

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKO DELO

Aleš Košir

Ljubljana, 2010

UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

**Smer študija: Specialna športna vzgoja
Izbirni predmet: Prilagojena športna vzgoja**

**DEJAVNOSTI ZA RAZVOJ GIBALNIH SPOSOBNOSTI
OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI**

DIPLOMSKO DELO

MENTOR:

izr. prof. dr. Damir Karpljuk

SOMENTORICA:

izr. prof. dr. Mateja Videmšek

RECENZENT:

izr. prof. dr. Jože Štihec

KONZULTANT:

Rok Usenik, prof. šp. vzg.

Avtor dela:

ALEŠ KOŠIR

Ljubljana, 2010

Zahvala

Ob tej priložnosti bi se rad zahvalil vsem, ki so mi izkazali pomoč pri diplomskem delu in posledično pri realizaciji projekta Nevidni.

Fakulteti za šport:

- mentorju Damirju Karpljuku za vso strokovno podporo, nasvete, vodenje in zaupanje v drugačnost diplomskega dela;
- dekanu Milanu Žvanu za podporo in strokovno sodelovanje;
- Meti Zagorc za strokovno sodelovanje na področju plesa in
- Stanetu Pintarju za strokovno sodelovanje na področju etike.

Centru za usposabljanje in delovno varstvo Dolfke Boštjančič Draga:

- direktorici Valeriji Bužan za zaupanje, podporo in pomoč;
- Roku Useniku za izvrstno logistiko, pomoč in podporo pri organizaciji ter izvedbi snemanj;
- Alenki Golob za pomoč pri prilagoditvi tekstov gojencem in strokovno usmerjanje;
- Moniki Lamešič za odkritost in resničnost na snemanjih in nastopu v Nevidnih;
- varuhom in varuhinjam ter drugim delavcem CUDV Draga za pomoč, podporo, sodelovanje na snemanjih in nastopu v Nevidnih;
- varovancem in varovankam še posebej Blažu, Davorinu, Janezu, Branetu, Petru, Darinki in drugim za neskončno iskrenost, srčnost ter človeškost.

Režiserju in strokovnemu mentorju na področju filmske produkcije Mirku Simiću za sprejet izziv, pokroviteljstvo in mentorstvo Nevidnim. Širine človeškega duha ne moremo meriti, vsekakor jo pa čutimo, saj nam skozi film ves čas govori.

Zahvala za podporo pri izdelavi in realizaciji dokumentarno-igranega filma in projekta Nevidni:

- podporni snemalni ekipi Nevidnih – Žigu Zorku, Matjažu Mraku in Martinu Lebanu;
- Adiju Smolarju in Roku Terkaju - Trkaju za izvrstno avtorsko glasbo in nesebično sodelovanje in razumevanje;
- Tomažu Koširju za izdelavo spletnih strani;
- staršem nastopajočih;
- OŠ Janeza Levca za sodelovanje pri snemanjih sekvenc vezanih na šolo;
- Vladi Republike Slovenije – Uradu za enake možnosti za moralno podporo projektu;
- Uradu varuha človekovih pravic za moralno in medijsko podporo projektu;
- Vlasti Nussdorfer – Belemu obroču Slovenije (društvu za pomoč žrtvam kaznivih dejanj) za sodelovanje v filmu in izkazano podporo projektu ter
- vsem drugim vidnim in nevidnim podpornikom Nevidnih.

Film prepleta drugačnost in enakost med populacijo z motnjo v duševnem razvoju in populacijo tako imenovanih normalnih ljudi. Iskreno spregovori o človeški problematiki z željo po razumevanju in sprejemanju drugačnosti ter posebnosti. Raznolikost je bogastvo, ki ga ne smemo spregledati in izgubiti, temveč sprejeti in razumeti.

Mojim najbližjim in najdražjim v zahvalo za neskončno podporo in razumevanje.

Ključne besede: *otroci s posebnimi potrebami, poklicne dejavnosti, elementarna gibanja, razvoj, gibalne sposobnosti, mediji, dokumentarno igrani film.*

DEJAVNOSTI ZA RAZVOJ GIBALNIH SPOSOBNOSTI OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI

Aleš Košir

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2010

Specialna športna vzgoja, prilagojena športna vzgoja

Število strani 91; število tabel 2; število grafov 5; število virov 68; število prilog 4.

IZVLEČEK

Diplomsko delo ima dva temeljna namena. Prvi je pregled gibalnih sposobnosti zdrave populacije in populacije s posebnimi potrebami, njihov razvoj ter opredelitev poklicev (poklicne dejavnosti) in elementarnih športnih dejavnosti, ki pripomorejo k razvoju gibalnih sposobnosti otrok s posebnimi potrebami. Drugi temeljni namen diplomskega dela je predstaviti medije, moč in uporabnost medijev za predstavitev obravnavane problematike diplomskega dela širši javnosti preko internetne strani, dokumentarno-igranega filma *Nevidni* in posledično množičnih medijev.

Praktični del naloge – filmska produkcija se je izvajala v sodelovanju s CUVD Draga s strokovno pomočjo Roka Usenika in profesorjev Fakultete za šport. Produkcija dokumentarno-igranega filma je potekala pod strokovnim vodstvom režiserja Mirka Simiča.

Namen diplomskega dela je bil narediti praktičen in uporaben izdelek. Širši namen pa predstaviti medije, njihovo uporabnost in moč, ter prikazati širšo problematiko skozi dokumentarno-igrani film z javnim predvajanjem in pokriti projekt z množičnimi mediji. Dokumentarno-igrani film *Nevidni* prikazuje vsakdan populacije s posebnimi potrebami skozi delno režirano zgodbo otroka, ki nas popelje od jutranjega vstajanja, pouka, prijateljev, stroke do raznih dogodivščin in čisto vsakdanjih dogodkov. Cilj je približati problematiko širši javnosti, predstaviti stroko, razširiti obzorja ter povečati integracijo in inkluzijo oseb s posebnimi potrebami v družbo kot celoto s pomočjo medijev in filma.

Prispevek diplomskega dela je pokazati drugim študentom uporabnost in možnosti, ki jih ponujajo sodobne tehnologije in mediji. Hkrati diplomsko delo poudarja nujnost vključevanja tematike v javno izražanje z namenom uporabe in širjenja pridobljenih znanj v času študija ter dviga kvalitete in cenjenosti univerzitetnega študija.

SUMMARY

This diploma work holds two fundamental purposes. The first one is the examination of physical abilities of healthy population and population with special needs, the development of physical abilities, the overview of professions (jobs) and the examination of elementary sport activities that help developing physical abilities of children with special needs. Second fundamental purpose is to present types, power and applicability of media in order to introduce discussion to public through internet page, documentary film and consequently mass media.

Practical part of diploma work – film production was carried out within collaboration with CUDV Draga under professional assistance by professor of sport sciences Rok Usenik and Faculty of sport professors. Documentary film production was carried out under professional guidance of film director Mirko Simič.

The main purpose of this diploma work was to make a practical and useful product. A wider purpose is presenting media's applicability and power to show wider problems through documentary film and cover the project by mass media. Documentary film "The Invisible" presents special needs population's everyday life through partly directed story of a child who leads us from morning getting up, lessons, friends, professions to different adventures and everyday events. The goal is drawing the subject of diploma closer to wider public, presenting professions, widening intellectual horizons and increasing integration and inclusion of people with special needs into society with the help of media and film.

The contribution of this diploma work is to show other students possibilities that are offered by modern technologies and media. Additionally, the work underlines the practicability and urgency to include this subject into public promotion with purpose of spreading obtained knowledge during studies and increasing the quality and value of academic curriculum.

KAZALO:

IZVLEČEK.....	4
SUMMARY.....	5
1 UVOD.....	8
1.1 PREDMET OBRAVNAVANJA.....	16
1.2 CILJI.....	18
2 METODE DELA.....	19
3 RAZPRAVA.....	20
3.1 OTROCI S POSEBNIMI POTREBAMI.....	20
3.1.1 Lastnosti otrok s posebnimi potrebami.....	21
3.1.2 Populacija otrok s posebnimi potrebami.....	22
3.2 GIBALNE SPOSOBNOSTI.....	25
3.2.1 Kaj so gibalne sposobnosti.....	25
3.2.1.1 Gibljivost.....	26
3.2.1.2 Moč.....	27
3.2.1.3 Koordinacija.....	28
3.2.1.4 Hitrost.....	28
3.2.1.5 Ravnotežje.....	29
3.2.1.6 Preciznost.....	29
3.2.1.7 Vzdržljivost (funkcionalna sposobnost).....	30
3.2.2 Razvoj gibalnih sposobnosti otrok.....	30
3.2.3 Gibalne sposobnosti otroka od rojstva do prvega leta starosti.....	31
3.2.4 Gibalne sposobnosti otroka do tretjega leta starosti.....	33
3.2.5 Gibalne sposobnosti otrok s posebnimi potrebami.....	33
3.2.6 Razvoj gibalnih sposobnosti otrok s posebnimi potrebami.....	34
3.3 POKLICNE DEJAVNOSTI ZA RAZVOJ GIBALNIH SPOSOBNOSTI.....	36
3.3.1 SPECIALNI IN REHABILITACIJSKI PEDAGOG.....	36
3.3.2 DELOVNI TERAPEVT.....	37
3.3.3 FIZIOTERAPEVT.....	37
3.3.4 MASER.....	38
3.3.5 PROFESOR ŠPORTNE VZGOJE – ŠPORTNI PEDAGOG.....	38
3.4. ŠPORTNE DEJAVNOSTI ZA RAZVOJ GIBALNIH SPOSOBNOSTI.....	39
3.5. NARAVNE OBLIKE GIBANJA.....	40
3.5.1. Plazenja.....	42
3.5.2 Lazenja.....	43
3.5.3. Hoja.....	44
3.5.4. Tek.....	45
3.5.5. Padci.....	46
3.5.6. Plezanja.....	46
3.5.7. Skoki.....	47
3.5.8. Potiskanja in vlečenja.....	48
3.5.9. Dviganja in nošenja.....	48
3.5.10. Vese.....	49
3.5.11. Metanje, lovljenje, zadevanje.....	49
3.6 ELEMENTARNE IGRE.....	50
3.6.1. Pregled elementarnih iger.....	52
3.6.1.1. Štafetne igre.....	52
3.6.1.2. Moštvene igre.....	53
3.6.1.3. Borilne igre.....	53
3.6.1.4. Igre ravnotežja.....	54
3.6.1.5. Igre preciznosti.....	54

3.7	PLESNE IGRE	54
3.8	MEDIJI, SREDSTVO ZA PREDSTAVITEV DEJAVNOSTI ZA RAZVOJ GIBALNIH SPOSOBNOSTI OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI	56
3.8.1	Množični mediji (mass media)	58
3.8.1.1	Tisk	59
3.8.1.2	Radio	60
3.8.1.3	Televizija	61
3.8.1.4	Splet - internet	62
3.8.1.5	Informacijsko-komunikacijske tehnologije – IKT	63
3.8.1.6	IKT v prihodnosti	63
3.8.2	Uporabnost IKT (medijev) v izobraževalne namene	64
3.8.3	Moč medijev (hegemonija)	65
3.9	Časovni pregled projekta diplomskega dela	66
4	SKLEP	69
5	LITERATURA	71
6	PRILOGE	74
6.1	PRILOGA 1 SHEMATSKI PREGLED PROJEKTA NEVIDNI	74
6.2	PRILOGA 2 SCENARIJ NEVIDNI	75
6.3	PRILOGA 3 (SLIKA SPLETNE STRANI WWW.NEVIDEN.SI)	90
6.4	PRILOGA 4 (DVD NEVIDNI, DOKUMENTARNO IGRANI FILM, 2010)	91

1 UVOD

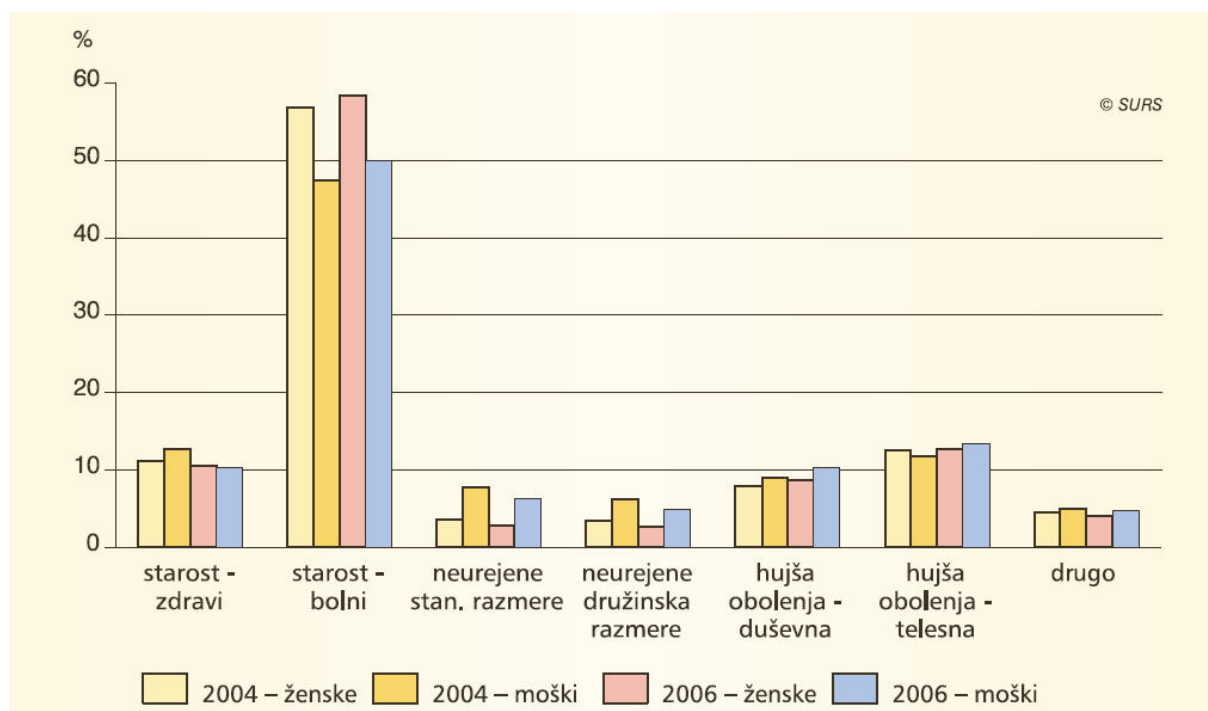
Življenjsko pot otroka lahko spremljamo od spočetja, razvoja v maternici, rojstva do odraslega človeka in smrti. Lahko rečemo, da je ni nosečnosti, kjer starši, stari starši, sorodniki in prijatelji ne rečejo: » Samo da bi bilo vse v redu in bo otrok zdrav.« Otrok je rojen in smo srečni, v kolikor je z otrokovim zdravjem vse tako, kot mora biti.

Seveda ne smemo spregledati deleža tistih otrok, ki se razvijejo drugače. Skalar in Vute (1999) navajata, da je v populaciji od 3. do 19. leta približno 20 do 25 % otrok s posebnimi vzgojno-izobraževalnimi potrebami. Z moderno medicinsko tehnologijo in znanjem lahko že zelo zgodaj odkrivamo odklone pri razvoju otrok. Tako so nekateri starši že zelo zgodaj soočeni z dejstvom, da otrokov razvoj ne poteka po običajni poti. Tu so še otroci, ki nosijo posledice obporodnih poškodb, in tisti posamezniki, pri katerih se bolezni razvijejo v kasnejših starostnih obdobjih kot posledica nesreč, vplivov okolja ali starostnih bolezni. V prihodnje ne smemo pozabiti ali spregledati faktorjev sprememb in odklonov v razvoju, ki smo jih šele začeli poudarjati in raziskovati (konzervansi in aditivi v prehrani, onesnaževanja, življenjski stil, gensko spremenjena hrana in organizmi itd.).

Do neke mere poznamo faktorje, ki lahko vplivajo na razvoj fetusa, otroka in odraslega. Naj bo to starost pri kateri prvič postanemo starši (socialne bolezni), vplivi okolja, življenjski slog, poškodbe, bolezni ipd. Spet se po drugi strani lahko posebna obravnava kot posledica obolenja ali nesreče pripeti vsakomur. Lahko smo udeleženci prometne nesreče, si poškodujemo glavo, imamo nezgodo na delovnem mestu ali dobimo poškodbe pri športu. Tako ali drugače smo si lahko podobni, saj spadamo med osebe s posebnimi potrebami.

Statistični urad Republike Slovenije navaja, da v primeru, ko je med posledicami poškodbe pri delu prisotna tudi morebitna invalidnost, o tem odločajo invalidske komisije (IK) pri ZPIZ-u (Zavod za invalidsko in pokojninsko zavarovanje. Le-te so izvedenski organi Zavoda, ki dajejo v postopkih za uveljavljanje pravic in v pritožbenih postopkih iz pokojninskega in invalidskega zavarovanja izvedenska mnenja o invalidnosti, telesni okvari in potrebi po stalni pomoči in postrežbi drugega. V letu 2006 je bilo od skupnega števila vseh izvedenskih mnenj na IK I. stopnje (36.668) podanih 15.614 (ali 42,58 %) mnenj za oceno invalidnosti. Invalidske komisije I. stopnje so v letu 2006 ugotovile 2.767 novih invalidov I. kategorije (22,58 % manj kot v letu 2005) in 8.946 invalidov II. in III. kategorije (7,07 % manj kot v letu 2005), v 3.901 primeru pa je bilo podano mnenje, da invalidnosti ni (za 16,67 % manj kot v letu 2005) (Vertot, 2007).

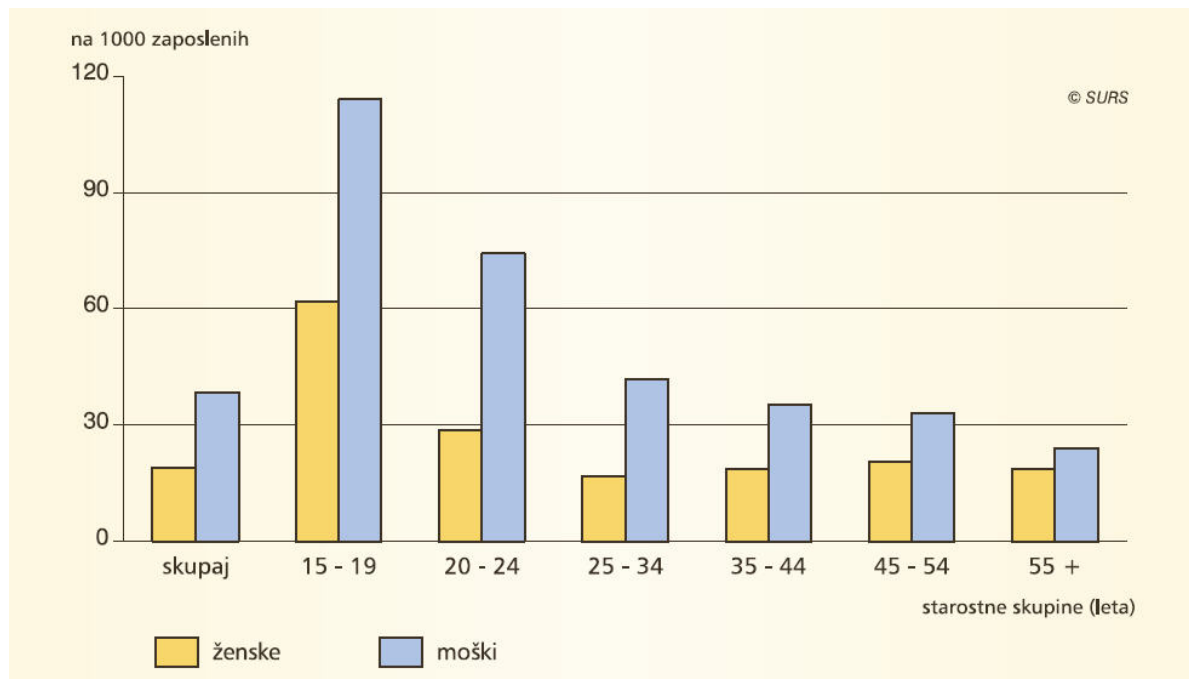
Spet nas lahko v kasnejših starostnih obdobjih »lovijo« bolezni živčevja, srčno-žilnega sistema, viroze, vnetja, obolenja ali starostne in duševne bolezni, ki imajo za posledico takšno ali drugačno prizadetost.



Slika 1. Delež oskrbovancev v domovih za starejše po spolu in razlogih, zaradi katerih so bili vanje sprejeti. Slovenija, 2004 in 2006. Vir: Statistični urad Republike Slovenije (Vertot, 2007).

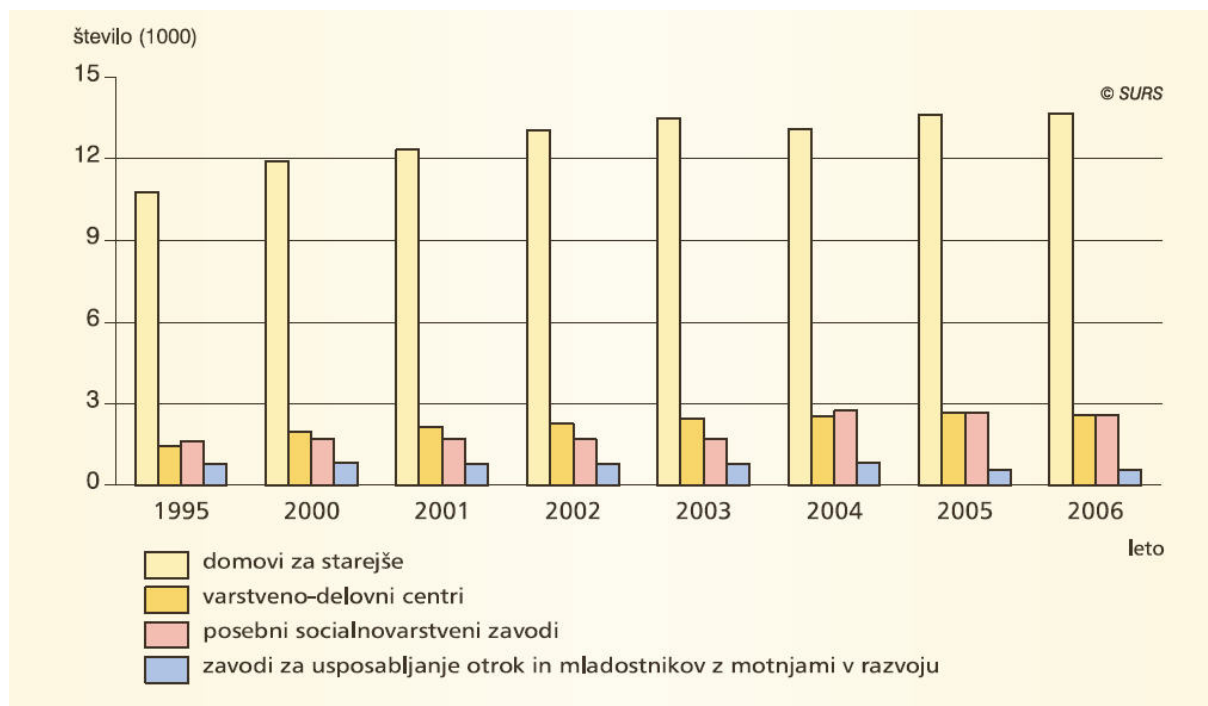
»Leta 2006 so bili varovanci (v posebnih socialnovarstvenih zavodih in posebnih enotah domov za ostarele) moteni, nekateri v duševnem, drugi v telesnem razvoju, nekatere pa sta spremljali obe motnji. Prevladovali so oskrbovanci z dolgotrajnimi težavami v duševnem razvoju (35,7 %) in z več motnjami v duševnem razvoju, s hudimi motnjami vedenja in osebnosti, z gibalno ter senzorno oviranostjo in s poškodbami glave (35,8 %). V dnevnem varstvu sta bili več kot dve tretjini varovancev. Večina (64,1 %) jih je namreč stanovala doma s starši; ti so jih dnevno vozili v zavode le v varstvo in zaposlitev« (Vertot, 2007, str. 32).

»V letu 2006 so bile najpogostejši vzrok invalidnosti bolezni (88,56 %), sledile so poškodbe zunaj dela (6,35 %), poškodbe pri delu (3,37 %) in poklicne bolezni (0,40 %). Kombinirani vzrok invalidnosti pa je bil ugotovljen v 1,28 % primerov« (Vertot, 2007, str. 23).



Slika 2. Poškodbe pri delu na 1000 zaposlenih po kraju nastanka poškodbe, starostnih skupinah in spolu ponesrečencev. Slovenija, 2005. Vir: Inštitut za varovanje zdravja (Vertot, 2007).

Nekaj nas lahko pripelje do stanja, ko grobo obravnavano nismo nič drugačni od tistih, ki imajo posebne potrebe tako ali drugače že od rojstva (osebe z motnjo v duševnem razvoju). Lahko izgubimo tako gibalne sposobnosti kot tudi umske. Ni formule po kateri bi lahko predvideli, kakšen otrok se nam bo rodil, ni je »varne« poti, ki bi jo lahko ubrali, da se nam in otroku ne bi kaj zgodilo. Življenje je tisto, ki nam ponuja in vzame. Naša dolžnost je, da te dobre in slabe plati pravilno ovrednotimo in sprejmemo. Glede na to, da lahko vsakogar doleti taka ali drugačna nesreča (o.p. prizadetost) in ne zaznamuje samo otrok s posebnimi potrebami, moramo tej populaciji dati ustrezno oskrbo in nuditi možnost za ohranjanje in razvoj psiho-fizičnih sposobnosti. Tako kot mi, si tudi oni zaslužijo kvalitetno in dostojno življenje. Nikoli jih ne moremo naučiti in jim dati toliko, kolikor nas lahko naučijo in nam dajo oni.



Slika 3. Oskrbovanci v javnih socialnovarstvenih zavodih po vrstah teh ustanov. Slovenija, 1995 in 2000–2006. Vir: Statistični urad Republike Slovenije (Vertot, 2007).

Sodobna družba je v svojem hitrem in vztrajnem razvoju predvsem informacijskih in komunikacijskih tehnologij z željo, da bi posamezniku olajšala napore, tehnično res zmanjšala razdalje in naredila življenje prijaznejše. Ob tem pa je, sicer s ciljem izboljšati kakovost življenja, morda nehote ali nevede, človeku odtujila življenjsko pomembno vsebino. Pozabili smo na dejstvo, da sta gibanje in šport človeku pomemben vir zdravja in skladnega življenja (Pišot in Fras, 2003, v Videmšek in Pišot, 2007).

Hkrati je to priložnost, da ravno te tehnologije uporabimo v naš prid, za razvoj kvalitete gibalnih in športnih dejavnosti ljudi. Naj povzamem star rek: «Mens sana in corpore sano» ali zdrav duh v zdravem telesu. Več kot očitno je, da je skrb za telo, gibalne sposobnosti in telesno kondicijo tudi vir boljših mentalnih in duševnih sposobnosti ter kvalitetnega življenja. S tem namenom je predstavljena problematika tudi s pomočjo informacijskih tehnologij in medijev z željo po nadaljnjem razvoju družbe in strok.

Glede na statistiko je vidno, da se delež oseb s posebnimi potrebami zvišuje. Rezultate gre pripisati staranju celotne populacije (starostne bolezni), večjim možnostim preživetja ob rojstvu in v kasnejšem življenjskem obdobju ter višanju življenjske dobe oseb s posebnimi potrebami. Ni pravila, zakaj se taki otroci rodijo. Res je, da statistika potrjuje, da se z višjo starostjo staršev in rizičnim vedenjem (droge, alkohol ipd.) zvišuje možnost, da bo imel otrok take ali drugačne pomanjkljivosti oz. posebnosti. Ne pozabimo na bolezni med nosečnostjo in druge možne razloge. Za zdrav razvoj plodu je »smotrno spremljati količino protiteles« (Hrastar, 2009, str. 18). Ugotavljajo se protitelesa proti rdečkam, toksoplazmozi in drugim obolenjem. Vse več je drugih dejavnikov, ki niso toliko raziskani. Koliko je odgovorna prehrana, farmacevtska industrija (odmeven primer rojstva več tisoč otrok brez ali z zelo okvarjenimi udi zaradi zdravila za »preprečevanje nosečniških težav«),

onesnaževanje (kemikalije, sevanja itd.), gensko spremenjena in obdelana hrana, življenjski stil ...

Nosečnice lahko obdržijo svoje prehrabene navade. »Matere pa so še posebno obremenjene z bojaznijo, da ne bi storile kaj takega, kar bi lahko škodovalo razvoju plodu. Boje se »prekrškov« v prehrani, nenadnih boleznih ali pretiranih fizičnih obremenitev. Izkušnje kažejo, da so vse te bojazni večinoma neutemeljene, saj nosečnost ni bolezen, pač pa normalno fiziološko stanje« (Hrastar, 2009, str. 18).

Ali lahko stopnja telesne aktivnosti staršev posledično vpliva tudi na otroke in njihov razvoj – z vidika dednosti (kvalitete posredovanega dednega materiala), telesne zasnove in ne samo navad, znanj, vrednot in stila življenja, ki ga starši posredujejo ter njihov gmotni status, odpira nova vprašanja. Dejstvo je, da telesna aktivnost in življenjski stil vplivata tudi na različne hormonske ter druge funkcionalne mehanizme in delovanje človeškega telesa. V kolikor damo za protitež druge prej omenjene negativne dejavnike, je nekako logično, da morajo ti notranji imeti vsaj toliko močan učinek, da negativne dejavnike izničijo, posledično pa se rodi zdrav otrok. Ravno telesna kondicija pogojuje boljšo odpornost in fiziološko, telesno sposobnost. Torej je lahko neravnovesje iz takšnega ali drugačnega razloga ali zgolj slučaj in splet okoliščin dovolj, da se želje spremenijo v žalost, strah, razočaranje ...

Moramo se zavedati, da danes ni formule, kdaj in komu se lahko rodi tako ali drugače telesno in umsko prikrajšan otrok. Starš ni kriv, zato se ga ne sme obtoževati, saj se to lahko zgodi vsakomur izmed nas.

Prizadetost ima različne izvore. Glede na statistiko policije (2009) je v letu 2008 utrpelo hudo telesno poškodbo 1068 ljudi, zaradi česar ti ljudje potrebujejo posebno obravnavo (operativni posegi, rehabilitacije, delovna terapija, prilagojene športne dejavnosti). Spet, če so posledice zelo hude, stalno skrb in nego, mogoče celo sprejem v zavode ali centre, kjer prevzame skrb ustanova (stroka). Delovne in preostale nesreče ter bolezni znatno doprinesejo k številu oseb potrebnih posebne obravnave. Po podatkih Statističnega urada Republike Slovenije (2007) je bilo v letu 2007 krepko preko 43.000 invalidov! Potem so tukaj še starostniki. Dejstvo je, da se populacija stara. Vedno več je starejših in njihov delež strmo raste. Delež celotne populacije s posebnimi potrebami tako otrok kot tudi starejših narašča.

»Prizadetosti« se v življenju ne moremo izogniti kljub sreči. Če ne doleti nas samih, bo nekoga, ki ga poznamo.

Gibanje je osnova, že antični rek »panta rhei« (vse teče), govori, da se vse giblje. Gibanje v človeškem okviru pomeni sposobnost, ki jo je človek usvajal in izpopolnjeval tekom svoje evolucije.

Če so bile gibalne sposobnosti v njegovi preteklosti nujno potrebne za preživetje (lov, nabiranje, obdelovanje ipd.), temu ni več tako, saj nam znanstveni, tehnološki in družbeni razvoj ponuja rešitve, kako preseči te omejitve (preseganje človeških zmogljivosti) in ponuja rešitve za tiste, ki so prikrajšani na kakršnem koli telesnem ali duševnem razvoju. Dandanes zahod kot ekonomska družba povezuje gibalne sposobnosti bolj z videzom ter športnim spektaklom in ne več toliko z bistvom – gibalnimi sposobnostmi in zdravim načinom življenja. Ti so del elite športnikov in ozaveščenih posameznikov. Na žalost nekateri mediji, nehote ali zavestno, namesto

športnih dejavnosti in zdravega načina življenja izkoriščajo popolna in izklesana telesa z namenom oglaševanja in prodaje športnih pripomočkov, dodatkov k prehrani in aparature, ki naj bi brez truda pripeljale do popolnih teles. Za doseganje rezultatov in gibalnih sposobnosti je potreben ravno trud, včasih tudi premagovanje bolečine, obvezno pa preseganje samega sebe skozi telesno aktivnost.

Zdravi populaciji so gibalne sposobnosti na nek način samoumevne, dokler niso postavljeni pred izziv. Populaciji s posebnimi potrebami so ravno te osnovne dobrine prikrajšane. Za njih ni čarobnih pripomočkov, dodatkov k prehrani in drugih enostavnih rešitev. Njihove gibalne sposobnosti so bodisi iz razvojnih, bolezenskih ali neugodnih razlogov omejene. Za razliko od zdrave populacije potrebujejo toliko več pozornosti in prilagojenih dejavnosti, saj so toliko bolj podvrženi negibanju, zaležanosti, zasedenosti in neaktivnosti. Ko se človek ne giblje, telo zaspi. V kolikor je to daljše obdobje prihaja do toliko hujših posledic, ko se telo ne razvija prav, srce in pljuča nimajo potrebne kapacitete, dovzetnost za dodatna obolenja je skozi čas večja in večja.

Telesna aktivnost je tudi podlaga boljši umski storilnosti in boljšemu duševnemu zdravju. S telesno aktivnostjo moramo pri populaciji s posebnimi potrebami začeti kar se da zgodaj in vzdrževati primerno stanje. To, da pričnemo z delom zgodaj pomeni, da pričnemo že pri novorojenčkih. Ko se nam rodi otrok s posebnimi potrebami je največja napaka staršev strah, da bo gibanje in delo z otrokom stanje poslabšalo. Zato so ti otroci nemalokrat zanemarjeni in prepuščeni sami sebi, zaležani in njihov razvoj nazaduje od njihovih realnih sposobnosti in zmožnosti. Nasprotno od tega ravno ti otroci potrebujejo toliko več pozornosti in gibanja, saj so njihove razvojne sposobnosti omejene. Zaradi omejenih razvojnih sposobnosti potrebujejo več dotika, več bližine in ljubezni, da pridobijo samozavest in ohranijo neko primerno telesno gibljivost in moč ter razvijejo svoj pravi potencial.

