<sup>58</sup>. Када је реч о особи са инвалидитетом, ово почетно стање није увек у складу са ефикасним истраживањем личног благостања. Разлог таквог понашања лежи у крхкости коју особа са инвалидитетом често доживљава и опажа; она је укоренењена у свакодневном животу,

---

<sup>57</sup> Pioletti A.M., Porro N., “The sport of Europeans. Citizenship, activities, motivation”. Franco Angeli, Milan 2013

<sup>58</sup> Reid G. - “Defining Adapted Physical Activity”, the chapter 2 of the “Adapted Physical Activity” by Steadward D., Wheeler G.D., Watkinson E.J.; (eds.); The University of Alberta Press and The Steadward Centre, 2003; p. 11-26

када особа није у стању да прилагоди адекватне одговоре референтном друштвеном контексту. Све то доводи до смањења осећаја сопствене ефикасности (Бандура, 1997)<sup>59</sup>. Циљ ПФА је, дакле, да се прекине ланац завезан за неадекватност особе суочене са моторичким задатком и да се кроз позитивну физичку праксу побољшају процеси самоефикасности, оснаживања и самоодређења.

Да би се то постигло, неопходно је интервенисати у процесу прилагођавања, што је представљено као „уметност и наука у умећу контролисања променљиве како би се дошло до жељених резултата“<sup>60</sup>. Ова дефиниција је добила свој практичан пример кроз ПФА, што би као резултат требало да донесе промовисање континуираних двосмерних интерактивних процеса између појединаца/нки и окружења како би утицали једни на друге и побољшали физички рад и лично благостање. Двосмерност интеракције је кључна за процес прилагођавања, будући да модификација животне средине сама по себи није довољна. ПФА својим деловањем мора изазвати интерактивна прилагођавања која укључују и околине и појединачне променљиве. Ова интеракција, осим што усмерава и олакшава покрет прилагођавања, код особа са инвалидитетом такође промовише фактор забаве и процес самоефикасности, који су у вези са успехом нечијег моторичког деловања. На крају, у процесу прилагођавања учествују три међусобно зависне и повезане варијабле: особа са инвалидитетом, друштвено окружење и моторички задатак.

### [Различита виђења ПФА](#)

Да би се планирало прилагођавање, потребно је узети у обзир ове три променљиве, али и истражити позадину која усмерава природу прилагођене активности: потребно је дефинисати референтни оквир активности у који се особа са инвалидитетом може сместити. Индикативно, постоје 4 логике у које можемо сместити ПФА; ове категорије преузете су из горе наведене Европске повеље о спорту за све из 1984. године. ПФА се може описати кроз следеће перспективе:

- ❖ **спортска перспектива**
- ❖ **друштвена перспектива**
- ❖ **психомоторичка перспектива**
- ❖ **терапеутска перспектива**

Наше кључно интересовање су прве три – четврту ћемо оставити по страни, будући да се тиче сецифичнијих области које нису релевантне за овај приручник.

**Спортска перспектива** следи логику репродукције спортске активности и спортских перформанси; подразумева тренинге и праксе које организују посебне федерације. Овај

---

<sup>59</sup> Bandura A., “Self-efficacy: theory and applications”; Edizioni Erikson, Trento, 2000

<sup>60</sup> Sherrill C., “Adapted physical activity, recreation, and sport: Crossdisciplinary and lifespan” – (V ed.), Wm. C. Brown Publishers, Dubuque IA 1997., p. 60

ниво укључује, на пример, кошарку и атлетику у инвалидским колицима. У овом контексту, пажња оператера/ке је апсолутно усмерена на перформанс и постизање циљева и вештина у физичкој и емоционалној сфери (самоефикасност и осећај припадности).

**Друштвена перспектива** улаже слободно време особе са инвалидитетом и захтева изградњу друштвених мрежа унутар којих субјект мора осећати задовољство услед физичких активности које практикује уз поштовање контекстних смерница. На пример, ако је организована активност трчања за групу особа са когнитивним инвалидитетом у градском окружењу, она би се могла организовати у малим групама уз подршку оператера/ке и уз усмеравање пажње на правила саобраћајних закона како би се постигла аутономија у путовању. Са ове тачке гледишта, радња оператера/ке није усмерена на субјектов перформанс већ на грађење мреже и изградњу пројекта у коме су укључене све стране и чији је главни фокус особа са инвалидитетом. Осећај самоефикасности и аспект социјализације углавном се остварују кроз овај вид прилагођавања.

Из **психомоторичке перспективе**, субјект није у могућности да самостално одабере физичку активност због недостатка жеље или способности. У овој врсти перспективе, особа са инвалидитетом ће бити оријентисана ка дисциплини, и емоционално укључена у извођење активности које јој омогућују да осећа задовољство приликом обављања моторичких задатака. У том контексту потрага за мотивацијом надјачава све остало: циљ оператера/ке ће бити да изазове узбуђење код особе са инвалидитетом због предложене активности.

### [Одабир ПФА и оперативни алати за управљање активношћу](#)

Током одабира најприкладније ПФА за особу са инвалидитетом пре свега морамо кренути од процене Међународне класификације функционисања и емоционалног стања, као и друштвеног контекста у којем ћемо деловати. Заправо, особа би могла да покаже потешкоће у односима са околином и прилагођавању услед промена на перцептивном нивоу (нпр. погрешне перцепције телесних образаца или проприоцепције), на когнитивном нивоу (нпр. поремећаји нивоа пажње) и на емоционалном нивоу (нпр. претходна искуства која су оставила осећај љутње и фрустрацију). Стога, у избору ПФА, поред разматрања МКФ, морамо добро проценити и могуће промене нашег субјекта како бисмо имали јасну представу о активности коју ћемо предложити одн. планирати.

На основу ове почетне евалуације можемо планирати активност у субјектовом курикулуму, одабрати стратегије подучавања и одабрати контекст који води ка учењу.

Чим проценимо субјектов потенцијал и тачке програмирања, моћи ћемо да размотримо оперативне алате за модификовање и прилагођавање субјекту или да га изградимо тако



што ћемо модификовати алате. Оперативни алати могу бити у вези са околином и моторичким задатком. У односу на оперативне алате који могу утицати на контекст околине, можемо деловати на:

- **Физичку и друштвену околину:** помоћу овог алата можемо модификовати простор за игру прилагођавајућ не само његову величину већ и опрему. Затим бисмо могли да размишљамо о проширењу терена за спортове у којима учествују особе у инвалидским колицима или употребимо издигнуте знакове на поду/земљи за усмеравање кретања приликом активности за слепе особе.
- **Опрему:** уз помоћ одређених материјала можемо олакшати извођење моторичких покрета (нпр. са већим балонима за лакше хватање), заштитити спортисте/киње (са пенастим јастучићима или употребом светлосних балона) или олакшати анализу покрета (употребом звучних балона или уз помоћ саиграча/ица у улози водича/киња).
- **Регулативе:** овај алат нам омогућава да изменимо правила игре, бодовање, време које осигурава веће олакшице у игрању.
- **Језик:** језик такође постаје важно оперативно средство јер се може поједноставити у случајевима менталног оштећења (употреба имитације, изражајног језика и коришћење једноставних израза), а може бити помоћ и при кретању слепе особе (употреба језика богатог просторним информацијама).

Још један важан аспект је модификација и прилагођавање моторичког задатка стварном потенцијалу особе са инвалидитетом. Заправо је подједнако важно да унутар ПФА субјект који учествује у њој може остварити физичку интеракцију до њеног потпуног потенцијала задржавајући активну улогу у активности. Стога је потребно узети у обзир додатна три елемента и на њих деловати, како би моторички гест било ефикасан и мотивишући. Та три елемента су<sup>61</sup>:

- **Биомеханичке карактеристике моторичког геста:** у овом виду прилагођавања, субјект можда неће моћи да изведе технички гест у одређеној активности у складу са њеним правилима. Размислимо о прилагођеном стреличарству, где особе са ампутацијама пуцају биомеханички другачијим гестовима у односу на оригиналну технику (види сл. усно стреличарство).
- **Комплексност координације и потребне когнитивне вештине и вештине пажње:** у овим активностима адаптације су предвиђене за превазилажење менталног и когнитивног инвалидитета или инвалидитета на неуронском нивоу. Сложеност геста и захтев за сложеном координацијом изискују добар капацитет способности пресецања и дисоцијативности, при чему наша интервенција може бити смањење сложености геста (пример уметничке гимнастичарке са когнитивним инвалидитетом).

---

<sup>61</sup> Janney R., Snell M., "Modifying schoolwork"; Paul H. Brooker, Baltimora, 2000

- **Афективноемоционална компонента произведеног сензомоторичког задовољства:** у овој последњој компоненти моторички гест није усмерен ка перформансу, већ према емоцији, тражећи задовољство у кретању ради самог обављања задатка. Размислимо, на пример, о било којем виду психо-моторичких активности дизајнираних да пронађу компатибилност са моторичким гестом, иако поједностављеним.

Резиме ПФА: бирају се почевши од прве евалуације потенцијалног субјекта и било каквих његових промена на перцептивном, емоционалном и когнитивном нивоу. Након ове прве процене постављају се циљеви и гради се индивидуализовани и персонализовани пројекат, дизајниран посебно за особе са инвалидитетом. Пројекат постаје програм, а активност се модулира према субјектовим капацитетима. Овде користимо оперативне алате за прилагођавање окружењу (физичка и друштвена околина, опрема, регулативе, језик) и моторичком задатку (биомеханичке, координационе/атентивне и емоционалне/моторичке карактеристике). Завршно разматрање односи се на јачину прилагођавања, што ће резултирати вишим или нижим интензитетом. Тако разликујемо различите врсте интензитета прилагођавања:

- минималне промене: тичу се подршке која се пружа учесницима/цама у виду водича, визуелних и аудитивних сигнала;
- умерене промене: тичу се опреме, правила и улоге у активности;
- велике промене: тичу се високог нивоа индивидуализације, као што је саиграч/ица који даје вербалне смернице на путу како би се избегла опасност.<sup>62</sup>

### 6.3 Модели и типови прилагођене физичке активности

За прилагођавање своје методологије спортски и омладински радници и раднице могу користити СТЕП (STEP) или ТРЕЕ (TREE) модел.

Оба модела, СТЕП и ТРЕЕ, произилазе из промене перцепције међународног спорта са инвалидитетом. Они пружају практичарима/кама корисне начине за структурисање промена у спортским активностима. СТЕП је акроним који је изведен из речи „простор“, „задатак“, „опрема“ и „људи“ (енг. space, task, equipment и people). СТЕП модел је развијен и приказан у ресурсима добротворне организације „Јут спорт траст“ (Youth Sport Trust) као једноставан алат за помоћу прилагођавању процеса за наставно особље, тренере/ке и спортске оператере/ке у заједници. Као структура, СТЕП се може користити како би се осигурало укључивање учесника/ца са различитим способностима у физичке

<sup>62</sup> De Potter С., “Adapted physical activities and sport for sensory impaired individuals: barriers to full participation”; First European Conference in APA and Sport: a white paper on research and practice/Прва европска конференција за ПФА и спорт, Асо, Leuven, 2003

активности. За сваку реч представљену словима акронима, аутори нуде следеће примере<sup>63</sup>:

- Простор – Повећајте или смањите величину игралишта; мењајте удаљености коју треба превладати током вежбе како би одговарале различитим способностима или нивоима мобилности; направите зоне, нпр. тамо где су учесници/це груписани/е према способностима и стога имају више могућности за учешће.
- Задатак – Постарајте се да свако има једнаку могућност да учествује, нпр. да приликом игре са лоптом сви/е играчи/це имају прилику да носе/дриблају, додају лопту, гађају на кош итд.; разбијте сложене вештине на мање саставне делове ако то помаже играчима/цама да лакше усвоје вештине; осигурајте постојање адекватне прилике да играчи/це вежбају вештине или компоненте појединачно или у пару пре него што се укључе у тимску игру са мањим бројем играча/ица.
- Опрема – У играма са лоптом повећавајте или смањите величину лопте тако да одговара способностима или старосном распону играча/ица, или у зависности од врсте вештине која се увежбава; пружите могућност младима да додају или приме лопту на различите начине, нпр. додавање помоћу олука или левка, а примање помоћу рукавице за хватање лопте; употреба звона или звездајућих лоптица може вам помоћи при инклузији неких играча/ица.
- Људи – Упарите играче/ице сличних способности у такмичарске активности са малим бројем играча; направите баланс у броју играча/ица у складу са укупним способностима групе. Препоручује се и играње у тимовима са неједнаким бројевима играча/ица како би се фацилитирала инклузија неких играча/ица и максимизирало учешће других.

Практичари/ке понекад додају још једно слово „С” у СТЕП модел, које означава „успех” (енг. success). Ево примера могућих прилагођавања уз употребу СТЕПС модела<sup>64</sup>:

---

<sup>63</sup> Kiuppis F. (2018), “Inclusion in sport: disability and participation, *Sport in Society*”, 21:1, 4-21, *доступно на: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17430437.2016.1225882>*, приступљено априла 2020.

<sup>64</sup> Ibid.

Possible adaptations	
<b>S pace</b> Where is the activity happening?	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Targets nearer or further away</li> <li>■ Height and distance</li> <li>■ Zones of play</li> </ul>
<b>T ask</b> What is happening?	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Try different ways of taking part (e.g. different movement patterns)</li> <li>■ Change rules to aid inclusion</li> <li>■ Be flexible</li> </ul>
<b>E quipment</b> What is being used?	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Size, shape, weight</li> <li>■ Playing surface</li> <li>■ Sound</li> </ul>
<b>P eople</b> Who is involved?	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Coach positioning</li> <li>■ Group dynamics (e.g. working in pairs/small groups)</li> <li>■ Different roles</li> </ul>
<b>S uccess</b> How did it go?	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Challenge</li> <li>■ Timing</li> <li>■ Attainable</li> </ul>

Други модел је ТРЕЕ, што представља акроним изведен из речи „стил подучавања или тренирања“, „правила и регулативе“, „опрема“ и „околина“ (енг. teaching or coaching style, rules and regulations, equipment и environment)<sup>65</sup>. Овај модел се веома мало разликује од СТЕПС-а јер је у његовом фокусу такође стил подучавања и општа фасилитација тренера/ке или (спортског/е) омладинског/е радника/це. ТРЕЕ препознаје улогу наставника/це тј. тренера/ке у процесу учења.