V kolikor pogledamo osnovne elemente gibanja in razvoja otrok vidimo, da poznamo temeljna osnovna gibanja, ki jih lahko razvijamo. Pri otroku se sprva pojavi lazenje in plazenje, kasneje hoja, plezanje, tek, skoki itd. Ta elementarna gibanja so osnova kasnejšim kompleksnejšim gibanjem, ki jih uporabljamo vsak dan. Pri otrocih s posebnimi potrebami moramo poskrbeti, da imajo možnost razvijati te sposobnosti (gibanja) v njim primernih in prilagojenih okoliščinah. Pri tistih, ki so gibalno tako moteni, da ne morejo sami opravljati dejavnosti, nudimo pomoč in podporo pri njihovi telesni izraznosti.

Igra je bistveni del človeka. Pestri življenje, uči, razvija, nadgrajuje, izziva otroke. Je temeljna dejavnost, ki povezuje, spodbuja otroke k doseganju nekega cilja in rezultatov ter preživljanju prostega časa. Elementarne igre omogočajo uporabo elementarnih gibanj v zabavnem, prijetnem in motivacijskem okolju. Na podlagi preprostih pravil otroci med seboj tekmujejo, sodelujejo in pozabijo na pretečen čas in trud, ki ga morajo za dosego želja in ciljev vložiti. So odlično sredstvo za gibalni razvoj otrok s posebnimi potrebami.

Poleg igre je okrog nas in v nas večno prisoten ritem. Ritem letnih časov, ritem dneva in noči, ritem bitja srca in dihanja. Izražanje ritma, gibanja v času in prostoru, ter telesni izraznosti služi ples. Ples je temeljna človeška izraznost. Ko otrok sliši glasbo, prične sam prestopati, se obračati in vrteti. Ta neverjeten prirojeni stimulans, ples, je

izraznost nas samih. Otroci s posebnimi potrebami imajo radi in potrebujejo ples, saj v osnovi nima strogih zahtev, zgolj eno – prepustitev ritmu in gibanju. Čeprav se zgodi, da nekateri otroci s posebnimi potrebami nimajo izpopolnjenega občutka za ritem, jih to ne ovira in se ne pustijo motiti. V svojem notranjem ritmu sledijo zunanemu in ravno tako lahko izrazijo svojo posebnost ter edinstvenost.

Usenik (2009) navaja da je bil prvi športni tabor za osebe z motnjami v duševnem razvoju organiziran leta 1963 na pobudo družine Kennedy v Združenih državah Amerike. Pet let pozneje so bile izpeljane prave športne igre z večinskimi udeleženci iz Združenih držav Amerike, gosti pa so specialno olimpijsko idejo prenesli v svoja okolja. Danes je v vrstah Specialne olimpijade vključenih preko 150 nacionalnih organizacij, katerih zaledje šteje preko 25 milijonov oseb z motnjami. Slovenija je začela sodelovati leta 1990 in pridobila polnopravno članstvo v letu 1993.

Te prilagojene tekmovalne športne aktivnosti so tako motivacijsko kot terapevtsko sredstvo. Vloga specialnih športnih pedagogov je gibalno in kondicijsko pripraviti osebe s posebnimi potrebami na tekmovanje. Seveda so na tekmovanjih razdeljeni glede na njihove sposobnosti in tako omogočajo pošteno igro (»fair play«).

Telesna izraznost je populaciji s posebnimi potrebami še toliko bolj pomembna kot zdravi populaciji. Zato vsak še tako znaten napredek in dosežek za njih pomeni ogromno. Naj bo to kotaljenje, plazenje skozi tunel, premagovanje ovir, met na koš itd. Za tiste bolj sposobne pa borilni športi, smučanje, pri invalidih sedeča košarka in odbojka. Majhen rezultat jim da iskreno srečo, zadovoljstvo in samozavest za nove izzive.

Vse te aktivnosti spodbujajo tako gibalne, funkcionalne, miselne in duševne sposobnosti. Med dejavnosti, ki spodbujajo gibalni razvoj zaradi strokovne obravnave, ne moramo šteti le telesne dejavnosti s strani prizadetih. Vanje uvrščamo tudi različne stroke in poklice, ki se vključujejo v razvoj populacije in otrok s posebnimi potrebami. Med poklice, ki vplivajo na izboljšanje gibalnih sposobnosti otrok štejemo profesorje športne vzgoje, fizioterapevte, delovne terapevte, specialne in rehabilitacijske pedagoge ter druge poklice. To so vse dejavnosti – stroke, ki s svojimi dejavnostmi neposredno vplivajo na gibalni razvoj, bodisi s telesnim stikom, pomočjo ali zgolj usmerjajo in stimulirajo fizično dejavnost otrok s posebnimi potrebami. Ob obravnavanju teh strok se pokaže, da imajo veliko stičišč, a se sprašujemo o kvaliteti povezovanja in priznavanja med strokami in fakultetami, ki poučujejo bodoče strokovnjake s teh področij, ki obravnavajo in delajo z isto populacijo.

Ko želimo podajati določena znanja se moramo vprašati, kako bomo ta znanja posredovali. Načinov je veliko in vsak ima svoje posebne kvalitete. V kolikor vplivamo na človeška čutila, je smiselno vključiti kar največ čutil tudi čustev in razmišljanj hkrati. V tem primeru z zdaj množično dostopno tehnologijo je video prikaz med tistimi najbolj jedrnatimi in realističnimi, kjer s pomočjo slike, govora in teksta posredujemo kar najbolj prepričljiva dejstva in znanja.

Razvoj diplomskega dela je podoben živemu organizmu. Diplomsko delo poda v primerjavo gibalne sposobnosti zdravih in otrok s posebnimi potrebami. Odločilne so razlike, ki so same po sebi namen obravnave, saj je delo in vključevanje oseb s

posebnimi potrebami ključnega pomena za razvoj in vzdrževanje gibalnih sposobnosti. Prvotni cilj je bil narediti izbor dejavnosti za razvoj gibalnih sposobnosti otrok s posebnimi potrebami. Ker je bil namen, narediti diplomsko delo z uporabno vrednostjo, se je izkazalo za nujno potrebno uporabiti IKT in te dejavnosti posneti. Hkrati se je začelo postavljati vprašanje, kdo bo končni uporabnik. Uporabniki strokovnega filma so lahko študentje, pedagogi, starši otrok s posebnimi potrebami in drugi posamezniki, ki jih izbrana tematika zanima. Namen strokovnega filma bi bil narediti video prikaz športnih – telesnih dejavnosti za razvoj gibalnih sposobnosti obravnavanih znotraj diplomskega dela. Strokovni film bi nudil grobo predstavitev dejavnosti, vaj in poklicev, ki so pri ohranjanju in razvoju gibalnih sposobnosti nujno potrebni. Kot smiselno se je izkazalo približati populacijo in problematiko oseb s posebnimi potrebami širši javnosti.

Vprašanje ki je sledilo, je bilo, kako problematiko obravnavano v filmu predstaviti širši javnosti. Tukaj se je porodila ideja o prikazu širše problematike s pomočjo javnega predvajanja. S pridobljenimi izkušnjami in poznanstvi v okviru novinarsko-voditeljskega dela v seriji 15-ih oddaj »Najboljša podjetniška ideja«, ki so se predvajale na RTV Slovenija (TV SLO 2, 2006-2007), postaviti nove mejnike diplomskemu delu in strokovni film dodelati strokovno in vsebinsko.

Za najbolj aktualno in dostopno možnost za prikaz problematike se je izkazala kombinacija dokumentarističnega in filmskega, saj zgolj dokumentarna oddaja ne pritegne gledalca na tak način kot kombinacija obojega. V dokumentarno-igranemu filmu skrbi dokumentarni del za strokovnost, preglednost in resničnost problematike; filmski del pa za dostopnost, razumevanje in odobravanje, saj se v nekaterih situacijah lahko najdemo sami.

Munitić (1982) izpostavi, da prvič do dobrega dokumentarnega filma vodi razmišljanje, iskanje in oprezno preciziranje režijskega postopka. Drugič (na ulici, v gneči) rezultat prihaja iz refleksne in bliskovite akcije: pravila spet ni, razen globalnega – ko snemaš film, moraš misliti in čutiti filmsko.

Prikazati prizadete na gledalcu dostopen način se je izkazalo za velik izziv. Naj navedem citat: »Dokumentarist je »lovec na življenjske iskre«, specialist, ki mora posedovati ogromno znanja, izkušenj in nadvse instinkt za refleksno usklajevanje filmskih dimenzij s tem, kar se pojavi v objektivu« (Munitić, 1982, str. 44). Brez teh karakteristik se obravnavane populacije ne da izraziti v njeni posebnosti izražanja in doživljanja življenja.

Film je umetnost dokumentiranja gibanja. Tako film predstavlja področje sedme umetnosti kot tudi eno od najbolj razširjenih oblik zabave. Združuje besedno, likovno, glasbeno, plesno in gledališko umetnost. Film se je razvijal in se razvija še danes tako na umetnostnem področju kot tudi na tehnološkem (boljše kamere, filmski trak, tonske naprave ...). Film je ena najbolj prepričljivih in kreativnih umetnosti, saj lahko prikazuje realnost ali domišljijo (Wikipedija, 2009).

Podoba produkcije filmov v Sloveniji v javnem sektorju je sledeča: »V letu 2008 so slovenski producenti proizvedli oz. v tem letu je bilo prvič predvajanih 45 slovenskih filmov, od tega 27 ali 60,0 % igranih (7 dolgometražnih in 20 kratkometražnih oz. srednjemetražnih), 15 ali tretjina dokumentarnih in trije kratkometražni oz. srednje metražni animirani (Filmski sklad RS)« Svetlin Kastelic (2009).

»Uskladiti številne opravke kinematografske celote, zediniti jih na harmonični in delo tvorni osnovi, izplesti celoviti komunikacijski proces, kjer niti en od obravnavanih elementov ne izstopa kot nezaželen, destruktivni faktor – pravzaprav težko kot tudi odgovorno. A spet, ravno ta stalna napetost, strukturna negotovost, neprestano izmenjavanje pričakovanega in nepričakovanega, prepletanje komunikativnega in nekomunikativnega in je karakteristika, na kateri počiva dokumentarna živahnost, ona pogosta impozantnost za oči običajne slike na velikem in malem ekranu« (Munitić, 1982, str. 44).

Obravnavana problematika ni lahka. Družba še vedno stigmatizira in pozablja na populacijo s posebnimi potrebami in se je izogiba. Pravzaprav je ta populacija nevidna, saj je postavljena izven našega vidnega in intelektualnega zornega kota, moralnega ter čustvenega obravnavanja. Redka srečanja na ulici ipd. so zgolj neprijetni slučajji, ko ljudje nismo odločeni, kako reagirati in sprejeti srečanje.

Znotraj populacije s posebnimi potrebami velja omeniti to, ki je najpogosteje stigmatizirana in prikrajšana – osebe z motnjo v duševnem razvoju. To je populacija brez pravih državljanskih pravic.

Ker se je za projekt diplomskega dela že tekom razvoja pokazalo veliko interesa in so se pokazali dodatni pristopi do obravnave problematike, je postalo jasno, da je potrebno vključiti medije kot celoto in narediti širšo shemo obravnave problematike.

S tem je diplomsko delo postalo realen in izvedljiv projekt, interesanten tako za stroko, javnost kot tudi bodoče akademike, strokovnjake in poslovneže.

1.1 PREDMET OBRAVNAVANJA

Diplomsko delo obravnava populacijo otrok s posebnimi potrebami. V to populacijo sodijo otroci z motnjami v duševnem razvoju, slepi in slabovidni otroci, gluhi in naglušni otroci, otroci z govorno-jezikovnimi motnjami, gibalno ovirani otroci, dolgotrajno bolni otroci, otroci s primanjkljaji na posameznih področjih učenja, otroci s čustvenimi in vedenjskimi motnjami ter otroci z učnimi težavami in posebej nadarjeni otroci.

Glede na to, da sodi skupina otrok z motnjo v duševnem razvoju med bolj ranljivo in odvisno, je ta specifična skupina idealna za pilotne študije in delo na področju dela, usposabljanja in izpopolnjevanja, kar se je izkazalo skozi razvoj diplomskega dela. Hkrati se je izkazalo za potrebno v filmsko obravnavo vključiti tudi druge starostne skupine, ker so obravnavane vsebine primerne za vse osebe s posebnimi potrebami ne glede na starost ali motnjo. Seveda morajo biti te vsebine prilagojene ciljni skupini oz. posamezniku.

Diplomsko delo nadalje obravnava dejavnosti in poklice, ki preko gibanja bodisi aktivnega ali pasivnega ter s pomočjo različnih aparatov in telesnega stika vplivajo pozitivno na razvoj gibalnih sposobnosti. Ob obravnavanju oseb s posebnimi potrebami med prvim pomislimo na inštitucije in stroko, ki z njimi dela (defektologi, fizioterapevti ipd.). Toda ne smemo zanemariti pomembne vloge profesorjev športne

vzgoje, ki so zaključili smer specialna športna vzgoja, predmet prilagojena športna vzgoja. Poudarek je na športnih znanjih pridobljenih tekom študija na Fakulteti za šport. Obravnavana so elementarna gibanja, elementarne igre in plesne igre kot osnova razvoju gibalnih sposobnosti, tako v razvojni stopnji (v času rasti in razvoja otroka) kot tudi ohranjanju v kasnejših starostnih obdobjih.

Ko obravnavamo dejavnosti za razvoj gibalnih sposobnosti, to ne pomeni samo elementarnih gibanj in iger ter plesne izraznosti. Te so namenjene najmlajši populaciji, da lahko preko njih osvoji osnove za kasnejšo športno nadgradnjo. Otroci s posebnimi potrebami kot tudi njihovi starejši predstavniki se radi dokazujejo v športnih dosežkih. Tu je kopica prilagojenih športnih dejavnosti: od iger z žogo, vožnje s kolesi, atletike, borilnih športov, jahanja (hipoterapija, terapevtsko jahanje) do plezanja in plavanja. Skoraj ga ni športa, ki se ga ne da prilagoditi populaciji s posebnimi potrebami.

Gibalne sposobnosti otrok s posebnimi potrebami zahtevajo tudi posebne pogoje, pod katerimi se lahko razvijajo in vzdržujejo. Zagotoviti te pogoje, pomeni imeti razumevanje, sprejetost in podporo problematike s strani širše javnosti kot tudi ključnih družbenih skupin, javnih ustanov in posameznikov, ki zagotavljajo zakonodajno podporo in sredstva.

Z razvojem tehnologij in sprememb v delovanju družbe kot celote, je potrebno obravnavati informacijsko-komunikacijske tehnologije (IKT) kot učni in didaktični pripomoček, sredstvo izobraževanja, ozaveščanja, vzgoje in dela. Ker so mediji vodilo družbe, je nujno predstaviti problematiko z njihovo (po)močjo. Mediji imajo veliko večji vpliv na človeštvo, kot se to tega zaveda. Moramo vedeti, da je izbor vsebin, ki se prikazujejo, tisti, ki opredeljuje, kaj družba vidi in kaj ne.

Smotno in nujno je v diplomskem delu obravnavati različne medije, njihove osnovne lastnosti in uporabnost. S tem namenom je stroka, problematika in širša problematika populacije s posebnimi potrebami predvajana širši javnosti preko dokumentarno-igranega filma in množičnih medijev. Namen obravnave medijev je zagotoviti osnovo za nadaljnji razvoj projekta po opravljenem zagovoru diplomskega dela.

Diplomsko delo tako obravnava problematiko otrok s posebnimi potrebami (posledično vseh oseb s posebnimi potrebami), dejavnosti, tako poklicne kot telesne, v sklopu prilagojenih športnih dejavnosti, splošno problematiko sodobne družbe in obravnavano problematiko posreduje skozi dokumentarno-filmsko predvajanje. Na tak način nudi odgovore, a hkrati odpira nova vprašanja pri obravnavi otrok s posebnimi potrebami in dejavnostmi za njihov gibalni, duševni, čustveni in intelektualni razvoj.

Celotna obravnavana vsebina je namenjena nadaljnji obravnavi skozi medije, s čimer je namen diplomskega dela pokazati obravnavano problematiko na unikaten in pristen način, kar prispeva trajnostnemu razvoju univerzitetnega izobraževanja.

1.2 CILJI

Opredelili smo naslednje cilje:

- Predstavitev otrok s posebnimi potrebami – kdo so ti otroci?
- Predstavitev problematike razvoja gibalnih sposobnosti otrok s posebnimi potrebami in razlik z zdravo populacijo.
- Predstavitev in izbor dejavnosti, ki spodbujajo razvoj gibalnih sposobnosti otrok s posebnimi potrebami.
- Predstaviti gibanje kot osnovo telesnemu razvoju otrok in ohranjanju telesne vitalnosti.
- Posredovati vsebino diplomskega dela v obliki člankov in prispevkov na spletni strani www.neviden.si ter dokumentarno-igranega filma Nevidni.

2 METODE DE LA

- Deskriptivna metoda

Metoda za korektno uporabo, študijo in interpretacijo že napisane literature.

- Metoda uporabe preglednic in grafičnih prikazov

Metoda za prikaz podatkov na pregleden in logičen vizualen način.

- Metoda spletne strani

Metoda, kjer se z izdelavo spletne strani predstavijo vsebine diplomskega dela v obliki člankov in prispevkov.

- Metoda dokumentarno-igranega filma (video produkcijska metoda)

Metoda, ki ustreza filmski (produkcijski) dovršenosti na visokem nivoju. Metoda dokumentarističnega poročanja in filmske tehnike, kjer imata vsaka svojo vidno prepletajočo se zgodbo stroke in življenja oseb s posebnimi potrebami. Izdelava dokumentarno igranega filma Nevidni.

3 RAZPRAVA

3.1 OTROCI S POSEBNIMI POTREBAMI

»Telesne prizadetosti so stare kot življenje samo. Že najzgodnejši viri dokazujejo, da so se ohranjali le najbolj prilagojeni organizmi. Tisti, ki niso bili sposobni samozaščite in samoohranitve so propadli« (Vute, 1998, str. 9).

Naj se sliši to še tako kruto, toda skozi tokove zgodovine so različne kulture pojmovale prizadetost na različne načine. V Afriki so jo dojemali kot prekletstvo, v domorodni Ameriki kot stik z onstranstvom, v Indiji pa kot utelešenje bogov. V antični Šparti je bila obravnavana različno – kot skrivanje, zanemarjanje, izločanje ali celo zavračanje (prepuščanje smrti) prizadetih in slabotnih novorojenčkov. Na drugi strani so določene kulture častile in spoštovale te posebneže. Tako se v Indiji še danes otroci z več udi znajdejo v centru pozornosti tisočerih, ki k njim romajo po božji blagoslov, priporočijo prošnje in počastijo reinkarnacijo boga Višne (bog z več udi).

»Prizadetosti se ne da izbrisati, saj je sestavni del vsake družbe, a je na žalost večkrat zapostavljena in odrinjena na rob družbe kljub temu, da je vsem znano, da si človek prizadetosti ni izbral sam« (Sonjak, 1999, str. 26).

Stroka in javnost to populacijo pojmuje različno: prizadeti, defektni, subnormalni, moteni, deviantni, otroci z motnjami v razvoju, otroci z učnimi težavami in otroci s posebnimi vzgojno-izobraževalnimi potrebami, pri čemer vsi izrazi razen zadnjega te otroke bolj ali manj negativno označujejo in jih na ta način bremenijo, kot da so oni sami odgovorni za nastale motnje (Galeša, 1995; Bratož, 2004).

Žerovnik (2004) navaja, da je to raznolika populacija in naj bi je bilo v šolski populaciji od 2 do 10%. Področje posebnih potreb je zajeto v Zakonu o osnovni šoli in v Zakonu o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami. S tema zakonoma so jasneje opredeljene in priznane posebne potrebe, zaradi česar naj bi bila zagotovljena dodatna individualna ali skupinska strokovna pomoč in obravnava glede na obseg posebnih potreb. Omogočeno naj bi bilo tudi prilagajanje metod in strategij učenja, pripomočkov, gradiv ter preverjanje in ocenjevanje znanja.

Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami opredeljuje populacijo otrok s posebnimi potrebami v Uradnem listu Republike Slovenije (Ur.l. št 3/2007 – uradno prečiščeno besedilo, 2. člen):

Otroci s posebnimi potrebami po tem zakonu so:

- otroci z motnjami v duševnem razvoju
- slepi in slabovidni otroci
- gluhi in naglušni otroci
- otroci z govorno-jezikovnimi motnjami
- globalno ovirani otroci
- dolgotrajno bolni otroci
- otroci s primanjkljaji na posameznih področjih učenja ter otroci s čustvenimi in vedenjskimi motnjami, ki potrebujejo prilagojeno izvajanje programov vzgoje in

izobraževanja z dodatno strokovno pomočjo ali prilagojene programe vzgoje in izobraževanja oziroma posebne programe vzgoje in izobraževanja.

Zakon o osnovni šoli (Ur.l. št. 81/2006 – uradno prečiščeno besedilo, 11. člen; dopolnjen drugi odstavek 11. člena v Ur.l. 102/2007, 5. člen):

- Otrokom s posebnimi potrebami morajo biti zagotovljeni ustrezni pogoji za njihovo vzgojo in izobraževanje.
- Otroci s posebnimi potrebami po tem zakonu so otroci:
 - o z motnjami v duševnem razvoju
 - o slepi in slabovidni otroci
 - o gluhi in naglušni otroci
 - o otroci z govorno-jezikovnimi motnjami
 - o gibalno ovirani otroci
 - o dolgotrajno bolni otroci
 - o otroci s primanjkljaji na posameznih področjih učenja ter otroci s čustvenimi in vedenjskimi motnjami, ki potrebujejo prilagojeno izvajanje programov vzgoje in izobraževanja z dodatno strokovno pomočjo ali prilagojene programe vzgoje in izobraževanja oziroma posebni program vzgoje in izobraževanja ter
 - o učenci z učnimi težavami in posebej nadarjeni učenci.
- Otroci s posebnimi potrebami, ki so usmerjeni v izobraževalne programe s prilagojenim izvajanjem in dodatno strokovno pomočjo, v prilagojene izobraževalne programe ali v posebne programe vzgoje in izobraževanja, imajo pravico do individualiziranih programov vzgoje in izobraževanja. Osnovna šola mora za izvajanje osnovnošolskega programa otrok s posebnimi potrebami zagotoviti strokovne delavce za pripravo, izvedbo in evalvacijo individualiziranih programov.

3.1.1 Lastnosti otrok s posebnimi potrebami

Že s prvim stavkom Splošne deklaracije o človekovih pravicah, ki jo je pred več kot petdesetimi leti (10. decembra 1948) sprejela in razglasila Generalna skupščina Organizacije združenih narodov, je določeno, da »se vsi ljudje rodijo svobodni in z enakim dostojanstvom in enakimi pravicami« (Vertot, 2007).

Vertot (2007) opozarja na to, da so tudi v Sloveniji človekove pravice ustavnopravna kategorija. Ustava Republike Slovenije (Uradni list RS, št. 33/91) v 14. členu določa, da so »vsakomur zagotovljene enake človekove pravice in temeljne svoboščine, ne glede na narodnost, raso, spol, jezik, vero, politično ali drugo prepričanje, gmotno stanje, rojstvo, izobrazbo, družbeni položaj, invalidnost ali katerokoli drugo osebno okoliščino«.

Lastnosti, po katerih se posameznik loči od drugih ljudi, so jedro njegove edinstvenosti. Cenjena in sprejeta drugačnost je tista, ki v medsebojnih stikih prinaša potrditev, sprejemanje in ugodno samopodobo, kar je vse bistvenega pomena za zadovoljevanje osnovnih psihosocialnih potreb. Vsaka drugačnost ni nujno prednost, lahko celo ogroža zdrav razvoj. Pomembni kriteriji na podlagi katerih se izjemnost določa so naslednji (Bečaj, 1988):

- otrok izstopa iz širokega okvira običajnega;

- obstajati morajo posebni, neobičajni razlogi oziroma vzroki;
- ogrožen je nadaljnji psihosocialni razvoj;
- potrebno je posebno, strokovno obravnavanje.

Značilnost otrok s posebnimi potrebami je, da je pri njih mogoče zaznati vedenjske sposobnosti in navade, ki so lahko posledica vzgojnih napak staršev, njihove delne ali pretežne izključenosti iz socialnega okolja, negativnih izkušenj, ki so si jih pridobili v stikih z okoljem v preteklosti, pa tudi frustracij, ki jih doživljajo pri poskusih zadovoljevanja, zlasti socialnih potreb. Te njihove navade in vedenjske sposobnosti so za okolje največkrat moteče, nesprejemljive ali vsaj težko razumljive, saj jih vrstniki, pa tudi odrasli doživljajo kot moteče, neprijetne, nenavadne in nesprejemljive (Skalar, 1995).

Novljan (1997) še dodaja, da imajo otroci s posebnimi potrebami manjše število predstav, ki so vsebinsko skromne, nejasne, nenatančne in nepopolne. Hitro si poenostavijo predstave, hitro izenačijo ne samo predstave predmetov, temveč tudi odnose med ljudmi, tako da tudi hitro izgubijo pristnost in živost predstav. Njihove glavne pomanjkljivosti so nesamostojnost, slaba iniciativnost, pomanjkljiva samokontrola, težko se obvladajo in odložijo trenutne želje. Kadar je izpostavljen stresnim situacijam postane nemiren, nepozoren, agresiven ali pa se zapre vase, postane negotov in nerad sodeluje v skupini s svojimi vrstniki. Zaradi pogostih neuspehov in z njimi povezanih frustracij imajo pogoste osebne težave in težave s socialnim prilagajanjem. K temu največkrat pripomorejo vrstniki in ožje ter širše okolje, ki jih pogosto ne sprejme in ne razume.

Njihove lastnosti, kot na primer: ciničnost, egocentričnost, agresivnost, zavrtost, sebičnost, lepljivost, zahtevnost in jokavost, so povod ali vzrok odporom, zavračanju, predsodkom in konfliktom v socialnem okolju. Še posebej okolje težje sprejme tiste, ki so vedenjsko moteni, osebno zanemarjeni ali pa so telesno deformirani in zaradi tega neprijetnega videza. Ljudje v sebi nosijo prepričanje, da so ljudje, ki so telesno prizadeti tudi duševno prizadeti in da se njihova telesna podoba zrcali v njihovi duševnosti. Takšna neposredna in absolutna povezanost, pa je povsem laična in neznanstvena. Celo dokazljivo in zelo verjetno je spoznanje, da lahko telesne deformacije, neposredno in posredno, v interakcijah s socialnim okoljem povzročijo negativne posledice tudi v duševnem razvoju posameznika (Skalar, 1995).

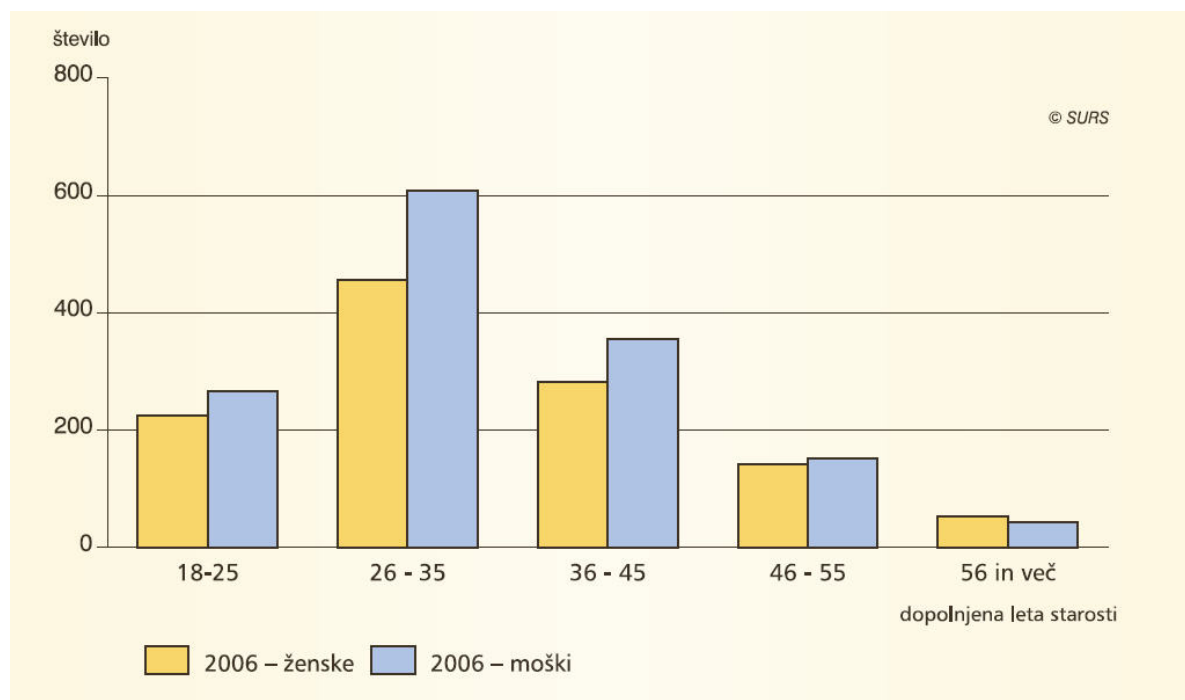
Mnoge raziskave kažejo, da veliko učencev z učnimi težavami ustrezno šolsko vedenje težko dosežajo in da so njihovi odnosi z učitelji in sošolci manj primerni. Za svoj trud so le redko pohvaljeni ali deležni priznanja in so pogosteje neupoštevani ali grajani. Mnogo je takšnih, ki se težje pogajajo in sklepajo kompromise, hitreje podležejo pritiskom sošolcev, ne sprejemajo moralnih norm in ne razmišljajo o posledicah svojih dejanj. Prav zaradi tega so med vrstniki pogosto manj priljubljeni in redkeje izbrani za prijatelje (Derr, 1986, v Novljan, Jelenc in Jerman, 1998).

3.1.2 Populacija otrok s posebnimi potrebami

Svet Evrope (Council of Europe, 1995, v Vute, 1999) navaja podatke za države članice in ugotavlja, da je pri prebivalstvu, mlajšem od 65 let, kar 8 odstotkov takih, ki imajo telesne, senzorne ali mentalne funkcije spremenjene za 30 odstotkov ali več. Pri polovici od teh gre za različna obolenja. Pri slabi tretjini pa je prizadetost

posledica nesreč. Navkljub velikemu napredku medicinske stroke se število različno prizadetih rahlo, vendar nenehno povečuje. Tako se na primer število otrok, ki med šolanjem potrebujejo posebno obravnavo, zvišuje za 3-5 procenta letno.

Statistični urad navaja delež otrok vključenih v program vrtca. V letu 2006 je bilo nekaj več kot 1 % otrok s posebnimi potrebami. Dve tretjini teh otrok je bilo integriranih v redne oddelke vrtca, ena tretjina pa je obiskovala prilagojene oddelke (Ložar, 2007).



Slika 4. Varovanci varstveno-delovnih centrov po spolu in starosti, Slovenija, 2006. Vir: Statistični urad Republike Slovenije (Vertot, 2007).

Opara (2005) in Galeša (1995) navajata ocene, da s tako opredelitvijo populacije otrok s posebnimi potrebami zajamemo od 20 do 25 odstotkov vse osnovnošolske populacije, ki pri šolanju potrebuje prilagoditve in pomoč. V tako opredeljeni populaciji je najštevilčnejša skupina otrok z učnimi težavami, ki obsega okoli 15 do 20 odstotkov osnovnošolske populacije. Jonssen (1993, v Opara, 2005) opozarja, da je skupina posebej nadarjenih otrok bolj specifična, saj se pojavljajo težave pri samem temeljnem poimenovanju in pojmovanju. Bistri in zelo sposobni niso posebej nadarjeni, ampak so otroci, ki imajo poseben talent na nekem področju (glasba, šport, likovna umetnost), medtem ko so na drugih šolskih področjih lahko manj sposobni ali pa imajo celo različne težave pri učenju. Zato o tej skupini ni tolikšne enotnosti, kot pri otrocih z učnimi težavami, saj nekatere dežele uvrščajo te otroke v skupino otrok s posebnimi potrebami, druge pa ne. V tem smislu so tipične ZDA, saj približno polovica zveznih držav uvršča v skupino otrok s posebnimi potrebami tudi posebej nadarjene (special gift), druga polovica pa ne.

»Invalidi v EU predstavljajo vsaj 16 % celotnega delovno sposobnega prebivalstva. Več kot 45 milijonov ljudi v Evropi (kar je vsak šesti med nami), starih od 16 do 64 let, ima ali dolgotrajne zdravstvene težave ali pa status invalida. Mladih, starih od 16 do 25 let, s tovrstnimi težavami je okoli 7,3 %« (Vertot, 2007).

Sprinthail (1990, str. 581, v Galeša, 1995, str. 41, v Bratož, 2004a) je učence s posebnimi vzgojno-izobraževalnimi potrebami razvrstil glede na pogostost posamezne motnje kot prikazuje tabela 1. Pri tem je izključil nadarjene učence.

Tabela 1

Sestava populacije učencev s posebnimi vzgojno-izobraževalnimi potrebami (Galeša, 1995; Bratož, 2004).

učne težave	37 %
govorne težave	30 %
duševno zaostali	18 %
emocionalne težave	8 %
kombinirane težave	1 %
ortopedske težave	1 %
gluhi	1 %
slepi	0,5 %
gluhi in slepi	0,05 %
ostali	3 %

V Tabeli 1 je prikazano, da je v prvih štirih skupinah preko 90 % vseh otrok s posebnimi potrebami in večina se jih izobražuje v redni osnovni šoli (Sprinthail, 1990, v Galeša, 1995, str. 41, v Bratož, 2004).

V naslednji Tabeli pa je prikazano število otrok s posebnimi potrebami, ki so bili v šolskem letu 2004/2005 v Sloveniji glede na vrsto in stopnjo primanjkljajev, ovir oziroma motenj usmerjeni v različne programe osnovnih šol (Opara, 2005).

Tabela 2

Prikaz števila otrok s posebnimi potrebami, ki so bili v šolskem letu 2004/2005 v Sloveniji glede na vrsto in stopnjo primanjkljajev, ovir oz. motenj usmerjeni v različne programe osnovnih šol (Opara, 2005).

Vrsta primanjkljajev, ovir oz. motenj	osnovne šole	osnovne šole s prilagojenim programom	zavodi
lažja motnja v duševnem razvoju	0	756	43
zmerna motnja v duševnem razvoju	0	329	60
težja motnja v duševnem razvoju	0	39	38
težka motnja v duševnem razvoju	0	42	53
slepi in slabovidni	60	3	55
gluhi in naglušni	180	24	125
govorne in jezikovne motnje	549	110	96
gibalno ovirani	353	127	203
dolgotrajno bolni	283	57	14
primanjkljaji na posameznih področij učenja	1999	8	24
motnje vedenja in osebnosti	135	32	326
mejne intelektualne sposobnosti	1317	271	39
skupaj	4876	1798	1076

3.2 GIBALNE SPOSOBNOSTI

Zelo pomemben del telesnega razvoja je razvoj gibalnih sposobnosti. Gibalne sposobnosti dosegajo različne ravni glede na notranjo biološko uro posameznika, okoliščine in pogoje, v katerih oseba odrašča (Videmšek in Pišot, 2007).

Nujnost razvijanja in ohranjanja gibalnih sposobnosti je v sledečem odstavku izpostavil Pistotnik (2000, str. 357): »Gibalne sposobnosti pomenijo kvaliteto, ki je v osnovi odgovorna za izvedbo človekovega gibanja. Nizek nivo gibalnih sposobnosti oteži ali celo onemogoči izvajanje najpreprostejših gibanj, zato je potrebno ohranjati ustrezno stopnjo njihove razvitosti«.

Nadalje Pistotnik (2003), Pistotnik, Pinter in Dolenc (2002) izpostavljajo, da so gibalne sposobnosti tako kot druge človekove sposobnosti po eni strani prirojene, po drugi strani pa pridobljene, kar pomeni, da je človeku že z rojstvom dana stopnja, do katere se bodo sposobnosti lahko razvile ob normalni rasti in razvoju. Z rojstvom določeno temeljno stopnjo razvitosti gibalnih sposobnosti se lahko doseže z ustrezno gibalno aktivnostjo oziroma s treningom.

3.2.1 Kaj so gibalne sposobnosti

Pistotnik (2003) opredeljuje različna poimenovanja t.i. gibalnih sposobnosti (fizične sposobnosti, psihofizične sposobnosti, psihomotorične sposobnosti ipd.), vendar le termin gibalne oz. motorične sposobnosti izpostavi kot tistega, ki natančno opredeljuje podsystem odgovoren za gibalno izraznost človeka. Nadalje opisuje sposobnosti kot naravne danosti človeka, ki so odvisne od nivoja delovanja različnih upravljalnih sistemov v njegovem telesu in predstavljajo zmožnost izkoristka teh potencialov pri doseganju zastavljenih ciljev.

Po Pistotniku, Pinterju in Dolencu (2002) ločimo šest primarnih gibalnih sposobnosti: moč, koordinacijo, hitrost, ravnotežje, preciznost in gibljivost. Temeljna odgovornost gibalnih sposobnosti je učinkovitost človekovih akcij in reakcij. Te predstavljajo skupek notranjih dejavnikov, odgovornih za razlike v gibalni učinkovitosti.

V osnovi se gibalne sposobnosti delijo na dva načina. V začetnih fazah proučevanja je bila postavljena klasična delitev. Klasična delitev je nastala na osnovi empiričnih (izkustvenih) spoznanj ob začetkih poglobljenega strokovnega ukvarjanja na različnih področjih športa. Trenerji in športniki so na treningih uporabljali informacije, ki so jih pridobili z analiziranjem uspešnih gibanj na tekmovanjih. Pri tem so ugotovili, da so uspehi odvisni od določenih dejavnikov, med katerimi je bila tudi gibalna sposobnost. Za doseganje uspehov v različnih športih pa so bile, po njihovih ugotovitvah, potrebne različne pojavne oblike gibalne (motorične) sposobnosti: moč, hitrost, spretnost in vzdržljivost (Pistonik, 2003).

Naprej Pistotnik (2003) povzema, da so se v novejšem obdobju skokovitega razvoja športa ter nenehnih poskusov doseganja boljših in boljših rezultatov tudi na področju športa razvile ter izpopolnile znanstvene metode raziskovanja in pridobivanja informacij. Te metode so omogočile uporabo zanesljivih in verodostojnih informacij, ki nudijo trdnejšo osnovo delu v praksi. Natančnejše poznavanje področja motorike in s

tem bolj korektno postopanje na treningu je omogočilo doseganje boljših rezultatov v športu. Na osnovi znanstvenih spoznanj je nastala nomotetična delitev motoričnih sposobnosti (delitev glede na splošne – naravne zakone), ki temelji na objektivnih rezultatih, dobljenih s preverjenimi merskimi instrumenti, ki so bili uporabljeni na velikem številu ljudi. (Pistolnik, 2003; Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003) navajajo, da po tej delitvi obstaja v osnovi šest primarnih motoričnih sposobnosti:

- gibljivost;
- moč;
- koordinacija;
- hitrost;
- ravnotežje;
- preciznost.

Pistolnik (2003), Videmšek, Berdajs in Karpljuk (2003) prištevajo vzdržljivost med funkcionalne sposobnosti, saj je predvsem odvisna od dobrega delovanja dihalnega in krvožilnega sistema.

3.2.1.1 Gibljivost

Gibljivost (fleksibilnost, elastičnost, gibčnost) je sposobnost za izvedbo gibov z maksimalno amplitudo (razponom). Gibljivost je sposobnost, ki omogoča izvedbo velikih razponov gibov v sklepih in sklepnih sistemih (Pistolnik, 2003; Videmšek in Jovan, 2002; Videmšek, Berdajs, Karpljuk, 2003).

Gibljivost je pomemben dejavnik optimalne telesne pripravljenosti tako v športu kakor tudi v življenju nasploh (Pistolnik, 2003; Videmšek in Jovan, 2002; Videmšek, Berdajs, Karpljuk, 2003). Stopnja prirojenosti gibljivosti je sorazmerno nizka, zato jo lahko razvijamo v večji meri in jo tudi z ustrezno vadbo ohranimo na določeni ravni v pozno starost. Gibljivost lahko razvijamo na dva načina:

- s klasično metodo: uporabljamo balistične, dinamične oziroma vaje z zamahi;
 - z raztezanjem počasi in zadrži dalj časa (10 – 30 sekund)
- (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan).

Pistolnik (2003) našteva naslednje lastnosti in vplive gibljivosti pridobljene na podlagi mnogih raziskav:

- da je primerna stopnja gibljivosti dejavnik splošnega dobrega počutja, saj je mišična sproščenost, ki je pogojena tudi z ustrezno stopnjo gibljivosti, v tesni povezavi z zmanjšanjem psihične napetosti;
- da se z zmanjševanjem telesne aktivnosti slabša splošna sposobnost za delo. Z neaktivnostjo se namreč zmanjšuje tudi gibljivost v sklepih, zaradi česar lahko velikost amplitude giba pade celo pod raven, ki je nujna za izvajanje vsakdanjih opravil;
- da zmanjšana gibljivost vpliva na siromašenje gibalne izraznosti človeka (na kakovost in estetiko giba), tj. na tiste prvine, ki predstavljajo pomemben dejavnik v polnosti življenja vsakega posameznika;
- da je pri mlajših starostnih skupinah skoraj 80 % bolečin v križu predvsem posledica zmanjšanja gibljivosti v nekaterih sklepih gibalnega aparata in od neustreznega mišičnega steznika, ki naj bi podpiral hrbtenico;

- in ne nazadnje je gibljivost tudi pomembna kvaliteta pri vseh športnih aktivnostih (še posebno pri estetskih športih – šp. gimnastika, umetnostno drsanje itd.) in pomemben dejavnik pri izrazu ostalih motoričnih sposobnosti (koordinacije, moči, hitrosti, preciznosti ipd.).

Našteta dejstva kažejo, da je gibljivost res eden temeljnih dejavnikov, ki vplivajo na kvaliteto življenja vsakega posameznika, še posebno pa na raven njihovih rezultatov, če se ukvarja s športom ali je vključen v prilagojeno vadbo.

3.2.1.2 Moč

»Moč je sposobnost za učinkovito izkoriščanje sile mišic pri premagovanju zunanjih sil. Sila mišic je sila, ki nastaja na osnovi delovanja mišice kot biološkega motorja. V mišici se namreč kemična energija pretvarja v mehansko in toplotno energijo, pri čemer se izzove mišična kontrakcija (napenjanje, krčenje), zunanji izraz katere je mišična sila. Moč človeka pa je produkt sile in hitrosti« (Pistotnik, 2003, str. 43).

Nadalje Pistotnik (2003) definira eksplozivno moč kot sposobnost aktiviranja maksimalnega števila motoričnih enot v čim krajšem času. Za njo je značilna hitra mobilizacija velike količine mišične sile. Praktično se eksplozivna moč odraža kot to opisujejo Videmšek, Berdajs in Karpljuk (2003, str. 40), in Videmšek in Jovan (2002, str. 30): »Eksplozivna moč je sposobnost za maksimalni začetni pospešek telesa v prostoru (npr. štart, skok, met). Prirojenost te sposobnosti je sorazmerno visoka (pribl. 80 %), kar pomeni, da jo lahko razvijamo le v manjši meri. Značilna je predvsem za reakcije mlajših, saj začne po 30. letu postopoma upadati«.

Repetativna moč je sposobnost za dlje časa trajajočo dejavnost (dolgotrajnega mišičnega dela), ki poteka na osnovi izmeničnega krčenja in sproščanja mišic. Manifestira se pri izvajanju cikličnih gibanj, kot so npr. hoja, tek, poskoki, kolesarjenje, plavanje itd. (Pistotnik, 2003; Videmšek in Jovan, 2002; Videmšek, Berdajs, Karpljuk, 2003). Stopnja prirojenosti pri repetativni moči je 50 odstotkov, kar pomeni, da jo lahko v veliki meri še razvijamo. Pri otrocih je, tako kot pri ženskah, slabo izražena razlika med repetativno in eksplozivno močjo (Videmšek, Berdajs, Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan, 2002).

Statična moč je sposobnost za dolgotrajno napenjanje mišic pri zadrževanju položaja pod obremenitvijo. Visok nivo statične moči je pomemben v mnogih športih, kjer je potrebno zadržati določene položaje (sila mišic se mora upirati zunanji sili). Ker je stopnja prirojenosti statične moči manjša in sicer komaj 50 odstotkov, lahko s primerno vadbo precej vplivamo na njen razvoj. Vendar je treba poudariti, da se pri predšolskih otrocih izogibamo statičnega naprežanja (Videmšek, Berdajs, Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan, 2002).

Moč ima pri večini gibalnih dejavnosti veliko vlogo. Če otroci nimajo moči, razvite ustrezno njihovi stopnji, niso sposobni premagovati naporov pri izvajanju športnih aktivnosti. Posledica slabo razvite moči je prehitra utrujenost, kar povzroči, da postane otrok v igri bolj ali manj pasiven (Videmšek, Berdajs, Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan, 2002). Kot posledico hitre utrujenosti se lahko razvije tudi odpor do telesne aktivnosti, ki je za otrokov razvoj nujno potrebna.

Pri razvoju moči moramo upoštevati, da je zelo pomembno, da se pri otrocih izogibamo statičnih vaj za razvoj moči in poiščemo ustrezne oblike vadbe dinamičnega značaja (npr. zajčji in žabji poskoki, skoki s kolenico, plezanje po lestvi, vrvi, žrdi, letveniku, različne elementarne igre, ki vsebujejo mete, poskoke, plezanja itd.). Določene gibalne naloge naj otroci izvajajo bosi, saj tako razvijajo in krepijo mišice stopalnega loka (hoja po vrvi, gredi, dvigovanje rutke z nožnimi palci itd.). Pri izvajanju gibalnih nalog za razvoj moči je potrebno paziti, da ne pride do velikih obremenitev na sklepe in hrbtenico, zato vmes izvajamo različne oblike razteznih vaj. Vaje za razvoj moči morajo biti takšne, da se moč razvija simetrično, da ni dolgotrajnega statičnega naprezanja, saj pride v nasprotnem primeru do prevelike obremenitve trupa. Pomembno je, da z gibalnimi nalogami za razvoj moči pripomoremo k razvoju pravilne drže otroka (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

3.2.1.3 Koordinacija

Koordinacija gibanja je sposobnost, ki je odgovorna za učinkovito oblikovanje in izvajanje sestavljenih gibalnih nalog. Koordinacija je tista gibalna sposobnost, ki je pri motoriki živih bitij najbolj značilna za človeško vrsto. Osnovne značilnosti koordiniranega gibanja so: pravilnost, pravočasnost, racionalnost, izvirnost, stabilnost. Količnik prirojenosti pri koordinaciji je sorazmerno visok, okoli 80 odstotkov. Njena izraznost je v največji meri odvisna od dobrega delovanja centralnega živčnega sistema (Pistolnik, 2003; Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan, 2002).

Videmšek, Berdajs in Karpljuk (2003); Videmšek in Jovan (2002) povezujejo koordinacijo v večji meri z manifestacijo vseh drugih gibalnih sposobnosti, ki morajo biti ustrezno razvite, da se lahko tudi koordinacija gibanja preko njih izrazi na višji ravni. Sposobnost koordinacije gibanja ima pomembno vlogo pri pojmovanju gibalnega prostora, zato so jo nekateri poimenovali kar gibalna inteligentnost. Ravno gibalna inteligentnost posega tudi na druga področja otrokovega razvoja: spoznavno, čustveno in socialno. Otrok, ki nima ustrezno razvitih koordinacijskih sposobnosti, je nespreten, negotov v svojih dejavnostih, zelo počasi pridobiva nove gibalne vzorce in nenehno išče našo pomoč. Za razvijanje koordinacije gibanja otroci izvajajo naravne oblike gibanja in osnovne elemente različnih športov v fazi učenja, elementarne igre, plesne igre, različne dejavnosti v ritmu, premagovanje ovir, gibalne naloge z različnimi pripomočki, manipulativne dejavnosti ipd.

Koordinacija ima šest pojavnih oblik, ki se razlikujejo predvsem po načinu obdelave v centralnem živčnem sistemu. Tako poznamo gibalno inteligentnost, sposobnost za ritme, sposobnost uskladitve gibanja spodnjih okončin, sposobnost gibalnega učenja, sposobnost izkoriščanja gibalnega spomina in sposobnost časovne uskladitve gibov (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan, 2002).

3.2.1.4 Hitrost

Hitrost je sposobnost izvedbe gibanja v najkrajšem možnem času, ki se lahko pojavlja kot hitrost reakcije, hitrost posamičnega giba ali kot hitrost izmeničnih gibov

ali frekvenca (Pistotnik, 2003; Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan, 2002).

Od vseh gibalnih sposobnosti je hitrost v največji meri odvisna od dednih lastnosti, kar 90 odstotkov. Ker je njena realizacija v veliki meri odvisna od gibljivosti, moči in koordinacije gibanja, je ne moremo prištevati med osnovne gibalne sposobnosti. (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan, 2002).

3.2.1.5 Ravnotežje

Sposobnost ravnotežja je sposobnost ohranjanja stabilnega položaja in hitrega oblikovanja kompenzacijskih gibov za vračanje telesa v ravnotežni položaj. Ravnotežje delimo na statično (ohranjanje ravnotežnega položaja v mirovanju) in dinamično ravnotežje (vzpostavljanje oziroma ohranjanje ravnotežnega položaja v gibanju) (Pistotnik, 2003; Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan, 2002).

Za ohranjanje ravnotežnega položaja, je treba nenehno in zelo hitro oblikovati ustrezen gibalni program, ki vsebuje korekcijske gibe. Za oblikovanje ustreznih kompenzacijskih programov je potrebna sinteza informacij iz čutil za vid, sluh in ravnotežnega organa v srednjem ušesu (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan, 2002).

3.2.1.6 Preciznost

Preciznost je sposobnost določitve ustrezne smeri in sile za usmeritev telesa ali predmeta proti zelenemu cilju v prostoru. Pomembna je pri dejavnostih, kjer se zadeva cilj, kot sta nogomet ali košarka in kjer je potrebno gibanje izvesti natančno v določeni smeri, tirnici ali krivulji, kot je to pri smučanju ali padalstvu ... (Pistotnik, 2003; Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan, 2002).

Preciznost je v pozitivni zvezi z drugimi gibalnimi sposobnostmi, zato njihova višja raven omogoča doseganje boljših rezultatov tudi v preciznosti. Delež prirojenosti je visok, kar 80 odstotkov. Ta sposobnost je odvisna od čustvenega stanja človeka, zato lahko rezultati zelo nihajo, saj nervozni ljudje dosegajo na testih natančnosti slabše rezultate (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Videmšek in Jovan, 2002).

Pistotnik (2003) hipotetično obravnava preciznost v dveh pojavnih oblikah:

- sposobnost zadevanja cilja z vodenim projektilom (predmetom, orodjem ipd.). Vadeči ima možnost s korektivnimi gibalnimi akcijami vplivati na smer in hitrost gibanja projektila.
- sposobnost zadevanja cilja z vrženim projektilom. Vadeči v fazi leta projektila nima vpliva na njegovo smer in hitrost leta. Le-ta je odvisna od faze izmeta.

3.2.1.7 Vzdržljivost (funkcionalna sposobnost)

»Vzdržljivost je sposobnost izvajanja dlje časa trajajočih gibalnih nalog z enako učinkovitostjo. Telo se bojuje proti utrujenosti med telesnim naporom, ki traja dlje časa. Vzdržljivost je torej sposobnost, ki precej zmanjša stanje utrujenosti« (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003, str. 46; Videmšek in Jovan, 2002, str. 38).

3.2.2 Razvoj gibalnih sposobnosti otrok

»Vsi otroci ne rastejo in se ne razvijajo enako, zato lahko vidimo razlike v njihovem gibalnem razvoju. Te razlike so odvisne od razvoja inteligentnosti, od zdravstvenega stanja otroka in tudi od vadbe« (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003, str. 17).

Gibalno (motorično) učenje (Pistotnik, idr., 2002) uvrščajo v proces postopnega prilagajanja gibalnega ustroja natančni izvedbi novega gibanja. Rezultat gibalnega učenja so gibalne spretnosti (udejanjanje gibalnih informacij), ki jih pojmuje kot z učenjem pridobljene osnove za pravilno izvedbo gibalne aktivnosti. Gibalne spretnosti je mogoče razvrstiti v dve pojavnosti glede na okoliščine, v katerih se uresničujejo. Gibalne spretnosti zaprtega tipa so gibanja, ki so zaradi konstantnih (nespremenljivih) zunanjih razmer stabilna in razmeroma malo spremenljiva (običajno so to elementi tehnike pri dvoranskih individualnih športih – športna gimnastika, plavanje, hitrostno drsanje ipd.). Gibalne spretnosti odprtega tipa pa so gibanja, ki so zaradi spremenljivih (nestalnih) pogojev okolja zelo spremenljiva, zato v svoji izvedbi terjajo veliko širine in prilagodljivosti (elementi športov, ki se izvajajo v naravi ali skupinah, katerih izvedba se mora prilagajati spremenljivim zunanjim razmeram: kajak, alpsko smučanje, prosto plezanje, košarka ipd).

Otrok raste in njegovi funkcionalni sistemi se razvijajo, s čimer se večajo njegove sposobnosti. To posledično vpliva na izboljšanje gibalne izraznosti. Ravno obratno pa raznolikost gibalnih nalog, ki jih otrok spoznava in poskuša izvesti, ter njihovo ponavljanje, življenjske razmere in možnosti za gibanje, ki jih ima, povratno vplivajo na njegovo rast in razvoj (Pistotnik, idr., 2002).

»Ontogeneza otrokovega gibanja od rojstva naprej poteka po dokaj ustaljenem redu, če ima zagotovljene osnovne možnosti za naravno gibanje« (Pistotnik, idr., 2002, str. 27).

Po Videmšku (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002) gibalni razvoj poteka od glave navzdol in od prsnega koša navzven (v cefalokavdalni in proksimodistalni smeri).

»Cefalokavdalna smer pomeni postopen nadzor mišic od glave navzdol. Otrok najprej nadzira mišičje glave, nato vratu in ramen, trupa ter nazadnje rok in nog. Najprej torej dviga in obrača glavo, nato glavo in ramena, zatem sedi, se plazí, stoji in hodi.

Proksimodistalna smer pa govori o nadzoru mišic od centra telesa (od hrbtenice) navzven. Otrok obvlada najprej gibe trupa, nato rok in na koncu zapestja ter prstov« (Videmšek in Visinski, 2001, str. 19).

Pri razvoju od glave navzdol otrok najprej razvije nadzor nad zgornjim delom telesa. Samostojno lahko drži glavo pokonci, preden je njegova hrbtenica dovolj močna, da bi sam sedel: Preden bo otrok shodil bo dolgo časa pokončno sedel. Pri razvoju od prsnega koša navzven otrok razvije nadzor nad osrednjim delom telesa pred rokami in nogami. Zmore dvigniti prsni koš od tal, preden zna natančno seči z roko navzven, preden zna brcniti žogo ali s prstki pobrati predmet s tal (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Pistotnik in drugi(2002) pričnejo opis telesnega razvoja dojenčka s pojavljanjem nenadzorovanega gibanja z glavo, kasneje pa še gibi z rokami, gornjim delom trupa in nogami. S krepitvijo mišic se začnejo pojavljati grobe oblike gibov, ki so vezane na premikanje velikih telesnih segmentov. Prvo gibanje v prostoru, ki ga otrok obvlada so plazenja, ki se sprva pojavljajo kot kotaljenja z boka na bok, ter kasneje kot kotaljenja s hrbta na trebuh in nazaj. Z okrepitevijo rok in nog pa se prične tudi že usmerjeno plazenje naprej ali nazaj v leži na trebuhu. Dvig trupa od tal omogoči otroku prehod na lazenja z oporo na rokah in nogah, kar mu da večjo mobilnost v prostoru. V želji, da bi dosegel višje ležeče predmete, se prične otrok ob podporah predmetov in ovir postavljati na noge in okrog enega leta shodi. Hoja je še dolgo časa negotova, dokler otrok ne razvije ustrezne koordinacije gibanja in ravnotežja. Šele zanesljiva hoja je lahko osnova za tek (tek je v začetku le hitra hoja), ki ga otrok prične uporabljati pri osemnajstem mesecu starosti. Z učenjem hoje in teka so povezani tudi padci, saj je v novem, pokončnem položaju težko vzdrževati ravnotežje, padec pa predstavlja le prehod v nižji ravnotežni položaj, ki ga otrok že obvlada. Hoji se kmalu pridruži tudi plezanje na različne priročne objekte (stole, mize, omare ipd.), kar pri premikanju v prostoru v večji meri obremeni otrokove roke, saj mora tudi z njimi premagovati silo gravitacije, da zleze na višje mesto. Nekaj kasneje se pojavijo tudi skoki, ki jih otrok izvaja naprej na ravni podlagi (sonožni poskoki), kasneje pa tudi z manjših višin (skok z roba pločnika, s praga ipd.), vendar v začetku ob zanesljivi roki, ki ga vodi v »globino«. Skoki v višino se, zaradi zahtevnejšega prehoda iz horizontalnega gibanja v vertikalno, pričnejo pojavljati šele po tretjem letu starosti. Med hojo po prostoru pa začne otrok pri svojih dejavnostih uporabljati tudi proste roke. Različne predmete lahko premakne, prime, jih potiska pred seboj ali vleče za seboj, ko se nekoliko okrepi, jih tudi dviga in nosi. V tem obdobju, proti koncu drugega leta, se pojavijo tudi že namerni meti. Čeprav so v začetku največkrat neuspešni in netočni, se z leti in z zanesljivejšim položajem telesa v prostoru hitro izboljšujejo, tako da so otroci okoli petega leta starosti že dokaj uspešni tudi v povezavah in uskladitvi metov s hojo in tekom.

3.2.3 Gibalne sposobnosti otroka od rojstva do prvega leta starosti

»Gibalni razvoj otroka se začne že v predporodni dobi in se ves čas izpopolnjuje. Zelo izrazit je v prvih treh letih življenja. V prvih dveh letih se zgodi to, kar loči človeka od vseh drugih bitij: postavi se na noge in hodi pokončno« (Videmšek in Jovan, 2002, str. 19).

Prve dni po rojstvu so dojenčki bolj mirni, nekateri so tako utrujeni, da jim še sesanje ne gre. Vsi pa so nekako šokirani zaradi novega okolja. Ne samo zaradi svetlobe, zraka, temperature, pač pa tudi zaradi prostora, ki ga počasi, a z veliko mero začnejo izkoriščati. Prve dni ostanejo stisnjeni v položaju podobnem, kot v času bivanja v

maternici. Počasi upajo iztegniti roko ali nogo in so ob gibih, ki so jih izvajali mesece v maternici nenadoma negotovi, saj doživljajo povsem nove občutke. Pri novorojenčku hotenih gibov še ni, ti se pojavijo okrog tretjega meseca. Dojenček že obrača glavo, ko gleda okoli sebe. Roke sklepa, jih nese do ust, razpira in ogleduje prste, dviga noge, drsa eno ob drugo, včasih se že dotakne z roko stegna. Ko ga obrnemo na trebuh, se opre na komolce, da ima boljši razgled. Tudi obvladovanje glave v različnih položajih je dobro (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

»Že v prvih štirih mesecih življenja otrok nadzoruje mišice za gibanje glave, oči in smejalne mišice. V drugem mesecu lahko nepremično gleda v nepremični predmet, v tretjem mesecu pa že lahko z očmi sledi gibajočemu se predmetu. Po drugem mesecu se že lahko nasmeji, kar je velik napredek pri zavestnem nadzoru mišic« (Videmšek in Jovan, 2002, str. 22). Po štirih mesecih življenja ima glava že tako čvrst položaj, da otrok že lahko sedi, vendar še ne popolnoma samostojno. Udobno ga namestimo v naročju in bo sedel (Videmšek in Jovan, 2002; Videmšek in Visinski, 2001).

Otrok začne segati po predmetih, ki so v dosegu njegovih rok. Prvo prijemanje je počasno, nerodno in predstavlja bolj poskus, kako predmet pred sabo prijeti. Otrok se že poskuša plaziti v legi na trebuhu. Gibalni razvoj se nadaljuje prek glave in zatilja do mišic trupa. Te so sposobne opravljati gibe v različne smeri. Otrokov gibalni razvoj je zelo opazen, ko se začne obračati okoli svoje vzdolžne osi s hrbta na trebuh in nazaj na hrbet. Z razvojem hrbtnih mišic se že dvigne v napol sedečo držo (Videmšek in Visinski, 2001).

»Okoli 6. meseca se večina že zna obrniti s hrbta na trebuh in nazaj, oprti so samo na stegnjene roke, stegujejo se po predmetih, igrajo se z nogicami, v usta nesejo tudi palec ali nogavičko. Če jih pustimo na varnih tleh, imajo otroci sami s seboj in z nekaj zanimivimi predmeti okrog sebe veliko dela. Pri tem nabirajo številne izkušnje, za katere so otroci, ki jih starši položijo v stajico ali stolček, prikrajšani (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003, str. 19).

Večina otrok se pri 9 mesecih že zna plaziti, kotaliti, posedati in uleči, ob opori že poskušajo vstati. Njihov življenjski prostor je že zelo velik tudi brez pomoči odraslih. V tem obdobju se pojavijo tudi prve besede. Ker so otroci že zelo stabilni pri drži, se posvetijo delu z rokami. Plazijo se po stanovanju in s prstki pobirajo predmete ter jih nosijo v usta. (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Okoli desetega meseca starosti otrok že sedi brez opore, kar je odvisno od velikih hrbtnih mišic (Videmšek in Visinski, 2001; Videmšek in Jovan, 2002).

To je tudi čas, ko otrok prek različnih oblik sedenja, opiranja in plazenja osvoji pokončno stajo, previdno začne delati prve korake. Takrat pravimo, da hodi. To ponavadi naredi med dvanajstim in štirinajstim mesecem. Takrat se zanj odpre čisto drugačen svet. To je svet, ki ga opazuje od zgoraj navzdol in pred seboj. Otrokova hoja je v začetku zelo negotova (Videmšek in Visinski, 2001).

Pregled otrokovega razvoja od prvega do dvanajstega meseca starosti (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003):

1. mesec – otroku je v veselje, da nadzoruje glavo in jo lahko dvigne, kadar leži z obrazom navzdol;

2. mesec – ima zelo omejen nadzor nad rokami in nogami, toda dovolj velik, da jih premika, ko si to sam želi;
3. mesec – otrok že bolje nadzoruje glavo ne glede na to ali leži na hrbtu ali na trebuščku;
4. mesec – hrbet je močnejši, kar mu omogoča, da začenja vzravnano sedeti, vendar ne brez opore;
5. mesec – mišice nog in stopal so močnejše, zato se lahko odriva od tal ali česa drugega;
6. mesec – večina otrok zna prvič brez opore samostojno sedeti;
7. mesec – otrok se že zna obračati z ene na drugo stran in kaže prve znake plazenja;
8. mesec – večja moč v nogah in stopalih mu daje občutek samozavesti, da se loti zahtevnejših gibov, ki zahtevajo boljše ravnotežje;
9. mesec – gibi pri plazenju so bolj usklajeni in začenja se premikati s celim telesom
10. mesec – otrok preko različnih oblik plazenja, operiranja, sedenja usvoji pokončno stoji in previdno prične s prvimi koraki;
11. mesec – otrok že obvlada plazenje in pokončno stoji ter ni več odvisen od naše pomoči, hkrati postaja vse bolj radoveden;
12. mesec – pri številnih otrocih se pokažejo prvi znaki samostojne hoje, ki pa je v začetku zelo negotova.

3.2.4 Gibalne sposobnosti otroka do tretjega leta starosti

Otrok po dopolnjenem letu starosti iz dneva v dan povečuje zanesljivost in nekako v osemnajstem mesecu starosti poskuša tekati. Hoji se pridružijo tudi plezanje, potiskanje, vlečenje, dviganje in metanje. Otrok postaja močnejši, spretnejši in hitrejši (Videmšek in Visinski, 2001).

Do tretjega leta starosti otrok osvoji vse naravne oblike gibanja kot so: plazenje, lazenje, hoja, tek, skoke, dvigovanje, spuščanje, nošenje, potiskanje, vlečenje, kotaljenje, metanje, ujemanje (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Videmšek in Visinski, 2001; Videmšek in Jovan, 2002). Seveda ne smemo pozabiti najpomembnejšega od naravnih oblik gibanja, padcev.

Otrok mora imeti v tem obdobju veliko čutnih spodbud, na katere se odzove gibalno, potrebuje veliko gibalnih izkušenj, ker se uči obdržati statično in dinamično ravnotežje, ravnati z različnimi predmeti in se gibati v prostoru (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

3.2.5 Gibalne sposobnosti otrok s posebnimi potrebami

»Razvoj otroka poteka po različnih stopnjah, ki se med seboj dopolnjujejo. Spremembe vrstnega reda razvojnih korakov in časovni zamiki so v določenem okviru normalni. Pomembno je, da se razvijejo vse razvojne stopnje in da otrok lahko nabere dovolj izkušenj. Pri otrocih s posebnimi potrebami pride do motenj otrokovega razvoja, ki so izraz motenj predelave čutnih zaznav in se pretežno kažejo v motnjah

gibanja in zaznavanja. Ti otroci svojih prizadevanj pri ravnanju s predmetnim svetom ne izpolnijo« (Rener, Reven, 2000, str. 498).

3.2.6 Razvoj gibalnih sposobnosti otrok s posebnimi potrebami

Razlike v razvoju gibalnih sposobnosti otrok zasledimo že pri zdravi populaciji. »Vsi otroci ne rastejo in se ne razvijajo enako, zato se tudi v njihovem gibalnem razvoju pojavljajo razlike. Razlike v razvoju otrok so odvisne predvsem od hitrosti razvoja živčnega sistema (inteligenca), njihovega zdravstvenega stanja in tudi vadbe« (Pistotnik, idr., 2002, str. 26).

Ker gibalne sposobnosti niso prirojene v enaki meri (razlikujejo se po dedni zasnovi), to povzroča nesorazmerja v možnostih njihovega razvoja (Pistotnik, idr., 2002).

Predšolsko obdobje je obdobje temeljnega gibalnega razvoja. V ranem otroštvu je otrokov organizem najbolj izpostavljen vplivom okolja, ravno to pa vpliva na razvoj otrokove osebnosti. Strokovnjaki so ugotovili, da vsega tistega, kar otrok zamudi v zgodnjem otroštvu, kasneje več ne more nadoknaditi. Otrokove dejavnosti v prvih letih življenja so podlaga za kasnejše športne dejavnosti, hkrati pa vplivajo tudi na razvoj in oblikovanje vrste njegovih sposobnosti, lastnosti, zmožnosti in značilnosti (Videmšek, Strah in Stančević, 2001).

Gibalni razvoj je rezultat zorenja in učenja otrok še posebno v prvih letih življenja, zato mora otrok nenehno vaditi (prijemati, hoditi, skakati, plezati, metati ipd.), sicer lahko zaostane v razvoju. V kontrastu z drugimi Pistotnik, idr. (2002) trdijo da, kar otrok zamudi v prvih letih gibalnega razvoja, seveda lahko, vsaj v osnovah, nadoknadi tudi kasneje, vendar je to povezano z večjimi težavami pri osvajanju gibanj in daljšim časovnim obdobjem zavestnega učenja.