### Врсте ПФА

Као што смо видели, постоји много врста ПФА – што се подразумева када је реч о кровном термину; искрено, овај термин је врло сложен и тешко је чак и нама да пружимо широку и детаљну слику свих активности које постоје. Прва класификација ПФА може се извршити на основу интензитета прилагођавања унутар одређене дисциплине. Овде конкретно говоримо о:

- Непромењеним спортовима: у овим дисциплинама спортисти/киње са мањим инвалидитетом у стању су да достигну нивое развоја и перформанси сличне онима без инвалидитета.
- Спортовима са прилагођеним правилима: ови спортови намењени су особама са просечним и тежим инвалидитетом.
- Прилагођеним моторичким активностима: ове активности су углавном намењене особама са тешким случајем инвалидитета.

<sup>65</sup> Ibid.

Следећа класификација тиче се груписања дисциплина према функционалној класификацији способности спортисте/киње. Ова класификација је, додуше, парцијална, будући да у њој можемо пронаћи само дисциплине које су регулисане од стране федерација и стога препознате само у сфери спорта. ПФА у друштвеном и психо-моторичком контексту овде изостају. Као резултат, ПФА које обухватају све категорије инвалидитета/онеспособљења могу да се поделе у три поткатегорије:

- **Моторичка онеспособљења** која укључују неуромускулаторне препреке:
  - **смањена снага**
  - **смањен опсег покретљивости**
  - **недостатак удова тј. ампутације**
  - **различита дужина удова**
  - **хипертонија** тј. абнормално повећање у мишићној тензији и смањен капацитет издужености мишића
  - **атаксија** тј. смањена координација покрета
  - **атетоза** тј. неконтролисани покрети са потешкоћама у одржавању стабилног држања
  - **низак раст** тј. дворфизам (патуљастост)
- **Визуелна онеспособљења**
- **Интелектуална онеспособљења**<sup>66</sup>

Сви спортови Параолмпиаде потичу из ове три категорије; они се даље могу класификовати у следеће категорије:

- **тимски спортови** (кошарка, фудбал, бејзбол, крикет, голбал, тандем, једрење)
- **индивидуални спортови** (тенис, биатлон, џудо, атлетика, мачевање, алпинистичко и нордијско скијање, шоудаун/тенис за слепе, стреличарство)
- **спортови који укључују животиње** (јахање коња)
- **водени спортови** (веслање, вожња кануа, пливање, скијање на води)<sup>67</sup>

Поред ових строгих и стандардизованих класификација које нуде спортске федерације за прилагођени спорт, постоје и све друге ПФА које су осмишљене унутар друштвене и психо-моторичке сфере и које су подложне персонализацији. Ове ПФА немају фиксна правила већ произлазе, као што је већ било речи, из способности оператера/ке да анализира преостали капацитет субјекта и циљеве који треба да се постигну како би се дизајнирао моторички задатак. Разлика у организацији између спортских и моторичких/психо-моторичких ПФА налази се у томе што су спортске ПФА усмерене на процес тренирања у циљу перформанса, док су моторичке/психо-моторичке ПФА усмерене на дизајнирање процеса и на емоционални утицај које оне имају на особе са инвалидитетом.

<sup>66</sup> <https://www.abilitychannel.tv/classificazioni-funzionali-le-categorie-paralimpiche/>; приступљено априла 2020. и <https://www.paralympic.org/classification> приступљено априла 2020.

<sup>67</sup> Ibid.

Као закључак, у ПФА се могу додати и интегрисани спортови, који се могу дефинисати као „спортске активности образовног карактера за све спортисте и спортисткиње, са инвалидитетом или без њега, са намером заједничког изграђивања групе или такмичарске ситуације. Кроз бављење спортом ова ситуација се развија и промовише културу интеграције и солидарности, уз прихватање и уважавање различитости и индивидуалних ограничења на свим нивоима”<sup>68</sup>. У овим активностима играчи/це са инвалидитетом играју заједно са играчима/цама без инвалидитета користећи различиту опрему, правила и улоге и сарађујују зарад постизања заједничког циља. Пример интегрисаног спорта је баскин, веома млад спорт који спаја особе са физичким инвалидитетом у инвалидским колицима, особе са менталним инвалидитетом и особе без инвалидитета, све заједно у једну игру. Ова последња формула ПФА је засигурно најиновативнији облик спортске активности јер заиста интегрише инвалидитет у интегрисани спорт. Свака особа доприноси успеху игре и свако је неопходан; профитабилна и колаборативна размена између субјеката је од пресудног значаја, што доводи до несумњиво повољних исхода за обе стране; и коначно, долазимо до новог концепта различитости, која је заправо у темељу самог постојања.

#### 6.4 Интегрисани спорт

---

Декларација спорта посвећена младима са инвалидитетом такође се мењала током времена. Млади са инвалидитетом имају право да учествују у спортским активностима, специфичним или уобичајеним, на свим нивоима. Постоје различити модели спорта доступни особама са инвалидитетом: они у којима учествују само особе са инвалидитетом и они у којима особе са инвалидитетом учествују заједно са особама без инвалидитета. Сви ови модели су инклузивни у погледу приступа за рад и учешћа у спортским активностима. Који модели промовишу друштвену инклузију кроз спорт? Модел интегрисаног спорта, развијен у Италији у оквиру интегрисаног школског система, чини се као најдоследнији педагошкој архитектури инклузивног спорта.<sup>69</sup> Овај модел садржи скуп лудичких (разиграних) и моторичких ситуација, кодифицираних у кооперативну и такмичарску форму, у којима особе оба пола са различитим способностима могу да учествују активно и компетентно уз помоћ улога, простора и материјала прилагођених могућностима и способностима сваке појединачне особе.

Овде је реч о активностима гимнастике, игре, вежбања и покрета које заједно изводе од стране особа са инвалидитетом и особа без инвалидитета; где свако види свој потенцијал захваљујући прецизним улогама које су кључне за успешно извођење

<sup>68</sup> CSEN (Centro Sportivo Educativo Nazionale), Integrated Sport: book of regulations, November 2015

<sup>69</sup> Magnanini A., Moliterni P., Ferraro A., Cioni L., “Integrated Sport: Keywords of an Inclusive Model”; 2018.

Доступно на:

[https://www.researchgate.net/publication/329775201\\_INTEGRATED\\_SPORT\\_KEYWORDS\\_OF\\_AN\\_INCLUSIVE\\_MODEL](https://www.researchgate.net/publication/329775201_INTEGRATED_SPORT_KEYWORDS_OF_AN_INCLUSIVE_MODEL), приступљено априла 2020.



активности. Вежбе се одржавају заједно, на истом месту и у исто време. Имајући у виду ову дефиницију спорта, која је у супротности са његовим службено прихваћеним значењем, морамо покушати да превазиђемо ту ексклузивну идеју трансформације постојећих моторичких и спортских активности зарад њиховог прилагођавања, већ да уместо тога измишљамо нове, чија је полазна тачка сама особа, а не њено онеспособљење.

Интегрисани спорт има двоструку предност: са једне стране да побољша здравље, физичке и менталне перформансе особе кроз моторничке активности, а са друге да јој омогући да научно примени у пракси и то на различитим подручјима живота. Захваљујући интегрисаном спорту можемо изменити своје вежбе уз употребу различитих алата за сваку од њих, прилагођавајући микропросторе за индивидуализовани тренинг, користећи помоћ саиграча/ица који/е имају улогу татора/ки и који/е су увек вођени/е позадинском перспективом која иде уз игру.

Инклузија кроз интегрисани спорт омогућава изградњу заједничког простора у којем сви делују и расту заједно, развијајући своје вештине. Помена се дешава за сваку особу појединачно, али истовремено утиче и на промену друге особе. Овим се покреће процес трансформације који је увек усмерен ка свачијем унапређењу. Он није усмерен на елиминацију различитости како би се створио хомоген и хомологиран свет, насељен људима који су слични, већ се фокусира управо на различитост, ма каква год она била.

Кључне речи за интегрисани спорт могу се сумирати у<sup>70</sup>:

- 1) активно и компетентно учешће особа са инвалидитетом и особа без инвалидитета;
- 2) кодифицирана и флексибилна правила;
- 3) улоге, простори и материјали који одговарају способностима особе;
- 4) резултат се добија само уз сарадњу свих улога;
- 5) такмичење;
- 6) увек динамична и пријатна игра.

---

<sup>70</sup> Ibid.

## 7. Задаци и циљеви у коришћењу спортске методологије са младима са инвалидитетом

Први спортски догађаји за особе са инвалидитетом почели су 1948. године, а убрзо је уследило и прво параолимпијско такмичење 1960. године. Свесност и промена перцепције о учешћу младих са инвалидитетом у спортским такмичењима донеле су различита уверења, вредности и претпоставке.

Физичка активност постала је универзална потреба младих, не само ради спорта, већ зарад било какве рекреације, провођења слободног времена, неформалног окупљања, рехабилитације и физичке активности које доносе опште благостање.

Када размишљамо о задацима и циљевима спортских активности за младе са инвалидитетом, **врло је важно да окружење у којима се налазе пружи активности које доприносе здравом развоју целокупне особе.** Ово води ка истраживању заједнице у којој млади живе, приступачних објеката и информација, здравствене свести, сигурности, организација и удружења која нуде активне програме за младе. Развијена подручја нуде шири спектар активности за младе са инвалидитетом, међутим то не искључује учешће невладиног сектора у мање развијеним областима и укључивање омладинских радника и радница, као и напоре заједнице да произведе не само спортске, већ и активности за провођење слободног времена.

### 7.1 Изградња самопоуздања и повећавање учешћа

---

Овде позивамо на напоре да се тренерима/кама, наставницима/цама и омладинским радницима/цама омогући да приступе укључивању младих са инвалидитетом са самопоуздањем и повећавајући степен њиховог учешћа.

Повећавање **учешћа** заправо значи рад на развоју младих са инвалидитетом да се не осећају неспремни/е и несигурни/е у своје способности и перформанс.

Када је реч о учешћу, врло је важно напоменути да спорт помаже при изазивању нормативних претпоставки и умањује типичне препреке које стоје испред младих са инвалидитетом – а то су: недостатак свести, смањене могућности, ограничен приступ информацијама и борба против стереотипа. Учесће не треба упоређивати са инклузијом.

Спортске активности заправо помажу промовисању приступа спорту за све, подстичући укљученост, разговоре о препрекама и ограничењима, као и давање решења за

најприкладније облике практиковане активности које тренери/ке, наставници/це, лекари/ке и омладински (спортски) радници/це истражују током директног рада са младима. Важно је и запажање да млади са инвалидитетом понекад не могу да остваре резултате у школи без суочавања са неуспехом, а да је, међутим, када спортско образовање посматрамо из контекста прилике за развој, **изградњу самоефикасности и индивидуалне друштвене идентификације**, видљив напредак младих са инвалидитетом у школским активностима и побољшавање њихових академских достигнућа.<sup>71</sup>

Прелазак у средњошколско образовање игра веома важну улогу. Ово је посебно важно због периода адолесценције, када млади изграђују слику о себи, друштвене вештине и образовна достигнућа. Ово доба је такође важно за стварање будућег пута. Спортске активности и активности за провођење слободног времена могу се користити као начин пружања позитивних стимулација које воде ка позитивном школовању и неформалном искуству. То заправо значи да се спорт може користити као универзално/основно начело које показује да млади са инвалидитетом могу да обављају активности на веома сличан начин као било који други типични ученици и ученице.

Спорт заправо ствара позитивне стимулације и **позитивно окружење за учење**, првенствено због променљивог квалитета живота у друштвеном контексту. Мотивација, провођење времена са волонтерима/кама, омладинским (спортским) радницима/цама или тренерима/кама може имати позитивног утицаја на младе да буду упорни/е у захтевнијим изазовима. Позитивне интеракције из спортских активности, охрабривање наставника/ца, омладинских радника/ца и вршњака/киња извори су самоефикасности. Ово важи и за оснаживање младих са инвалидитетом.

Рад на развијању друштвених вештина понекад има већег утицаја него ослањање на побољшање физичког благостања.<sup>72</sup> Иако ће учешће у спорту понекад бити модификовано, врло је важна чињеница да редовна физичка активност може да подстакне **независност, способност прихватања и излажења на крај са ситуацијом** (у контексту преласка у средњу школу), **такмичарски дух и тимски рад**.

Рад на физичком здрављу као и на емоционалној укључености у спорт припрема људе за различите животне ситуације. Млади са инвалидитетом углавном функционишу у малом кругу људи, то су обично њихови родитељи, наставници/це, волонтери/ке и поједини/е вршњаци/киње, који/е углавном раде на дневној бази помажући детету да преброди свакодневне активности. Недостатак друштвених односа понекад може

---

<sup>71</sup> Watson A., Timperio A., Brown H., Hinkley T., Hesketh K.D., "Associations between organised sport participation and classroom behaviour outcomes among primary school-aged children"; 2019. *Доступно на:* <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0209354>, приступљено априла 2020.

<sup>72</sup> Kızar O., Dalkılıç M., Uçan İ., Mamak H., Yiğit Ş., "The importance of sports for disabled children"; 2015. *Доступно на:* <https://www.researchgate.net/publication/281086748> *The importance of sports for disabled children*, приступљено априла 2020.