Veliko je otrok, kjer razvoj ne poteka nemoteno, a jim ne moremo pripisati, da imajo kakšno bolezen, imajo pa vseeno težave. Na grobo bi jih lahko razdelili na tiste, ki so nekoliko bolj ohlapni ali preveč napeti ali pa so razdražljivi, ter zato potrebujejo nekoliko več časa, da dosežejo optimalen razvoj glede na svojo starost (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

»Pri otrocih z motnjo v telesnem in duševnem razvoju pa gibalni razvoj poteka nekoliko drugače. Tako kot to velja tudi za druga področja (socialno, čustveno, intelektualno), poteka veliko počasneje in nepovezano in tudi ne pri vseh otrocih do enake stopnje. Zato nikdar ne moremo z gotovostjo trditi, ali je otrok že dosegel najvišjo možno stopnjo (gibalnega) razvoja glede na stopnjo umske, socialne in čustvene sposobnosti. Velikokrat občutek, da je otrok že dosegel svoj najvišji nivo, ni pravi. Po letu ali dveh nespremenjenega stanja se lahko pokaže, da je otrok vendarle sposoben še napredovati na intelektualnem, socialnem ali gibalnem področju« (Vidovič, Srebot, Cerar in Markun Puhan, 2003, str. 19).

Usenik (2009) ugotavlja, da je pri otrocih s posebnimi potrebami motorična motnja katerokoli gibalno neskladje, ki nastane zaradi možganske poškodbe. Dražljaji, ki izzivajo otrokov normalni razvoj niso zbudjeni, zato ne začno delovati ustrezna motorična središča, s tem pa se tudi ne začno gibati in premikati udi. Otrok ostaja na

stopnji toničnih refleksov, in če ni obravnavan, v tem raste in ostaja vse življenje le pri položajnih gibalnih vzorcih. To označujemo s težjo motorično motnjo.

Nadalje Usenik (2009) pripisuje odvisnost motoričnega (gibalnega) razvoja od zorenja živčnega sistema, kosti, mišičnih struktur, spremembe telesnih proporcev (zlasti razvoja zgornjih in spodnjih okončin) in od priložnosti za učenje, kako se lahko koordinira razne skupine mišic. Ravno v prvih dneh življenja dotiki najbolj pospešujejo otrokov duševni razvoj, prav dotikov pa otroku z motnjo manjka. Starši nemalokrat skušajo otroka z motnjo čim manj gibalno obremenjevati, ker menijo, da bo premikanje telesa poslabšalo njegovo zdravstveno stanje. Za otroka, ki je preveč miren je največja nevarnost okolica, ker je prepričana, da ga ne sme obremenjevati. Zato mu prav ta okolica ne daje osnovnih senzomotoričnih občutkov, kot je zibanje na rokah, ljubkovanje, raztezanje rok in nog, to je tistega preprostega gibanja, ki ga je deležen vsak normalno rojen otrok.

Zgrešeno mnenje je, da je le nekatere otroke vredno obravnavati na telesno-vzgojnem, športnem ali rekreativnem področju. Dosežki kažejo, da tudi manj ali skoraj neustvarjalne osebe lahko razvijemo mnogo višje, kot bi pričakovali (Vidovič, Srebot, Cerar in Markun Puhan, 2003).

»Športna aktivnost otrok s posebnimi potrebami poteka po Sloveniji za predšolske otroke v vrtcih, kasneje pa glede na naravo primanjkljaja in motnje v šolah in zavodih, ki nudijo vzgojo in izobraževanje otrokom s posebnimi potrebami, s prilagojenimi programi in ustrezno strokovno pomočjo. Vsi ti zavodi in šole so organizirani in delujejo tako, da imajo otroci vključeni glede na različne primanjkljaje in motnje tako fizične dostope, kot dostope do njim primernih učnih programov« (Burian, 2000, str. 510).

Vidovič, Srebot, Cerar in Markun Puhan (2003) poudarjajo, da ni dovolj, da otrok gibanje le osvoji. Pomembno je, da ga velikokrat ponovi, utrdi in uri ob različnih priložnostih. Za avtomatizacijo preprostega giba je treba nekaj tisoč ponovitev. Pri zapletenih gibanjih se to število povzpne tudi na deset tisoč ponovitev. Pri otrocih z motnjo v telesnem in duševnem razvoju pa je ta številka lahko tudi nekajkrat višja, mnogi pa stopnje avtomatizacije nekaterih gibanj sploh ne dosežejo. Nadalje poudarjajo, da vse aktivnosti na področju gibanja izvajamo glede na sposobnosti oseb s posebnimi potrebami.

Vsaka oseba je svet zase. V sebi nosi naravno željo po gibanju, ki je prav tako kot inteligentnost splošna človekova sposobnost in jo imajo nekateri več drugi manj. Poleg tega pa vsako osebo opredeljujeta še dve značilnosti, ki jih ne smemo spregledati: to sta individualnost in izvirnost. Vedno znova in znova moramo iskati uspešne oblike dela, čeprav se velikokrat znajdemo spet na začetku (Vidovič, Srebot, Cerar in Markun Puhan, 2003).

»Otroci z motnjo v telesnem in duševnem razvoju rabijo pri razvijanju temeljnih gibalnih sposobnosti posebno obravnavo. Nekateri bodo bolj ali hitreje, drugi pa morda komaj opazno napredovali. Tudi zato, ker so nekatere temeljne gibalne sposobnosti bolj, druge manj dedno pogojene. Z vadbo lahko vplivamo na tiste, ki imajo nizko stopnjo prirojenosti. Če pa je stopnja dedne pogojenosti visoka, z vadbo lahko na razvoj take sposobnosti vplivamo le delno. Kljub vsemu pa vendarle velja: ni

take temeljne gibalne sposobnosti, za katero bi veljalo, da za vzdrževanje stopnje njene razvitosti ni treba redno vaditi« (Vidovič, Srebot, Cerar in Markun Puhan, 2003, str. 20).

Videmšek in Pišot (2007) poudarjata, da je otrok s posebnimi potrebami sposoben učenja in napredka na vseh razvojnih področjih, zato naj bo dejaven na vseh področjih življenja.

3.3 POKLICNE DEJAVNOSTI ZA RAZVOJ GIBALNIH SPOSOBNOSTI

»Potrebe otrok z motnjami v razvoju so takšne, da jih ni mogoče zadovoljevati samo na socialnem področju, kot na primer z bivanjem, prehrano in varstvom« (Gorjup, 2000, str. 478).

Raznolikost problemov, ki jih imajo otroci s posebnimi potrebami je tista, ki usmerja športnega pedagoga, strokovnega delavca ali starša k izbiri pravih gibalnih dejavnosti v pravih otroku prilagojenih specifičnih okoliščinah.

»Učenje posameznih aktivnosti se začne takrat, ko se začne otrok (s pomočjo) gibati aktivno ali pasivno. Pridobivanje motoričnih izkušenj je pogoj za razvijanje gibalnih sposobnosti in učenje gibalnih znanj. Zato morajo vaje potekati ob dobrih možnostih in zagotovljeni varnosti; to pomeni, da bi vsakega otroka obravnaval strokovnjak individualno, skupaj s pomočnikom (vsaj v začetnih stopnjah osnovnega gibanja)« (Vidovič, Srebot, Cerar in Markun Puhan, 2003, str. 10).

Strokovnjaki s posameznih področij otrokovega razvoja so najbolj učinkovita pomoč otrokom s posebnimi potrebami, Ti lahko sodelujejo z učitelji in vzgojitelji na strokovnih sestankih, lahko pa nudijo ustrezno usposabljanje za učitelje, vzgojitelje in starše. Med te posebne strokovnjake spadajo avdiolog, surdopedagog, specialni in rehabilitacijski pedagog (defektolog), delovni terapevt, fizioterapevt, šolski psiholog, logoped in še drugi strokovnjaki (Daniels in Stafford, 2003).

»Zdravljenju v ožjem smislu se priključujejo dejavnosti, ki jih izvajajo fizioterapevti, delovni terapevti, protetiki, ortotiki, pa tudi specialisti za prilagojene športne dejavnosti« (Vute, 1999, str. 15).

Med stroke in dejavnosti, ki preko telesne aktivnosti (aktivne ali pasivne) otrok s posebnimi potrebami prispevajo h gibalnemu razvoju in vzdrževanju gibalnih sposobnosti otrok s posebnimi potrebami štejemo:

3.3.1 Specialni in rehabilitacijski pedagog

- Pomaga otroku pri rasti in razvoju na socialnem in čustvenem področju in na področju telesne vzgoje;
- razvija samozavedanje otrok ter jim pomagajo pri doseganju samostojnosti in samonadzora;
- povezuje se z družinami pri negi otrok s posebnimi potrebami;

- načrtuje in uresničuje programe v inkluzivnih oddelkih v sodelovanju z drugimi izvajalci v določeni skupnosti;
- s starši in z drugimi ljudmi, ki skrbijo za uspešno izvajanje programov v inkluzivnih oddelkih, si izmenjuje koristne informacije povezane z otroki s posebnimi potrebami;
- razvija individualne na otroka osredotočene načrte dela z otroci s posebnimi potrebami;
- razvija ožje kurikulume in načrtujejo cilje dela, sodeluje z drugimi specialisti in poudarja upoštevanje različnih pedagoških potreb dela z otroki, ki imajo posebne potrebe (Daniels in Stafford, 2003).

Schmidt (2003) pravi, da specialni in rehabilitacijski pedagogi največ časa preživijo v sodelovanju z učitelji in jim tako pomagajo pri načrtovanju, pripravi in spremljanju programov za učence, opazovanju, izdelavi pripomočkov in materialov za delo v razredu in drugo. V šolah z dolgoletnimi izkušnjami vključevanja se specialni pedagogi pojavljajo tudi v vlogi dodatnega (drugega) učitelja v razredu. Nadalje Schmidt in Čagran (2006) trdita, da se skupno poučevanje učitelj-specialni pedagog odvija na različnih nivojih z vsebino individualiziranega programa.

3.3.2 Delovni terapevt

Pomagajo osebam z različnimi primanjkljaji pri usposabljanju za vsakodnevno življenje in delo. Delujejo še na naslednjih področjih:

- ljudem s posebnimi potrebami omogočajo razne spretnosti, kot je npr. prehod iz sedečega položaja v stoječi položaj;
- otroke usposobijo za rokovanje z različnimi pripomočki v oddelku;
- pomagajo jim pri usposabljanju za samopomoč (na primer samostojni prihod v vrtec ali šolo, pri pospravljanju osebnih predmetov v garderobno omaro,...);
- otrokom pomagajo pri razvijanju sposobnosti za pisanje in pri uporabi različnih pripomočkov za pisanje, če otrokova roka tega ne zmore;
- zagotavljajo sposobnost otrok pri izvajanju različnih rutinskih nalog v vrtcu ali šoli, pripravljajo pripomočke za delo za mizo, si delajo zapiske ter občasno dopolnjujejo svoje postopke in naloge (Daniels in Stafford, 2003).

3.3.3 Fizioterapevt

Fizioterapevt je zdravstveni delavec, ki v vseh fazah zdravstvenega varstva s pomočjo vzgojnih in fizioterapevtskih metod vzdržuje, vzpostavlja ali izboljšuje psihofizične sposobnosti ter zmogljivosti zdravih, motenih v razvoju ali bolnih ljudi. Delo fizioterapevta je osredotočeno predvsem na posameznika in/ali skupine ljudi, katerih zdravje je ogroženo ali že prizadeto, oziroma pri katerih je že motena funkcija sistemov. Delo temelji na skrbni in kontinuirani oceni stanja. Na osnovi ocene funkcij sistemov in osebnoznih značilnosti bolnika sestavi fizioterapevtski program, ki zajema logično uporabo metod gibalne terapije in fizikalnih energij s katerimi vzpodbuja ali inhibira fiziološke mehanizme in vzpostavlja njihovo funkcionalno ravnovesje (Visoka šola za zdravstvo, 2004).

3.3.4 Maser

Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje opredeljuje poklic na sledeči način: Maser izvaja masažo, ki masiranca sprošča, krepi telo in duha ter povečuje njegovo psiho-fizično zmogljivost. Pri masaži gre za delo z ljudmi na najbolj intimni ravni, zaradi česar je pri delu potrebna ustrezna higiena. Najpomembnejša sta čistoča maserja in njegovega delovnega prostora, vključno z masažno mizo.

Masaža je dobrodošla tudi pri otrocih. Videmšek, Stančevič in Sušnik (2006) opredelijo masažo kot dajanje in prejemanje. Otrok, ki masira partnerja, preizkuša spretnost svojih rok, spoznava telo, tisti, ki pa se prepusti masiranju, pa se popolnoma preda in zaupa partnerju, spoznava lastno telo in se popolnoma prepusti.

Učinki masaže:

- boljši krvni obtok (hitrejša regeneracija tkiv);
- boljši limfni obtok (hitrejšo odplakovanje metabolitov);
- poživitev centralnega in perifernega živčevja;
- izboljšanje mišične prožnosti;
- izboljšanje gibljivosti sklepnih in ob sklepnih struktur;
- boljša prekrvavljenost kožnih in maščobnih tkiv (koža se ogreje, je bolj elastična, vitalna);
- pospešuje peristaltiko in presnovo;
- zmanjšuje občutek bolečine (dviguje prag bolečine);
- preprečuje poškodbe;
- sprostitvev in pomiritev, deluje proti stresu;
- poveča zavedanje telesa;
- ugodno deluje na čustveno stabilnost ljudi, ki trpijo za katero od blažjih oblik duševnih motenj.

3.3.5 Profesor športne vzgoje – športni pedagog

»Na Fakulteti za šport v Ljubljani je organiziran študij, ki preko predmeta Specialna športna vzgoja, smer, prilagojena športna vzgoja, omogoča pridobivanje ustreznih znanj in teorije in prakse športne vzgoje, za delo z otrokom s posebnimi potrebami« (Burian, 2000, str. 511).

J. C. de Potter (1994, v Vute, 1999) opredeljuje prilagojeno športno dejavnost kot interdisciplinarno področje, ki vključuje vzgojo in izobraževanje, rehabilitacijo in znanost o športu (kineziologijo), zato da bi dejavno vključevali ne samo prizadete, temveč vse, ki potrebujejo različne pedagoške, terapevtske ali tehnične prilagoditve.

»Filozofija prilagojene športne dejavnosti temelji na prepričanju, da se vsi ljudje lahko naučijo športnih dejavnosti in tako obogatijo svoje življenje« (Vute, 1999, str. 15).

Po Vutetu (1999) rehabilitacija z dobro izbranimi in prilagojenimi športnimi dejavnostmi prinaša tudi vrsto drugih prednosti: boljšo telesno pripravljenost, večjo zavzetost za lastno usposabljanje, boljše sodelovanje z drugimi, zmanjšanje

nezaželenih psihičnih reakcij, izboljšanje usklajenosti gibov, večjo samoiniciativnost in ne nazadnje večjo samostojnost. Njen osnovni namen ni zdravljenje, temveč mobilizacija telesnih, duševnih, socialnih in poklicnih sposobnosti, ki prizadetega usposablja za samostojno življenje.

Burian (Burian, 2000) razlaga, da se študente Fakultete za šport po ustrezno osvojenih in bazičnih znanjih kineziologije ob koncu drugega letnika odločajo za poglobljena znanja, ki potekajo v tretjem in četrtem letniku. Na smeri prilagojena športna vzgoja pridobivajo strokovna teoretična in praktična znanja, za delo z otroci s posebnimi potrebami na področju športne aktivnosti.

3.4. ŠPORTNE DEJAVNOSTI ZA RAZVOJ GIBALNIH SPOSOBNOSTI

Otroka določa okolje in njegova aktivna in pasivna vloga v njem. (Bertoncelj, Vasle, Pivec, Sešek in Sevčnikar, 2000) ugotavljajo, da otrok na kognitivni ravni še ne dosega takšne stopnje abstraktnega mišljenja, da bi brez akcije gibanja, lahko kvalitetno napredoval. Njegovo vpetost v svet pa (Videmšek, Berdajs, Karpljuk, 2003) opredeljujejo s tem, da otrokovo doživljanje in dojemanje sveta temelji na informacijah, ki izvirajo iz njegovega telesa, zaznavanja okolja, izkušenj, ki jih pridobi z gibalnimi dejavnostmi in gibalno ustvarjalnostjo v različnih situacijah.

Pistotnik (2003) trdi, da ima obvladanje naravnih oblik gibanja širši življenjski pomen, saj se z njihovo pomočjo ne razvija le osnov za športno rast posameznika, temveč so tudi življenjsko utilitarna (uporabna) gibanja, s katerimi se dviguje kakovost življenja, ki lahko v nujnih primerih celo premorejo k rešitvi lastne kože ali življenja.

»Z gibanjem otrok zaznava in odkriva svoje telo, preizkuša, kaj telo zmore, doživlja veselje in ponos ob razvijajočih se sposobnostih in spretnostih ter gradi zaupanje vase. Hkrati gibanje daje otroku občutek ugodja, varnosti, veselja, torej dobrega počutja. Z gibanjem raziskuje, spoznava in dojema svet okrog sebe. V gibalnih dejavnostih je telo izhodiščna točka za presojo položaja, smeri, razmerja do drugih: z gibanjem otrok razvija občutek za ritem in hitrost ter dojema prostor in čas« (Videmšek, idr., 2003, str. 14).

Po Zgagi (Zgaga, 2000) je ena izmed prvih manifestacij otrokovega gibanja hoja, zahteven psihofizičen obenem že simboličen proces: po fizičnem trganju popkavnice je to prvo naslednje trganje, v prenesenem pomenu osamosvajanje, ravnanje po domnevno lastni volji.

Za avtorja (Videmšek, Visinski, 2001) je gibalni razvoj v razvoju človeških funkcij v ospredju predvsem v prvih letih življenja. Razvoj poteka od naravnih oblik gibanja do zelo celostnih, usklajenih in zahtevnejših športnih dejavnosti v povezavi z zorenjem, učenjem in posameznikovo lastno voljno aktivnostjo. V predšolskem obdobju otrok pridobiva raznovrstne izkušnje zlasti z igro.

»Osnovne gibalne sposobnosti predstavljajo »conditio sine qua non« v vsakem učenju različnih gibalnih nalog: so bazične vrednosti celotnega prostora človekove motorike« (Strel in Kovač, 2000).

»Že v prvih gibalnih poskusih, ko se otrok uči plaziti in hoditi, je njegov intelektualni razvoj povezan z gibalnim. Kdor prej shodi, prej ustvari prostor okoli sebe, spoznava okolico in ima čim več možnosti za sporazumevanje« (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Avtorji (Videmšek, Tomazini in Grojzdek, 2007) ugotavljajo, da je predvsem v predšolskem obdobju gibalna dejavnost ključnega pomena za otrokov gibalni in funkcionalni razvoj, poleg tega vpliva tudi na otrokove spoznavne, socialne in čustvene sposobnosti in lastnosti. Namreč če otrokova potreba po gibanju ni zadovoljena, se kažejo posledice, kot so nemirnost, nespečnost, neprimerno vedenje ali celo agresivnost. Z različnimi dejavnostmi tako otrok ohranja in krepi zdravje, razvija svojo igro in postaja bolj samozavesten.

Zaključimo lahko, da so gibalne dejavnosti bazične in nujne za zdrav otrokov razvoj, za preživetje in obvladovanje prostora, za interakcijo z okoljem, za športno udejstvovanje in telesno ustvarjanje ter so pogoj za kvaliteten telesni razvoj in zdravje.

3.5. NARAVNE OBLIKE GIBANJA

Pistotnik, Pinter, Dolenc (2002); Pistotnik (2003) ugotavljajo, da so bila najosnovnejša gibanja, ki so se pojavljala v začetnih fazah človekovega razvoja, povezana z nabiranjem hrane, lovom in z borbo s sovražniki. Za vse te aktivnosti pa je značilno, da so sestavljene iz temeljnih gibalnih struktur, kot so hoja, tek, skoki, plezanja, meti itd. Te osnovne gibalne strukture so se razvile skozi filogenezo človeške vrste in so se izvajale v naravnem okolju ter tako predstavljale prvobiten odnos človeka do narave. Zato ni naključje, da danes med domorodnimi plemeni v Afriki najdemo izvrstne skakalce in tekače, v Oceaniji dobre plavalce in potapljače, med Eskimi pa odlične veslače, saj so še ne dolgo tega vsa ta gibanja potrebovali za svoje preživetje. Ravno zaradi tega smo bazična, za življenje pomembna gibanja poimenovali naravne oblike gibanja.

Po Pistotniku idr. (2002), Pistotniku (2003) med naravne oblike gibanja uvrščamo najstarejša gibanja, ki jih je človek razvil v svoji filogenezi. Glede na načine premikanja telesa ali njegovih segmentov v prostoru se ta gibanja delijo v dve skupini, njihove povezave pa tvorijo še tretjo skupino gibanj, ki jo obravnavamo v tem okviru.

Pedipulacije oz. lokomocije, kamor prištevamo različna osnovna premikanja celega telesa v prostoru (locus – lat. kraj, lokacija; motio – lat. gibanje; kar lahko povzamemo kot spreminjanje lokacije v prostoru z gibanjem; oz. pedis – lat. noga; uporabljanje nog za premikanje v prostoru).

Manipulacije, v katerih je zajeto opravljanje osnovnih gibalnih operacij s posameznimi telesnimi segmenti (manus – lat. roka; manipulatio – lat. spretno ravnanje s predmeti oz. rokovanje z njimi).

Druga gibanja se lahko poimenujejo sestavljena. V njih ne prevladuje nobena od naštetih gibalnih operacij, temveč pedipulacije in manipulacije tvorijo novo gibanje.

Med pedipulacije oz. lokomocije uvrščamo:

- plazenja;
- lazenja;
- hojo;
- tek;
- padce;
- plezanja in
- skoke (v daljino, višino in globino).

Med manipulacije uvrščamo:

- meti in lovljenja predmetov;
- udarci in blokade udarcev in
- prijemi.

Med osnovna sestavljena gibanja uvrščamo:

- potiskanja;
- vlečenja;
- dviganja in
- nošenja.

Pistotnik, idr. (2002) ugotavljajo, da uporabnost naravnih oblik gibanja omogoča razvoj večine gibalnih sposobnosti, vendar to ni trening v pravem pomenu besede, ker pri vadbi z uporabo naravnih oblik gibanja ni mogoče natančno določiti vseh spremenljivk vadbe, predvsem ne intenzivnosti.

Za pridobivanje gibalnih informacij in utrjevanje gibalnih spretnosti je uporaba naravnih oblik gibanja primerna predvsem za mlajše starostne skupine. Uporabljajo se tako pri učenju novih gibalnih struktur in utrjevanje že naučenih, pri čemer se lahko uporabljajo vse oblike lokomocij, manipulacij in sestavljenih gibanj, ki jih vadeči manj poznajo. Z večkratnim ponavljanjem pridobivamo gibalna znanja (spretnosti), ki predstavljajo gibalno bazo za izgradnjo zahtevnejših, sestavljenih gibanj v športu in v vsakdanjem življenju (Pistotnik, idr., 2002).

Pomen naravnih oblik gibanja je za življenje človeka, njegov razvoj in obstoj ključnega pomena. Po Pistotniku (Pistotnik, idr., 2002) lahko rečemo, da ima obvladanje naravnih oblik gibanja širši življenjski pomen, saj se z njihovo pomočjo ne razvijajo le osnove za športno rast posameznika, temveč so to življenjsko uporabna (utilitarna) gibanja, s katerimi izboljšujemo kakovost življenja.

Avtorji (Pistotnik, idr., 2002) menijo, da naravne oblike gibanja pomenijo gibalno abecedo človeka, predstavljajo tisti gibalni minimum, ki bi ga moral obvladati vsak mladostnik ob koncu svojega osnovnega šolanja, če ga ni uspel spoznati in osvojiti že prej.

Tukaj je temeljno in življenjsko pomembno za otroke s posebnimi potrebami, da dobijo možnost izvajanja naravnih oblik gibanja v njim primernem in ustvarjalnem okolju z možnostjo prilagajanja in spreminjanja vadbe v dobrobit in kvaliteto otrokovega razvoja in doseganja njihovih optimalnih sposobnosti glede na njihove specialne karakteristike (tip prizadetosti).

Otrok brez gibanja je otrok brez življenja, otrok brez igre je otrok brez duše. Po (Pistotnik, idr., 2002) ta gibanja predstavljajo osnovo, na kateri bo lahko otrok izgrajeval zahtevnejša gibanja, ki jih bo potreboval pri vsakdanjih življenjskih opravilih ali v športu. Prijemi, naključna lovljenja, namerni meti, udarci in suni se seveda pojavljajo že pred pedipulacijami, že v prvih mesecih otrokovega življenja, vendar so to bolj ali manj le refleksna gibanja, preko katerih otrok nagonsko vadi svoj gibalni in živčni sistem. Šele s ponavljanjem in z zavestnim nadzorom nad izvajanjem gibanj, ta postanejo uporabno sredstvo pri otrokovih aktivnostih, kar se zgodi šele po njegovem tretjem letu življenja.

3.5.1. Plazenja

»Plazenje je del normalnega otrokovega razvoja. Plaziti se začne, ko osvoji sedeči položaj in razvije dobro ravnotežje, torej med osmim in desetim mesecem življenja. Otrok se najprej začne plaziti z isto roko in nogo, nato začne navzkrižno uporabljati okončine – leva roka, desna noga in narobe« (Videmšek, Berdajs in Karpiljuk, 2003, str. 35).

Pistotnik, Pinter in Dolenc (2002) opredeljujejo plazenja kot gibanja, pri katerih se za premikanje v prostoru uporabljajo roke, noge in trup. Pri tem je trup v stiku s podlago, kar pomeni, da se plazenja lahko izvajajo v različnih ležah, prvinska oblika pa se izvaja v trebušni leži, s pomočjo rok, nog in trupa. Vse različice plazenj predstavljajo dokaj veliko energijsko obremenitev za vadeče, saj se že pri osnovnih oblikah plazenj doseže obremenitve okrog 40 odstotkov maksimalnega mišičnega napreznja. Drsenje po podlagi v različnih ležah, zaradi večje površine telesa, ki je v stiku s podlago, izzove močnejše trenje in s tem zahteva večji energijski vložek vadečih. Z dodajanjem bremen, izvajanjem neobičajnih načinov plazenj, uporabo ovir, s spreminjanjem podlage, izključitvijo posameznih telesnih segmentov iz dela ali izvajanjem dodatnih nalog med plazenjem se obremenitve lahko povišajo tudi na 80 in več odstotkov maksimalnega mišičnega napreznja, kar zahteva tudi večjo mentalno aktivnost vadečih. Pri osnovnih oblikah plazenj je gibalna zahtevnost dokaj nizka, saj jih otroci osvojijo že v procesu svojega biološkega razvoja. Plazenje je prvi način premikanja v prostoru, ki ga otroci obvladajo po prvih manipulacijah z rokami in nogami.

Plazenja so zelo kompleksna gibanja, z njimi lahko vplivamo na krepitev mišic celega telesa. Pistotnik, Pinter in Dolenc (2002) ugotavljajo, da so krepilni učinki lahko ožje usmerjeni na posamezne predele predvsem na mišice rok in ramenskega obroča v odvisnosti od položaja telesa in smeri gibanja ter intenzivnejšega vključevanja posameznih telesnih segmentov v gibanje. Predvsem so koristne krepilne vaje s plazenji po strminah za šibkejše (mlajše starostne skupine in dekleta), ker omogočajo intenzivnejšo krepitev rok in ramenskega obroča v varnem, manj zahtevnem okolju. S postopnim povečanjem naklona plazenja po strminah predstavljajo pripravo vadečih na plezanja po vertikalnih plezalih. Plazenja, pri katerih se v večji meri vključuje gibanje s trupom (zvijanje trupa), ugodno vplivajo na ohranjanje gibljivosti hrbtenice. Plazenja v leži na trebuhu so tudi zelo učinkovite gibalne naloge za ohranjanje in korekcijo pravilne, pokončne drže telesa po dolgotrajnem sedenju. Z zahtevnejšimi, manj znanimi oblikami plazenj, pa je mogoče vplivati na razvoj nekaterih pojavnih oblik koordinacije (usklajenosti delovanja telesnih segmentov), kot so: kinetično

reševanje prostorskih problemov, sposobnost realizacije celostnih programov gibanja in koordinacija nog.

»Ker se vsi dojenčki ne plazijo, lahko z gibalno igro spodbujamo razvoj zdravega otroka, otroka z motnjami v razvoju pa lahko pripeljemo do optimalne gibalne razvitosti oziroma do najvišje stopnje, ki jo njegova motorika dopušča. Pri tem najbolj koristi namenska igra, s katero spodbujajo otroka, da se plazi in pri tem uživa« (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003, str. 35).

3.5.2 Lazenja

Lazenja so gibanja pri katerih se vadeči premikajo s pomočjo rok in nog, trup pa je dvignjen od podlage, kar pomeni, da se lazenja izvajajo v različnih mešanih oporah na rokah in nogah (opore ležno, klečno, čepno ali sedno). Prvinska oblika lazenja se izvaja v opori klečno spredaj, ker ima otrok boljše ravnotežje na račun večje podporne ploskve. Trup je pri lazenjih dvignjen od podlage in s tem je trenje manjše kot pri plazenjih. Vseeno so lazenja lahko ravno tako energijsko zahtevna, saj se zaradi višjega položaja telesa gibanja lahko izvajajo mnogo hitreje. Že z osnovnimi oblikami lazenj se izzove obremenitve okrog 40 odstotkov maksimalnega mišičnega naprežanja, z uporabo zahtevnejših različic pa lahko obremenitve narastejo tudi na 90 odstotkov maksimalnega naprežanja. Gibalna zahtevnost osnovnih oblik lazenj je sorazmerno nizka, saj je to gibanje, ki se ga otrok nauči takoj za plazenjem, običajno že v prvem letu življenja. Za otroka predstavljajo lazenja hitrejši način premikanja v prostoru in mu dajejo večje možnosti za prve poskuse postavljanja na noge in za prve poskuse plezanja (vzpenjanje ob različnih objektih). Gibalna zahtevnost lazenj se poveča kasneje, ko mora otrok izvajati neobičajne kombinacije prestavljanja rok in nog in se gibati v različnih smereh na različne načine lazenj. Takšne različice lazenj mnogokrat predstavljajo gibalni problem tudi pri starejših starostnih kategorijah, kar od njih zahteva večjo mentalno aktivnost (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

Ker so dovolj dinamična, so lazenja uporabna tako za ogrevanja telesa kot za razvoj moči in koordinacije, prenašanje bremen, lazenja po strminah, zahtevnejše oblike lazenj ... Pistotnik, Pinter in Dolenc, (2002) pripisujejo vpliv lazenj predvsem na krepitev mišic gornjih in spodnjih okončin. V odvisnosti od položaja in smeri gibanja ter od izključevanja oz. vključevanja telesnih segmentov v gibanje pa so lahko krepilni vplivi bolj usmerjeni v izbrane predele. Predvsem pri mlajših starostnih skupinah so lazenja uporabna tudi za razvoj koordinacije in pri gibalnem učenju. V ta namen se uporabljajo manj znane oblike lazenj, ki jih otroci še ne poznajo in ne obvladajo. Ker so lazenja bolj dinamična kor plazenja, se z njihovo uporabo že v določeni meri vpliva na funkcionalne sisteme vadečih (dihalni in krvno-žilni sistem).

Med lazenja uvrščamo tudi različne oblike samokolnic, ki se lahko izvajajo v parih ali trojkah, ki so lahko tako koordinacijsko kot tudi energijsko zahtevnejše. Z njimi vplivamo predvsem na krepitev mišic rok in ramenskega obroča. Znatni pa so tudi krepilni učinki na mišice trupa. Seveda ne smemo pozabiti, da ritem diktira »samokolnica«, saj v nasprotnem primeru lahko pride do padcev na obraz (Pistotnik, Pinter, Dolenc, 2002).

3.5.3. Hoja

Samoumevno je hoja osnovna oblika gibanja, ki jo uporabljamo za premikanje v prostoru. Po Pistotniku, Pinterju in Dolencu, (2002) pomeni hoja položaj, ko se človek, ob pokončnem položaju telesa, izmenično opira na spodnji okončini, kar je v naravnem okolju, iz katerega človek izhaja posebnost. Pokončno gibanje so zahtevale preselitev na tla in aktivnosti na odprtih prostranstvih, ki so jih predniki človeka pričeli odkrivati pri iskanju hrane. Hoja je za preživetje in ohranitev vrste postala zelo pomembna, saj je omogočala dober pregled nad okoljem in uporabo prednjih okončin za delo. S postavljanjem na zadnje okončine in daljšim vztrajanjem v takem položaju se je začela širiti medenica, kar je pripeljalo do zanesljive hoje po dveh nogah in do pokončne telesne drže. Tako se človek giblje še danes pri običajnem premikanju v prostoru. Skozi gibalni razvoj v prvih mesecih življenja se v zaporedju osvojenih gibanjih, kaže gibalni razvoj vrste od pradavnine do današnjih oblik gibanja od plazenja preko lazenja do hoje.

»Samostojna hoja se ponavadi razvije od desetega do štirinajstega meseca starosti. Hoja je funkcija, ki postopno dozoreva, zato se prva hoja razlikuje od razvite hoje. Na začetku otroci hodijo z bolj ali manj razširjenimi nogami, z rokami pa si pomagajo obdržati ravnotežje. Njihova začetna hoja je vijugasta in neenakomerna in prepletena s padci« (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003, str. 36).

Pravilna hoja je mehka in lahkotna. Stopala se postavljajo vzporedno, najprej na peto, potem se obremenitev prenese preko celega stopala na prednji del stopala, s katerim se hodeči odrine naprej.