довести до усамљености, која је честа појава код младих са инвалидитетом. Понекад се усамљеност и депресија могу појавити као последица негативних искустава унутар свакодневног функционисања и суочавања са различитим свакодневним проблемима. Као последица негативног искуства током свакодневног живота, усамљеност се појављује као идеја да одређени односи нису функционисали онако како су то млади са инвалидитетом очекивали. Примери се могу наћи у основним животним ситуацијама, као што је долазак у парк, игралиште, посета изложби итд. Ово води ка изолацији, одбацивању интеракција, лошем успеху у школи и губљењу мотивације. Депресија и усамљеност воде ка немогућности успостављања различитих односа, недостатку пријатеља, фрустрацији и незадовољству. Понекад то може прерасти и у агресију, проблеме у понашању и неувиђање последица личних поступака.<sup>73</sup>

Емоционалне последице код младих са инвалидитетом нарочито се појављују током адолесценције. Период адолесценције доноси проблеме са самосвести, друштвеним притиском, недостатком позитивних искустава, и то посебно код младих са инвалидитетом. Убацујући спорт у овај контекст, млади са инвалидитетом који се баве спортом добијају широк спектар користи као што су **подршка и мотивација, провођење времена са вршњацима и вршњакињама, учествовање у свим аспектима планирања и учествовања као и припрема за живот унутар своје друштвене заједнице.**

Ефективна друштвена интеракција резултира тиме што поништава све потешкоће у примени друштвених вештина у било којој новој друштвеној ситуацији. Укљученост у спортске активности са младима истог узраста је важна због повратних информација и осећаја прихватања унутар различитих група. Сматра се да су млади са инвалидитетом свеснији негативних ставова других према себи и већ су спремни да се суоче са предрасудама и дискриминацијом, иако је предузето много корака како би се искоренили горе наведени ставови.<sup>74</sup> „Иако су предузети многи напори, ова врста претпоставки најчешће долази због видљивих нижих нивоа кардиоваскуларне функције, мишићне издржљивости, гипкости и проблема са тежином.“<sup>75</sup> Ово и даље не значи да младима са инвалидитетом треба одузети прилику за раст и развој. Управо би због тога примарни задатак спорта требало да буде физичко образовање. Једноставни покрети и игрице могу донети бољу физичку кондицију.

**Циљ је да се спортске активности понављају.** Сматра се да репетитивне спортске активности и игре доносе позитивне ефекте. Ове активности треба да се спроведу у

---

<sup>73</sup> Heiman T., Margalit M., “Loneliness, Depression, and Social Skills Among Students with Mild Mental Retardation in Different Educational Settings”; The journal of special education vol. 32/no. 3/1998/p. 154-163. *Доступно на:* <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.911.681&rep=rep1&type=pdf>, приступљено априла 2020.

<sup>74</sup> Murphy N.A., Carbone P.S., MD, and the Council on Children With Disabilities, “Promoting the Participation of Children With Disabilities in Sports, Recreation, and Physical Activities”; American Academy on Pediatrics, 2008. *Доступно на:* <https://pdfslide.net/documents/promoting-the-participation-of-children-with-disabilities-promoting-the.html>, приступљено априла 2020.

<sup>75</sup> Ibid.

складу са индивидуалним инвалидитетом, адекватним и стручним људима као што су наставници/це, тренери/ке или омладински радници/це, консултацијама са лекарима и уз учешће волонтера/ки или асистената/киња. Из тог разлога, физичку активност треба користити као инструмент за пораст моторичког понашања, когнитивних вештина, пажње, самопоуздања и друштвених односа.

Када је реч о циљевима спорта, један од важнијих је пружање узора. Узори су људи који поседују одређене квалитете које би млади желели да стекну. Узимајући у обзир да се циљеви и интереси разликују када су у питању избор каријере и будуће животне путање, давање узора у спорту показује још достигнују слику.<sup>76</sup> Присуство позитивног узора помаже при изградњи самопоуздања, свести, медијске кампање и утицајном деловању. Увиђајући њихову активну улогу, способност да раде и имају друштвени живот, да зарађују и преузимају контролу над својим животом може бити велика одредница за нормализацију веровања, заузимања ставова и за борбу против стереотипа.

Спортске активности пружају и менторство, било да га спроводе вршњаци/киње, волонтери/ке, наставници/це, омладински (спортски) радници/це или тренери/ке – они/е могу бити мотивација младој особи са инвалидитетом да и сама постане ментор/ка једног дана. Позитивне слике и позитивно представљање помажу и у уклањању друштвених баријера. Заговарање промена у друштву поставља и нове стандарде који могу у великој мери променити ниво учешћа младих у спортским и физичким активностима.

Спорт може променити став о младима са инвалидитетом усредсређујући се на њихове вештине и таленте и смањујући стигму и дискриминацију. На овај начин, спортске активности такође могу променити перцепцију посматрања особе – не само кроз њен инвалидитет. Кроз спорт, млади без инвалидитета могу провести време са младима са инвалидитетом и видети шта они/е могу или не могу. Упоредо са овом интеракцијом, они могу увидети да млади са инвалидитетом могу преузети активну улогу, бити способни и одлучни.

Понекад се учешће младих у спорту избегава због страха од повреда. Ово је ситуација у којој разговор о спорту за младе са инвалидитетом помаже да се донесу нови стандарди у којима се превенција, адекватна опрема и безбедносне мере доносе пре саме активности, у припремној фази.

Припремну фазу треба сматрати важним сегментом јер она наглашава неколико чињеница. Најпре, предности спортске активности треба да буду јасне свим упитним секторима који помажу младима са инвалидитетом да се развијају, **буду свесни расположивих ресурса, идентификују потребе и планирају активности како би се**

---

<sup>76</sup> Zinkin P. & McConachie H. (1995). *Disabled Children & Developing Countries*. Cambridge University Press. 238 pages

минимизирале повреде, прилагодили активности и мотивисали млади за било који други рекреативни догађај.

## 7.2 Психосоцијална, физичка и психолошка предност

---

Када су у питању циљеви и задаци спортске активности код младих са инвалидитетом, требало би навести три различите области добробити: психосоцијална, физичка и психолошка предност.

Психосоцијалне предности укључују учешће, квалитет живота, заједницу без стигме, позитивна искуства, идентитет и самоефикасност.<sup>77</sup> Позитивна искуства произилазе из нашег разумевања околине, где питање колики је ниво испуњења догађаја у којима учествујемо или колико је он близу нашим циљевима или очекивањима посебно изазива осећај несигурности или неспремности. Циљ је постизање активног учешћа које ће понудити радост и вољу за учешћем, без наметања очекивања да ли ће оно бити успешно или не.

Спорт може фацилиитирати стварну друштвену интеракцију, а може бити и истинска замена за неку другу друштвену интеракцију којој млади са инвалидитетом не могу приступити из више разлога. Друштвене интеракције помажу изградњи друштвеног идентитета.

Изградња идентитета има различите форме, од рада на сопственом облику и снази тела, преко проналажења групе људи који деле ваше интересе до стварања нових пријатељстава. Спорт, рекреација и активности за провођење слободног времена нуде широк спектар могућности.

Чак и ако се друштвена интеракција не може пружити у другим социјалним контекстима, спорт, било да је образовна школска активност или активност у слободном времену, нуди основу за друштвену интеракцију и стварање нових односа.

Оно што треба посебно напоменути јесте то да постоји могућност да одређена активност или спортски догађај неће донети шире учешће заједнице.

Предности физичке активности најчешће се огледају у повећаном самопоуздању, смањеном нивоу стреса, смањеној депресији и анксиозности, бољим когнитивним и вештинама слушања, јачој пажњи, вишем нивоу енергије и спречавању развоја

---

<sup>77</sup> REPPSI, & Hanass-Hancock, Jill. (2014). "Psychosocial Support for Children with Disability and their Carers".  
Доступно на:  
[https://www.researchgate.net/publication/307575395\\_Psychosocial\\_Support\\_for\\_Children\\_with\\_Disability\\_and\\_their\\_Carers](https://www.researchgate.net/publication/307575395_Psychosocial_Support_for_Children_with_Disability_and_their_Carers), приступљено априла 2020.



болести.<sup>78</sup> Наравно, ово не треба да обесхрабри и занемари чињеницу да је један од главних циљева и задатака спортских активности за младе са инвалидитетом да раде на свом самопоуздању. Ако се питамо како спортске активности могу помоћи изградњи самопоуздања, требало би да размотримо планирање активности уз употребу одговарајућих смерница.

Ако је намера да се спортом подигне ниво самопоуздања код младих са инвалидитетом, основни циљеви били би њихово подучавање да недостатак самопоуздања не значи и недостатак способности да се нешто уради, затим да спортске активности не би требало да буду засноване на нереалним очекивањима, поређењу или такмичењу, да спортске активности не треба да тестирају способност неке особе, већ њену мотивацију за учење и забаву, да спортске активности помажу у борби против генерализације. Изградњом самопоуздања кроз спортске активности млади са инвалидитетом добијају нове алате одн. вештине за управљање различитим друштвеним ситуацијама.

Нема сумње да су горепоменуће вештине део знања које ће заувек остати са младима, знања које се може применити из једне животне ситуације у другу.

### 7.3 Утицај на ментално здравље

---

Емоционално благостање као резултат неколико фактора зависи од аспеката менталног здравља као што су стрес и опуштање, депресија, анксиозност, изражавање емоција и промене расположења.<sup>79</sup> Током адолесцентских година (12-19) емоционално благостање игра важну улогу, посебно зато што деца морају бити припремљена да усвоје нови начин функционисања, прилагођавања, разумевања и прихватања. То се не односи увек само на прихватање одговорности која долази са одрастањем, већ и на прихватање самог/саве себе.

Емоционално благостање потиче и из наших односа према другима, али и према нама самима.

Млади са инвалидитетом имају проблема са сучавањем и прихватањем промена у односима.

Ако је окружење формалније и активности се врше редовно (попут одласка у школу или на рехабилитацију), деца развијају зависност. На овај начин сусрећу се са многим потешкоћама када морају да се прилагоде непознатим ситуацијама. Ако се спортске активности уводе као забавне игре, те игре подстичу креативност и разумевање да

---

<sup>78</sup> CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS: BENEFITS OF PHYSICAL ACTIVITIES AND ADAPTIVE SPORTS, *Доступно на:* <https://kidcompanions.com/children-with-special-needs-benefits-of-physical-activities-and-adaptive-sports/>

<sup>79</sup> Disability in Sport, *доступно на:* <http://psychology.iresearchnet.com/sports-psychology/disability-in-sport/>



постоји лакши начин како млади са инвалидитетом могу да доживе непознате ситуације.

Предности спортских активности за стварање чврстих односа и суочавања са непознатим би затим биле: **способност решавања друштвених проблема, способност прилагођавања различитих људи, давање и прихватање различитих мишљења, смањење осећаја изолованости у мањим или већим групама, прихватање неуспеха, већа толеранција** итд.

Главни циљ стварања емоционалне добробити кроз спортске активности била би весела и пријатна активност којом се побољшава перформанс. Појам срећних и самосвесних младих са подршком **ствара велике унутрашње вредности, што води ка развоју емоционалне интелигенције и спремности за прилагођавање, учествовање, преузимање ризика...** Рад са овим циљевима, посебно током периода адолесценције, води ка једној већој идеји, а то је млада особа која је у стању да постави циљеве, говори позитивно о себи, зна како да се носи са различитим ситуацијама и изгради квалитетне односе са собом и са другима.

Спортске активности могу донети добробит у учењу важних животних вештина. Када говоримо о животним вештинама, можемо мислити на развојне, афективне и друштвене вештине. Учење развојних вештина док смо изложени спортским активностима значи да учимо како да губимо, како да се носимо са разочарањима, непријатним искуствима и како да временом постанемо зреле особе.<sup>80</sup> Учешће у спорту, рекреацији, разним окупљањима или активностима слободног времена увек доноси позитивне поруке. Веома је важно да често понављамо позитивне и охрабрујуће поруке. Те поруке могу бити врло једноставне, као што су: „Можеш ти то“, „Верујем у тебе“, „Успећеш“ итд. Позитивне поруке граде поверење и чвршће односе. То значи да ће млада особа са вама поделити своју бригу, интересе и потребе и да ћете као наставници/це, тренери/ке или омладински радници/це моћи да им помогнете.

Тиме што смо позитивни/е и ширимо позитивне поруке заправо не значи да кријемо истину или је маскирамо, ми тако оснажујемо<sup>81</sup>. У фази развоја врло је важно знати како се контролишу осећања и како се каналишу негативне емоције. Будући да спорт укључује такмичарски дух и доноси мноштво емоција, у стварању спортских активности за младе са инвалидитетом врло је важно да разговарамо о правилима и могућностима пораза и победе.

**Развојне вештине** доносе разумевање да спорт захтева много вежбе и да је реч о процесу, а не циљу.

---

<sup>80</sup> Koenderink F., "Intellectual Disability Among Children Everywhere", Orphanage Projects (2018)

<sup>81</sup> Byers T. - "Contemporary Issues in Sport Management: A Critical Introduction"; SAGE Publications, 2015

**Афективне вештине** се тичу односа према обавезама као што су школа или спорт, самопоуздању и осећају припадности. Осећај припадности у спорту се гради кроз укључивање, позивање, добродошлицу, познавање, прихватање, пружање подршке и бригу. Омладински радници и раднице и организације које спроводе активности за младе са инвалидитетом преузимају примарну улогу у развијању осећаја припадности. Неформална атмосфера, волонтери и волонтерке, стручни омладински радници и раднице постају основ за осећај прихватања, разумевања, укључености и ширења овог осећаја према осталим младим са инвалидитетом. Припадање такође подразумева и прихватање правила о томе да сте део тима и прихватате себе под мантром „ја сам битан/на и доприносим”.

**Друштвени развој** кроз спорт се односи на боље вештине слушања, организовања, доношења одлука, слободног избора, дисциплине и изградње пријатељстава ван школског круга.

Последња ставка, али не и најмање важна, говори да спорт не само да доприноси развоју већ подстиче и интелектуални напредак. Овај напредак се огледа у **способности решавања проблема и планирања**. Учешће у спорту захтева укљученост у заједничко планирање и способност самосталног планирања, сарадњу са тренером/ком или омладинским/ом радником/цом у прилагођавању и модификацији активности и сугерисање нових активности, као и побољшање постојећих.

Млади такође постају посматрачи/це и суде да ли им активности одговарају или не. Такође уче да је поштовање правила кључан део за разумевање игре у њеној целисти, а не казна. Поред тога, уче и да спорт не тестира њихове способности већ је он активност за коју су потребне одређене вештине.

Добро испланиране спортске активности за младе са инвалидитетом, било редовне, упоредне, инклузивне или модификоване школске активности за извођење ван школских оквира, доприносе у неколико области, као што су: мотивисање, развијање нових пријатељстава, допринос социјалној интеграцији, прилагођавању и друштвеном ангажману, подстицање физичког рада и психолошког благостања, допринос решавању проблема и организовању, позитивна самоспознаја и осећај припадности, изградња идентитета и могућност доношења индивидуалних и независних одлука, задовољавање индивидуалне потребе, изградња квалификоване особе која и сама може постати тренер/ка, особа која је рефлексивна, оспорава нормативне претпоставке, бори се против стереотипа и ради на дугорочним објектима инклузије, учествовања, специјалног и неформалног образовања.<sup>82</sup>

---

<sup>82</sup> Lakowski T., Long T., “Physical Activity and Sport for People with Disabilities”; Washington, DC: Georgetown University Center for Child and Human Development, 2011. *Доступно на:*

## 8. Развој компетенција за младе са инвалидитетом и младе без инвалидитета кроз спорт и НФО

Израз „компетенција” користи се у различитим контекстима и дисциплинама, а њена јединствена дефиниција не постоји. Постоји низ различитих компетенција, које такође зависе од контекста и културе на коју се односе.

Препорука Европског парламента и Савета Европе од 23. априла 2008. дата је у виду Европског оквира квалификација (ЕОК): то је јединствени систем потврђивања компетенција грађана и грађанки, било да су оне стечене формалним, **неформалним** или информалним путем. Препорука такође објашњава значење појмова „знање”, „вештина” и „компетенција” у европском оквиру.

- **„Знање”**: подразумева резултат прикупљања информација кроз учење. Знање је скуп чињеница, принципа, теорија и пракси које се односе на област рада или учења. Знање може бити теоријско и/или практично.
- **„Вештине”**: подразумева способност примене знања и изучених начина за извршавање задатака и решавање проблема. Вештине могу бити когнитивне (укључујући употребу логичког, интуитивног и креативног мишљења) или практичне (укључујући практичне вештине и употребу метода, материјала и алата).
- **„Компетенције”**: подразумева доказану способност коришћења личних, друштвених и/или методолошких знања, вештина и способности у радним или студијским ситуацијама и током професионалног и личног развоја. **Компетенције могу имати контекст одговорности и аутономије.**
- Да бисмо дали потпуну дефиницију компетенције, морамо додати још један последњи израз: **„надареност”**. Надареност указује на склоност, предиспозицију или потенцијалну способност за обављање одређене активности, која се као таква остварује само уколико се остваре спољашњи (контекстуални, тј. околични) и унутрашњи (мотивациони) услови. Надареност се разуме као урођена индивидуална предиспозиција, било да је настала под утицајем околине или је стечена кроз искуство одн. учење.

Сада, када имамо дефиницију свих ових термина, можемо закључити да је свака компетенција сачињена од знања, вештина и надарености.

## 8 кључних компетенција европског грађанства

22. маја 2018. године, Европски савет, прихватајући предлог који је Европска комисија поднела 17. јануара 2018. године, покренуо је Препоруку о кључним компетенцијама за целоживотно учење и Анекс Европског референтног оквира, замењујући Препоруку Европског парламента и Савета Европе од 18. децембра 2006. и његов анекс на исту тему. Истог дана, поново на основу још једног предлога Комисије, Савет је усвојио Препоруку о промоцији заједничких вредности, инклузивног образовања и европске димензије у образовању, допуњујући и надграђујући прву. Европска комисија је такође ажурирала списак од 8 трансверзалних компетенција које су наведене као кључне компетенције европског грађанства. Европска комисија идентификује ове компетенције као основне компетенције неопходне за постајање активним европским грађанином/грађанком.

Ове трансверзалне вештине, иако у својој ограниченој форми, се морају размотрити када се осмишљава нова активност, моторичка или нека друга.

Те компетенције су:

- ❖ **Компетенције функционалне писмености** - Потпуна способност комуникације, у усменој и писаној форми на одговарајућем језику, прилагођавање нечијег регистра контекстима и ситуацијама. Овде спадају и критичко размишљање и способност процене стварности.
- ❖ **Вишејезичност** - Познавање вокабулара других језика осим одговарајућег језика, што резултира способношћу да се комуницира усмено и писано. Способност уклапања у друштвено-културни контекст осим одговарајућег контекста такође спада у ову компетенцију.
- ❖ **Математичке компетенције и компетенције у науци, технологији и инжењерству** - Математичке компетенције које се сматрају неопходним су оне које омогућавају решавање проблема везаних за свакодневни живот. Компетенције у науци и технологији, са друге стране, представљене су кроз способност разумевања основних природних закона који управљају животом на земљи.
- ❖ **Дигиталне компетенције** - Компетенције оних особа које познају нове технологије и знају како да их користе у сврху образовања, обуке и посла. Ту спадају нпр. рачунарска писменост, безбедност на интернету, стварање дигиталног садржаја итд.
- ❖ **Личне, друштвене и компетенције управљања личним процесом учења** - Способност организовања информација и времена, управљања обуком и каријером. Такође укључује вољу за давањем сопственог доприноса у контекстима у где се позива на интервенцију, као и способност саморефлексије и саморегулације.

- ❖ **Грађанске компетенције** - Свако мора да поседује вештине које му/јој омогућавају да наступа као свестан/на и одговоран/на грађанин/ка, у потпуности учествујући у друштвеном и политичком животу своје земље.
- ❖ **Предузетничке компетенције** - Креативне способности оних који знају да анализирају стварност и пронађу решење за сложене проблеме користећи машту, стратешко размишљање и критичку рефлексију.
- ❖ **Културолошка свест и компетенција културолошког изражавања** - Ова конкретна компетенција укључује како познавање културне баштине тако и способност повезивања појединих елемената који су њен део и проналази њихове међусобне утицаје.

## 8.1 Компетенције у интегрисаном спорту

---

Захваљујући Међународној класификацији функционисања, онеспособљења и здравља (МКФ) и вођењу индивидуализованог дневника циљева (описаном у претходним поглављима), омогућено нам је да дефинишемо индивидуалне циљеве сваке младе особе (са инвалидитетом или без њега) која учествује у планираној активности. Заправо, важно је да нам увек буду у виду обе сфере, како циљеви и сродне вештине појединца/нке тако и циљеви групе, што доприноси томе да бављење спортом буде забавно и атрактивно. У интегрисаним спортским и активностима омладинског рада, циљ појединца/нке је уствари створен и оформљен према његовим/њеним личним способностима и важан је исто колико и циљ целог тима, који је такође створен и оформљен према способностима читаве групе и на тај начин и постављен, пружајући могућност свакој особи да допринесе његовом остваривању.

Компетенције које се остварују путем учешћа у интегрисаним спортским активностима могу се поделити у две врсте: **моторичке компетенције** и **трансверзалне компетенције**.

**Моторичке компетенције** представљају доказану способност за примену личних, друштвених и методолошких знања и вештина за игру, изражавање, спорт, благостање и слободно време. Компетенције се изражавају у виду одговорности, аутономије и свести.

Споменуте компетенције покривају осам фундаменталних макропоља:

1. знање о сопственом телу и његово овладавање
2. сензорна перцепција
3. координација
4. изражајност
5. игра, спортске игре и спорт
6. безбедност и здравље

7. природна околина
8. способност у води

Ове компетенције ће имати снажан утицај на развој учесника/ца (са инвалидитетом и без њега) као и на спортске активности омладинског рада. Али пажња: кроз интегрисани спорт и постављање индивидуалних циљева који долазе као његова последица, сваки/а учесник/ца ће усвојити или неће усвојити компетенцију на себи својствен начин. Ово није само проблем, већ је заправо и снага интегрисаног спорта, јер он омогућава постизање специфичних циљева, оформљених у складу са могућностима сваке индивидуалне особе. Млади без инвалидитета ће развити компетенције углавном физичке и моторичке сфере, вежбаће моторичке вештине и физичку кондицију.

Млада особа са инвалидитетом такође ће развити компетенције на личном и индивидуалном нивоу, уско повезане са физичком сфером, међутим утицај које ће оне имати на њен свакодневни живот може бити још већи. У овим случајевима реч је заправо о преносу компетенција. Узмимо као пример особу у инвалидским колицима и физички и проприоцептивни развој који она може да остварити вежбањем баскина (интегрисана верзија кошарке), јер ће моћи да боље управља колицима и у градским оквирима и у другим контекстима околине у којој постоји неке препрека. На овај начин развиће вештине које ће је оснажити на пољу аутономије и самосвести. Ове врсте компетенција су посебно важне за младе са моторичким инвалидитетом, који кроз забавне активности спроведене и дизајниране у складу са њиховим способностима и вештинама развијају капацитете од темељног значаја за њихов свакодневни живот, а које им могу помоћи да превазиђу ограничења и себи отворе нове могућности.

Међутим, кроз интегрисани спорт не уче се само моторичке, већ и социјалне и **трансверзалне компетенције**. Усвојили смо да се неке од њих дефинишу као осам кључних компетенција европског грађанства, али је категорија трансверзалних компетенција ипак много шира. Ту спадају све оне компетенције које се тичу личних знања, вештина и квалитета које карактеришу вид постојања једне особе: током школовања, на послу и у свакодневном животу.

Управо из тог разлога се називају „трансверзалним“ – јер се не односе на техничке области или специфична знања о предмету проучавања већ доводе у питање све оне аспекте личности и знања које људи свакодневно користе у различитим контекстима.

Трансверзалне вештине се појављују када морамо да донесемо неку одлуку, покушавамо да изађемо из тешке ситуације, покушавамо да променимо ствари које нам се не свиђају, када смо са другима, сваки пут када морамо да научимо нешто ново. СЗО

идентификује списак од 10 животних вештина<sup>83</sup>, и даје кратак опис и одређене идеје на образовном нивоу које помажу њихово разумевање:

1. Способност доношења одлука: способност конструктивног бављења одлукама у различитим периодима живота, евалуација различитих могућности и последица које могући избори доносе;
2. Вештине решавања проблема: умеће конструктивног бављења животним проблемима, који, ако се не реше, могу нанети ментални стрес и физичку узнемиреност;
3. Креативно размишљање: доприноси усвајању вештина доношења одлука и способности решавања проблема, омогућујући нам да истражимо доступне алтернативе и размишљамо о различитим последицама нашег деловања или неделовања; помаже нам да гледамо изван директних искустава и да на свакодневне ситуације одговарамо прилагодљиво и флексибилно;
4. Критичко размишљање: способност да објективно анализирамо информације и искуства; помаже у препознавању фактора који утичу на ставове и понашања као што су вредности, притисак вршњака/киња и утицај медија;
5. Ефективна комуникација: умеће самоизражавања, вербално и невербално, на начин који је у складу са вашом културом и ситуацијама у којима се налазите; односи се на способност изражавања мишљења и жеља, али и потреба и страхова, и тражење савета и помоћи уколико је то потребно;
6. Интерперсоналне вештине: способност позитивне интеракције са другима; способност остваривања и одржавања пријатељских односа; способност конструктивног окончавања односа;
7. Самоспознаја: укључује способност особе да познаје саму себе, свој карактер, предности и мане, шта воли и шта не воли; помаже у препознавању стресних и момената под притиском; предуслов за ефективну комуникацију, позитивне интерперсоналне односе и развијање емпатије;
8. Емпатија: способност замишљања како се друга особа осећа, чак и у непознатим ситуацијама; помаже разумевање и прихватање других, чак и када су разлике између људи велике; може побољшати друштвене интеракције, посебно у ситуацијама када постоје етничке или културне разлике или када су људи у тешком положају;
9. Управљање емоцијама: препознавање сопствених и туђих емоција; свест о томе како емоције утичу на понашање и способност адекватног управљања њима;

---

<sup>83</sup> Birrell Weisen R. at al., "Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools - Introduction and Guidelines to Facilitate the Development and Implementation of Life Skills Programmes", World Health Organisation, Geneva, 1997. Доступно на: [http://origin.searo.who.int/entity/mental\\_health/documents/who-mnh-psf-93.7Arev2/en/](http://origin.searo.who.int/entity/mental_health/documents/who-mnh-psf-93.7Arev2/en/), приступљено априла 2020.



10. Управљање стресом: препознавања узрока свакодневних тензија, које ефекте оне имају на нас и способност идентификације одговарајућих поступака како би се оне контролисале.

Ове вештине, неке више од других, могу се усвојити бављењем интересаним спортом – како код особа без, тако и код особа са инвалидитетом. Особе без инвалидитета ће, на пример, бити у стању да управљају својим емоцијама кроз тимску игру путем познавања емоција целе групе, разумевања односа између сопствених поступака и одговарајуће реакције саиграча/ица.

Ако пренесемо овај пример на особу са Дауновим синдромом која има доказане склоности ка агресивности услед одређених спољашњих захтева, и која учествује у активности интегрисаног спорта, кроз додавање лопте свом саиграчу/ици она може научити да управља својим осећањима. Још једном, важност усвајања ових вештина умногоме је већа код особа са инвалидитетом будући да оставља веома велики утицај и на њихов свакодневни живот, а у неким случајевима може значити и усвајање вештине које ће моћи да употребе и у другим контекстима, нпр. на послу.

## 8.2 Способност препознавања компетенције

---

Усвајање споменутих компетенција је врло важно, али често, у аспекту бављења спортом, долази до њиховог потцењивања, будући да се могу употребити и у другим контекстима. Овде говоримо о способности истинског препознавања компетенције, што омогућава младој особи да препозна њену корисност и да је правилно употреби у новом контексту.

Елемент који раздваја спортску активност од спортског тренинга је заправо процес који омогућава младој особи да достигне свест и овлада компетенцијом у свим контекстима у којима је она потребна. За остварење овог циља важна је адекватна употреба парадигме неформалног образовања.