Avtorji (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002) opozarjajo na poglobitve napake, ki se pojavljajo pri hoji in jih je treba individualno odpravljati:

- trdo stopanje na cela stopala;
- postavljanje stopal navzven in navznoter;
- mlahava hoja s sklonjenim trupom in skrčenimi koleno ter
- nepravilna koordinacija gibanja rok in nog.

»Z vadbo hoje vplivamo na izpopolnjevanje življenjsko uporabnega gibanja, ki omogoča večjo mobilnost človeka v prostoru in mu zagotavlja neovirano opravljanje dejavnosti. Pri mlajših starostnih skupinah s tako vadbo vplivamo tudi na razvoj ravnotežja in koordinacije nog. Z bolj dinamičnimi oblikami hoje, predvsem s hojo navzgor in navzdol po strminah, lahko vplivamo na krepitev nog in spodbudimo k delovanju na višji ravni večje funkcionalne sisteme, kot sta krvožilni in dihalni. S hojo, ki se izvaja v nekem vsiljenem tempu in ritmu, pa je mogoče vplivati tudi na razvoj koordinacijske sposobnosti za realizacijo ritmičnih gibalnih struktur, zato se tudi različni plesni koraki uporabljajo kot višja raven izpopolnjevanja hoje« (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002, str. 49).

Hojo lahko izvajamo v različne smeri (naprej, bočno ali vzvratno) v različnih položajih (kleče ali čepe) ali kot posebnost hoja po rokah. Hojo lahko izvajamo z bremenom ali s premagovanjem ovir. Gibalno zahtevnost povečamo z različnimi kombinacijami korakov, ritmom in tempom hoje ter hojo po oznakah ali z zmanjševanjem podporne ploskve. Intenzivnost povečujemo z povečevanjem razdalje, dinamiko pa s

spreminjanjem podlage (trava, sneg, voda, mehke blazine ...). Da ohranimo motivacijo vadečih je potrebno spreminjati okoliščine, kjer se hoja izvaja (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

3.5.4. Tek

Prvi otrokov tek Videmšek, Berdajs in Karpljuk, (2003) opisujejo kot podobnega hitri hoji. Po četrtem letu starosti postaja hoja bolj enakomerna, tek bolj dinamičen, število padcev pa se močno zmanjša in sorazmerno spominja na tek odraslih. V tem obdobju otroci tudi radi tekmujejo med seboj in se pomerijo v družbi sovrstnikov. Različne vaje hoje in teka krepijo mišice nog, trupa in ramenskega obroča in vplivajo na pravilno izoblikovanje stopalnega loka. Hoja in tek pomembno vplivata na delovanje notranjih organov, dihal prebavil in krvnega obtoka. Do petega leta starosti imajo otroci med tekom občasno tudi manjše težave z ravnotežjem, kasneje pa se te težave ne pojavljajo več.

»Ko ima otrok zanesljivo hojo in nima več težav z ravnotežjem, lahko prične z osvajanjem teka, ki je ob hoji drugi najpomembnejši način gibanja človeka. Tek je le hitrejša gibanje, pri katerem se zaradi močnejših in hitrejših odzivov od podlage, pojavi brez oporna faza, tj. faza leta, pri čemer pa ne prihaja do večjih nihanj težišča telesa. Pomeni, da se iz otrokove hitre hoje (racanja), gibanje spremeni v izmenične odzive z noge na nogo. Takšen načina gibanja je otrok sposoben osvojiti šele po drugem letu starosti, nakar ga izpopolnjuje vse do vstopa v šolo (usklajevanje gibanja rok in nog, hitre spremembe smeri, sprint ipd.), pa še takrat imajo nekateri, zaradi življenja v pretirano urbanem okolju, težave z njegovo pravilno izvedbo. Kljub vedno močnejši motorizaciji je tek še vedno zelo pomemben v vsakdanjem življenju človeka, zato ga mora ohranjati kot gibanje. V nasprotnem primeru se s staranjem uporablja čedalje manj teka, kar se pozna pri kakovosti življenja posameznika, saj mu dobesedno beži iz rok (ne more steči za avtobusom, hitro prečkati ceste ipd.)« (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002, str. 55).

Med pogostejše napake, ki se pojavljajo pri teku Pistotnik, Pinter in Dolenc, (2002) prištevajo:

- trd, težak tek po petah, ob pokončnem ali celo nazaj nagnjenim telesom;
- postavljanje stopal navzven;
- predolg in mlahav korak s pozibavanjem (dviganje in spuščanje težišča);
- nesproščene in preveč iztegnjene ali skrčene roke;
- napenjanje mišic obraza in vratu;
- zamahi z rokami v stran ali predse, namesto v smeri gibanja.

Tako kot hoja se tudi tek izvaja v smeri naprej, bočno ali vzvratno pri čemer se gibanje izvaja prosto, zahtevnost pa se povečuje z dodajanjem bremen, premagovanjem ovir, spreminjanjem podlage, zmanjševanjem podporne površine ali z vadbo na strminah. Ravno tako so možne različne kombinacije korakov, ki jih vadeči izvajajo prosto ali po predlogi. Pri razvoju hitrosti so še posebej primerne štafetne igre, ki zajemajo elementarne oblike teka. Z neobičajnimi kombinacijami korakov pa je možno razvijati koordinacijo nog, z izvajanjem gibanja v diktiranem tempu pa vplivamo na koordinacijske sposobnosti za realizacijo ritmičnih gibalnih struktur (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

3.5.5. Padci

Kadar ohranjanja ravnotežnega položaja ni več mogoče uravnati s kompenzacijskimi gibi, pride do podrtja ravnotežnega položaja telesa, ki posledično povzroči bolj ali manj trd stik s tlemi. Takšen prehod v nov, nižji ravnotežni položaj se imenuje padec. Padci so torej gibanja telesa iz praviloma višjega, pokončnega položaja (opore) v nižji položaj najpogosteje leže (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

Pistotnik, Pinter in Dolenc, (2002) delijo padce glede na:

- smer gibanja telesa v katero pada (naprej, bočno – vstran, nazaj – vznak) in
- površino telesa, na katero pada (na bok, hrbet, roke).

Pri varnih padcih naj bi prišlo do t. i. »blažitve sile«, ki se kaže na različne načine:

- popušcanje (amortizacija – ublažitev sile z ekscentrično kontrakcijo mišic);
- poval (ublažitev sile z uleknitvijo ali upognitvijo telesa);
- kotaljenje (rotacije okrog vzdolžne osi telesa);
- drsenje (na gladkih, drsečih podlagah);
- preval preko ramena;
- razbremenilni sunek (sunek s telesnimi segmenti v nasprotni smeri padanja);
- kombinacije omenjenih postopkov (najpogosteje uporabljano).

»Blažitve sile pri padcih temeljijo na oporah. Te morajo zadostiti zahtevi po najustreznejši podporni površini, tako z vidika prožnosti kot tudi njene velikosti. Zato se opore ne izvajajo na sklepne površine, ampak na druge »z mišicami obložene« dele telesa (podlakti, zunanji del nadlakti, zunanji in prednji del stegna, zunanja stran goleni in stopala ter zadnji in stranski obod ramen)« (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002, str. 61).

Medtem ko večina dokaj uspešno obvlada padce naprej in nazaj, pa imajo tudi gibalno najbolj izobraženi otroci težave s pravilnim obvladovanjem telesa pri padcih nazaj (vznak). Najpreprostejši način prilagajanja otrok na padec nazaj je poval po hrbtu. Iz seda vadeči upogne trup naprej, brado približa prsim (»pogled na popek«), pritegne skrčena kolena in se povalja po hrbtu, pri čemer se glava ne sme dotakniti tal. Pri prvih izvedbah povala, naj otroku sprva nekdo pomaga (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

Otroka ne moremo zavarovati pred padci, lahko pa ga naučimo, da se bo z ustreznimi gibi znal zavarovati pred morebitnimi poškodbami vitalnejših delov telesa in silo prenesti skozi večjo površino telesa na podporno ploskev ali v gibanje npr. kotaljenje.

3.5.6. Plezanja

Plezanje se pojavi že zelo zgodaj kot posebna vrsta gibanja. Še preden otrok shodi, želi splezati na višji predmet (klop, posteljo, stol, ograjo stajice ...). Plezanje triletnika je še nezanesljivo, težave ima tudi pri spustu. Od četrtega leta dalje ponavadi vse te težave izginejo in otrokovo plezanje postane bolj zanesljivo in pogumno. Premaguje tudi navpična plezala različne letvenike, zvirala, plezala. Otrok s plezanjem razvija

predvsem moč, koordinacijo gibanja in ravnotežje (Videmšek, Tomazini in Grojzdek, 2007; Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

»Plezanje so gibanja, pri katerih se vadeči premika v različnih vesah s pomočjo svojih okončin. Zaradi aktivnosti, ki se izvaja v nasprotni smeri sile gravitacije (vzpenjanje) ali v isti smeri, ob njeni amortizaciji (spuščanje), so ta gibanja zelo naporna, lahko pa tudi nevarna. Vadbo plezanj je zato nujno treba prilagajati posamezniku in upoštevati njegove individualne značilnosti in sposobnosti, kot so: starost, spol, razvojna stopnja, telesna in psihična pripravljenost. Le tako bomo z manj možnosti za telesne poškodbe in psihične travme dosegli učinke, postavljene v vadbenem procesu« (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

S plezanji vplivamo predvsem na krepitev mišic rok in ramenskega obroča (najpogosteje na upogibalke) ter upogibalk in iztegovalk trupa (trebušne in hrbtne mišice). Krepitev nog dosežemo le pri redkih, posebej za to izbranih različicah plezanja (npr. plezanje z bremenom). Plezanja predstavljajo tudi pomembno korektivno vadbo, s katero skušamo odpravljati škodljive posledice dolgotrajnega sedenja. Tako pomagajo ohraniti pravilno, pokončno držo telesa. Kjer je potrebno trup močno upogibati v vse smeri, lahko vplivamo na ohranjanje gibljivosti hrbtenice. Plezanja imajo tudi pozitiven psihološki vpliv, saj vadeči s premagovanjem višine premaguje strah in krepi samozavest (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

Pri plezanju zaradi doseganja višin ne smemo zanemariti varnosti in varovanja, da se izognemo morebitnim poškodbam.

3.5.7. Skoki

Skoki in poskoki otrokom predstavljajo velik izziv, ki pa zahteva obilo gibalne spretnosti oziroma elastičnosti. V drugem letu starosti otroci poskusijo sonožno skakati, kar jim ne povzroča večjih težav. Otroci skačejo že v daljino, se spustijo v globino in skočijo v višino. Skok v višino jim povzroča največ težav. Pri treh letih otroci že skačejo enonožno. Po petem letu starosti otroci brez težav skačejo enonožno in sonožno na mestu ali v gibanju. Pri vadbi skakanja otrok razvija odzivno moč, ravnotežje, koordinacijo gibanja in pogum, zlasti pri skokih v globino, ki so za otroke še posebno atraktivni. Skoki in poskoki spodbujajo gibljivost nožnih sklepov, krepijo vse nožne mišice, zlasti stopal, prav ta krepijo trebušne, prsne in hrbtne mišice in mišice ramenskega obroča (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

Nekako po tretjem letu starosti pa se začnejo pojavljati enonožni odrivi, ki se izvajajo že v povezavi s tekom (zaletom), kar je vsekakor povezano z okrepitevijo spodnjih okončin in z razvojem koordinacije. Na tak način postaja otrok v prostoru bolj mobilni, hkrati pa pridobiva samozavest, saj ima večji nadzor nad lastnim telesom (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002, str. 81).

Skoki so gibanja, sestavljena iz treh faz: odriva, leta in doskoka. Za zahtevnejše skoke v višino in daljino sta pomembnejši fazi odriva in leta, pri skokih v globino pa predvsem fazi leta in doskoka. Pri skokih v višino in daljino se z mišičnim krčenjem (koncentrično mišično krčenje) premaga sila gravitacije, kar da telesu pospešek, da

se odlepi od podlage (faza odriva) ter preide v fazo leta, ki se izvede v različnih krivuljah. Položnejša krivulja leta je primernejša za skoke v daljino (idealna krivulja pri odrivnem kotu približno 45° glede na podlago), bolj koničasta krivulja pa za skoke v višino. Pri skokih v globino se z mišično silo ublaži (amortizira) vpliv sile gravitacije na telo (ekscentrična mišično krčenje) in se tako omogoči varen in mehak pristanek tudi na trši podlagi. Pri tem se predvsem krepijo iztegovalke nog in trupa in z dodatnimi nalogami med gibanjem tudi koordinacija (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

3.5.8. Potiskanja in vlečenja

Potiskanja so gibanja, pri katerih je objekt običajno pred vadečim, ki ga skuša odriniti od sebe. Vlečenja so gibanja, pri katerih skuša vadeči objekt pritegniti k sebi. Tako so glede na premikanje objekta pri potiskanjih vadeči za objektom, pri vlečenjih pa pred njim. Upiranja se lahko pojavijo tako pri potiskanjih kot pri vlečenjih, kadar je vložena sila enaka nasprotni sili ali je manjša od mase objekta, ki ga želimo premakniti (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

»Potiskanja in vlečenja so v bistvu zelo učinkovite naloge moči, pri katerih se s pomočjo mišičnega napenjanja premaguje odpor zunanjih sil, tj. sile nasprotnika ali mase kakšnega težjega predmeta. Kadar se premaguje odpor nasprotnika, so to v osnovi borbe, s katerimi lahko izdatno vplivamo na krepitev ali na spretnost vadečih. Glede na predele telesa so tako pri potiskanjih najbolj obremenjene iztegovalke, pri vlečenjih pa upogibalke gornjih okončin. Krepilni vpliv na posamezne mišične skupine trupa je odvisen od položaja v katerem se izvaja potiskanje ali vlečenje, medtem ko so pri vseh oblikah potiskanj ali vlečenj, ki se izvajajo stoje, vključene iztegovalke nog. Za upiranja je značilna pretežno izometrična mišična kontrakcija, za potiskanja in vlečenja pa so načini mišičnega napenjanja lahko različni« (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002, str. 92).

Potiskanja in vlečenja se pojavljajo tudi pri borilnih igrah, kjer se izvajajo posamično, v parih ali v manjših in večjih skupinah (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002).

3.5.9. Dviganja in nošenja

Pistotnik, Pinter in Dolenc (2002) opisujejo dviganja kot gibanja, pri katerih predmete ali lastno telo premikamo v nasprotni smeri od sile gravitacije. V športni praksi predstavljajo dviganja krepilne naloge, pri katerih aktivno z dinamičnim mišičnim napenjanjem (koncentrično mišično napenjanje) premagujemo maso objektov, na katere vadeči deluje. Dvig je lahko tako dinamično gibanje, ki se izvede pred nošenjem, kot tudi premik objekta z mesta. Temu lahko sledi spuščanje objekta v izhodiščni položaj. Spuščanje je običajno tudi aktivno dinamično gibanje, ki se izvede v nasprotni smeri dviganja, pri čemer se pojavi ekscentrično mišično napenjanje tistih mišičnih skupin, ki so sodelovale pri izvedbi dviga. Pri dviganjih lastnega telesa so najpogosteje dinamično obremenjene iztegovalke rok in nog, katere mišične skupine trupa bodo v večji meri obremenjene, pa je odvisno od položaja telesa (npr. z dviganjem trupa v hrbtni leži se krepijo upogibalke trupa). Pri dvigovanju predmetov so v prvi vrsti dinamično obremenjene (vsaj v začetku dviga)

upogibalke rok; če je breme potrebno dvigniti s tal tudi iztegovalke nog; pri težjih bremenih, ki so pred telesom, pa tudi iztegovalke trupa. Kadar je potrebno dvigniti težje breme s tal, se je treba dvigovanja lotiti zelo previdno in ne v preveliki meri vključiti iztegovalk trupa (predklanjanje k bremenu), saj lahko to povzroči poškodbe v ledvenem delu hrbtenice. Težja bremena s tal dvigujemo pretežno s pomočjo koncentričnega napenjanja iztegovalk nog in spuščamo na tla z ekscentričnim napenjanjem istih mišic, pri čemer naj bi bil trup čim bolj pokončen s statičnim napenjanjem mišic iztegovalk.

»Nošenja so gibanja, pri katerih se predmet med premikanjem v prostoru zadržuje v dvignjenem položaju. Pri nošenju v stoji se običajno s statičnim napenjanjem mišic rok in trupa zadržuje predmet v izbranem položaju, aktivno dinamično pa so obremenjene mišice nog, ki omogočajo premikanje telesa v prostoru. Nošenja se lahko seveda izvajajo še v drugih položajih: kleče, čepi, v različnih oporah ali celo leže, kjer so obremenitve drugačne. Tako se z nošenjem bremen pred telesom v pokončnem položaju krepijo hrbtne mišice, z nošenjem bremen za telesom pa trebušne« (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002, str. 99).

3.5.10. Vese

Otroci radi preskušajo moč svojih rok v vesi na veji, drogu, ograji ... Tako vadijo otroci pred tretjim letom, po četrtem letu že zmorejo opičjo veso (držanje v nadprijemu), še spretnejši otroci po petem letu starosti, saj lahko uporabljajo podprijem ob ustrezni pomoči, svetovanju (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003; Videmšek, Tomazini in Grojzdek, 2007).

3.5.11. Metanje, lovljenje, zadevanje

Razvoj metanja predmetov se začne v šestem mesecu, ko dojenčki iz sedečega položaja predmete spuščajo na tla (Videmšek, Tomazini in Grojzdek, 2007).

»Eno leto stari otroci večkrat namerno mečejo žogo brez cilja. Triletni otroci so pri vajah z žogo ujeti, jim večkrat pade na tla, saj je gib ujemanja prepočasen. Zaradi premajhne sposobnosti ocenjevanja razdalje in moči meta ne zadenejo cilja. Štiri letni otroci mečejo razne predmete mnogo dlje in močneje. Pri ujemanju so skoraj vedno uspešni. Po petem letu starosti pa so otroci še uspešnejši, saj takrat že zmorejo uskladiti hojo in tek z metanjem, vodenjem in brcanjem žoge« (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003, str. 38).

Štiriletni otrok zelo napreduje tudi pri izvajanju osnovnih dejavnosti z žogo. Pri lovljenju je skoraj vedno uspešen, saj na razdalji do treh metrov pogosto zadene različne cilje, prav tako mnogo dlje meče različne predmete (Videmšek, Tomazini in Grojzdek, 2007).

»Uspešnost metanja in z njim povezanega zadevanja je v veliki meri odvisna od mnogokratnega ponavljanja izbranega načina izmeta. S tem vadeči pridobi določene gibalne izkušnje (razdalja, teža in oblika predmeta, količina porabljene sile ...), tako da se izvedba izmeta uporabljenega predmeta postopno avtomatizira. Vendar

preciznost v zadevanju izbranega cilja dosežemo samo s ponavljanjem istega načina izmeta, ker ta predstavlja zaključen gibalni program» (Pistotnik, Pinter in Dolenc, 2002, str. 108).

3.6 ELEMENTARNE IGRE

Kot sredstvo vadbe, s katerim se skuša pritegniti vadeče in hkrati vplivati na izboljšanje gibalnih sposobnosti, v športu uporabljajo različne igre. Vendar to niso športne igre, v katerih so pravila natančno določena, udeleženci pa morajo imeti gibalne sposobnosti razvite že na ustreznem nivoju. Za vadbo se zato uporabljajo elementarne igre, ki človeku nudijo zabavo in raznolikost v gibalnem izrazu, primerne pa so posameznikovim potrebam in znanju. Elementarne igre tako predstavljajo enostavno in vsestransko uporabno sredstvo za human razvoj gibalnih sposobnosti, s čimer se vadečemu omogoči pridobivanje in ohranjanje uporabnih gibalnih vzorcev, ki so osnova za zdravo in kvalitetno življenje (Pistotnik, 2000). Nadalje vidi Pistotnik (2003) elementarne igre kot nadgradnjo naravnih oblik gibanja.

»Kadar govorimo o elementarnih igrah, mislimo predvsem na skupinske, v katerih se otrok premika z naravnimi oblikami gibanja (hoja, tek, lazenje, plazenje, skoki, poskoki ...). Elementarne igre potekajo po nekem ustaljenem redu, s spremembami, ki jih lahko vpeljujeta vzgojitelj ali otrok. Na splošno velja, da so enostavne, preproste in otrokom hitro razumljive. V šolskem obdobju se elementarne igre prelevijo v športne igre, kjer je vedno prisoten element tekmovanja« (Videmšek in Visinski, 2001).

Pistotnik (Pistotnik, 2000, str. 357) definira elementarne igre sledeče: »Elementarne igre so poimenovane tiste igre, ki vključujejo elementarne oblike človekovega gibanja in imajo možnost prilagoditve pravil trenutnim okoliščinam in potrebam. Pri vadbi otrok predstavljajo najpomembnejše sredstvo za sproščen in neagresiven razvoj gibalnih sposobnosti in pridobivanje gibalnih spretnosti« Nadalje (Pistotnik, 2000) pripisuje elementarnim igram pomembno sredstvo vzgoje in socializacije vadečih, saj se z njihovo pomočjo posamezniku omogoči lažje vključevanje v družbo ter uravnavanje njegovega obnašanja in čustvovanja v različnih življenjskih okoliščinah.

»Igra je sestavni del našega življenja. To kar prevladuje v igri že v prvih dneh življenja je gibanje. Prav gibanje omogoči vso perceptualno kategorizacijo. Informacijska aktivnost poteka preko gibanja« (Rener, Reven, 2000, str. 497).

»Igra je v otrokovo življenje vtkana kot hrana in spanje ter kasneje šola in delo. Če se je premalo igral se bo prikrajšanost za igranje tako ali drugače odražala v njegovem nadaljnjem življenju« (Rener, Reven, 2000, str. 495).

»Tudi otroci s posebnimi potrebami so predvsem otroci. V sebi nosijo čudoviti svet otroštva in morda nekateri med njimi ne bodo nikoli odrasli. So pridni, nagajivi, veseli, žalostni. Kot vsi otroci tega sveta imajo tudi oni svoje sanje, tudi oni se igrajo« (Rener, Reven, 2000, str. 499).

»Ker je splošna značilnost elementarnih iger gibanje, se lahko z njimi vpliva na mnoge pomembne funkcionalne sisteme človekovega telesa (krvožilni in dihalni

sistem, gibalni sistem ipd.) in s tem tudi na razvoj gibalnih sposobnosti. Pozitivne spremembe se namreč kažejo v razvoju telesnih segmentov, v večji prilagodljivosti na obremenitve in v sposobnosti premagovanja večjih naporov« (Pistotnik, 2000, str. 357-358).

»Gibalne sposobnosti, ki se razvijajo s pomočjo elementarnih iger so: moč, koordinacija, hitrost, ravnotežje in preciznost. Gibljivost s pomočjo elementarnih iger se načeloma ne razvija, ker je za njen razvoj potrebno doseči maksimalen razpon gibov v posameznem sklepu ali sklepnem sistemu, kar pa se v igri običajno ne doseže« (Pistotnik, 2000, str. 359).

Prav tako Pistotnik (2000) poudarja pomembnost prilagodljivosti pravil ob upoštevanju izbranega cilja in upoštevanja starosti, spola, števila vadečih in pogojev v katerih naj bi se igra izvedla. Prav zaradi tega so elementarne igre uporabne v vseh pogojih.

»Igra ima neke posebnosti po katerih se razlikuje od drugih dejavnosti. Značilno za vsako igro je, da je otrok v njej čustveno udeležen. V njegovi igri se sprosti domišljija, kar mu omogoča, da v njej ustvari ali doživi tisto, kar v realnem svetu ne more ali zaradi svoje podrejenosti ne sme narediti. V igri je otrok »gospodar položaja«. V resničnem življenju je otrok vedno v podrejenem položaju v primerjavi z odraslimi. V igri doseže samostojnost. Pretirana poseganja v otroško igro niso upravičena, kajti tako otroku uničimo prav tisto, kar je za njegov razvoj dragoceno, to je ustvarjalnost in izvirnost domišljije« (Rener, Reven, 2000).

Videmšek, Tomazini in Grojzdek (2007) ugotavljajo, da do drugega leta pri otrocih prevladuje individualna igra z močno izraženimi željami, da se vanjo vključijo odrasli kot dodatni partnerji. Med drugim in tretjim letom pa prevladuje vzporedna igra, ko je v istem prostoru več otrok, ki se igrajo vsak po svoje. Šele po tretjem letu pripelje bivanje otroka med sebi enakimi tudi do medsebojnih iger, v katerih otrok nabira razne življenjske izkušnje. Tako ima igra še vedno pomembno vlogo pri razvoju otroka v celostno, harmonično in ustvarjalno osebnost. Z igro otrok razvija svoje gibalne sposobnosti in duševne razsežnosti, zadovoljuje potrebo po gibanju, hkrati pa je igra pomembna tudi za socializacijo, saj otroka postopno navaja na življenje v skupnosti.

»Triletni otrok se vključuje v skupinske igre, ki morajo biti preproste in z ne preveč zapletenimi pravili. Aktivnosti ne smejo biti monotone, saj otrok te starosti zelo hitro izgubi koncentracijo in mu pade zanimanje. Rad poje, izvaja različne dejavnosti v ritmu, rajalne in preproste plesne igrice. Od petega leta dalje želi v skupinski igri prevzeti samostojno vlogo. Nič več ni potrebno, da je odrasla oseba tista, ki vodi igro, ampak lahko prevzame le vlogo koordinatorja in opazovalca. Poveča se koncentracija pri izvajanju določene naloge, otrok si zapomni več in natančneje. Odrasli si lahko zelo veliko pomaga z domišljijo in tako gibalne vsebine naredi zanimivejše za otroke. Domišljijski svet je v tem obdobju namreč zelo močno razvit« (Videmšek, Tomazini in Grojzdek, 2007).

»Telesno prizadeti otroci so zaradi narave bolezni, poškodbe in drugih motenj bolj ali manj ovirani v gibanju, eni od rojstva, drugi kasneje, odvisno od poteka bolezni ali nastanka poškodbe. Otroci skozi gibanje odkrivajo nove sheme gibanja ter

spoznavajo sami sebe in stvari okoli sebe. S pomočjo različnih terapij pripomoremo k lažjemu in bolj kakovostnejšemu gibanju. Izkoristiti moramo vse nove zaznavne poti in upoštevati osnovna načela učenja, kar igra zagotovo je« (Rener, Reven, 2000, str. 498).

»Pomembno je, da pri igri otroka ne motimo. Skušamo mu omogočiti primeren položaj, kot ga zmore obvladovati – pri statičnih igrah; pri dinamičnih in gibalnih igrah pa otroku pomagamo, oz. ga vodimo na primeren terapevtski način. Če je gibanje tako ovirano, da kljub vodenju otroka pri igri preveč oviramo, izberemo zanj ustrezen pripomoček oz. igro primerno preoblikujemo« (Rener, Reven, 2000, str. 500).

»Igra je podrejena tudi razvojni stopnji otroka, kar zadeva duševni in telesni razvoj« (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003, str. 48).

3.6.1. Pregled elementarnih iger

Rener, Reven (2000) poudarita sledeče osnovne smotre glede vsebine iger.

Igra Stika: Ima funkcijo predstavljanja opazovanja, spoznavanja, kjer otroci pridejo v medsebojni stik in se med njimi razvije solidarnost, medsebojna pomoč in strpnost do različnosti. Otroci vzpostavijo začetni stik, se otresejo zadržanosti in strahu pred javnim nastopanjem.

Gibalna igra: Otrokom tako z igro in gibanjem pomagamo, da premagujejo strah pred gibanjem (zaradi gibalnih motenj imajo malo izkušenj), težka doživetja, neugodne izkušnje in različne duševne obremenitve ter tako dosežejo notranje ravnotežje. Gibanje ni samo sebi namen. Vpliva na čustva, na zavedanje sebe, zaznavanje prostora, učenje, sproščanje, terapijo in ustvarjanje ugodnega čustvenega ozračja v skupini.

Sprostitev: Usmerjena sprostitvev sproži v telesu vegetativne in tudi duševne spremembe. Večja notranja umiritev in ima za posledico povečano pozornost in zbranost do posredno izboljšane storilnosti. Ob tem se človek bolje zaveda samega sebe in se zato bolje nadzira ter usmerja.

3.6.1.1. Štafetne igre

Štafetne igre so ekipne elementarne igre s poudarjenim tekmovalnim značajem, pri čemer je uspeh ekipe odvisen od zavzetosti vsakega posameznega člana in od vsote njihovih rezultatov. Člani ekipe posamično in zapored odhajajo na progo, kjer skušajo zadano nalogo čim boljše in hitreje izvesti. Zmaga ekipa, ki prva pravilno izvede nalogo. S štafetnimi igrami se lahko vpliva predvsem na razvoj moči in hitrosti ter na razvoj nekaterih pojavnih oblik koordinacije (Pistotnik, 2000).

Štafetne igre, s katerimi se skuša vplivati na krepitev (razvoj moči), vključujejo predvsem dinamično mišično naprežanje. Z njim se skuša vplivati na razvoj eksplozivne in repetitivne moči. Statično mišično naprežanje se pojavlja le v posameznih telesnih predelih ob prenašanju različnih bremen. Najpogostejše sile, ki se premagujejo pri štafetnih igrah, so teža lastnega telesa, teža različnih rekvizitov in sila vztrajnosti. Partnerja se kot breme uporablja šele pri višjih starostnih skupinah

(13 let in več), ker predstavlja težko breme, saj je njegova teža blizu vadečega. Nujni sestavni del vsake vadbe za razvoj moči je predhodno dobro ogrevanje in na koncu raztezne ter sprostilne gimnastične vaje, s katerimi se ohranjajo funkcionalne sposobnosti mišic (Pistotnik, 2000).

Za razvoj hitrosti se uporabljajo predvsem proste štafetne igre, v katerih je osnovno gibanje tek. Pri tem vadeči pretečejo daljše razdalje, da se na njih lahko razvije večja hitrost gibanja (15 m in več), v nasprotnem primeru se razvija le startna hitrost. Pri tem sta tekma z nasprotnikom in zmaga tista motiva, ki vzpodbudita vadeče k izrazu maksimalne hitrosti. Tudi pred vadbo hitrosti je potrebno vadeče dobro ogreti, po vadbi pa obremenjene mišice raztegniti (Pistotnik, 2000).

S štafetnimi igrami se lahko vpliva na razvoj vseh pojavnih oblik koordinacije, v večji meri pa na gibalno (kinetično) reševanje prostorskih problemov, na koordinacijo nog, »timing« in gibalno realizacijo ritmičnih struktur. Ker je gibalno reševanje prostorskih problemov sposobnost, da se osnovni gibalni program, zaradi prilagoditve na novo stanje v okolju, čim hitreje preoblikuje v dopolnilnega, je potrebno vadeče čim večkrat postaviti v nove okoliščine. Pri štafeti igrah se to lahko doseže s postavljanjem prog z ovirami, ki se večkrat spreminjajo, pri čemer so lahko spremembe na progi minimalne. S tem so vadeči prisiljeni reševati prostorske probleme v veliki hitrosti in ravno to je bistvo razvoja sposobnosti gibalnega reševanja prostorskih problemov oz. gibalne inteligence (Pistotnik, 2000).

3.6.1.2. Moštvene igre

Moštvene igre so elementarne igre v katerih nastopata vsaj dve moštvi, ki se borita med seboj, pri čemer skuša biti v zadani nalogi eno moštvo boljše od drugega ali le temu preprečiti uspeh. Z moštvenimi igrami se razvija kolektivni duh vadečih, saj je uspeh močno odvisen od povezanosti in sodelovanja članov znotraj moštva. Primerne so tudi za razvoj celotnega spleta gibalnih sposobnosti, saj so za uspešno premikanje v prostoru in za zadovoljivo izvedbo igre potrebne mnoge gibalne sposobnosti. Z njimi se lahko razvijajo predvsem nekatere pojavnne oblike koordinacije, moči in preciznosti. Da pa bi v resnici prišlo do razvoja izbrane gibalne sposobnosti, je potrebno vadeče s pravili voditi tako, da uspešna izvedba igre pogojuje večjo izraznost te sposobnosti, prav tako mora igra imeti čim manj omejitev, da ne prihaja do pogostih prekinitev igre. Zaradi tega se mora zahtevati natančno upoštevanje pravil igre, saj se le na ta način lahko doseže razvoj izbranih gibalnih sposobnosti (Pistotnik, 2000).

3.6.1.3. Borilne igre

Borilne igre se lahko izvajajo v parih ali v različno velikih skupinah, pri čemer je uspeh odvisen od izločitve nasprotnika iz nadaljnje dejavnosti v igri. Za dosego zastavljenih ciljev v igri naj se izbere čim bolj enakovredne nasprotnike. S tem se skuša ohraniti motivacija za borbo in omogoči daljše trajanje borbe. Borilne igre so namenjene predvsem krepitvi vadečih, kjer je učinek kompleksen, kar pomeni, da borilne igre vplivajo na več mišičnih skupin hkrati. Predvsem so pomembni njihovi krepilni učinki na mišice trupa, čeprav se lahko učinek vadbe z ustreznimi pravili, tudi

natančneje omeji na posamezne telesne segmente. Za doseganje krepilnih učinkov je potrebno posamične borbe večkrat ponoviti, same borbe pa naj trajajo dalj časa (do 1 minute), tako da omogočijo daljše mišično naprežanje. Z borilnimi igrami se lahko razvija tudi koordinacijo in to predvsem sposobnost gibalnega reševanja prostorskih problemov, ki je povezana z inteligenco posameznika, kar z medsebojnimi vplivi omogoča nadpovprečne rezultate pri reševanju gibalnih nalog oz. spretnosti. V večjem prostoru, kjer imajo vadeči več možnosti za čvrsto oporo, pride do izraza moč, v manjšem prostoru pa je pri borbah odločilnejša spretnost. Kadar se pri borilnih igrah uporabi gibanja na zmanjšani podporni ploskvi (stoja na eni nogi, borba na gredi ipd.), se lahko z njimi vpliva tudi na razvoj sposobnosti za ohranjanje ravnotežja. Borilne igre so uporabne tudi za razvoj nekaterih drugih kvalitativnih pri vadečih, kot so: odločnost, pogum, samozavest in predvsem kontrola agresivnosti (Pistotnik, 2000).

3.6.1.4. Igre ravnotežja

Igre se običajno izvajajo na zmanjšani ali nestabilni podporni ploskvi kot je stoja na eni nogi, gred, debela vrv ipd. Lahko pa se izvaja po predhodnem motenju ravnotežnega organa v srednjem ušesu (hitri obrati, prevrati, kotaljenje ipd.) ali z izključitvijo čutila vida z zavezanimi očmi. Posebnost teh iger je, da vadeči ali skupine vadečih tekmujejo v tem, kdo bo nalogo bolje opravil, ne pa kdo jo bo opravil hitreje. Za razvoj gibalnih avtomatizmov, ki so povezani z sposobnostjo ravnotežja, pa je vadečim potrebno omogočiti večkratno ponavljanje ustreznega gibanja. Zato naj bodo skupine vadečih manjše (4–5 vadečih), saj se posamezniku le na tak način omogoči večkratno ponavljanje gibalne naloge, ki se zaradi zahteve po natančnejši izvedbi, običajno opravlja počasneje (Pistotnik, 2000).

3.6.1.5. Igre preciznosti

Igre preciznosti so igralne oblike, ki se zaradi umirjenosti gibalnih nalog v njih, običajno uporabljajo za dodatno psiho-fizično umiritev vadečih. Sposobnost preciznosti zadevanja cilja se razvija z mnogokratnim ponavljanjem gibalne naloge, ki zahteva precizno izvedbo. Gibanje v nalogi je potrebno natančno določiti, ker se preciznost razvija le v obliki, v kakršni se vadi (situacijska vadba – npr. komolčni met, udarec žoge z nartom, met preko glave ipd.) Organizacijske oblike vadbe so podobne kot pri vadbi ravnotežja. Vadeči naj opravijo več zadevanj cilja zapored; zmaga skupina z več zadetki. V elementarnih igrah preciznosti se razvija predvsem sposobnost zadevanja z vrženim projektilom, kar je lahko tudi priprava za športne igre« (Pistotnik, 2000).

3.7 PLESNE IGRE

Pri plesu srečamo toliko definicij, kot je plesnih korakov in gibov, torej nešteto.

»V sosledju tisočletij je ples odsev »žive govorice človeka« in njegovega bivanja« (Zagorc, 2001, str.12).

»Ples je najstarejše sredstvo za ekspresijo telesnih, čustvenih in duhovnih razsežnosti« (Zagorc, Šimenc in Lovše Pepelnak, 2008, str. 8.)

»Ritmične igre otroka izredno prevzamejo in veselje, ki ga otrok ob tem kaže, dokazuje, da ritem in gibanje izzivata v njem čustvena doživetja in raznovrstna ugodja« (Zagorc, 1995, str. 44).

»Z igro in torej tudi z učenjem preko igre in tudi z ustvarjalnim gibom kot metodo pouka otrok zadovoljuje osnovne psihične potrebe po ljubezni, moči, zabavi in svobodi« (Glasser, 1995 v Zagorc, Šimenc in Lovše Pepelnak, 2008, str. 21).

»Ples je ena izmed športnih in kulturnih aktivnosti, pri kateri se človek vsestransko izobražuje in razvija, zato je zelo primeren za otroke, ker jih poleg rekreacije vpelje v svet glasbe, čustev in kulture (Kesič, 2000).

Zagorc (1995) ugotavlja, da ima večina otrok prirojeno sposobnost za zaznavanje ritma. Otrok samodejno enakomerno prestopa, se ziblje, zamahuje ipd. po enakomernem ritmu. Obstajajo pa otroci, ki ritma ne zaznajo dobro in je njihovo gibanje povsem drugačno, kot bi ga zahteval ustaljeni ritem, saj imajo nerazvit občutek za ritem oziroma niso sposobni pravilno reagirati na določen ritem. Dalcrose je to pomanjkljivost za pravilno reagiranje na zunanje ritme poimenoval aritmičnost. Ugotovil je, da tak otrok tudi težko skandira verze, ne more nadaljevati giba ali niza gibov, ko je na vrsti, svojih gibov ne more zaustaviti ali pospešiti v ustreznem času, povezan gib izvaja skokovito, težko poveže počasen in hiter gib, mehak gib z močnim, dva nasprotujoča si giba ipd.

»Z različnimi plesnimi igrkami se otrok postopoma zaveda lastnega telesa, razvija ustvarjalnost in domišljijo, povezuje gibanje z elementi časa, ritma in prostora, razvija koordinacijo gibanja celega telesa« (Videmšek, Stančević in Sušnik, 2006, str. 78).

Kesič (2000) trdi, da je spoznavanje lastnega telesa pogoj za učinkovito in zadovoljujoče ravnanje z njim, saj prav pri plesni aktivnosti telo deluje kot sprejemnik, posredovalec in izvajalec, ko sprejema kinestetične, ritmične in socialne dražljaje ter se na nek način odziva nanje. Otrok se tako pri plesnem gibanju začenja zavedati svojega telesa in raznovrstnosti svojega gibanja, časa in prostora ter predvsem različnih možnosti za izrabo svoje energije. Z razvojem motorike se hkrati razvija celotna sposobnost kontrole telesa, ki pa je v veliki meri odvisna od obvladovanja gibanja ter pogojuje telesni, emocionalni in mentalni razvoj.

Zatem nadaljuje, da zlasti otroci in mladostniki najdejo v plesu posebno zadovoljstvo, kajti mnogi med njimi odkrijejo v njem pot za osvoboditev svojih čustev in občutij, ki bi jih s pomočjo besed sicer težko spravili na površje. Plesno gibanje prispeva k samozavedanju, občutju zadovoljstva in uspeha, vliva samozadovoljstvo in vliva zaupanje.

Med plesne smotre štejemo (Kesič, 2000):

- gibalni smoter: zadovoljitev potrebe po gibanju;
- motorični in fiziološki smoter: razvijanje koordinacije in orientacije v prostoru in telesu, hitrosti, ravnotežja, natančnosti, moči, gibljivosti in aerobne vzdržljivosti;

- plesni smoter: razvijanje gibalne ustvarjalnosti, najdenje svojega plesnega izraza in naravnosti gibanja;
- estetski smoter: razvijanje estetske tenkočutnosti in umetniške ustvarjalnosti;
- intelektualni smoter: razvijanje posluha in umske sposobnosti z gibanjem;
- razvedrilni smoter: zadovoljitev potreb po razvedrilu in igri;
- socialni smoter: uveljavitev v skupini in kot posameznik, prilagajanje soplesalcu in kulturno izražanje.

Zagorc (1995) poudarja, da s posebnimi vajami (plesne igre) želimo povečati sposobnost reagiranja vsega organizma na določene ritme, povečati želimo obseg gibanja, zaznavanje ugodja ob gibanju, spodbujati voljo, povečati občutek harmonije med razumom, dušo in duhom. Gre za obvladovanje časa, prostora in gibanja, hkrati pa za oblikovanje telesa, ter pridobivanje občutka za estetiko.

3.8 MEDIJI, SREDSTVO ZA PREDSTAVITEV DEJAVNOSTI ZA RAZVOJ GIBALNIH SPOSOBNOSTI OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI

Mediji spremljajo človeštvo že od takrat, ko je človek pustil svojo prvo sled. Medij je sredstvo prenosa informacij, sporočil. »Jezikovno – zgodovinsko ozadje in pogovorna raba pojma medij (lat. medium – sredina, iz medius – srednji) imata skupni imenovalc: mediji so nekaj vmesnega, srednjega ali posredujočega. Od tod definiramo medije na splošno kot nosilce in/ali posredujevalce informacij, ne da bi pri tem natančno označili način, obseg in kvaliteto določenega medija« (Blažič, 1998, str. 13). Če so bile v kameni dobi medij jamske poslikave, nam tudi orodje in ostale arheološke najdbe še danes sporočajo o življenju ljudi v različnih obdobjih. Razvoj je šel dlje in razvile so se prve pisave, z njimi pa se je pričela revolucija ohranjanja spominov, znanj, zgodb, temelji izobraževanja in znanosti. Začel se je razvoj medijev, kjer je temeljni namen neko sporočilo, informacijo prenesti iz misli v dejstvo, naj je to bil kamen, glinene ploščice, pergament, kasneje papir, kot sredstvo prenosa med ljudmi in generacijami ali zgolj ohranjanja in potrditev informacij izven minljivosti človeškega uma.

»Komunikacija je nujna za kulturno inovacijo in kulturna inovacija je potrebna za preživetje človeštva. To je bilo res pred več kot 40.000 leti, ko so se prve jamske risbe in drugi simbolični artefakti pojavili v Evropi in Afriki, in res je bilo, da je pred 40.000 leti homo sapiens razvil fizično sposobnost oglašanja in komunikacije skozi govor« (Kay, Cartmill in Barlow, 1998, v Lull, 2000, str. 10).

Zgodovinske preobrate in smernice so zaznamovali mediji, naj je bil to izum tiska, bodisi moderne tehnologije. Razvoj medijev še posebej zaznamujejo tehnologije na področju računalništva in komunikacije. Zatorej je nujno znotraj razvoja medijev opredeliti tudi pojma tehnologije in posledično globalizacija.

Tehnologije so dosežki človeštva na področju tehnoloških študij. So rezultat znanj, povezovanja znanosti in odraz dela.

»Tehnologije niso le sestavni del, so ključni moment sodobnih družb – o tem vlada konsenz strokovne in laične javnosti. Interpretacija načina, kako so tehnologije ključni moment sodobnih družb, so različne. V teoriji njihov razpon določata dve nasprotujoči

si koncepciji: prva, ki izhaja iz vprašanja, kaj tehnologije naredijo ljudem; druga, ki sprašuje, kaj ljudje počno s tehnologijami. Tehnologije so torej bodisi vzrok bodisi učinek» (Zajc, 2000, str. 41).

»Pojem »globalizacija« je bil prvič poglobljeno predstavljen in uporabljen leta 1960 kot simbol povezanosti sveta. To je bila ideja, da je potrebno videti in razumeti »svet« kot eno samo, globalno povezano celoto» (Volčič, 2008, str. 106). Avtorica se dalje sprašuje o aktualnosti pojma v sedanjem času. Odgovor ponuja retrospektiva v bližnjo preteklost, saj je pojem »globalizacija« kot dejstvo zaživel s tako imenovano informacijsko revolucijo, ki bazira na uvajanju novih tehnologij. Prostorske in časovne omejitve so postale neznatne. Tu lahko postavimo znan McLuhanov koncept »globalne vasi« (global village) – povezava celotnega sveta skozi komunikacijsko tehnologijo.

Mediji so postali glavno sredstvo komunikacije, ozaveščanja, obveščanja, javnega mnenja, tudi možnost splošnega in specialnega izobraževanja ter usmerjanja in vodenja. Zato je smotrno prav te tehnologije uporabiti za nadaljnji razvoj globalne družbe.

Medije opredeljuje tudi zakon o medijih v Uradnem listu Republike Slovenije (Ur.l. št. 110/2006 – uradno prečiščeno besedilo, 2. člen):

(1) Mediji po tem zakonu so časopisi in revije, radijski in televizijski programi, elektronske publikacije ter druge oblike dnevnega ali periodičnega objavljanja uredniško oblikovanih programskih vsebin s prenosom zapisa, glasu, zvoka, ali slike, na način, ki je dostopen javnosti.

(2) Programske vsebine po tem zakonu so informacije vseh vrst (vesti, mnenja, obvestila, sporočila ter druge informacije) in avtorska dela, ki se razširjajo prek medijev z namenom obveščanja, zadovoljevanja kulturnih, izobraževalnih in drugih potreb javnosti ter množičnega komuniciranja.

(3) Mediji niso bilteni, katalogi ali drugi nosilci objavljanja informacij, ki so namenjeni izključno oglaševanju, poslovnemu komuniciranju, izobraževalnemu procesu ali notranjemu delu gospodarskih družb, zavodov in ustanov, društev, političnih strank, cerkvenih in drugih organizacij, šolska glasila, Uradni list Republike Slovenije, uradna glasila lokalnih skupnosti in druge uradne objave, plakati, letaki, prospekti in transparenti, ter video strani brez žive slike (neplačana obvestila), razen če je s tem zakonom določeno drugače.

Oseb s posebnimi potrebami se Zakon o medijih dotakne v 4. členu pod točko 3, kjer je opredeljen javni interes na področju medijev:

(1) Republika Slovenija podpira medije pri ustvarjanju in razširjanju programskih vsebin, ki so pomembne:

- za uresničevanje pravice državljanov oziroma državljanek Republike Slovenije, Slovencev po svetu, pripadnikov oziroma pripadnic slovenskih narodnih manjšin v Italiji, Avstriji in Madžarski, italijanske in madžarske narodne skupnosti v Republiki Sloveniji ter romske skupnosti, ki živi v Sloveniji, do javnega obveščanja in do obveščenosti;
- za zagotavljanje pluralnosti in raznolikosti medijev;
- za ohranjanje slovenske nacionalne in kulturne identitete;

- za vzpodbujanje kulturne ustvarjalnosti na področju medijev;
 - za kulturo javnega dialoga;
 - za utrjevanje pravne in socialne države;
 - za razvoj izobraževanja in znanosti;
- (2) Republika Slovenija podpira razvoj tehnične infrastrukture na področju medijev.
- (3) Republika Slovenija posebej podpira ustvarjanje in razširjanje programskih vsebin namenjenih slepim in gluhonemim v njim prilagojenih tehnikah ter razvoj ustrezne tehnične infrastrukture.
- (4) Za sofinanciranje uresničevanja javnega interesa na področju medijev iz prejšnjih odstavkov zagotavlja Republika Slovenija sredstva v državnem proračunu.

3.8.1 Množični mediji (mass media)

»Množični mediji omogočajo javno komuniciranje« (Erjavec in Volčič, 1999, str. 65).

»Ljudje veliko govorijo o tem, kar so prebrali, videli in slišali preko množičnih medijev in interneta« (Lull, 2000, str. 16).

Množično komuniciranje vključuje institucije in tehnike, s katerimi specializirane skupine širijo simbolične vsebine velikih, heterogenim in razpršenim občinstvom in pri tem uporabljajo tehnološka orodja (Erjavec in Volčič, 1999, str. 66).

Osnovne funkcije množičnih medijev so (Erjavec in Volčič, 1999):

- informacijska (ali nadzorna), omogoča seznanjanje z dogodki;
- interpretacijska (tudi korekcijska), namenjena oblikovanju javnega mnenja;
- socializacijska funkcija omogoča prenos znanja z ene na drugo generacijo;
- zabavna funkcija nudi razvedrilo in sprostitev.

Razvoj množičnih medijev odraža razvoj družbe v smeri, ko za lasten obstoj ni več potrebna visoka stopnja gibalnih sposobnosti, saj medij ni več fizično omejen in ni več potrebna telesna izraznost na višji stopnji, saj le-to nadomešča tehnologija.

Ker kvalitetne telesne sposobnosti niso več primarnega pomena za osebkov uspeh in obstoj v moderni družbi, živi telesna kultura znotraj športnih ustanov in društev ali pri rekreativnih športnikih oz. posameznikih. Na žalost pa se odraža telesna kultura tudi na ekonomski, socialni in zavedni ravni posameznikov. Velike družbe in posamezniki zlorabljajo množične medije kot sredstvo promocije čarobnih tablet in pripomočkov in »kvazi tehnologij« za te izgubljene kvalitete. Videz nadomešča bistvo, saj naravna kvaliteta v tem primeru ne odraža modernih ekonomskih (potrošniških) trendov in umetnih potreb. Od potrošniške družbe gre razvoj medijev in IK tehnologij tudi v smeri, ki spodbujajo, medijsko pokrivajo in strokovno spremljajo (z meritvami, analizami ipd.) šport na globalni, lokalni kot tudi na mikro ravni. Nove tehnologije omogočajo nove poglede, boljši pristop in komunikacijo med strokovnjaki ter izmenjavo znanj. Lahko bi rekel, da so mediji postali ključno orodje pri ozaveščanju, izobraževanju in vzgoji populacije.

3.8.1.1 Tisk

Zgodovina tiska je dolga več tisočletij. Od antične Grčije, Egipta, Kitajske vse do še starejšega pisanja na glino in kamen. Zasluge za pojav tiskanih medijev, obvestil, kronik in drugih tiskovin v Evropi pripisujejo Gutenbergovi iznajdbi tiskarskega stroja 1440. leta. Da imajo informacije in znanje vrednost, govori že dejstvo, da so bile knjige namenjene le določeni populaciji (bogatom, vodilnim družinam, cerkvi, ipd.).

K uveljavitvi časopisa Erjavec in Volčič (1999) pripisujeta:

- iznajdbo tiskanih pisem;
- institucionalizacijo zbiranja sporočil;
- množičnost poklicnega zbiranja in izmenjavanja sporočil;
- organiziran ladijski in poštni transport;
- razvoj mest;
- razvoj izobraževanja oz. pismenosti, ki je pospešil pretok informacij in povpraševanje po njih;
- oblikovanje javnosti;
- razvoj nacionalne zavesti in nacionalnega jezika, ki sta spodbudila razmah tiska v nacionalnem jeziku;
- podjetniška pobuda, ki je postala pomembnejša od državne (zaslužek).

Prvi časopisi so pričeli izhajati v 17. stoletju v Nemčiji, Angliji, Italiji, na Nizozemskem in drugih državah (Erjavec in Volčič, 1999). Razvoj je potekal dalje, tako so začeli tisk uporabljati tudi v propagandne namene, javno mnenjske polemike ipd. Tako se je ob koncu 19. stoletja v Ameriki razvil popularni tisk s pomočjo formul – ljubezen in romantika za ženske, šport in politika za moške; sledil je rumeni tisk v milijonskih nakladah. Drugi razlog za razširitev je bila delovna sila, ki je potrebovala izobrazbo in informacije; tretji pa industrija sama, ki je z oglaševanjem pričela pospeševati prodajo. Rezultat je cenovno dostopen časopis namenjen množičnemu občinstvu. Za današnji trg je tako značilna komercializacija, koncentracija kapitala in njegova internacionalizacija.

Po nemški teoriji (Erjavec in Volčič) tisk opredeljujejo publiciteta, aktualnost, univerzalnost in periodičnost. Prednost tiska je, da izčrpno poroča in nudi podrobnejšo analizo, novinarske zvrsti so jasno ločene. Omogoča tudi časovno razpoložljivost, avtonomijo pri izbiri vsebin itd.

Pomembna spremljevalka tiska je slika oz. fotografija. Stenske poslikave kasnejše slike, risbe, grafični prikazi ipd. so bili prvi slikovni mediji, ki jih je človek z različnimi tehnikami in tehnologijami skozi tisočletja izpopolnjeval vse do moderne fotografije. Wikipedija (2009) jedrnato opiše fotografijo kot tehniko trajnega zapisovanja slike na različne načine: kemično, mehansko ali digitalno. Beseda izhaja iz grških besed: *photos* – *svetloba* + *graphis* – *pisalo* ali: *graphê* – *risanje s svetlobo*. Besedo »fotografija« so prvič uporabili leta 1839, ustvaril pa jo je sir John Frederick William Herschel. Seveda pa objava imena fotografije nima nič skupnega z začetkom oz. izumom fotografije, saj je ta nastala že veliko prej, in sicer v optični fazi že v letu 1519, ko so izumili *camero obsкуро*. Fotografija, kot jo poznamo danes, pa leta 1827, ko je Joseph Nicéphore Niepce izumil material, ki se je strdil pri stiku s svetlobo. Potreben čas osvetlitve je bil 8 ur.

Vse fotografije pripovedujejo zgodbe o gledanju. Pogledi, bodisi fotografovi, bralčevi, bodisi pogledi fotografirane osebe, so dvoumni, nabiti s čustvi in močjo, so središče zgodb (včasih več različnih in nasprotujočih si zgodb), za katere lahko rečemo, da jih fotografija pripoveduje (Luhthar, Zei in Hardt, 2004).

Vedno večji pomen množičnih medijev bodisi v količinskem ali kakovostnem smislu opravičuje naše označevanje današnje družbe kot »medijske družbe« (Erjavec in Volčič, 1999, str.13).

Tisk je omogočil človeku masovno komunikacijo, sporočanje, pokritost, informiranje, ustvarjanje mnenj, vplivanje, vodenje, izobraževanje, poročanje ... tisk omogoča celovito družbeno komunikacijo tako strokovno, zabavno kot tudi komercialno. Slika doda h kredibilnosti.

3.8.1.2 Radio

Zgodovina radia sega na prelom 20. stoletja. Leta 1888 je Heinrich Herz spoznal uporabnost elektromagnetnih valov v prostoru. Gugliemu Marconiju se je leta 1897 posrečil prvi brezžični prenos zvoka in sedem let kasneje so v Gradcu prvič prenašali glasbo brez žic. Sledil je prvi radijski prenos na srednjih valovih v ZDA 1913. leta, na kratkih valovih v Evropi pa 1919. Sledil je 1923 prvi redni program v Berlinu, sestavljen iz glasbe in razvedrila. V Sloveniji smo prvi radio dobili 1928. leta, in sicer Radio Ljubljana, oktobra istega leta program Radio Slovenija (Erjavec in Volčič, 1999).

Wikipedija (2009) definira radio (latinsko *radius* – žarek) kot tehnologijo, ki omogoča prenos signalov s prilagajanjem (*modulacijo*) elektromagnetnih valov, ki imajo manjše frekvence kot svetloba. Frekvence za radijski prenos so v območju radijskih valov in segajo od 3 kHz do 40.000 MHz, torej od valovnih dolžin 1 cm do preko 1 km.

»Radio je medij, ki posreduje informacijo s pomočjo zvoka. Radijsko oddajo lahko opredelimo kot učno sredstvo, ki s svojimi specifičnimi izraznimi možnostmi posreduje informacijo učencu in tako bogati pouk« (Blažič, 1998, str. 101).

»Radio je množični medij dvajsetega stoletja in ga uvrščamo med tradicionalne medije. Informacije lahko prenaša najhitreje, vsebinsko bogato, razumljivo, verodostojno najširšemu krogu ljudi. Je zelo dostopen, neposreden, splošno uporaben in dovzeten medij, ki lahko v trenutku sporoči informacijo širokemu občinstvu in to hitreje kot kateri koli drugi medij« (Erjavec in Volčič, 1999, str. 115).

Radio je primeren za kategorijo izobraževanja, ki vsebuje elemente narativnosti, kjer vizualna komponenta ni nujna in potrebna, ter v primerih, ko želimo gradivo izpostaviti na atraktiven način z vsemi možnimi radiofonskimi elementi (Erjavec in Volčič, 1999).

Radio je »slep« medij. Ni ga mogoče videti, lahko ga le slišimo. Radio je »enkraten« medij. Enkrat slišano se ne vrne več. Če smo vsebino preslišali, nimamo možnosti predvajati zamujeno še enkrat, kot to lahko naredimo pri časopisu« (Erjavec in Volčič, 1999, str. 15).

Prednost radia je hitro sporočanje informacij, saj je prav najhitrejši in najfleksibilnejši medij. Ker ima nezahtevno tehniko, lahko hitro sporoča informacije, še posebej takšne, ki so nepričakovane. To je tudi najpomembnejša prednost radia pred televizijo. Poleg ažurnosti in enostavnosti je radio veliko cenejši kot tisk in televizija. Hkrati pa je pri radiu pomembna vsebinska naravnost. Vsebina je pri radiu pomembnejša od oblike. Odločilno vprašanje je, kaj zanima poslušalce (Erjavec in Volčič, 1999).

3.8.1.3 Televizija

Tudi razvoj televizije se je pričel na prelomu 20. stoletja, a je potreboval veliko več časa, da je televizija doživela svojo množičnost. Leta 1883 na božični predvečer se je revnemu poljskemu študentu utrnila ideja o razstavitvi slike na posamezne točke na enem koncu in njihovi ponovni sestavi na drugem koncu. Že naslednje leto je Ferdinand Braun izdelal prvo katodno – oscilografsko cev. Z nazivom oče televizije pa se je okronal Vladimir Zworykin, ruski imigrant v ZDA z iznajdbo prve televizijske elektronke in kamere (ikonoskop) ter kinoskopom ali predvajalcem slike. Najpomembnejši dan v zgodovini televizije pa je bil 20. april 1939, ko je David Sarnoff prvič stopil pred televizijske kamere in z govorom o rojstvu industrije odprl paviljon podjetja RCA na newyorškem svetovnem sejmu. Ta dogodek je bil kasneje označen za prvega, ki ga je kdaj prenašala televizija (Erjavec in Volčič, 1999).

Televizija je sinteza gibljive slike, besedila, zvočnih učinkov in glasbe. Skupaj pripomorejo k prepričljivosti in dokumentarnosti posredovanega sporočila in dajejo gledalcu vtis, da je očividec dogajanja. Hkrati televizija s svojo univerzalnostjo simbolov najlaže prodira v človeka, kar omogoča standardizacijo okusa oz. posledično množično kulturo (Erjavec in Volčič, 1999).

»Mediji s televizijo na čelu, ustvarjajo svojo, medijsko realnost, ki ustreza njihovim kriterijem v smislu novičarskih vrednot pa tudi oblikovanim in tehničnim kriterijem (televizija: pokrivanje zvoka in slike). Na ta način občinstvo zavedejo v skonstruiran svet, v katerem je odpravljena vsakršna distanca med njim samim in dogajanjem v zunanem svetu. V takšnih okoliščinah in s pomočjo vedno boljših tehnologij, ki omogočajo vedno večjo prepričljivost informacij je posameznik res lahko prepričan v verodostojnost oziroma resničnost medijskih dogodkov« (Erjavec in Volčič, 1999, str. 123).

»Televizija ima neprimerljivo sposobnost razkrivanja, dramatiziranja in populariziranja prosvetnih koščkov in fragmentov informacij. To večje udejstvuje s prenosom razvedrilnih programov, novic in reklam. Delčki in fragmenti potem postanejo ideološka valuta v družbeni izmenjavi« (Lull, 2000, str. 16).

»Vsi televizijski programi prinašajo vednost in predstave o svetu. Oče, mati in dekleta temu ne oporekajo. Jedro spora je, katero vednost in v kakšni obliki ... Igrani program se ukvarja predvsem z zasebno sfero, emocionalnim in domačim ... poročila, aktualne zadeve in dokumentarni filmi pa se v večji meri ukvarjajo z javno sfero« (Tulloch in Moran, 1986, v Luthar, Zei in Hardt, 2004, str. 152).

3.8.1.4 Splet - internet

V prvem četrtletju leta 2009 je imelo spletno stran 69 odstotkov podjetij v Sloveniji, v istem obdobju dostop do interneta 64 odstotkov gospodinjstev (Kvas, 2009).

Če se pri sami raziskavi zgodovine obrnemo na internet in obiščemo kar sam splet ter svetovno spletno enciklopedijo Wikipedijo (2009), bomo lahko prebrali, da nastanek interneta seže v konec šestdesetih let (1969) in v osemdeseta leta, ko je začel delovati kot ARPANET (*Advanced Research Projects Agency Network*). S sponzorstvom agencije za napredne raziskave pri ameriškem obrambnem ministrstvu DARPA (Defense Advanced Research Projects Agency) je bil razvit sklad protokolov IP (Internet Protocol) in TCP (Transmission Control Protocol). Podatkovno omrežje zasnovano na tem protokularnem skladu, naj bi služilo povezavi oddaljenih raziskovalnih institucij s super računalniki za potrebe raziskav, ki jih je naročalo ameriško obrambno ministrstvo. Sčasoma je omrežje preraslo v akademsko in raziskovalno omrežje, kasneje pa je postalo zanimivo tudi za komercialne uporabnike. V tem času je internet podvojil svojo velikost približno vsakih trinajst mesecev, kar kaže na izredno hitro rast. S širjenjem omrežja se je povečalo tudi število različnih vrst aplikacij, ki tečejo na njem. Vedno več ljudi vsakodnevno uporablja storitve medmrežja pri svojem delu, veliko je podjetij, ki preko interneta opravljajo del svojega poslovanja. Nekatere zgodnejše raziskave, ki so prispevale k ARPANET, so zamisli decentraliziranih omrežij, teorija čakajočih vrst in paketno preklapljanje. 1. januarja 1983 je ARPANET spremenil svoje jedro omrežnih protokolov iz NCP (Omrežni kontrolni program oz. Network Control Program) v TCP/IP, kar je dejanski začetek interneta, ki ga poznamo danes.

Internet (tudi medmrežje, ang. »inter-network«) je v splošnem smislu računalniško omrežje, ki povezuje več omrežij. Kot lastno ime je Internet javno razpoložljiv mednarodno povezan sistem računalnikov skupaj z informacijami in uslugami za uporabnike. Sistem uporablja način paketno preklapljivih komunikacijskih protokolov TCP/IP. Tako se največje medmrežje enostavno imenuje Internet. Spretnost povezovanja omrežij na ta način se imenuje internetno delovanje. V razširjenem izražanju se *internet* velikokrat nanaša na usluge kot so svetovni splet (World Wide Web, kratica: WWW), elektronska pošta in neposredni klepet (ang. online chat) (Wikipedia, 2009).

»Že od vsega začetka je internet s svojimi storitvami ponudil nove metode in načine posredovanja informacij. Zraven tega je postal tudi pomemben medij za komunikacijo med ljudmi« (Debevec, Povalej in Verlič, 2006, str. 3).

Splet je v komunikološkem jeziku platforma, ki »posreduje« - je medijski posrednik med družbenimi akterji, ki se prek svojih spletnih mest predstavljajo navzven kot to delajo podjetja, javni zavodi, državni organi, nevladne organizacije in društva, umetniki, glasbeniki in čisto običajni posamezniki itd., in tistimi, ki nanj bolj ali manj naključno in bolj ali manj pogosto stopajo kot njegovi uporabniki (Oblak in Petrič, 2005).

»Če je internet specifičen, mednarodno uveljavljen termin za opis računalniško podprtega komunikacijskega omrežja, ki ga sestavlja neskončna veriga povezanih računalnikov (ti pa med seboj izmenjujejo informacije in podatke), je splet kot

tehnologija dandanes njegov sestavni ali, bolje rečeno, dominantni del. Internet danes v najbolj splošnem smislu vključuje vrsto raznolikih storitvenih servisov, med katerimi je splet le eden od možnih tehnoloških podpor« (Oblak in Petrič, 2005, str. 13).

Spletni mediji prek svojih spletnih mest posredujejo svoje vsebine, informacije in storitve potencialnim bralcem oz. uporabnikom. Kot mediji na spletu se poleg mnogih ostalih družbenih akterjev javno predstavljajo navzven tudi institucije ali medijske organizacije in s tem pridobivajo mesto pomembnih soustvarjalcev celotnega spletnega prostora (Oblak in Petrič, 2005).

Ko smo na internetu ne smemo mimo sledečih vprašanj:

- Iščemo informacije ali znanje?
- Narava posredovanih vsebin?
- Kredibilnost informacij (znanj)?
- Možnosti zlorabe posredovanih informacij?

Splet je medij, kjer ni meja in ni trdnih zakonov, ni cenzure, je pribežališče vsega, kar se človeku porodi. Na spletu ni skrivnosti, saj se vse zabeleži.

3.8.1.5 Informacijsko-komunikacijske tehnologije – IKT

Lahko trdimo, da je trg dobesedno preplavljen z informacijsko-komunikacijskimi tehnologijami. Nekatere so v množični rabi (mobilni telefon, Ipod, razni notesniki ipd.), spet druge so bolj specifične tako kot njeni uporabniki .

Mobilna telefonija postaja večnamensko orodje, ki združuje vrsto tehnologij. Zdaj lahko na svojih »mobilnikih« pregledamo elektronsko pošto, spremljamo novice, nakupujemo, plačujemo, snemamo, slikamo itd.

Wikipedija (2009) opredeljuje IKT kot pojmovanje tehnologij, ki se nanašajo na izdelke in prakse, ki se uporabljajo za shranjevanje, zapisovanje in druge vrste obdelav informacij. V sodobnih časih pa se IKT opira predvsem na informacijsko-komunikacijske tehnologije, katere so se razvile iz telekomunikacijske in računalniške industrije. Pojem IKT pa zajema tudi širši nabor izdelkov na področju telefonije, bibliotekarstva in drugih praks o filmih, faksih, revijah, člankih ...

3.8.1.6 IKT v prihodnosti

Prihodnost IKT je v združevanju dveh ali več tehnologij v enotna funkcijska in uporabna orodja. Kot primer izpostavljam mobilni telefon. Če so bili prvi primerki narejeni zgolj za klicanje, lahko zdaj preko telefona pošiljamo tekstovna sporočila SMS, slike, video posnetke, dostopamo do interneta, plačujemo parkirnino itd. IKT so podvržene tudi globalnim trendom in potrošništvu.

»Medij je sporočilo« pomeni, da je v terminu elektronske dobe, bilo ustvarjeno popolnoma novo okolje« (McLuhan, 2003).

»Hiter razvoj informacijske in komunikacijske tehnologije (IKT) ter hkratne družbene spremembe vodijo k vse večji razširitvi in uporabi teh tehnologij« (Debevec, Povalej in Verlič, 2006, str. 3).

Splet je medij in mediji se selijo na splet. Kar je bilo prej le v tiskani obliki, na radijskih valovih in televizijskih prenosih, telefonskih pogovorih, pošti ... vse, prav vse se seli na internet. Ko pogledamo razvoj tehnologij, že razvite tehnologije in tiste, ki jih vsakodnevno uporabljamo vidimo, da glede na tehnološki razvoj živimo v preteklosti. Edino vprašanje, ki se v razvoju postavlja, je kdaj.

V športu poteka razvoj IKT tehnologij hitro naprej. Tukaj se moramo zavedati, da je samo vprašanje časa, ko bodo na paraolimpijskih igrah rezultati boljši od rednih olimpijskih iger, saj že zdaj obstajajo proteze, ki jih je mogoče prilagoditi uporabniku s pomočjo mobilnega telefona, spet z drugimi dosegajo izredne športne rezultate.