Узмимо као пример стандардну сесију у неформалном образовању. Након што постави циљеве тренинга, омладински/а радник/ца прелази на планирање сесије припремајући све елементе. Прва активност ће вероватно бити игра подизања енергије или активност за пробијање леда, које ће за циљ имати активирање групе и упознавање са темом активности. Након тога следи главна активност која ће истински укључити групу и чији ће примарни циљ бити навођење учесника и учесница да разраде циљеве учења. Након тога ће уследити **дебрифинг тј. сажетак**, чиме се тежи подстицању учесника/ца да рефлектују на изведену активност и да пробуде свест о усвојеним компетенцијама. Сесија ће се највероватније завршити неком активношћу мањег интензитета како би се ојачао концепт тренинга, и на самом крају сумирањем сесије и постигнутих циљева.

Пример распореда сесија:

- Увод или кратка игра пробијања леда (5-10 мин)
- Преглед дневних активности (2 мин)
- Главна активност (30-60 мин)
- (пауза)
- Сажетак главне активности (25 мин)
- 1 или 2 активности којима се ојачавају циљеви учења (30 мин)
- Сумирање (2 мин)

Наш циљ, као омладинских радника и радница, јесте комбинација активности интегрисаног спорта са неформалним образовањем. Коришћењем претходне шеме гореспоменуту сесију можемо претворити у следећи редослед:

- Увод и игра подизања енергије (загревање) или активност пробијања леда (приоритет се даје активностима које подразумевају покрет)
- Главна активност интегрисаног спорта
- Сажетак главне активности
- 1 или 2 активности које укључују покрет како би се ојачали циљеви учења
- Сумирање дана

Важно је ставити фокус на сажетак јер кроз њега учесници/це постају свесни/е стечених компетенција. Сажетак је моменат у којем спортски/а омладински/а радник/ца анализира искуство са учесницима/цама како би истакао/ла и из њега извукао/ла суштину учења. То је моменат када треба да се повучете назад, преиспитате циљеве активности и утрошите време на извлачење идеја, закључака и питања који произилате из искуствене ситуације.

Укратко, то је као да узмете нечију руку и водите особу кроз искуство, заустављајући се да сакупите научено.

Као и у било којој другој активности омладинског рада, након завршетка активности интегрисаног спорта важно је да урадите добар сажетак доживљеног искуства. Обично је једноставније да учесници/це најпре поделе своје опште утиске, а да затим поставе конкретна питања како би се детаљније упознали/е са различитим аспектима онога што су доживели/е. Већина учесника/ца ће бити природно узбуђени/е и желеће да разговарају о ономе шта се догодило. Међутим, најбоље је ограничити овакво отворено дељење на 5-10 минута како би омладински/а радник/ца могао/ла да врати фокус групе на задате циљеве учења. Генерално, током сажетка је важно дати прилику свима да говоре, а ако постоји неки/а учесник/ца који/а је бржи/а од других и не даје могућност свима да деле своје искуство, омладински/а радник/ца у улози модератора/ке треба једноставно да замоли целу групу да запишу своје одговоре и поделе их након активности (усмено или у виду изложбе). На тај начин ће и тихи/е, стидљиви/е учесници/це имати прилику да поделе своје мисли са другима. Будући да се група

састоји од младих са и без инвалидитета, важно је да едукатор/ка има унапред припремљене различите стратегије уз помоћ којих ће се омогућити свим учесницима/цама да поделе своје идеје и размишљања, уколико то желе. То могу бити на пример: коришћење канала изражавања као што су цртање или мимика, давање довољне количине времена свакој особи да се изрази, употреба помоћних алата (аугментативна комуникација) и коначно коришћење кофацилитатора/ке, који/а помаже учесницима/цама са потешкоћама у комуникацији да се изразе у групи.

Ево неколико могућих питања за вођење дискусије:

- Како се сада осећате?
- Да ли се нешто променило од почетка активности? Зашто јесте? Зашто није?
- Шта сте научили/е?
- Шта вас је збунило или вам се није свидело?
- Да ли се ово односи на ситуацију у којој...?
- Ако бисте ово урадили/е поново, шта бисте урадили/е другачије?
- Да ли си ти имао/ла или да ли је тим имао неке потешкоће? Ко је успео да их превазиђе? Како?
- Како сте се понашали/е у конфликтној ситуацији?
- Које шаблоне сте приметили/е у начину на који је ваш тим сарађивао?
- Да ли си ти лично осетио/ла да си допринео/ла?
- Ко је „испао“ одн. није допринео у једнакој мери и зашто?
- Како сте комуницирали међу саиграчима/цама? Да ли сте развили нове стратегије у комуникацији? Ако јесте, да ли би оне биле корисне чак и ван оквира спортске активности?
- Да ли бисте били/е у стању да препознате појединачне улоге које су носиле све појединачне особе у тиму?
- Да ли се десило нешто на терену што се рефлектује и на стварни свет?

Важно је да напоменемо да се не мора обрадити баш сваки тренутак у активности. Спортски/а омладински/а радник/ца који/а је свестан/на индивидуалних и тимских изазова и циљева настојаће да скрене пажњу на обрасце и тренутке који најбоље испуњавају те циљеве. Будући да је циљна група интегрисана група младих и да је главни циљ остваривање инклузије кроз спорт, биће важно истаћи тренутке успешног заједничког рада и заједничких емоција, тренутке процеса решавања проблема и тренутке када је коришћење другачијег приступа било потребно да би се постигао циљ. Препоручује се да забележите ове тренутке када се десе током активности, како их не бисте заборавили током сажетка.

Сажетак је најважнији део фасилитације. Уз добар сажетак учесници/це ће имати утисак да су учествовали/е у пријатној и забавној активности, а узгред се и оснажили/е као особе.

Да закључимо, интегрисана спортска активност у комбинацији са принципима и методологијама неформалног образовања може навести групу особа са мешовитим способностима да остваре личне и групне циљеве и да свесно усвоје компетенције које ће затим употребити приликом сусретања са изазовима у свакодневном животу – што ће у великој мери побољшати њихово психофизичко стање.

## 9. Персонализовани план наставе

Када говоримо о оснаживању, постизању нових резултата и усвајању компетенција за младе са инвалидитетом, важан модел за разматрање је ППН модел (енг. Individualised Educative Plan/IEP): ми као спортски/е омладински/е радници/це треба да радимо на развоју људи у складу са њиховим животним потребама и циљевима. Персонализовани план наставе је педагошки документ којим се осигурава прилагођеност и адаптација образовног процеса учења за младе са инвалидитетом, у складу са њиховим способностима и потребама. ППН дефинише академске и животне циљеве и одговарајуће методе и образовне интервенције (у виду активности, подршке или услуге) којима се постижу дефинисани циљеви (на дугорочном, средњерочном, и краткорочном плану); он је резултат заједничког напора у коме учествују школски тим за специјално образовање, наставници/це, родитељи, други релевантни актери у образовању и медицини, као и, кад год је то могуће, сам/а ученик/ца<sup>84</sup>. ППН је, како то објашњава Ернесто Ђираћи, наставник-тренер стручњак у области инклузије у школи и председник удружења наставника/ца за пружање специјализоване подршке „МиСоС”, психосоцијални приступ који користи МКФ и који истражује функционалне аспекте ученика/ца са инвалидитетом, пружајући нам методе за описивање утицаја околишних и контекстуалних фактора (у школском контексту) имајући у виду фасилитатора/ку и постојеће препреке, и то у односу на активност, учешће ученика/це и одређено „здравствено стање”. ППН може бити решење за потребе (спортских) омладинских радника/ца и тренера/ки приликом извођења активности и програма у групама младих мештовитих способности, како би могли/е да прате социјални и лични развој учесника и учесница.

### **Телесна функција и структура:**

- Интелектуална бистрост
- Сметње у пажњи и моторичким способностима

### **Активности:**

- Ограничења у самобризи, организационим вештинама и штампању
- Шета пса сваког дана

### **Учешће:**

- Воли да иде на кошаркашке утакмице са татом
- Потребна подршка у достизању академских

### **Околишни фактори:**

- Подршка од стране наставника/ца и родитеља
- Добра сарадња између наставника/ца и родитеља

### **Лични фактори:**

- 8-огодишњи дечак
- Воли кошарку
- Воли псе

<sup>84</sup> Ianes D, Cramerotti S (2009) Il Piano educativo individualizzato - Progetto di vita Vol.1-2-3 (Erickson, 2009)

Класификација Данијелове студије случаја коришћењем МКН оквира. Прилагођен оригинал СЗО-е (2013) (Кутија 1: МКФ модел: интеракција између компоненти МКФ, стр. 7). Прилагођено уз дозволу СЗО.<sup>85</sup>

### Персонализовани план би требало да садржи:

- Личне податке учесника/це;
- Педагошки профил учесника/це;
- Телесну функцију и структуру;
- Тренутне активности;
- Учешће;
- Околишне факторе;
- Личне факторе;
- Процену потребе за подршком – планиране мере за уклањање физичких и комуникацијских баријера;
- План активности – са дефинисаним областима, циљевима/результатима, корацима и њиховим трајањем и учесталошћу, а затим и методом мерења достигнућа.

### Кључне карактеристике персонализованог плана:

- специјалан;
- персонализован;
- конкретни циљеви и мете;
- конкретне методе рада и потпорне стратегије;
- регуларна ревизија;
- дели се са учесником/цом;
- дели се са родитељима и неговатељима/цама;
- Нека буде радни документ који ће се стално ажурирати уз давање одговора на нека од следећих питања:
  - Колико је напредовао/ла учесник/ца?
  - Који циљеви су достигнути?
  - Колико су биле успешне употребљене стратегије?
  - Који су следећи кораци?
  - Да ли је потребно пробати алтернативне стратегије?
  - Да ли је потребна детаљнија процена?

---

<sup>85</sup> Building Bridges Between Education and Health Care in Canada: How the ICF and Universal Design for Learning Frameworks Mutually Support Inclusion of Children With Special Needs in School Settings; <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/feduc.2018.00018/full>

## Пример ППН формулара

ПЕРСОНАЛИЗОВАНИ ПЛАН НАСТАВЕ		
Име:	Презиме:	Датум рођења:
Град:	Контакт телефон:	Имејл адреса:
Педагошки профил учесника/це: ... .. .	Телесна функција и структура: ... .. .	Тренутне активности: ... .. .
Учешће: ... .. .	Околишни фактори: ... .. .	Лични фактори: ... .. .
Процена потребе за подршком – планиране мере за уклањање физичких и комуникацијских баријера: ... .. .	План активности – ОБЛАСТИ: - - -	План активности – ЦИЉЕВИ: - - -
План активности – КОРАЦИ: - - -	План активности – МЕТОДЕ МЕРЕЊА ДОСТИГНУЋА: - - -	Белешке: ... .. .



## 10. Практични савети за свакодневне активности са мешовитом групом младих различитих способности

Стигли смо до последњег дела овог водича, у којем ћемо покушати да повежемо све концепте изражене у претходним поглављима како бисмо заједно осмислили/е две ПФА активности. Наша намера је да размишљамо о аргументима који ће нас довести до формалне конструкције свих компоненти ПФА. Наши предлози укључују једну ПФА за друштвени контекст и једну ПФА у психо-моторичкој перспективи, остављајући истраживање о ПФА у спортском контексту на свакоме од вас. Овај избор је мотивисан чињеницом да су ПФА у спортском контексту већ кодифициране и структурисане и стога лаке за осмишљавање у организационом погледу.

ПФА које ћемо предложити у даљем тексту су намењене младима са различитим онеспособљењима; прва за физичка, а друга за когнитивна; прва је део већег пројекта, а друга је изолована активност. Након овог објашњења спремни/е смо да планирамо своју прву ПФА. Када будемо описивали активности, указаћемо и на неке појмове који ће нам помоћи да боље обављамо свој посао у свакодневној пракси.

### 10.1 Почетна евалуација

Када говоримо о алатима професије спортског/е оператера/ке, говоримо о свему ономе што омогућује конкретизацију идеје (пројекта) и повезивање свих њених компоненти. Када уђе у теретану, сваки/а оператер/ка мора помало ући у улогу механичара/ке који/а прави аутомобил. Први задатак операције је процена о томе какав аутомобил жели да изгради, обраћајући пажњу на расположиви буџет за његову изградњу као и делове које поседује. Ова прва фаза у дизајнирању ПФА назива се **евалуација** и њен задатак је процена циљева које треба остварити, а који полазе из способности особе са којом се ради. Што се тиче особе са инвалидитетом, поново упућујемо на **ППН**, у коме се налазе све прикупљене информације о инвалидитету, преосталим капацитетима, емоционалним и односним способностима нашег субјекта. Поред тога, у ППН-у ћемо идентификовати и **компетенције** на којима желимо да радимо и задате које **циљеве** које наш субјект треба да оствари.

#### Програмирање

Чим заврши ову прву евалуацију, механичар/ка прелази на нацрт дизајна, одређујући тачку по тачку све делове које треба да склопи и тачан редослед њиховог састављања. Овде је реч о оперативном или програмском делу пројекта, у коме градимемо све

активности које особи са инвалидитетом помажу да унапреди своје вештине и постигне циљеве задате у ПФА. У овој фази, осим на изградњу појединачних активности, морамо обратити пажњу и да их поставимо у правилан редослед користећи прогресивне критеријуме. Програмирање можемо да замислимо као лутку бабушку, која унутар веће лутке садржи и друге, мање, које помажу у састављању читавог комплета – без једне фигуре сет нема вредност. Дакле, ако бисмо, на пример, желели/е да субјекту са параплегијом предложимо ПФА у којој би научио/ла како да користи електрична инвалидска колица у градској средини (компетенција), морали/е бисмо да изградимо низ активности које би водиле субјекат кроз процес учења како да користи возило на прогресиван начин и уз остваривање циља усвајања вештина и знања. Усвајање ове специфичне компетенције спада у компетентну област, тј. у област у којој су сједињене све заједничке компетенције. Умеће коришћења инвалидских колица у граду могло би бити део развијања умећа коришћења инвалидских колица у свакодневном животу. Тиме се могу укључити и друге вештине које својим комбиновањем омогућавају унапређење вештина субјекта. Приказ следи у табели.