Virtualna resničnost je že del obstoječih tehnologij, ki se že leta uporabljajo v vojaške, izobraževalne in druge namene (simulatorji letenja, računalniške igre itd.). Ob tem nudi virtualna resničnost neskončne možnosti športnega treninga – simulacije športnih aktivnosti, igralnih položajev in situacij itd. Razvoj poteka v smeri, ki omogoča čim bolj realno okolje, kjer bo to vplivalo na vsa čutila.

3.8.2 Uporabnost IKT (medijev) v izobraževalne namene

Po Blažiču (1998) govorimo o učnem mediju takrat, ko opravlja medij predvideno načrtovano didaktično funkcijo. Nadalje iz splošnega pojma medij izpelje specialni pojem tehnični učni medij, ki ga v nadaljevanju podrobneje opredeli kot medij z vsebino, ki izhaja iz učnega načrta in motivira uporabnike. To sicer velja za medije, ki se uporabljajo za pouk. »To pomeni, da npr. televizijsko oddajo o določeni splošni tematiki, ki ni posredovana v okviru šolske televizije, ni mogoče označiti kot učni medij v smislu gornje definicije, čeprav jo je mogoče vključiti v pouk, tako da izpolnjuje funkcijo kot sestavni del učnega načrta. Pomemben razločevalni element je v tem, da ustvarjalci oddaje vsebine ne interpretirajo na didaktični način za določeni kontekst pouka, za konkretni učni načrt. Vendar pa je tudi za te medije značilen znakovni sistem, ki je seveda splošnejši pri medijih za masovno komuniciranje, in sporočilna oblika, ki je prirejena za najširši krog gledalcev in poslušalcev. Vsekakor pa se lahko učimo tudi prek teh medijev, seveda pod določenimi pogoji in določenem vsebinskem in ciljnem kontekstu, če vsebujejo splošne didaktične namere« (Blažič, 1998, str. 17).

Povezava med mediji za masovno komuniciranje in izobraževanjem je dandanes več kot očitna, saj ravno izbor in kvaliteta vsebin, ki so posredovane preko masovnih medijev, določajo cilj oziroma učinek, saj je dožemanje njihova lastna percepcija prejetih informacij. Če so te slabe in škodljive narave, je taka tudi akumulacija in uporabna vrednost le-teh. Če imajo informacije intelektualno in družbeno-razvojno zdrav značaj, kvaliteten in dostopen pristop, je njihov učinek na družbo dolgoročno razvojen. Seveda je intelektualni in časovni vložek, ki je potreben za doseg najboljših rezultatov na tem področju večji za razliko od popularnih, sicer moralno in intelektualno zelo vprašljivih vsebinah, kjer kamera preprosto teče v živo.

»Izobraževanje s pomočjo IKT danes že predstavlja vse bolj učinkovito dopolnitev klasičnega izobraževalnega procesa, oziroma se uveljavlja tudi kot samostojni izobraževalni proces« (Debevec, Povalej in Verlič, 2006, str. 3).

Poleg tega je tu zgodovinska tendenca, da se personalne (človeške) vire informacij zabeleži, kar od vseh medijev nudijo moderni mediji najboljše in z njihovim razvojem bo ta pokritost še toliko večja. Če je bil v antiki dosežek napisati tekst na papirus, je danes tridimenzionalna vizualno-slušna tehnologija že tu. Ni več vprašanja če, samo še vprašanje kdaj in kako se bodo te tehnologije razvile. Iz tega razloga je smiselno obravnavati tako učne kot masovne medije z namenom izobraževanja, ozaveščanja, raziskovanja ... Njihova uporabnost izvira iz dejstva, da so masovni mediji največje vodilo in »moderno oblikovalo in izobraževalo« današnje družbe.

V prihodnosti bodo v izobraževanju imele IK tehnologije vedno večji delež zaradi njihove uporabnosti pri posredovanju znanj. Vprašanje je, kako se bo znotraj razvoja tehnologij razvijala vloga učitelja.

3.8.3 Moč medijev (hegemonija)

Hegemonija (prevlada) je moč ali dominantnost, kadar se ena družbena skupina drži nad ostalimi (Lull, 2000). Bistvena hegemoniji je povezava med glavnimi informativnimi, družbenimi institucijami v skupnosti in ideološkimi prepričanji, ki jih ustvarjajo in vzdržujejo v tej družbi. Mediji in produkti ter storitve, ki jih oglašujejo, delujejo vzajemno pri soustvarjanju dominantne ideologije.

Moč medijev je v pravilih in zakonih, ki definirajo medije, družbo ter ideologije. Teh vodilne skupine nadalje opredeljujejo in definirajo vsebino. Moč teh pravil ne spominja na tradicionalno definicijo moči kot »zmožnosti izražanja volje skupin ali posameznikov nad drugimi«. Izvrševanje »zakonske« moči ni enosmerno in ni nujno, da njene posledice zatirajo druge (Lull, 2000).

Ravno ta pravila in zakoni predstavljajo družbene varovalke, ki naj bi branile družbo pred manipulacijami in izkoriščanjem, a ravno ista pravila in zakoni dovoljujejo iznajdljivim skupinam, monopolu in denarju možnosti za uveljavljanje njihovih interesov.

Moč nastopa v številnih oblikah. Kot John B. Thompson (1995, v Lull, 2000) izpostavi: ekonomska moč je institucionirana industrija in trgovina; politična moč je institucionirana v državnem mehanizmu; izvršna oblast je institucionirana v vojski, policiji in zaporih. Toda simbolična moč, ki ima danes velik pomen, je veliko več kot enodnevna, fleksibilna in demokratična. Moč simbolov je definirana kot »zmožnost uporabljanja simboličnih modelov z namenom posredovanja v tok dogodkov, vplivati na dejanja drugih in vsekakor ustvariti dogodke, s pomočjo produkcije in prenosa simboličnih oblik (modelov).

Digitalna revolucija ustvarja mrežno družbo, kjer obstajajo nove možnosti za skupine, da povejo svoje zgodbe in branijo svoje pravice. Istočasno eksplozija komunikacijskih tehnologij pomeni, da tveganja digitalne revolucije obračajo borbo za človekove

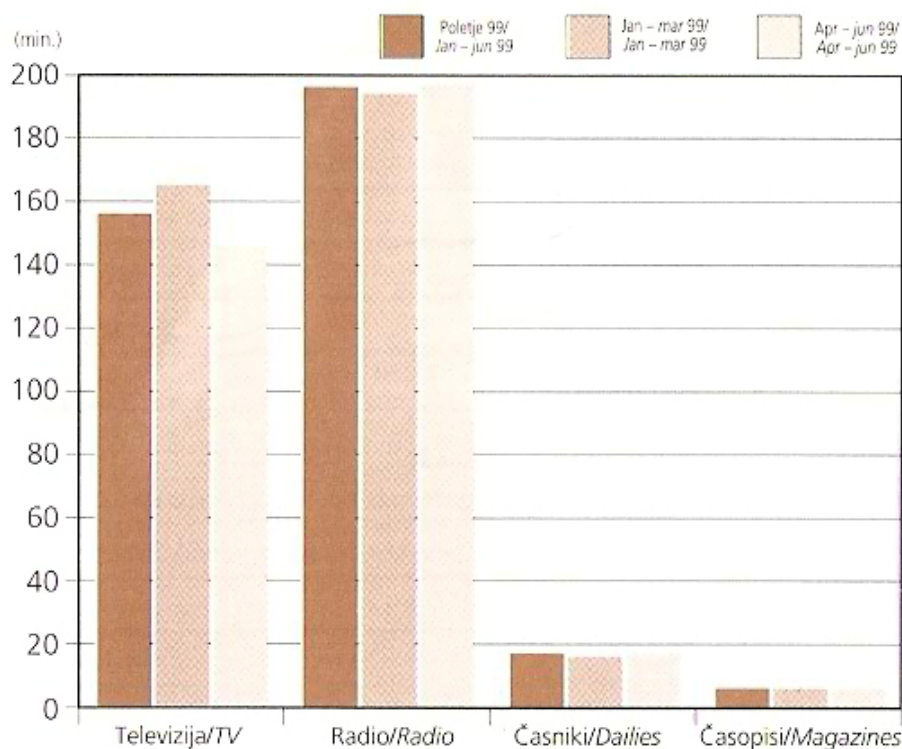
pravice in demokracijo v dober delež plemenitih prispevkov v večernih novicah (Cizek in Wintonick, 2002).

Moderni človek je vsak dan izpostavljen medijem. Če je na prelomu tisočletja v Sloveniji povprečna izpostavljenost medijem v minutah predstavljala dober delež dneva, lahko zdaj trdimo, da skoraj ni trenutka, ko nismo izpostavljeni kateremu izmed množičnih medijev, pa naj bo to radio, televizija, telefon, oglaševalski pristopi, internet ali časnik. Mediji krojijo podobo sveta iz perspektive ustvarjalca, gledalca in medija samega po sebi.

Dejstvo je, da mediji krojijo naš vsakdan, nudijo podlago za javno mnenje, ustvarjajo trende in prepričanja, nudijo spektakel, ustvarjajo potrebe ... Dandanes mediji odločajo o vsem, saj predstavljajo drugačno in umetno podobo realnega sveta.

Povprečna dnevna izpostavljenost medijem v minutah

Average daily media exposure in minutes



Vir / Source: Mediana BGP

Slika 5. Povprečna dnevna izpostavljenost medijem v minutah v letu 1999. Vir: Mediana (Medijska podoba Slovenije za 3. tisočletje, 1999).

3.9 Časovni pregled projekta diplomskega dela

Razvoj diplomskega dela in filma se je pričel v marcu 2009. V mesecu aprilu in maju je bil po nekaj sestankih sklenjen dogovor o sodelovanju s CUDV Draga. Sledile so priprave na snemanja. Prvo snemanje je bilo avgusta 2009 v Umagu. Zaradi zahtevnosti in širine projekta so se roki izdelave diplomskega dela in filma

prestavljali. V avgustu sem pričel pripravljati produkcijsko dokumentacijo s predstavitvijo dokumentarnega filma.

Med 10. in 14. septembrom 2009 je v Izoli potekal filmski festival »Kino otok«, kjer je bilo tudi sodelovanje in izobraževanje z evropsko filmsko izobraževalno pobudo ESoDoc (European Social Documentary). Ker je bila tema dokumentarni film in družbeno (socialno) ozadje, sem se seveda udeležil in ogledal nekaj dokumentarnih filmov. Filmi in pristopi so bili spodbujajoči pri nadaljnji odločitvi, da se projekt razširi v predvajanju tudi na možnost nastopov na raznih mednarodnih festivalih.

V septembru je že postajalo jasno, da vsebinsko dva izdelka ne bosta mogla biti izdelana. Tako se je strokovni film zlil z dokumentarnim filmom. Snemanja so se nadaljevala v drugi polovici septembra. Prvi časovni zamik je zahteval nesporazum glede soglasij in pridobitev soglasij za snemanje za približno mesec in pol. V tem času sem pripravljal produkcijsko dokumentacijo in pisni del diplomskega dela. Snemanja so se nadaljevala v mesecu novembru. Posledično je na produkcijo vplivalo neprimerno jesensko vreme (padavine) in zima.

V začetku leta 2010 je potekala aktivna priprava dokumentacije za prijave na javne razpise za sofinanciranje, prav tako se je nadaljevalo snemanje prizorov, ki niso vezani na vreme (notranji prostori). Nekaj zamikov so povzročile tudi sezonske bolezni. Pričela se je tudi groba predmontaža. Februarja so se snemanja nadaljevala v mesec marec, ko so se snemale večinoma izjave stroke. Hkrati se je dopolnjevala in izpopolnjevala produkcijska dokumentacija in diplomsko delo.

Zaradi potrebe boljšega dela na področju filmskega ustvarjanja in želje po povezovanju stroke pridobljene tekom študija, sem se tekom snemanj udeleževal več izobraževanj, med drugim izobraževanj MEDIA (26. 3. in 27. 3. 2010) na temo dokumentarnega filma.

Specifičnost pri snemanju so nudili tudi akterji sami, saj je scenarij zgolj rdeča nit, kjer so dokumentarnost utrdili sami s svojo iskrenostjo in lastnim načinom izražanja. Poleg tega so se izkazali kot odlična podporna skupina. Za razliko od običajnih snemanj, kjer so najeti igralci, čas snemanja strnjen preko celega dne, smo imeli na razpolago veliko manj časa, saj nekateri akterji hodijo v šolo in službo. Dodatne zamike v produkciji je tako zahteval letni čas, tj. zunanja svetloba (popoldanska snemanja – na razpolago zgolj optimalno 1 ura glede na svetlobo).

Tekom produkcije se je pripravljala projektna dokumentacija primerno javnim razpisom za sofinanciranje AV del. Kot naslov filma je obveljal delovni naslov Nevidni. Nevidni zato, ker je to populacija, ki je marsikdaj spregledana, čeprav nas spremlja skozi vso človeško zgodovino.

V mesecu aprilu in maju so se nadaljevala snemanja igranih sekvenc in pogovorov. Žal se je izkazalo, da določeni razpisi ne ustrezajo projektu, saj nudijo premalo svobode pri nadaljnjem razvoju projekta ali niso nudili pogojev za prijavo (filmski festivali, predvajanja, splet, faza produkcije, termini itd.).

V okviru dokumentarnega uredništva RTV Slovenija se je ponudila priložnost za predvajanje. Tako so bili Nevidni sprejeti v predvajanje na prvem programu v aprilu

2011. Hkrati se je pričelo iskanje dodatnih podpornikov projekta med vladnimi in nevladnimi ustanovami. Snemanja igrano-dokumentarnih sekvenc so se zaključila 1. 6. 2010. Zadnje izjave so bile posnete julija. Avgusta so stekle priprave za snemanje glasbenega video spota Nevidni, ki bo potekalo oktobra v sodelovanju z Rokom Terkajem (Trkaj). V mesecu septembru se je zaključila postprodukcija filma.

Za korektno izvedbo in možnost nastopanja na javnih razpisih za sofinanciranje in iskanje sponzorstva se je izkazalo kot nujno ustanoviti pravni subjekt, ki bo nosilec projekta. Vsi razpisi zahtevajo potrebno registracijo za dejavnost bodisi v obliki s.p., d.o.o. ali v drugih pravnih oblikah. 19. 5. 2010 sem ustanovil zasebni zavod, tj. Zavod Drugo oko, ki bo nastopal kot pravni subjekt pri podpori, razvoju in iskanju finančnih virov.

Podpore filmu nudijo spletne strani www.neviden.si, www.drugooko.si in www.handicapproduction.com. Na spletni strani www.neviden.si je predstavljen projekt Nevidni, snemalna ekipa, podporniki, objavljeni bodo članki, reportaže, vsebina diplomskega dela itd. Stekli so tudi pogovori za radijska poročanja in reportaže o projektu. Članki za tiskane medije in druge tiskovine pokrivajo celoten spekter medijev (televizija, splet, radio, tiskovine).

Poleg diplomskega dela je pripravljena obsežna produkcijska dokumentacija, sponzorske ponudbe, pisma o podpori, spletne strani, članki in prispevki za kasnejšo objavo ter druga obsežna projektna dokumentacija.

Predvidena predpremiere filma je po 26. septembru 2010 v CUDV Draga in premieri v oktobru. Pričetek distribucije se prične s prijavi v mesecu oktobru in nadaljuje predvidoma prihodnji dve leti s predvajanjem po Sloveniji in nastopi na filmskih festivalih in tržnicah v tujini. Predpremiere bo v CUDV Draga, saj nudijo pomoč pri realizaciji Nevidnih, hkrati pa je to odlična priložnost pokazati film glavnim protagonistom, varovancem in varovankam.

Predvajanje premiere bo odvisno od pridobljenih finančnih sredstev. V kolikor bo projekt finančno uspešen bo sledila še primerna druga faza, tj. lansiranje projekta z distribucijo in plačljivimi tržnicami ter festivali.

Kot podporniki projekta so pristopili poleg Fakultete za šport in CUDV Draga tudi Vlada Republike Slovenije – Urad za enake možnosti, Urad varuha človekovih pravic, RTV Slovenija, Društvo afriški center - Inacio Bintchende (predvajanje v Afriki), Beli obroč Slovenije (društvo za pomoč žrtvam kaznivih dejanj) in drugi.

Post produkcija – montaža se izvaja v okviru Handicap Film production, ki je skupna platforma Zavoda Drugo oko in EMC multimedijskega centra d.o.o., kjer strokovnost in opremo nudi Mirko Simić, tako pri razvoju kot izvedbi projekta in je ključen element za zagotavljanje visoke kvalitete filma.

Projekt diplomskega dela je v celoti zastavljen in nudi podlago nadaljnjemu samostojnemu razvoju projekta Nevidni. Priloge diplomske naloge so načrtovane projektne vsebine strokovno obravnavane v diplomskem delu in del produkcijske dokumentacije.

4 SKLEP

Tekom študije so bile kot krovne metode uporabljene: deskriptivna metoda, metoda uporabe preglednic in grafičnih prikazov, metoda spletne strani in metoda dokumentarno-igranega filma.

Diplomsko delo obsega tako stroko, ki obravnava populacijo s posebnimi potrebami in nakaže razvojne trende populacije v smeri večanja števila ljudi s posebnimi potrebami glede na delež celotnega prebivalstva. Zakonska podlaga je ključna pri uresničevanju ciljev stroke in družbe, in sicer v smeri izboljšanja okolja in razmer, ki osebam s posebnimi potrebami nudijo, kar se da najboljše možnosti za njihov umski in telesni razvoj. Naloga opredeli tisto stroko, pri kateri je telesni kontakt in telesna dejavnost osnova izvajanju različnih programov s področja fizioterapije, specialne in rehabilitacijske pedagogike ali prilagojenih športnih dejavnosti s strani profesorjev športne vzgoje.

Gibalne sposobnosti so ključne pri telesni izraznosti in za zagotavljanje kvalitetnega bivanja. Njihov razvoj je odvisen od naravnih zakonitosti in naključij, ko se te zakonitosti ne izrazijo optimalno ali tako, kot bi mi pričakovali. Razlike se pojavljajo že v zdravi populaciji in so toliko bolj izrazite pri otrocih s posebnimi potrebami.

Njihov razvoj poteka različno. V veliki meri je odvisen od dednih in okoljskih dejavnikov, ki bodisi stimulirajo razvoj ali pa v danem okolju zaostaja ali stagnira. Naša dolžnost je, da nudimo tem otrokom možnost telesnega izražanja in posledično optimalnega razvoja. Dokazano je, da ravno raven in kvaliteta telesnega razvoja igrata ključno vlogo pri zdravem in kvalitetnem intelektualnem in osebnostnem razvoju.

Nadalje diplomsko delo obravnava gibalne dejavnosti za razvoj gibalnih sposobnosti med katere sodijo elementarna gibanja, elementarne in plesne igre. Telesno udejstvovanje je osnova razvoju zdravega telesa in duha.

Elementarna gibanja so nam vsem skupna in predstavljajo bazo, iz katere se razvijajo kompleksnejša gibanja. Osvojitve osnovnih gibanj je osnova kompleksnih gibanj. Elementarna gibanja, igre in ples so odlično sredstvo za doseganje ciljev razvoja gibalnih sposobnosti otrok s posebnimi potrebami, saj so enostavna in izvedljiva tako samostojno kot s pomočjo partnerja ali profesorja športne vzgoje.

Cilji vsake družbe bi morali biti posredovanje znanja, razumevanja in dvigovanja zavesti tako posameznikov kot celotne družbe. Naš cilj je posredovati obravnavano problematiko širši javnosti. To je mogoče le s pomočjo medijev.

Mediji predstavljajo ključni način enostranske in dvostranske komunikacije v današnji družbi. Postali so osnova, brez katere si te družbe ne moremo predstavljati. Lahko rečemo, da današnji način komunikacije postaja vedno bolj brezoseben, saj človekovo vlogo medija izpodrivajo elektronski mediji.

Ker so mediji del našega vsakdana in je povprečna izpostavljenost medijem prisotna v večinskem deležu aktivnega časa, se jih avtor poslužuje v svoji nameri, da obravnavano problematiko in populacijo (njo še toliko bolj) predstavi širši javnosti s pomočjo dokumentarno-igranega filma in sredstev javnega obveščanja (člankov, reportaž, prispevkov, internetne strani, ipd.).

Prvotno je bil namen narediti strokovni film, ki bi obravnaval zgolj vaje, ki spodbujajo razvoj gibalnih sposobnosti otrok s posebnimi potrebami. Toda z obravnavno medijev in pregledom trendov se je kot močnejši dejavnik izkazal dokumentarno-igrani film. Diplomsko delo je postalo osnova veliko širšemu projektu ozaveščanja in približevanja oseb s posebnimi potrebami splošni populaciji. Strokovnost v filmu se je ohranila z izjavami stroke, medtem ko delno režirane sekvence izražajo resničnost (dokumentarnost) in enakovrednost oseb z motnjo v duševnem razvoju

Največjo problematiko pri pripravi diplomskega dela je ustvarjala koordinacija in organizacija snemanj. Časovni okvir je širilo neprimerno vreme, soglasja za snemanja in specifične situacije, ki skupno doprinesejo k širši časovni opredelitvi projekta. Ravno daljši časovni razpon je po drugi strani doprinesel k boljši kvaliteti in širini diplomskega dela.

Tekom dela smo ugotovili, da populacija oseb z motnjo v duševnem razvoju postaja pri obravnavi in strokovnem delu z njo bolj prijetna in manj problematična kot redna populacija šolarjev in starejših. Žal se v moderni družbi pojavlja vedno več psihoz in odklonskih vedenj, ki so izraz globlje družbene krize tako vrednot kot smisla življenja in prihodnosti. Žal že na ulici srečamo veliko več ljudi (posameznikov, družin in združb), ki bi dejansko potrebovali oskrbo stroke skozi takšne ali drugačne programe, mogoče celo institucionalne navkljub trendu deinstitucionalizacije.

Cenjenost in spodbujanje akademskega izobraževanja in udejstvovanja se je žal v nekaterih primerih izkazalo za nič vredno. Določene institucije, ki so bile naprošene za pomoč pri projektu, so prekinile komunikacijo, ko jim je bilo sporočeno, da projekt izvaja študent za diplomsko delo. Očitno smo kot družba še daleč od dežel, ki tovrstno udejstvovanje spodbujajo, celo iščejo in spodbujajo posameznike tekom njihovega študija.

Za posredovanje strokovnih vsebin diplomskega dela, je bila narejena spletna stran www.neviden.si, katere namen je med drugim ozaveščati o filmu in razvoju dogodkov, hkrati pa nuditi strokovno obravnavo – med drugim vsebine diplomskega dela v obliki člankov in prispevkov. K sodelovanju so povabljeni različni avtorji, ki so sodelovali na snemanjih dokumentarno-igranega filma Nevidni.

Diplomsko delo kot tudi priloge so namenjeni boljši ozaveščenosti populacije, ki ima tak ali drugačen stik s prizadetimi kot širši javnosti, ki mora pokazati razumevanje in podporo, ter vsem študentom, ki si bodo v prihodnje zadali podobno ustvarjalno, akademsko ali poslovno pot.

Diplomsko delo je odlična platforma, katero se da tako strokovno kot poslovno nadgrajevati. Seveda glede na možnosti, ki jih prepoznamo in upoštevamo.

5 LITERATURA

- Ačkun, R. (2004). Kako se vključevati v življenje in delo šole? V Krapše, Š. (ur.). *Otroci s posebnimi potrebami* (str. 113-118). Nova Gorica: Educa.
- Bečaj, J. (1988). Potrebe in možnosti posebne obravnave otrok v šoli. *Vzgoja in izobraževanje*, 19(6), 36-46.
- Bertoncelj, S., Vasle, B., Pivec, M., Sešek, M., Sevcnikar, V. (2000). Gibanje – osnovna potreba predšolskega otroka. V *Otrok v gibanju* (str. 436 – 443). Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Blažič, M. (1998). Uvod v didaktiko medijev. Novo Mesto: Pedagoška obzorja.
- Bratož, M. (2004). Integracija učencev s posebnimi vzgojno-izobraževalnimi potrebami. V Krapše, Š. (ur.). *Otroci s posebnimi potrebami* (str. 9–49). Nova Gorica: Educa.
- Burian, M., (2000). Otrok s posebnimi potrebami v procesu športne vzgoje. V *Otrok v gibanju*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Cizek, K. in Wintonick, P. (2002). Seeing in believing. DVD. Canada: Necessary Illusions Productions Inc.
- Debec, M., Povalej, P., Verlič, M. (2006). Slovenska e-učna mreža za osebe s posebnimi potrebami. Maribor: Andragoški zavod.
- Erjavec, K., Volčič, Z. (1999). Medijska Pismenost. Ljubljana: DZS.
- Galeša, M. (1995). Specialna metodika individualizacije. Radovljica: Didakta.
- Gorjup, D. (2000). Vključevanje gorništv kot aktivnosti pri obravnavi otrok z motnjami v razvoju. V *Otrok v gibanju* (str. 478 – 482). Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Hrastar, F. (2009). Ali je mogoče preprečevati rojevanje otrok z motnjo v duševnem razvoju?. *Sožitje*. 42(3) 18-19.
- Loewen, A. (1988). Bioenergija. Ljubljana: Cankarjeva založba
- Pistotnik, B. Pinter, S., Dolenc, M. (2002). Gibalna abeceda. Ljubljana: Inštitut za šport Fakultete za šport Univerze v Ljubljani
- Ložar, B. (2007). Teden otroka. Pridobljeno 11.10.2009 iz http://www.stat.si/novica_prikazi.aspx?ID=1160
- Lull, J. (2000). Media, communication, culture. Cambridge, Združeno Kraljestvo: Polity Press
- Luthar, B., Zei, V. in Hardt, H. (2004). Medijska kultura: kako brati medijske tekste. Ljubljana: Študentska založba.
- McLuhan, M. (2003). Understanding Media. Corte Madera, Kalifornija, ZDA: Gingkopress.
- Medijska podoba Slovenije za 3. tisočletje. (1999). Ljubljana: Inštitut za raziskovanje medijev.
- Munitić, R. (1982). Dokumentarni film da ili ne? Beograd: Institut za film.
- Novljan, E. (1997). *Specialna pedagogika oseb z lažjo motnjo v duševnem razvoju*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Novljan, E., Jelenc, D. in Jerman, J. (1998). Stališča osnovnošolcev do vrstnikov s težavami pri učenju. *Defektologica Slovenica*, 6(1), 7-21.
- Oblak, T., Petrič, G. (2005). Splet kot medij in mediji na spletu. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Opara, B. (2005). *Otroci s posebnimi potrebami v vrtcih in šolah: vloga in naloga vrtcev in šol pri vzgoji in izobraževanju otrok s posebnimi potrebami: uresničevanje vzgojno - izobraževalnih programov s prilagojenim izvajanjem in dodatno strokovno pomočjo: priročnik*. Ljubljana: Centerkontura.

- Pistotnik, B. (2000). Igra kot sredstvo razvoja gibalnih sposobnosti. V *Otrok v gibanju* (str. 355 - 364). Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Pistotnik, B. (2003). Osnove gibanja. Ljubljana: Inštitut za šport Fakultete za šport Univerze v Ljubljani
- Policija Republike Slovenije (2009). Prometne nesreče, posledice in ukrepi policije za obdobje januar – december 2008/2007. Pridobljeno 24.10.2009 iz: www.policija.si
- Renar, S., Reven, D. (2000). Tudi mi se radi igramo. V *Otrok v gibanju*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani
- Schmidt, M. (2003). Evalvacija in spremljanje modela integracije otrok z motnjo sluha. *Vzgoja in izobraževanje*, 34(5), 14-24.
- Schmidt, M., Čagran, B. (2006). Gluhi in naglušni učenci v integraciji/inkluziji. Maribor: Slavistično društvo Maribor.
- Skalar, V. (1995). Integracija da ali ne: problemi socialne integracije otrok s posebnimi potrebami v osnovni šoli. *Pet*, 7(31), 24-29.
- Skalar, V. (1999). Osebe s posebnimi potrebami – konceptualne iztočnice. *Sodobna pedagogika*, 50(1), 120–137.
- Sonjak, M. (1999). Druženje otrok osnovne šole s prilagojenim programom z otroki redne osnovne šole. *Didakta*, 8(46/47), 26-27.
- Strel, J., Kovač, M. (2000). Svoboda in gibanje. V *Otrok v gibanju* (str. 39 – 61). Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Svetlin Kastelic, N. (23.9.2009). Dejavnost produkcije filmov in videofilmov, Slovenija, 2008. Statistični urad Republike Slovenije. Pridobljeno 17.10.2009 iz: http://www.stat.si/novica_prikazi.aspx?id=2627
- Usenik, R. (2009). Športna vzgoja oseb z najtežjimi motnjami v duševnem razvoju. *Sožitje*, 42(3), 3-8.
- Vertot, P. (ur.). (2007). Invalidi, starejši in druge osebe s posebnimi potrebami v Sloveniji. Ljubljana: Statistični urad Republike Slovenije.
- Videmšek, M., Berdajs, P., Karpljuk, D. (2003). Mali športnik. Ljubljana: Inštitut za šport Fakultete za šport Univerze v Ljubljani.
- Videmšek, M., Jovan, N. (2002). Čarobni svet igral in športnih pripomočkov. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Videmšek, M., Stančević, B., Sušnik, N. (2006). 1,2,3, igray se tudi ti!. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Videmšek, M., Strah, N., Stančević, B. (2001). Igrajmo se skupaj. Ljubljana: Inštitut za šport Fakultete za šport.
- Videmšek, M. in Pišot, R. (2007). Šport za najmlajše. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Videmšek, M., Tomazini, P., Grozdek, M. (2007). Gibalne igre z improviziranimi pripomočki. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Videmšek, M., Visinski, M. (2001). Športne dejavnosti predšolskih otrok. Ljubljana: Inštitut za šport Fakultete za šport Univerze v Ljubljani.
- Vidovič, I., Srebot, I., Cerar, M. in Markun Puhar, N. (2003). Hopla, en, dva, tri zame!. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Vute, R. (1999). Izziv drugačnosti v športu. Ljubljana: Debora
- Vute, R. (2000). Principi prilagojene športne dejavnosti. V *Otrok v gibanju* (str. 86 – 95). Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Vute, R. (1989). Šport in telesno prizadeti. Ljubljana: samozaložba
- Kesič, K. (2000). Ples in samopodoba. *Otrok v gibanju* (str. 184 – 192). Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.

Kvas, B. (11.10.2009). Statistika: Raba spleta v Sloveniji narašča. E-demokracija.si. Pridobljeno 27.10.2009 iz: <http://www.e-demokracija.si/2009/10/11/statistika-raba-spleta-v-sloveniji-narasca/>

Uradni list RS (81/2006). Zakon o osnovni šoli. Pridobljeno 27.9.2009 s svetovnega spleta: <http://www.uradni-list.si/>

Uradni list RS (110/2006). Zakon o medijih. Pridobljeno iz svetovnega spleta 11.10.2009: <http://www.uradni-list.si/1/content?id=76040&part=&highlight=zakon+o+medijih>

Uradni list RS (102/2007). Zakon o spremembah in dopolnitvah zakona o osnovni šoli. Pridobljeno 27.9.2009 s svetovnega spleta: <http://www.uradni-list.si/>

Uradni list Republike Slovenije (3/2007). Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami. Pridobljeno 27.9.2009 s svetovnega spleta: <http://www.uradni-list.si/>

Visoka šola za zdravstvo, (2004). Osnovni podatki oddelka za fizioterapijo. Pridobljeno 6.10.2009 iz <http://www.vsz.uni-lj.si/vsebina/si/fizioterapija/>

Volčič, Z. (2008). Mediji in identiteta. Maribor: Fakulteta za elektrotehniko, računalništvo in informatiko.

Wikipedija (2009). Internet. Pridobljeno 11.10.2009 iz: <http://sl.wikipedia.org/wiki/Internet>

Wikipedija (2009). Fotografija. Pridobljeno 20.10.2009 iz: <http://sl.wikipedia.org/wiki/Fotografija>

Wikipedija (2009). Radio. Pridobljeno 20.10.2009 iz: <http://sl.wikipedia.org/wiki/Radio>

Wikipedija (2009). Film. Pridobljeno 22.10.2009 iz: <http://sl.wikipedia.org/wiki/Film>

Wikipedija (2009). IKT. Pridobljeno 27.10.2009 iz: <http://sl.wikipedia.org/wiki/IKT>

Zagorc, M. (1995). Ples – ustvarjanje z ritmom. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Zagorc, M. (2001). Ples. Ljubljana: Domus.

Zagorc, M., Šimenc, L., Lovše Pepelnak, N. (2008). Ustvarjalno gibalna improvizacija. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Zajc, M. (2000). Tehnologije in družbe. Ljubljana: ISH – fakulteta za podiplomski humanistični študij.