КОМПЕТЕНТНА ОБЛАСТ	УПОТРЕБА ПОМОЋНИХ АЛАТА У СВАКОДНЕВНОМ ЖИВОТУ
1. КОМПЕТЕНЦИЈА	Употреба инвалидских колица за особу са спастичном параплегијом у градској средини.
2. КОМПЕТЕНЦИЈА	Употреба инвалидских колица у кућној средини.
3. КОМПЕТЕНЦИЈА	Употреба инвалидских колица у спортским активностима.
4. КОМПЕТЕНЦИЈА	Употреба инвалидских колица у школској/радној средини.

Циљеви који доприносе формирању компетенције дефинисани су као **посредни циљеви**. Да би се постигао жељени ниво компетенције, сви посредни циљеви се морају усвојити до пристојног нивоа перформанси. Ово све мора бити укључено у шему која нам омогућава преглед комплетног пројекта. Корисно је и посматрати како програмирање прати **таксономски тренд**, тј. низ знања и вештина које се крећу од дна ка врху, од лакших ка тежим, од једноставнијих ка сложенијим.<sup>86</sup> Овај процес представља посебну методу у настави која се зове **владање учењем** (Керол, 1963, Блум, 1971; Блок, 1978)<sup>87</sup> и која захтева да су вештине и знања макар делимично овладане како би се могли достићи други, виши, нивои. При планирању активности није важно само планирање задатих циљева већ и одређивање времена потребног за њихово

<sup>86</sup> Tosi R., Ceciliani A., Manferrari M.R., Ricci G. - Scienze e motricita - Soc. Editrice Esculapio, 1995, Bologna, page 143.

<sup>87</sup> Bloom B. S. – Tassonomia degli obiettivi educativi (area cognitiva) – Vol I, Ed. Giunti & Lisciani, Firenze-Teramo, 1983

постизање. То време се одређује путем **дидактичких јединица учења** или **д.ј.у.** (енг. Didactic Learning Unit/D.L.U.).

<b>КОМПЕТЕНТНА ОБЛАСТ: УПОТРЕБА ПОМОЋНИХ АЛАТА У СВАКОДНЕВНОМ ЖИВОТУ</b>					
<b>ПФА – УПОТРЕБА ИНВАЛИДСКИХ КОЛИЦА ЗА ОСОБУ СА СПАСТИЧНОМ ПАРАПЛЕГИЈОМ У ГРАДСКОЈ СРЕДИНИ</b>					
<b>Циљеви</b>	<b>1.циљ – Препознавање контрола и њихова употреба</b>	<b>2.циљ – Способност кретања у инвалидским колицима у задатој средини</b>	<b>3.циљ – Способност вожње инвалидских колица у тешкој статичној средини</b>	<b>4.циљ – Способност вожње инвалидских колица у тешкој динамичној средини</b>	<b>5.циљ – Способност вожње инвалидских колица у градској средини</b>
<b>Способност</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће покретања инвалидских колица.</li> <li>- Умеће коришћења визуелних и акустичних сигнала.</li> <li>- Умеће коришћења управљача.</li> <li>- Умеће везивања појаса.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у различитим брзинама.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у кривинама.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица уназад.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у уским просторијама.</li> <li>- Умеће паркирања инвалидских колица у уским просторијама.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица узбрдо и низбрдо.</li> <li>- Умеће употребе ретровизора.</li> <li>- Умеће успоравања инвалидских колица у малим просторијама.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у једноставним срединама у којима се крећу људи (нпр. у теретани).</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица пратећи покретне референтне тачке (нпр. саиграча/ицу).</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у динамичним ситуацијама.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у градским срединама уз помоћ присутног/е татора/ке.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у градским срединама уз помоћ татора/ке који/а није присутан/на.</li> <li>- Умеће независне вожње инвалидских колица.</li> </ul>
<b>Знање</b>	Знање о коришћењу контрола.	Знање о коришћењу контрола и са затвореним очима.	Знање о величини инвалидских колица и могућим кваровима.	Знање о субјективном и објективном ритму.	Познавање саобраћајних закона.

## 10.2 Дидактичке јединице учења

Вратимо се нашем/ој механичару/ки. Сада када је дизајнирао/ла монтажу аутомобила, мораће да упрља руке како би саставио/ла свој аутомобил. Да би то остварио/ла, мора да следи прописан програм монтаже: прво монтирањем оквира, затим мотора, а онда и свих осталих компоненти. За остваривање компетенција морамо изградити **дидактичке јединице учења (д.ј.у.)**, оне су компоненте аута. У нашем случају (тренинг/моторичке активности) д.ј.у. су оне практичне активности чији је задатак да особа са инвалидитетом усвоји задате вештине и знања. Као што смо већ видели, усвајање нових вештина и знања захтева време које такође треба да испланирамо. Како би наш програм био комплетан морамо додати и д.ј.у., у виду времена које процењујемо да би требало да буде довољно за постизање сваког од наведених циљева (обично се ради о сесијама у распону од 1 сата до 2-2,5 сати).

КОМПЕТЕНТНА ОБЛАСТ: УПОТРЕБА ПОМОЋНИХ АЛАТА У СВАКОДНЕВНОМ ЖИВОТУ					
ПФА – УПОТРЕБА ИНВАЛИДСКИХ КОЛИЦА ЗА ОСОБУ СА СПАСТИЧНОМ ПАРАПЛЕГИЈОМ У ГРАДСКОЈ СРЕДИНИ					
Циљеви	1.циљ – Препознавање контрола и њихова употреба	2.циљ – Способност кретања у инвалидским колицима у задатој средини	3.циљ – Способност вожње инвалидских колица у тешкој статичној средини	4.циљ – Способност вожње инвалидских колица у тешкој динамичној средини	5.циљ – Способност вожње инвалидских колица у градској средини
Способност	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће покретања инвалидских колица.</li> <li>- Умеће коришћења визуелних и акустичних сигнала.</li> <li>- Умеће коришћења управљача.</li> <li>- Умеће везивања појаса.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у различитим брзинама.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у кривинама.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица уназад.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у уским просторијама.</li> <li>- Умеће паркирања инвалидских колица у уским просторијама.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица узбрдо и низбрдо.</li> <li>- Умеће употребе ретровизора.</li> <li>- Умеће успоравања</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у једноставним срединама у којима се крећу људи (нпр. у теретани).</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица пратећи покретне референтне тачке (нпр. саиграча/ицу).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у градским срединама уз помоћ присутног/е турсора/ке.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у градским срединама уз помоћ турсора/ке</li> </ul>

			инвалидских колица у малим просторијама.	- Умеће вожње инвалидских колица у динамичним ситуацијама.	који/а није присутан/на. - Умеће независне вожње инвалидских колица.
<b>Знање</b>	Знање о коришћењу контрола.	Знање о коришћењу контрола и са затвореним очима.	Знање о величини инвалидских колица и могућим кваровима.	Знање о субјективном и објективном ритму.	Познавање саобраћајних закона.
<b>Д.ј.у.</b>	2 д.ј.у. (3 сата)	3 д.ј.у. (4,5 сата)	2 д.ј.у. (3 сата)	4 д.ј.у. (6 сати)	3 д.ј.у. (4,5 сата)

### 10.3 Процењивање и репрограмирање

Механичар/ка мора водити рачуна о томе да током монтирања аутомобила може доћи до проблема услед грешака у програмирању или са деловима које треба прилагодити да би се могли уклопили у остатак машине. Стога, сваки пут кад састави нови део мора да провери да ли је он заправо правилно намонтиран. На исти начин, спортски/а едукатор/ка се сваки пут мора постарати да су д.ј.у. биле ефикасне у постизању посредних циљева и корисне особи са инвалидитетом. Ова фаза **верификације** (процене) се обично обавља уз покушај обављања истренираног моторичког задатка у некој тежој ситуацији. Уколико увежбавање моторичких задатака није испратило очекивања, едукатор/ка може да бира индикативно између три различита решења. Прва опција је репрограмирање активности, ако је схватио/ла да предложена активност није ефикасна или погодна за особу са инвалидитетом; друга опција је посвећивање више времена увежбавању (додатне д.ј.у.), ако учење моторичких задатака захтева више времена; трећа опција је **поновно програмирање**, ако вештина није стечена у потпуности. За боље разумевање покушаћемо да дамо неколико практичних примера ситуација са којима бисмо могли да се суочимо у фази планирања.

Рецимо да је субјекат у нашој ПФА у 2. циљу (Способност кретања у инвалидским колицима у задатој средини), имао/ла потешкоћа да одвезе инвалидска колица у угао. Рецимо да особа није стекла потпуну латерализацију<sup>88</sup>. У овом случају би требало да направимо нови распоред у пројекту тако што ћемо уметнути додатну д.ј.у., или један њен део, за задатке којима се тренира латерализација.

<sup>88</sup> Латерализација је способност особе да идентификује леву и десну страну у односу на тело које није њено и да то пројектује у односу на објекте и простор уопште.

Рецимо још, на пример, да током рада на 4. циљу (Кретање узбрдо/низбро) схватамо да наш субјект има потешкоћа у силазном кретању. У програмирању активности ћемо морати да се вратимо уназад и проведемо додатно време на вежбању способности вожње узбрдо у 3. циљу.

На крају, рецимо хипотетички да особи са инвалидитетом током 5. циља затреба додатна подршка тјутора/ке у безбедном савладавању градске средине; у овој области је довољно да једноставно посветимо више времена циљу активности.



КОМПЕТЕНТНА ОБЛАСТ: УПОТРЕБА ПОМОЋНИХ АЛАТА У СВАКОДНЕВНОМ ЖИВОТУ					
ПФА – УПОТРЕБА ИНВАЛИДСКИХ КОЛИЦА ЗА ОСОБУ СА СПАСТИЧНОМ ПАРАПЛЕГИЈОМ У ГРАДСКОЈ СРЕДИНИ					
Циљеви	1.циљ – Препознавање контрола и њихова употреба	2.циљ – Способност кретања у инвалидским колицима у задатој средини	3.циљ – Способност вожње инвалидских колица у тешкој статичној средини	4.циљ – Способност вожње инвалидских колица у тешкој динамичној средини	5.циљ – Способност вожње инвалидских колица у градској средини
Способност	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће покретања инвалидских колица.</li> <li>- Умеће коришћења визелних и акустичних сигнала.</li> <li>- Умеће коришћења управљача.</li> <li>- Умеће везивања појаса.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у различитим брзинама.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у кривинама.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица уназад.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у уским просторијама.</li> <li>- Умеће паркирања инвалидских колица у уским просторијама.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица узбрдо и низбрдо.</li> <li>- Умеће употребе ретровизора.</li> <li>- Умеће успоравања инвалидских колица у малим просторијама.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у једноставним срединама у којима се крећу људи (нпр. у теретани).</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица пратећи покретне референтне тачке (нпр. саиграча/ицу).</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у динамичним ситуацијама.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у градским срединама уз помоћ присутног/е татора/ке.</li> <li>- Умеће вожње инвалидских колица у градским срединама уз помоћ татора/ке који/а није присутан/на.</li> <li>- Умеће независне вожње инвалидских колица.</li> </ul>
Знање	Знање о коришћењу контрола.	Знање о коришћењу контрола и са затвореним очима.	Знање о величини инвалидских колица и могућим кваровима.	Знање о субјективном и објективном ритму.	Познавање саобраћајних закона.
д.ј.у.	2 д.ј.у. (3 сата)	3 д.ј.у. (4,5 сата)	2 д.ј.у. (3 сата)	4 д.ј.у. (6 сати)	3 д.ј.у. (4,5 сата)

Процена		Недостаје латерализација.		Не уме да вози узбрдо.	Потребна је додатна подршка татора/ке.
Репрограмирање		Уме да препозна шта је лево/десно у односу на моје тело 2 д.ј.у. (3 сата)		Поново ћемо вежбати способност из 3. циља - Умеће вожње инвалидских колица узбрдо и низбрдо. 1 д.ј.у. (1,5 сат)	Поново ћемо вежбати способност из 3. циља - Умеће вожње инвалидских колица узбрдо и низбрдо. +1 д.ј.у. (1,5 сат)

#### 10.4 Упоредно програмирање више вештина

Оставили смо нашег/у механичара/ку да провери да ли је правилно скопио/ла аутомобил, остављајући по страни чињеницу да се механичар/ка приликом састављања целокупне структуре не може истовремено фокусирати и на састављање појединачних делова. Механичар/ка понекад може истовремено да састави различите делове који ће затим употпунити комплекснији део аутомобила. Такође, у методологији тренинга, када планирамо активности у задатој области, приметимо да је усвајање вештина и знања континуум – процес који представља „израз релативно трајне промене перформанса или потенцијалног понашања, коју добијамо као резултат тренинга или претходног искуства у тој ситуацији”<sup>89</sup>. Овај континуирани процес, који почиње особиним рођењем и завршава се њеном смрћу, хипотетички би омогућио стицање практично бесконачне моторичке способности. Моторичка способност појединца била би повезана са моторичким искуствима које је особа доживела у сопственом животу и које је током њега научила.<sup>90</sup> У активности физичког тренинга обично не вежбамо једну издвојену вештину већ више њих истовремено. Када говоримо о програмирању – програмирање активности које се фокусирају на појединачне циљеве било би ограничавајуће. Стога, ми говоримо о **упоредном програмирању** које је усмерено усвајању већег броја компетенција коришћењем д.ј.у. са **примарним и секундарним циљевима**<sup>91</sup>. Овај процес упоредног моторичког тренинга је усмерен на глобално и хармонично побољшање моторичких вештина код индивидуа које ће уз остваривање договорених

<sup>89</sup> Singer R, Robert N., L'apprendimento delle capacità motorie - Società Stampa Sportiva, Roma, 1984, p. 16

<sup>90</sup> Schmidt R.A., Motor Learning and Performance: From Principles to Practice – Human Kinetics, Champaign (IL), 1991

<sup>91</sup> Weineck J., The optimal training - Calzetti Marietti Editore, Perugia, 2009

циљева задовољити своје личне потребе самореализације и самоефикасности. Вратимо се нашем субјекту са спастичном параплегијом. Могли бисмо проширити програмирање и на друге трансверзалне и специфичне вештине које могу доћи у везу са бављењем спортом у инвалидским колицима, нпр. хокеју са инвалидским колицима. Наше програмирање би стога могло да се прошири како би укључило и додатне вештине, као што је управљање главним основама хокеја кроз ситуацију игре. Како смо то претходно разложили, компетенције треба да буду артикулисане у циљеве учења нових знања и вештина кроз тренинг. Тако можемо идентификовати специфичне циљеве ове ситуације, као што су:

- Способност вођења пака током игре и коришћење палице за хокеј у широком простору;
- Способност додавања на краткој удаљености;
- Способност додавања са средње удаљености.

Ове циљеве најпре треба поређати путем препознавања вештина и знања која су потребна за достизање циља компетенције. Након појашњења свих ових садржаја, ток програмирања ће следити кораке наведене у примеру ПФА коришћења инвалидских колица у градској средини.

<b>ПРИМЕР УПОРЕДНОГ ПРОГРАМИРАЊА</b>				
<b>УПОТРЕБА ПОМОЋНИХ АЛАТА У СВАКОДНЕВНОМ ЖИВОТУ ОСОБЕ СА СПАСТИЧНОМ ПАРАПЛЕГИЈОМ</b>				
<b>КОМПЕТЕНЦИЈА</b>	<b>Коришћење инвалидских колица у градској средини</b>	<b>Коришћење инвалидских колица у кућној средини</b>	<b>Коришћење инвалидских колица у хокеју са инвалидским колицима</b>	<b>Коришћење инвалидских колица у школској/радној средини</b>
<b>ЦИЉЕВИ</b>	2 – Способност кретања у инвалидским колицима у задатој средини 3 – Способност вожње инвалидских колица у тешкој статичној средини 4 - Способност вожње инвалидских колица у тешкој динамичној средини	1 – Препознавање простора за маневрисање 2 – Способност самосталног седања и силаска са инвалидских колица 3 – Способност пењања уз степенице уз употребу степенишне лифт платформе	1 – Способност вођења пака палицом за хокеј у широком простору 2 – Способност додавања пака на краткој удаљености 3 – Способност додавања пака са средње удаљености	1 – Препознавање простора за маневар 2 – Способност самосталног седања и силаска са инвалидских колица 3 – Способност уласка у задати радни простор 4 – Способност кретања кроз целокупан простор

	5 - Способност вожње инвалидских колица у градској средини			
--	--	--	--	--

## Сумирање

Програмирање укључује:

1. Одабир компетентне области;
2. Одабир уопштених и специфичних компетенција које треба унапредити;
3. Дефинисање примерних и секундарних циљева;
4. Организовање циљева пратећи таксономију;
5. Одабир жељених вештина и знања;
6. Програмирање појединачних д.ј.у.;
7. Сталну проверу резултата;
8. Репрограмирање, по потреби.

### [Од макро до микро нивоа: како изградити д.ј.у.](#)

У претходном одељку смо се упознали са механизмима за програмирање, док ћемо у овом покушати да изградимо д.ј.у. ПФА активности уз помоћ којих ћемо конкретизовати све појмове које смо навели у претходним одељцима о НФО и методологији за тренинг. Већ смо описали како је д.ј.у. у области спорта представљена кроз сесију тренинга или час физичког васпитања: оба предлога садрже заједничке појмове рада у оквиру којих можемо увести јасно појашњени садржај. У наставку текста ћемо описати моторичко искуство повезано са менталним онеспособљењем, илуструјући га кроз пример младића са инвалидитетом (његови иницијали су Г.П.), који има облик аутизма. Врло је функционалан, али има редуковане социјалне вештине које компромитују његов однос са вршњацима у школи. ПФА у које је убачена ова д.ј.у. за циљ имају развој вербалне и емотивне комуникације кроз њихово интегрисање са школским и спортским психомоторичким активностима. Пре него што дамо приказ наше д.ј.у., прикладно је да споменемо неколико сегмената које смо желели/е да додамо у овај завршни одељак.

## 10.5 Стратегија теренског рада: план тренинга

Када кренемо у рад на терену, морамо да му приступимо уз одређен план активности. Овај план мора да садржи све информације о д.ј.у коју желимо да представимо. Пре свега морамо да знамо са којом групом и са каквом врстом инвалидитета ћемо радити. Затим, сваку фазу дизајнирања тренинга морамо започети од главног циља д.ј.у. и могућих секундарних циљева. Приликом одабира главног циља можемо правити даљу дистинкцију између главних моторичких и психосоцијалних циљева. У нашем случају, предлог се односи на школску групу у пројекту интеграције међу децом правилног развоја и детета са аутизмом.

<b>Д.Ј.У. ИНТЕГРАЦИЈА ДЕТЕТА СА АУТИЗМОМ У ШКОЛСКУ ГРУПУ</b>	
<b>КАРАКТЕРИСТИКЕ ГРУПЕ И ЦИЉЕВИ Д.Ј.У.</b>	
<b>Број учесника и учесница</b>	12, група 7-огодишњака/киња
<b>Присуство деце са инвалидитетом</b>	Г.П., 1 дете са високофункционалним аутизмом
<b>Циљеви моторичког учења</b>	- ојачавање основних моторичких шаблона - развој вештина субјективног и објективног ритма - развој перцепције простора и времена
<b>Циљеви психолошког и односног учења</b>	- повећање инструмената за вокалну комуникацију - повећање искуства поверења са вршњацима/кињама

Чим будемо дефинисали ове ставке, можемо узети у обзир и део д.ј.у. који се тиче организације материјала, времена и простора за тренинг. Током припреме простора и опреме морамо се постарати да добро осигурамо простор и управљамо временом, како бисмо могли да правимо правовремене паузе између првог и другог предлога.

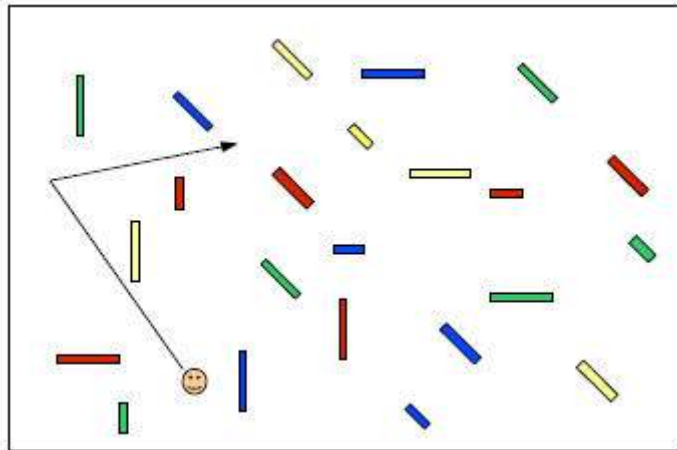
<b>ОРГАНИЗАЦИЈА Д.Ј.У.</b>	
<b>Употребљен простор</b>	Школски двориште
<b>Трајање д.ј.у.</b>	1 сат и 30 минута
<b>Употребљена опрема и материјали</b>	20 сунђерастих цевки различите величине из пакета за моторичку писменост (алтернатива могу бити шарени канапи)

Када смо размотрили/е све ове ставке, предлажемо раздвајање часа у три лекције. На овај начин делимо час на три дела које можемо корисити за цртање, кратка објашњења и белешке о методологији која ће бити употребљена за објашњавање датог задатка.

## АРТИКУЛАЦИЈА Д.Ј.У.

У овој лекцији употребићемо цевке за рад на развијању основних моторичких шема. Цевке ће бити употребљене на различите начине како би постале препреке или телесне екстензије; вежбе ће ићи прогресивно, од лакших ка тежим.

### ФАЗА АКТИВАЦИЈЕ ТРЧАЊЕ У ОГРАЂЕНОМ ПРОСТОРУ



У првој фази вежбе свако дете слободно трчи у задатом простору избегавајући да додирне другу децу. Затим замолимо ону децу којој смо дали/е цевке да их поставе где год желе у простору, водећи рачуна да су цевке што је могуће више међусобно удаљене. Чим терен буде спреман, почиње друга фаза. У овој фази свако дете слободно трчи покушавајући да не додирне ниједно друго дете нити да пређе преко зидова (које представљају цевке из пакета за моторичку писменост).

### ЦЕНТРАЛНА ФАЗА

#### 1. ТРЧАЊЕ И СКАКАЊЕ

Наставак претходне игре, али са зидовима који постају препреке које се смеју слободно прескакати. Након првог приступа са слободним скакањем можемо, инспирисани дечиим предлозима, предложити и друге начине скакања, као што су:

- скакање са једном потпором
- скакање са две потпоре
- скакање на једној нози
- скакање уназад
- скакање са окретом

#### 2. ВОЗИЋ

Оформите групе од по троје деце где ћете свакој дати по једну дугачку цев (1,60м). На почетку, деца се држе заједно уз помоћ цеви. На знак „старт“, машиновођа, (први вагон) води воз преко простора покушавајући да избегне остале возове. На знак „промени“ мењамо машиновође. Варијанта игре: воз нема машиновођу или деца играју затворених очију.

#### 3. ТРЕНИРАЊЕ ЖИВОТИЊА

Оформите групе од по троје деце и свакој дајте по једну цевку. Игра се састоји из тренирања животиње (једно дете) да савлада препреку (цевка) уз помоћ друго двоје деце у улози тренера и тренерки. Препреке се могу поставити високо или ниско, могу бити статичне или се померати.



#### 4. ОГЛЕДАЛО

Увек у групама од по троје; можемо користити наше цевке за игру огледала. Огледала ће пробати да имитирају активног играча/ицу, тј. дете које прескаче цев напред-назад. На знак „промени“ деца мењају правила.

#### **ЗАВРШНА ФАЗА**

#### 5. НЕМО ПРОТИВ ХОБОТНИЦЕ

У овој завршној игри постављамо на терен кружне конструкције сачињене од дугих цевки, затворене конекторима из пакета за моторичку писменост (у даљем тексту: кругове). Унутар кругова постављамо хоботнице (децу) са једном ногом унутар и једном ван круга, где свака има пипак (цевка тужине 1.6м). На знак „крени“, све рибице Немо (деца која стоје ван круга) морају да пробају да се врате у море (задати простор), а да их не додирну пипци. Ко год буде ухваћен, биће елиминисан из игре. Варијанта игре: ко год буде ухваћен, наставља да игра као хоботница и постаје мини-пипак (добија кратку цевку дужине 0.5м).

Последњи део часа је фаза верификације предложене активности, како би се проценило да ли су постављени циљеви активности остварени и да ли је Г.П. постигао своје личне циљеве.

Друга запажања о часу (или склопу часова)	Током овог часа, Г.П. који пати од аутизма, користио је цевку као средство комуникације и алат за игру другачији од уобичајеног и укључио се у игру са другарима и другарицама у разреду. За његово још потпуније укључивање често смо мењали/е чланове/ице у групама. У комплекснијим фазама игара питали/е смо неке од вршњака/киња да му помогну у праћењу правила и задатака.
Посматрања о учинковитости активности	Час је био веома једноставан, у погледу садржаја и задатака/циљева. Ово је засигурно био час који се користи на почетку рада, имајући у виду његову једноставност и једноставност вежби уопште. Интересантан аспект је подела разреда у групе од троје, што је начин рада који омогућава наставнику/ци одн. експерту/кињи који/а обавља активност да процени каква су пријатељства и ко су лидери/ке у групи. Ова евалуација би могла бити корисна за структурисање наредних часова јер може да охрабри социјализацију међу децом или њихов осећај одговорности.
	У вежби тренирања животиња (3. подактивност) пружамо помоћ деци давањем савета како да наведу своје саиграче/ице да скоче или да створе покретне препреке. Такође обраћамо пажњу да истакнемо или наградимо групе које играју адекватније од других и умеју да организују промене улога, чиме показују већу спремост за упоређивање и сарадњу.

### Сада је ред на вас!

Да научите како да организујете своје сопствене д.ј.у., можете пробати да их изградите уз помоћ овог формулара.

<b>Д.Ј.У. ИНТЕГРАЦИЈА АУТИСТИЧНОГ ДЕТЕТА / УЧЕНИКА/ЦЕ У ГРУПИ</b>	
<b>КАРАКТЕРИСТИКЕ ГРУПЕ И ЦИЉЕВИ Д.Ј.У.</b>	
<b>Број учесника и учесница</b>	

Присуство деце са инвалидитетом	
Циљеви моторичког учења	
Циљеви психолошког и односног учења	
<b>ОРГАНИЗАЦИЈА Д.Ј.У.</b>	
Употребљен простор	
Трајање д.ј.у.	
Употребљена опрема и материјали	
<b>АРТИКУЛАЦИЈА Д.Ј.У.</b>	
<b>ФАЗА АКТИВАЦИЈЕ</b>	
<b>ЦЕНТРАЛНА ФАЗА</b>	
<b>ЗАВРШНА ФАЗА</b>	
Друга запажања о часу (или склопу часова)	

Посматрања о учинковитости активности	



## Библиографија

- Eshach H. (2007.), "Bridging In-school and Out-of-school learning: Formal, Non-Formal and Informal Education"; by. Journal of Science Education and Technology, 16 (2), 171-190; p.174
- World Health Organisation (2015): "Factsheets on health-enhancing physical activity in the 28 European Union member states of the WHO European Region"; <https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/factsheets/eu-wide-overview-methods.pdf>, приступљено априла 2020.
- WHO Global Disability Action Plan 2014 - 2021 <https://www.who.int/publications-detail/who-global-disability-action-plan-2014-2021>, приступљено априла 2020.
- "Working with young people: the value of youth work in the European Union"; European Commission, 2014; [http://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/study/youth-work-report\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/study/youth-work-report_en.pdf); приступљено априла 2020.
- Kiuppis, F.: "Sport and Disability: From Integration Continuum to Inclusion Spectrum"; Routledge; 2018
- Kiuppis F. (2018), Inclusion in sport: disability and participation, Sport in Society, 21:1, 4-21, доступно на: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17430437.2016.1225882>, приступљено априла 2020.
- Schroeder K., Geudens T., "Fit for Life"; SALTO Inclusion Resource Centre, 2011. Доступно на: <https://www.salto-youth.net/downloads/4-17-628/FitForLife.pdf>, приступљено априла 2020.
- Kloosterman P., Brown C., "No offence"; Salto Youth Inclusion Resource centre, 2010. Доступно на: <https://www.salto-youth.net/rc/inclusion/archive/archive-resources/inclusiongroups/inclusionoffenders/InclusionOffendersWho/>, приступљено априла 2020.
- Matuit D., Uintégration sociale et professionnelle des personnes en situation de handicap: des concepts à l'évaluation des actions; Revue Europeenne du Handicap Mental, 1995
- Dunn D., The Social Psychology of Disability; Oxford University Press, 2014; доступно на: <https://books.google.hr/books?id=1oMjBQAAQBAJ>, приступљено априла 2020.
- Petasis A., "Discrepancies of the Medical, Social and Biopsychosocial Models of Disability; A Comprehensive Theoretical Framework"; The International Journal of Business Management and Technology, Volume 3 Issue 4 July-August 2019; доступно на: <http://www.theijbmt.com/archive/0928/1686534688.pdf>, приступљено априла 2020.
- Brown C.H., "Medical Manual / IAAF Medical and anti-doping commission"; International Association of Athletics Federations, 2006; доступно на: <https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/health-science>, <https://www.worldathletics.org/download/download?filename=f9fa48c2-2a0c-46f3-88b9-149f4d561326.pdf&urlslug=Chapter%203%3A%20Training>, приступљено априла 2020.
- Milanović D.V., Theory and methodology of Training (2009)
- Cieślicka M., Szark-Eckardt M., "Methodology of physical recreation: problems, experience, recommendations"; Journal ... of physical training ..., 2013. Доступно на: [https://www.researchgate.net/publication/313882248\\_Methodology\\_of\\_physical\\_recreation\\_problems\\_experience\\_recommendations](https://www.researchgate.net/publication/313882248_Methodology_of_physical_recreation_problems_experience_recommendations), приступљено априла 2020.

- Zahradník D., Jorvas P., “The Introduction into Sports Training”; Masaryk University, 2012. *Доступно на* <http://www.fsp.s.muni.cz/emuni/data/reader/book-6/02.html>, *приступљено априла 2020.*
- Hartmann D., Kwauk C., “Sport and Development An Overview, Critique, and Reconstruction”; Journal of Sport & Social Issues, 2011. *Доступно на:* [https://www.researchgate.net/publication/258158933\\_Sport\\_and\\_Development\\_An\\_Overview\\_Critique\\_and\\_Reconstruction](https://www.researchgate.net/publication/258158933_Sport_and_Development_An_Overview_Critique_and_Reconstruction), *приступљено априла 2020.*
- Matorčević, D., “Youth Sport Work for Intercultural Learning and Acceptance of Diversity”; Active youth in happy Europe, 2018
- Foldi L., “Training manual for NFE trough sport and physical activities with young people”; International Sport and Culture Association, 2013; <https://www.moveandlearn.org/files/Move&Learn.pdf>; *приступљено маја 2020.*
- T-STEY, Training course for starting trainers in European youth work, November 2010, Prague, Czech Republic
- Kasser S.L., Lytle R.K., Inclusive Physical Activity, A Lifetime of Opportunities (2013)
- Kelly F., Southwell K., Teow K., “Youth can open doors to all abilities through sport”; ENGSO Youth with the European Paralympic Committee, 2011. *Доступно на:* [https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/uqd/6fa9e5\\_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf](https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/uqd/6fa9e5_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf), *приступљено маја 2020.*
- Council of Europe, CDDS (Committee for the Development of Sport) - “European Sports Charter” - 7<sup>th</sup> Conference of European Ministers responsible for Sport, Rhodes, 13 - 15 May 1992. Commission of the European Communities - “White book” - Brussels, 11.07.2007, 391 final. t for all
- Orwell G., ‘The Sporting Spirit’, Tribune, London (GB), 14 December 1945
- Piccioni V., Bondini G., Maiorella I., Sbeti N., “On your marks. Sport, the Olympics, the champions who won and those who did not make it”; Publishing House Booklab, 2016. *Доступно на:* <http://www.uisp.it/nazionale/pagina/ai-vostri-posti>, *приступљено јуна 2020.*
- Ryan J., Katsiyannis A., Cadorette D., Hodge J., Markham M. (2013). Establishing Adaptive Sports Programs for Youth with Moderate to Severe Disabilities. Preventing School Failure: Alternative Education for Children and Youth. *Доступно на:* [https://www.researchgate.net/publication/271929792\\_Establishing\\_Adaptive\\_Sports\\_Programs\\_for\\_Youth\\_with\\_Moderate\\_to\\_Severe\\_Disabilities](https://www.researchgate.net/publication/271929792_Establishing_Adaptive_Sports_Programs_for_Youth_with_Moderate_to_Severe_Disabilities), *приступљено априла 2020.*
- Conference of European Ministries responsible, European Charter for Sport for All People with Disabilities, Strasbourg, 1987, p. 10
- Bianco A., Tasso E., Bilard J., Ninot G., Varray A., “Teaching adapted physical activities”; The otter, Genoa, 2004, p.365
- Conference of European Ministries responsible, European Charter for Sport for All People with Disabilities, Strasbourg, 1987, p. 9
- ADAPT - European Programme of Adapted Physical Activity (*документ уредио проф. Херман ван Копенале*)
- Pioletti A.M., Porro N., The sport of Europeans. Citizenship, activities, motivation., Franco Angeli, Milan, 2013
- Reid G., “Defining Adapted Physical Activity”, the chapter 2 of the “Adapted Physical Activity” by Steadward D., Wheeler G.D., Watkinson E.J.; (eds.); The University of Alberta Press and The Steadward Centre, 2003; p. 11-26

- Bandura A., “Self-efficacy: theory and applications”; Edizioni Erikson, Trento, 2000
- Sherrill C., “Adapted physical activity, recreation, and sport: Crossdisciplinary and lifespan” – (V ed.), Wm. C. Brown Publishers, Dubuque IA 1997, p. 60.
- Janney R., Snell M., “Modifying schoolwork”; Paul H. Brooker, Baltimora, 2000
- De Potter C., “Adapted physical activities and sport for sensory impaired individuals: barriers to full participation”; First European Conference in APA and Sport: a white paper on research and practice, Acco, Leuven, 2003
- CSEN (Centro Sportivo Educativo Nazionale), Integrated Sport: book of regulations, November 2015
- Magnanini A., Moliterni P., Ferraro A., Cioni L., “Integrated Sport: Keywords of an Inclusive Model”; 2018. *Доступно на:*  
[https://www.researchgate.net/publication/329775201\\_INTEGRATED\\_SPORT\\_KEYWORDS\\_OF\\_AN\\_INCLUSIVE\\_MODEL](https://www.researchgate.net/publication/329775201_INTEGRATED_SPORT_KEYWORDS_OF_AN_INCLUSIVE_MODEL), *приступљено априла 2020.*
- Watson A., Timperio A., Brown H., Hinkley T., Hesketh K.D., “Associations between organised sport participation and classroom behaviour outcomes among primary school-aged children”; 2019. *Доступно на:* <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0209354>, *приступљено априла 2020.*
- Kizar O., Dalkılıç M., Uçan İ., Mamak H., Yiğit Ş., “The importance of sports for disabled children”; 2015. *Доступно на:*  
[https://www.researchgate.net/publication/281086748\\_The\\_importance\\_of\\_sports\\_for\\_disabled\\_children](https://www.researchgate.net/publication/281086748_The_importance_of_sports_for_disabled_children), *приступљено априла 2020.*
- Heiman T., Margalit M., “Loneliness, Depression, and Social Skills Among Students with Mild Mental Retardation in Different Educational Settings”; The journal of special education vol. 32/no. 3/1998/p. 154-163. *Доступно на:*  
<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.911.681&rep=rep1&type=pdf>, *приступљено априла 2020.*
- Murphy N.A., Carbone P.S., MD, and the Council on Children With Disabilities , “Promoting the Participation of Children With Disabilities in Sports, Recreation, and Physical Activities”; American Academy on Pediatrics, 2008. *Доступно на:* <https://pdfslide.net/documents/promoting-the-participation-of-children-with-disabilities-promoting-the.html>, *приступљено априла 2020.*
- Zinkin P. & McConachie H. (1995)., “Disabled Children & Developing Countries”, Cambridge University Press, 238 pages.
- REPPSI, & Hanass-Hancock, Jill. (2014)., “Psychosocial Support for Children with Disability and their Carers”. *Доступно на:*  
[https://www.researchgate.net/publication/307575395\\_Psychosocial\\_Support\\_for\\_Children\\_with\\_Disability\\_and\\_their\\_Carers](https://www.researchgate.net/publication/307575395_Psychosocial_Support_for_Children_with_Disability_and_their_Carers), *приступљено априла 2020.*
- Koenderink F. “Intellectual Disability Among Children Everywhere”, Orphanage Projects (2018)
- Byers T., “Contemporary Issues in Sport Management: A Critical Introduction”; SAGE Publications, 2015
- Lakowski T., Long T., “Physical Activity and Sport for People with Disabilities”; Washington, DC: Georgetown University Center for Child and Human Development, 2011. *Доступно на:*  
[https://ucedd.georgetown.edu/documents/athletic\\_equity/Physical\\_Activity\\_Proceedings.pdf](https://ucedd.georgetown.edu/documents/athletic_equity/Physical_Activity_Proceedings.pdf), *приступљено априла 2020.*

- Birrell Weisen R. at al., "Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools - Introduction and Guidelines to Facilitate the Development and Implementation of Life Skills Programmes", World Health Organisation, Geneva, 1997. *Доступно на:*  
[http://origin.searo.who.int/entity/mental\\_health/documents/who-mnh-psf-93.7Arev2/en/](http://origin.searo.who.int/entity/mental_health/documents/who-mnh-psf-93.7Arev2/en/),  
*приступљено априла 2020.*
- Ianes D, Cramerotti S (2009) Il Piano educativo individualizzato - Progetto di vita Vol.1-2-3 (Erickson, 2009)
- Tosi R., Cecilian A., Manfredi M.R., Ricci G., Scienze e motricità, Soc. Editrice Esculapio, 1995, Bologna, p. 143
- Bloom B. S., Tassonomia degli obiettivi educativi (area cognitiva), Vol I, Ed. Giunti & Lisciani, Firenze-Teramo, 1983
- Singer R, Robert N., L'apprendimento delle capacità motorie - Società Stampa Sportiva, Roma, 1984, p. 16
- Schmidt R.A., Motor Learning and Performance: From Principles to Practice, Human Kinetics, Champaign (IL), 1991
- Weineck J., The optimal training, Calzetti Marietti Editore, Perugia, 2009



## Сумографуја

- Савет Европе/Council of Europe, <https://www.coe.int/en/web/youth/youth-work>, приступљено априла 2020.
- Конвенција права особа са инвалидитетом/Convention of the Rights of Persons with Disability <https://www.globalhealthrights.org/wp-content/uploads/2013/10/Convention-on-the-Rights-of-Persons-with-Disabilities-CRPD.pdf>
- Youth work essentials, <https://www.coe.int/en/web/youth-portfolio/youth-work-essentials>
- Међународна класификација функционисања, онеспособљења и здравља/International Classification of Functioning, Disabilities and Health <https://www.who.int/classifications/icf/en/>
- Међународна класификација оштећења, онеспособљења и хендикепса/International Classification of Impairments, Disabilities and Handicaps <https://apps.who.int/iris/handle/10665/41003>
- Социјални и медицински модел онеспособљења/The social and medical model of disability, <https://www2.le.ac.uk/offices/accessibility/staff/accessibilitytutors/information-for-accessibility-tutors/the-social-and-medical-model-of-disability>
- MedHassan, EL HAOUAT. "Basis of Sports Training." nataswim.info. <https://www.nataswim.info/blog/item/14-basis-of-sports-training>, приступљено априла 2020..
- Saradnja i takmičenje u sportu/Cooperation and Competition in Sport, <https://academy.sportlyzer.com/wiki/cooperation-and-competition-in-sport/>, приступљено априла 2020.
- "Competition-vs-cooperation." educatedsportparent.com. <http://educatedsportparent.com/competition-vs-cooperation>, приступљено априла 2020.
- McCoshan A., "Sport: a key subversive learning tool"; 2018. Dostupno na: <https://epale.ec.europa.eu/si/blog/sport-key-subversive-learning-tool>, приступљено априла 2020.
- "WHAT IS EDUCATION THROUGH SPORT?", mvngosportbranch.com. <http://www.mvngosportbranch.com/ets-methodology/>, приступљено маја 2020.
- <http://www.treccani.it> – дигитална енциклопедија; енциклопедија спорта
- <https://www.abilitychannel.tv/classificazioni-funzionali-le-categorie-paralimpiche/>; приступљено априла 2020.
- <https://www.paralympic.org/classification>, приступљено априла 2020.

- CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS: BENEFITS OF PHYSICAL ACTIVITIES AND ADAPTIVE SPORTS,  
*Доступно на:* <https://kidcompanions.com/children-with-special-needs-benefits-of-physical-activities-and-adaptive-sports/>
- *Инвалидитет у спорту/Disability in Sport, доступно на:*  
<http://psychology.iresearchnet.com/sports-psychology/disability-in-sport/>
- Building Bridges Between Education and Health Care in Canada: How the ICF and Universal Design for Learning Frameworks Mutually Support Inclusion of Children With Special Needs in School Settings;  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/feduc.2018.00018/full>
- [www.deaflympics.com](http://www.deaflympics.com)