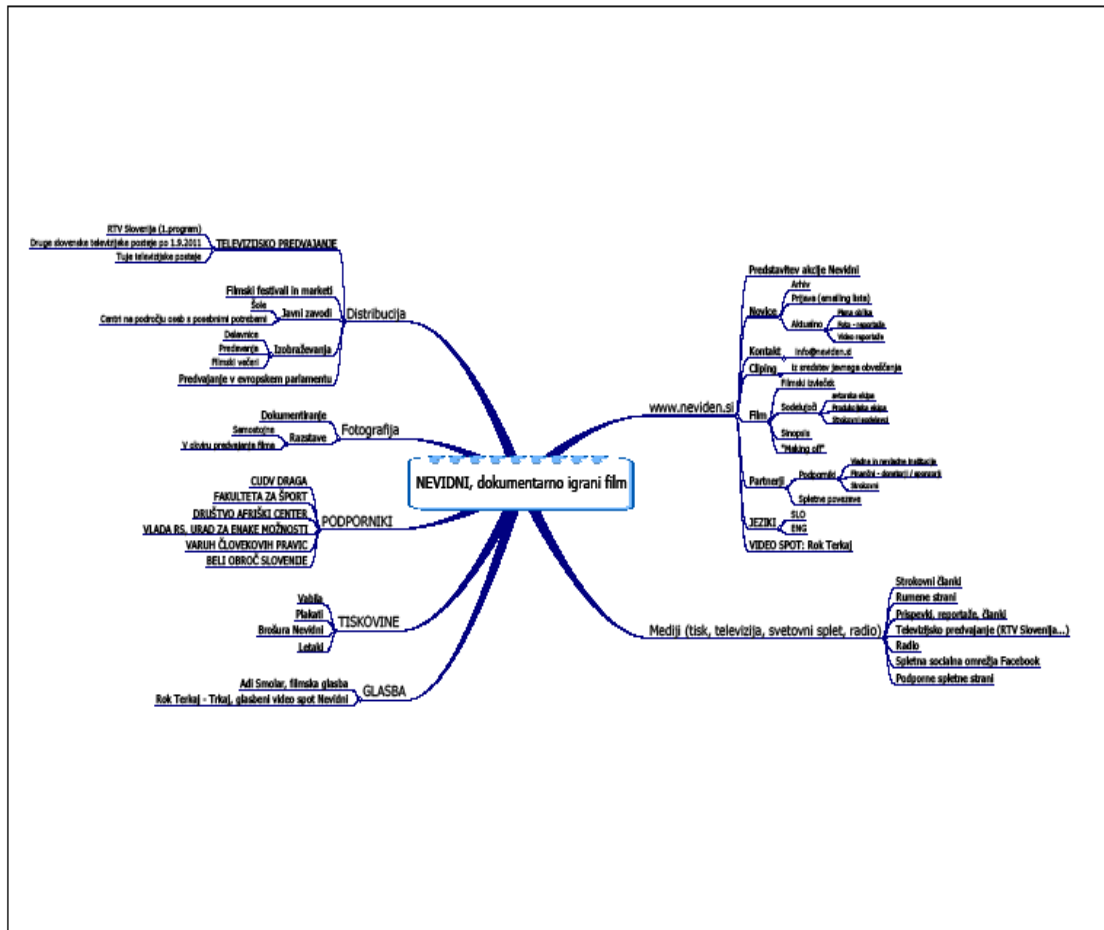
Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje. Identifikacija poklica maser. Pridobljeno 6.10.2009 iz <http://www.ess.gov.si/slo/NCIPS/OpisiPoklicev/Maser.pdf>

Zgaga, P. (2000). Svoboda in gibanje. V Otrok v gibanju (str. 16 – 23). Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.

Žerovnik, A. (2004). Otroci s posebnimi potrebami. Ljubljana: Družina

6 PRILOGE

6.1 PRILOGA 1 SHEMATSKI PREGLED PROJEKTA NEVIDNI



6.2 PRILOGA 2 SCENARIJ NEVIDNI

SEKVENCA 1 / SANJE

Zgodba se prične v sanjah - otroško petje v ozadju in rajanje na igrišču. Otroci se lovijo, podajajo žoge, skrivajo Iz posnetkov ni razvidno, da so to otroci s posebnimi potrebami, saj kamera to skrbno prikriva. Otrok ne vidimo, največ kratke posnetke delov telesa pri skrivanju, pogled otroka izza zida, brcanje... Prevladujejo kadri brez otrok: let žoge, vožnja praznega otroškega vozička, kotaljenje žoge, vrtenje kolebnice, prihod praznega šolskega avtobusa... gledalec se oddaljuje od rajanja dokler v njegov zorni kot ne zajame otroka, ki vse to opazuje...

SEKVENCA 2 / PREBUJANJE

Zazvoni budilka. Po kratkem obotavljanju izpod odeje vstane Blaž, ugasne budilko, se pretegne, stopi na hodnik proti kopalnici, se obleče, umije zobe in obraz, ter stopi proti kuhinji, kjer poje zajtrk. Taksi ga že čaka pred vrati. Poslovi se od vzgojiteljice in se odpravi v šolo.

Pogovor: Štefana Skaza, vodja doma Breza

- Kaj je dom Breza?
- Koliko otrok živi tu?

Pogovor: Monika Lamešič – o Blažu

- Kakšen otrok je Blaž?
- Kdaj si ga prvič srečala, kakšni so ti prvi vtisi o Blažu?

SEKVENCA 3 / POT V ŠOLO

Vožnja s taksi kombijem, ki je namenjen varovancem, med katerimi je tudi Blaž. Blaž je prvi, ki ga kombi pobere. Na poti se ustavijo še na drugih domovih otrok, ki obiskujejo Osnovno šolo Janeza Levca v Ljubljani.

Pogovor: Taksist o otrocih ki jih pelje, posebej o Blažu.

- Kako zgleda vaše delo?
- Kakšen otrok je Blaž?

SEKVENCA 4 / ŠOLA

Blaž izstopi iz kombija in vstopi v šolo. Rad hodi v šolo, se druži s sošolci in sodeluje pri pouku. Pri likovnem krožku morajo otroci narisati svoje sanje. Blaž nariše igro otrok, seveda tako kot v sanjah brez otrok. Učiteljica ga vpraša, kaj riše. Blaž odgovori, da riše igro brez otrok, nevidne ljudi. Zazvoni šolski zvonec in pouk se konča.

Tekst:

Blaž: Rad hodim v šolo.

Razredna učiteljica: Učencem da navodila, da narišejo svoje sanje. Sprašuje učence kaj rišejo.

Blaž: se ga spodbudi, da nariše prazno igrišče in jesensko listje (glede na fotografijo).

Vprašanje učiteljice: Kaj rišeš?

Blaž: Igro.

Trditev učiteljice: Jaz vidim le igrala, to pa še ni igra.

Blaž: Sanjal sem igro brez otrok, mogoče so nevidni?

Sošolci / sošolke: Sprašujejo se med seboj, kaj rišejo v obliki vprašanj in trditev (»Kaj pa ti rišeš?« oz. »Jaz pa rišem....«.). Vprašanje: »Ali rad hodiš v šolo?»

Sošolec (Blažev prijatelj / prijateljica) in razredna učiteljica: Kakšen sošolec (učenec) je Blaž? Po čem si si ga zapomnil / zapomnila?

Pogovor: razredna učiteljica in predstavnik delovne enote Josip Šerbetar. Učiteljica predstavi specialno, predstavnik globalno.

Razredna učiteljica (Marjanca Bajec):

- *Kako poteka pouk v primerjavi z rednim programom?*
- *Kakšne vsebine in kako jih posredujejo? (za optimalno doseganje svojih sposobnosti)*
- *Smernice za prihodnost (glede na razvoj obravnavanja problematike)*

Predstavnik šole (Josip Šerbetar):

- *Zakaj prilagojeni program?*
- *Kakšna je prihodnost otrok za nadaljnje izobraževanje?*
- *Kakšne rezultate dosegajo vaši učenci?*
- *Kakšna je vključenost teh otrok v tako imenovano »povprečno oz. normalno družbo«*
- *Prihodnost stroke – razvojne smernice. Lahko različne možnosti, ki se ponujajo*

SEKVENCA 5 / PRIHOD DOMOV (delovna terapija)

V centru so tudi otroci, ki so priklenjeni na posteljo ali voziček. Blaž obiše prijatelja »Malega Budo« (Davorin) na delovni terapiji. Pokaže mu sliko sanj, ki jo je narisal v šoli. Davorin si jo ogleda. Pogovarjata se v govorici, ki jo običajni ljudje ne razumemo. Skupaj skleneta, da na sliki nekaj manjka – saj sanje brez otrok ne morejo živeti. Pristopi terapevtka in z njima poklepeta. Blaž pove, da ga Buda vabi v maternico.

Tekst:

Blaž: Živijo Davorin, kako si? Kaj delaš.

Delovna terapevtka: O Blaž, lepo da si spet obiskal Davorina. Ravno zaključujeva z delovno terapijo. Bosta spet klepetala o dogodivščinah?

Blaž: Seveda, Davorin mi vedno da kakšen dober nasvet.

Delovna terapevtka: Vidva kar poklepetajta, ta čas bom pripravila program za Davorina.

Blaž pokaže sliko:

1. *Narisal sem svoje sanje in ne vem kaj pomenijo. Mi pomagaš razvozlati njihov pomen?*

2. *Narisal sem kaj sem ponoči sanjal. Ampak nekaj manjka. Ne vem kaj manjka. Ali ti veš, kaj manjka, Davorin?*

Davorin: lahko samo nariše podobo človeka, ker ne govori

Blaž: Res je, ljudje manjkajo. Kje jih pa lahko najdem?

Davorin na računalniku lahko Davorin pokaže sliko maternice

Delovna terapevtka: Sta se pomenila?

Blaž: Seveda, Davorin me je povabil v maternico, da skupaj odkrijeva dokončen pomen sanj, zdaj vem, da so bili v sanjah ljudje nevidni.

Pogovor: *Delovna terapevtka. Predstavi nam delo in otroke na oddelku, posebej Blaža, saj ga pozna že vrsto let.*

- *Kaj je področje in namen delovne terapije?*
- *Kako poteka vaše delo?*
- *Kdaj ste se prvič srečali z Blažem?*
- *Kakšen otrok je Blaž?*

SEKVENCA 6 / BAZEN in OBUJANJE SPOMINOV 1

Sledi pouk na bazenu. Blaž pokaže, kaj se je naučil pri plavanju, kako se učijo, opremo ki jo uporabljajo in kakšne dejavnosti potekajo. Tekom vadbe Monika prinese izgubljeno žogo. Pride na rob bazena in komentira, da uživajo, kot da bi bili na morju.

Pogovor: *dr. Milan Žvan, dekan FŠ (športni duh); Štrumbelj – snemanje dejavnosti na bazenu (tetraplegik).*

- *Se lahko ljudje s posebnimi potrebami teseno oz. športno udeležujejo – izražajo?*
- *Kako to vpliva na njihov razvoj?*
- *Kako šport prispeva k razvoju populacije s posebnimi potrebami?*
- *Se lahko tudi ta populacija vključuje v redne programe? Kakšne so prilagoditve teh programov oz. v čem se razlikujejo od normiranih?*
- *Kakšni so cilji prilagojenih programov?*

OBUJANJE SPOMINOV 1

V pogovoru med varovanci jim spomin uide na morje in obisk Umaga..

Bivanje v kampu in reakcije ljudi. Nakup sladoleda. Kapanje. Pomivanje posode. In večerni ples z romantičnimi trenutki. Varovanci so glavni akterji.

Pogovor: *dr. Damir Karpjuk*

- *Kakšni so kriteriji za obravnavanje kot »oseba s posebnimi potrebami«?*
- *Kdo so otroci s posebnimi potrebami?*
- *Kako zakon opredeljuje te otroke?*
- *Kateri poklic skrbi za optimalen telesni razvoj otrok s posebnimi potrebami?*
- *Kakšna je vloga prilagojene in specialne športne vzgoje?*

Pogovor: dr. Mateja Videmšek

- Zakaj moramo otroke oz. populacijo s posebnimi potrebami že takoj strokovno obravnavati in vključevati v prilagojeni program?
- Kako poteka razvoj gibalnih sposobnosti otrok s posebnimi potrebami?
- Kako ta razvoj vpliva na razvoj kognitivnih (miselnih) sposobnosti?

SEKVENCA 7 / DVORIŠČE

Na dvorišču. Brane prosi Blaža za uslugo, če bi mu pomagal pri izdelavi mikrofona. Potrebuje pomoč pri postavitvi glave mikrofona na leseno palico. Blaž ga vpraša, kako to, da izdeluje mikrofona – ta odgovori, da želi postati novinar.

OBUJANJE SPOMINOV 2

Blaža zanima, kako to zgleda in Brane ga popelje v svoj sen. Uporabi se posnetke iz ankete v Umagu, kjer je bil Brane v vlogi novinarja.

Pogovor: Starši: o problemih, zgodnjem otroštvu, čustvih, doživljanju...

- *Kako je biti starš otroku s posebnimi potrebami?*
- *Kakšna je vaša zgodba?*
- *Kako ste to sprejeli?*
- *Kakšni so bili vaši občutki?*
- *Kako je to sprejela vaša okolica, bližnji in prijatelji?*
- *Kaj vam je najbolj pomagalo premagati prvi šok?*
- *Od kje navdih in moči?*

SEKVENCA 8 / KOSILO

Čas kosila, otroci se trumoma zgrnejo v kuhinjo. Blaž s svojimi sostanovalci klepeta med kosilom.

Pogovor (specialni in rehabilitacijski pedagog, psiholog, delavni terapevt): predstavitev splošne problematike varovancev (pogovor glede organizacije športnih dejavnosti).

SEKVENCA 9 / TERAPEVTSKO JAHANJE

Blaž po obedu vzame jabolko in ga nese svoji prijateljici Moniki, ki ima rada konje. Skupaj se odpravita do »kobilarne«. Srečajo Braneta, ki intervjuja Ireno, ustavita se poleg. Brane ju vpraša, kaj počneta. Blaž in prijateljica mu zaupata, da bi rada dala jabolko konju – ta jima z veseljem pomaga. Pridruži se Peter in prosi Braneta, če si lahko izposodi njegov mikrofona za v Ljubljano.

SEKVENCA 10 / VRT

Oglašanje rac in koz pritegne njihovo pozornost – te so lačne in jih morajo nakrmiti. Blaž se takoj spomni, kje dobiti zelene solatne liste - ustavita se v vrtu, povohata rožice in ogovorita varovance, ki ravno urejajo grede. Prositaj jih za pomoč. Varovanci so več kot navdušeni, da lahko pomagajo. Razložijo jima, kako in kaj delajo (prikrito predstavijo dejavnosti in obveznosti) in dobita nekaj sveže zelenjave za krmljenje

živali. Poleg vrta varovanci urejajo okolico. Robert pusti samokolnico in priskoči na pomoč pri prenosu krme za živali.

Pogovor: dr. Mojca Vrhovski Mohorič predstavi populacijo

- *Kakšne so lastnosti otrok oz. populacije s posebnimi potrebami (kako se razlikujejo od vrstnikov)?*
- *Koliko je ljudi s posebnimi potrebami?*
- *Koliko se jih rodi? Koliko doleti »nesreča« v kasnejših starostnih obdobjih?*

SEKVENCA 11 / ŽIVALI

K živalim odnesejo košaro s pridelki. Nakrmijo koze, počistijo kletke zajčkom in nahranijo race. Ob tem delu zelo uživajo.

Tekst:

Blaž: Uf je mraz!

Monika (nasmnjano): Zima ni presenetila samo nas, je tudi tebe?

Brane: Bomo nahranili živali?

Monika: Veš da, gremo.

Blaž med krmljenjem : Za živali skrbimo celo leto, še posebej pozimi.

Pogovor: sosedje o centru in varovancih s posebnimi potrebami

- *Kdo so vaši sosedje?*
- *Kakšni sosedje so?*
- *Ste imeli kdaj probleme, ker so drugačni kot ostali sosedje?*
- *Kako sprejemate njihovo drugačnost?*
- *Je res, da nekatere moti prisotnost oseb s posebnimi potrebami v njihovi bivalni okolici?*
- *Se sosedje tudi vključujejo v delo in pomoč osebam s posebnimi potrebami?*

SEKVENCA 12 / KOČIJA

Mimo pripelje kočija. Kočijaž povabi Blaža in Moniko na kratko vožnjo okrog doma. Vožnje se zelo veselita in v njej neizmerno uživata. Blaž pove, da se bosta tako peljala, ko se bosta poročila. Monika ga vpraša, če bi jo rešil, kot princeso iz stolpa. Ustavijo se pred učilnicami, kjer se njune poti ločita.

Tekst:

Kočijaž: Pozdravljena, gresta na vožnjo s kočijo?

Blaž in Monika se spogledata: Seveda!

Monika: Blaž, se rad voziš s kočijo?

Blaž: Seveda, zdaj sva kot princ in princesa?

Monika: (V smehu) Kaj pa če bi bila ujeta v stolpu?

Blaž: Splezal bi po lestvi skozi okno in te rešil.

Monika: Ah ti moj Blaž. Naslednjič me spomni, da ti moram nekaj povedat, prav?

Blaž: Bom

Monika: Adio Blaž, bodi priden!

Blaž: Adio Monika

SEKVENCA 13 / TELEFONSKI KLIC

Blaž sreča vzgojiteljico, vso navdušeno na vratih pisarne. Ne ve da se vzgojiteljica pogovarja z Moniko. Monika in vzgojiteljica se pogovarjata o pripravah na zabavo. Blaž je ves navdušen, da se pripravlja zabava. Nevede, da to pripravlja tudi Monika ji hoče sporočiti novico.

Tekst:

Varuhinja: To bo res zabavno. Disko bo najboljša nagrada za naše. Plakate ne pozabit...

Monika za vrati nemo položi plakate v škatlo

Blaž (sam pri sebi): To moram povedati Moniki. Moram jo poiskati! Komaj čakam disko!

SEKVENCA 14 / PREDSTAVITEV CUDV (iskanje Monike)

Blaž steče in išče prijateljico po učilnicah - predstavimo, angleščino, petje, glasbeno skupino... Ker je ne najde Blaž sprašuje, kje je Monika.

Tekst:

Blaž: Ste videli Moniko? Je Monika tukaj? Monika?!

Pogovor: *asist. Vedran Hadžić, dr. med.*

- *Kakšne so telesne (anatomske in fiziološke) karakteristike populacije s posebnimi potrebami?*
- *Kako se to odraža na njihovem telesnem in mentalnem zdravju?*
- *Kako medicinska stroka obravnava to populacijo?*
- *S katerimi dejavnostmi spodbujamo njihov optimalni razvoj?*

SEKVENCA 15 / OBISK PRIJATELJA

Med iskanjem Blaža preseneti obiskovalec Peter – ta prihaja iz Ljubljane na občasne obiske. Tokrat je prišel zaradi zobozdravnice. Sta zelo dobra prijatelja. Pogovarjata se, kaj je novega. Peter razloži Blažu, kaj on počne v službi.

Tekst:

Peter: Živijo Blaž, tebe iščem. Kako si?

Blaž: Dobro, Moniko iščem!

Peter: Saj nisi pozabil, da imava danes zobozdravnico?

Blaž: Joj, pa ne k zobozdravnici!

Skupaj hodita po hodniku proti ordinaciji

Blaž: Si kaj videl Moniko?

Peter: Ne, danes sem bil v službi. Imeli smo ogromno dela. Delali smo voščilnice, kazala za knjige, ploščice...

SEKVENCA 16 / DELOVNI CENTER (retrospektiva Petra o službi)

Delavni center v Ljubljani, kamor varovanci hodijo na delo. Ustvarjajo slike, voščilnice, kipe, ki jih potem prodajajo.

Pogovor: vodja delovnega centra Tatjana Popović o ustvarjalnem delu varovancev

- Kakšne dejavnosti izvajate
- Kako zgleda »zaposlitev« varovancev s posebnimi potrebami?
- Kakšne programe izvajate?
- Kako dojemajo svoje delovne obveznosti?

SEKVENCA 17 / ZOBOZDRAVNIK

Peter spremlja Blaža do ordinacije. Pred vrati se prične prestopanje, izgovori zakaj nebi obiskali zobozdravnika (trganje listov na nič krivi roži). Vrata se odprejo in Blaža vstopita. Sledi splošen pregled. Z zobmi je vse v redu.

Tekst:

Peter: Kaj je narobe?

Blaž: Nočem k zobozdravnici?

Peter: Se bojiš?

Blaž: Ja.

*Peter: 1. Saj ni nič takega, samo z ogledalom pogleda, da nimaš kakega črva
2. Saj ni nič takega, samo pogleda, da zobje ne bolijo.*

*Blaž se namršči: 1. Nimam črva!
2. Mene ne bolijo!*

Peter: Dokaži

Blaž potrka na vrata

Zobozdravnica: Pozdravljena, vstopita naprej.

Vrata se zaprejo... čez čas se odprejo in izstopita nasmejana.

Zobozdravnica: Pa še naprej tako lepo skrbita za zobe.

Blaž (nasmejan): Si videl, da nimam črva!

Pogovor: *mag. Alenka Golob o specialni in rehabilitacijski pedagogiki in drugih poklicih*

- Kaj je področje specialne in rehabilitacijske pedagogike?
- Kako vpliva na zdrav razvoj otrok / populacije s posebnimi potrebami?
- Kakšne aktivnosti izvaja vaša stroka?
- Na kakšen način izboljšujete oz. vplivate na optimalni razvoj gibalnih in kognitivnih sposobnosti?

SEKVENCA 18 / ČISTILKA

Čistilka opazi potrgano rožo pred ordinacijo, zamaja z glavo in jo odnese pred pisarno direktorice centra.

Pogovor: *dr. Meta Zagorc – ples kot sredstvo izraznosti populacije s posebnimi potrebami*

- *Kako vpliva ples na ljudi?*
- *Kakšna je zgodovina plesa, s čim so ga povezovali?*
- *Kakšna je (ta) povezava med populacijo s posebnimi potrebami in plesom?*
- *Kako se lahko izražajo?*
- *Za kaj imajo tako radi ples?*
- *Kakšen je vpliv plesa na ljudi s posebnimi potrebami?*

SEKVENCA 19 / POVABILO

Po pregledu Peter povabi Blaža v Ljubljano v center mesta. Blaž se novim dogodivščinam ne more upirat! Peter čaka malega Blaža pred vhodom v CUDV, ko na parkirišču vidi, kako Monika in varuhinja neseta kovčke in škatle v avto. Vzgojiteljica pripomni, da je škoda da že odhaja. Monika se odpelje, Blaž pride iz centra in skupaj odideta na avtobusno postajo.

Tekst:

Peter: Bil si res priden, greš za nagrado z mano v Ljubljano?

Blaž vesel poskoči: Seveda, veš da grem!

Peter: Greva malo pogledat v center. Bova novinarja, mi je Brane posodil mikrofona, kamero pa tudi imam

Blaž: Bom lahko jaz snemal?

Peter: Seveda, sporoči v Dom, da greva, te počakam pred vhodom.

Blaž v teku: Bom

Peter se smeji in stopi pred vhod. Mimo prineseta Monika in vzgojiteljica kovček in škatlo v avto.

Varuhinja: Škoda, da že odhajaš. Za naše fante in punce pa ne skrbi, saj veš, da so v dobrih rokah.

Monika: To me ne skrbi, res vas bom pogrešala!

Monika in varuhinja se poslovita. Monika se odpelje

Blaž stopi skozi vrata: Greva?

Peter: Pa pojdiva

Pogovor: *dr. Stanislav Pinter - etika*

- *Kakšen naj bi bil odnos do populacije s posebnimi potrebami?*
- *Kako se to kaže v naši družbi?*
- *Kaj lahko naredimo?*
- *Imamo zakonsko podlago za tovrstno problematiko?*
- *Kaj so gibalne sposobnosti?*
- *Kako poteka razvoj gibalnih sposobnosti?*

SEKVENCA 20 / POT V LJUBLJANO

Na avtobusni postaji Blaž med čakanjem pokaže prijatelju sliko. Razloži mu, kaj je sanjal in kaj sliki manjka. Pripelje avtobus in vstopita. Na avtobusu opazujeta okolico, se pogovarjata in veselita druženja . Odzivi potnikov.

Tekst:

Blaž: Peter, glej kaj sem narisal v šoli. To so sanje, Sanjal sem igro. Samo, manjkajo ljudje

Peter: Kako manjkajo? Poglej okrog!

Potniki opazujejo nenavadna potnika. Blaž se zamisli in gleda skozi okno.

Pogovor: *povezava tudi s populacijo (invalidi) po nesrečah ali nevroloških ali starostnih boleznih*

- *Koga lahko doleti rojstvo otroka s posebnimi potrebami?*
- *Se lahko to zgodi tudi kasneje?*
- *Kaj se lahko zgodi in v katerih starostnih obdobjih, da postane nekdo oseba s posebnimi potrebami?*
- *Torej se to lahko zgodi vsakomur?*
- *Kaj lahko naredimo, da to preprečimo, kako lahko pomagamo?*
- *Je sprejemanje drugačnosti ključnega pomena v življenju populacije s posebnimi potrebami?*
- *Utopija ali resničnost?*

SEKVENCA 21 / LJUBLJANA

Blaž in Peter se po Čopovi odpravita proti centru. Ustavita se pri Prešernu, se usedeta ljudje zraven vstanejo in odidejo.

Blaža opazujeta mimoidoče. Blaž se spomni sanj .Vpraša, kaj si o sliki mislijo mimoidoči.

Tekst:

Blaž: Kaj misliš, kaj si mislijo o sliki mimoidoči.

Peter: Greva vprašat

Odprta javna anketa: Peter povprašuje mimoidoče po mnenju glede oseb s posebnimi potrebami (izkušnje, občutki, misli...)

Anketna vprašanja:

Imate kakšno izkušnjo z ljudmi s posebnimi potrebami (»prizadetimi«, invalidi, z motnjo v duševnem razvoju...).

Kako doživljate srečanja z osebami s posebnimi potrebami?

Se vam zdi ta problematika dovolj vidna?

Mislite, da jih splošna populacija vidi in upošteva njihove posebnosti?

Kako gledate na te ljudi?

Kakšni občutki vas preplavijo ob srečanju?

Kakšna misel, želja, ideja glede populacije s posebnimi potrebami?

SEKVENCA 22 / TEK V DRAGO

Peter in Blaž utrujena sedita na temelju »Prešerna«. Blaž pripomni, da je škoda, ker ni Monike. Peter se spomni, kar je videl na parkirišču, ko ga je čakal pred vhodom CUDV. Blaž se ustraši in pogleda Ljubljanski grad, ter se vpraša po Moniki. Blaž steče preko centra, predmestja in dolge ravne ceste nazaj v Drago.

Tekst:

Peter: Škoda, da ni Monike zraven. Veš, da odhaja iz Drage?

Blaž: Kaj?

Peter: Danes, ko sem te čakal se je odpeljala.

Blaž pogleda proti ljubljanskemu gradu-stolpu: Kaj če Monike ni več?

Blaž steče preko trga, ulic in cest v Drago

SEKVENCA 23 / VEČERJA

Blaž se vrne v center, kjer ga že čaka večerja. Po večerji utrujen od teka zaspi pred televizijo na kateri se pokažejo spomini na Moniko, drugi odigrajo igro kart in se odpravijo spat.

SEKVENCA 24 / JUTRO

Naslednje jutro Blaž sreča v kuhinji Janeza – bere časopis, pije kavo. Blaž vpraša Janeza, kako je. Ta mu odgovori s komentiranjem časopisa.

Tekst:

Blaž: Dobro jutro Janez, kako si?

Janez: Božansko.

Blaž: Kako?

Janez z nasmehom: Piše, da smo ponekod božanstva, drugod pa... saj veš.

Blaž: Vem vem. Danes grem v maternico.

Janez v smehu: Pozdravi našega malega Budo.

Pogovor: *prof. Paulin Tomaž o povzdigovanju oseb s posebnimi potrebami v bogove v Indiji, vez z onstranstvom v Amerikah, prekletstvo v Afriki in antična Šparta z metanjem v prepad.*

- *Kako so v zgodovini dojemali drugačne? Ljudi s posebnimi potrebami*
- *Kako so to izražali?*
- *Ali podobne kulture obstajajo še danes?*
- *Kaj nam ti različni pogledi lahko povejo?*

SEKVENCA 25 / MATERNICA (vezana na sekvenco 5)

Blaž pride v maternico – multimedijško didaktično okolje. Sledi zgodba skozi avdiovizualno dožemanje. Blaž pokaže Budi svojo sliko, »Mali Buda« mu da nasvet – pokaže svojo risbo hiše in okna. Blaž si predstavlja reševanje prijateljice Monike – kamera nas zapelje skozi njegovo sanjarjenje in plezanje proti oknu ter reševanje – kot v računalniški igrici.

Tekst:

*Blaž: 1. Dober dan, prišel sem na obisk k Davorinu. Je Davorin v maternici?
2. Živio!*

Varuhinja: Pozdravljen Blaž, kar stopi naprej. Davorin te že čaka.

Blaž: Živijo Davorin, kako si?

Davorin da Blažu »give me 5«: Telesna govorica

*Blaž pokaže sliko: 1. Blaž to sem narisal...
2. Monika odhaja, imaš kakšno idejo kaj naj naredim, da ostane?*

Davorin pokaže sliko hiše in okna: Telesna govorica

SEKVENCA 26 / TELOVADNICA

Blaž z idejo odide v telovadnico, kjer kaže svoje plezalne sposobnosti. Darinka, ga vpraša, čemu taka zagnanost. Blaž zaupa, da Monika odhaja iz doma in da trenira, da jo bo rešil, kot princ princeso iz stolpa. Ona zamahne z roko, češ da počne neumnosti. Pri odhodu telovadnice to pove vsakomur, ki ga sreča. Novica se hitro razširi po celem domu.

Tekst:

Darinka: Blaž, nekam zagnan si, kaj spet naklepaš?

Blaž: Monika odhaja, treniram, da jo rešim kot princ princeso iz stolpa.

Darinka zamahne z roko: Joj Blaž, spet ti gredo neumnosti po glavi.

*Darinka: Janez Blaž misli reševati Moniko, si moreš misliti
Brane, veš da Blaž misli plezati k Moniki
(Robi, Peter...) Blaž... da bo rešil... spet pleza...*

Pogovor: Rok Usenik, prof. šp. vzg. O pomenu elementarnih gibanj v razvoju otrok s posebnimi potrebami.

- Katere so osnovne telesne dejavnosti s katerimi pripomoremo k zdravemu razvoju in ohranjanju telesnih sposobnosti?
- Kje lahko te dejavnosti izvajamo?
- Kako vplivajo na razvoj populacije s posebnimi potrebami?
- Za katere starostne skupine so primerne?
- Kakšen je njihov vpliv na intelektualne in miselne sposobnosti?

TEMNENJE – zahajanje sonca - panorama

SEKVENCA 27 / PRIPRAVE

Blaž se pripravlja na reševanje, oblači temna oblačila. Ko izstopi ga pred sobo presenetijo prijatelji, ki mu ponudijo pomoč. Te seveda ne more zavrniti, saj bo nekdo moral držati lestev.

Tekst:

Blaž (presenečen): Kaj pa vi tukaj?

Peter: Prišli smo ti pomagat rešiti Moniko

Blaž steče k fantom, glasovi se dvignejo...

Janez: Tiho, da nas ne slišijo, gremo!

Brane si podrgne roke in zasmeji: Gremo!

SEKVENCA 28 / REŠEVANJE

Potihoma gredo po hodniku. Z ogledalom preverijo, če je prazen in se priplazijo do okna, kjer pristavijo lestev po kateri pleza Blaž. Brane vidi samokolnico, ki jo je čez dan pozabil odpeljati. Ker ne pusti nobenega opravila nedokončanega, prime samokolnico in jo odpelje. Med drugim gre njegova pot mimo vratarnice, kjer ga opazi nočno dežurstvo. Vrtar pograbi svetilko. Brane vidi, da mu nekdo sledi in steče mimo prijateljev in lestve za grm. Brane je skrit v grmovju. Vrtar ga išče z baterijsko svetilko. IZJAVA. Pride pod Monikino pisarno, ter posveti na lestev. Blaževi prijatelji se ustrašijo in dvignejo roke v zrak. Lestev se zatrese in Blaž pade skozi okno v sobo.

Tekst:

Janez: Počasi, previdno prisloni.

Brane: Nekdo je pozabil samokolnico. Moram jo pospraviti

Peter: Blaž hitro gor!

Vrtar: Kaj je pa to?!

Brane: Ojej!

Vrtar: Kje se je zdaj skrila?

Vrtar: Kaj pa je zdaj to?

Pogovor: *izjava vrtarja med iskanjem Roberta*

SEKVENCA 29 / NOČNI OBISK

Monika dela za računalnikom, ko se ob hrupu ustraši. Presenečena, ko vidi pod oknom Blaža mu pomaga vstati in vpraša kaj dela. Blaž pove, da jo rešuje in da noče da odide. Monika ne razume kaj se dogaja, Blaž pove, da je slišal da odhaja. Ko si povesta in ugotovita, da je vse nesporazum, domišljija in priprave na zabavo se tako glasno smejeta, da priključeta še vzgojiteljice, ki presenečeno opazijo, da imajo obiskovalca.

Tekst:

Monika: Ojej, kaj pa je zdaj to?! Blaž!? Kaj pa delaš?

Blaž: Rešil te bom, nočem, da zgineš!

Monika: Kako zginem? Kaj govoriš?

Blaž: Slišal sem, da odhajaš in te ne bo več nazaj!

Monika: Joj Blaž, pripravljamo zabavo, ravno pripravljam plakate. Je pa res, da odhajam na porodniško, to pa ne pomeni, da me ne bo nazaj... ti bučman.

Vzgojiteljice (odprejo vrata): Oh tukaj je, samo da je v redu. Tokrat ste pa konkretno ušpičili!

SEKVENCA 30 / ZAGOVOR

Blaž in prijatelji stojijo pred pisarno direktorice, ldi trga list rože in se tolažijo. Ko jih Valerija pokliče, poklapano vstopijo. Vrata se za njimi zaprejo. Na prazen hodnik izstopijo z nasmehi na obrazih.

Tekst:

Blaž: Moral sem jo rešiti!

Brane: Misliš, da bomo kaznovani?

Janez (nergaško): Nimam pojma!

Robert nemo skomigne z rameni

Peter: Saj bomo vse razložili pa bo vse v redu!

Vrata se odprejo, tajnica jih pokliče naprej. Vrata se zaprejo

Tajnica: Kar naprej fantje, direktorica vas čaka.

Vrata se odprejo, ven stopijo veseli in nasmejani

Blaž: Pa smo rešeni!

Pogovor: Valerija Bužan o CUDV Draga, zaključni govor – globalni namen oskrbe otrok, vedno v ospredju otroci, vse se uredi

- Kakšen je namen vašega in podobnih centrov pri oskrbi populacije s posebnimi potrebami
- Kakšne programe izvajate?
- Kakšna je kvaliteta življenja varovancev?
- Kako rešujete problematiko?
- Kakšne so smernice za prihodnost?

SEKVENCA 31 / ŽUR

Po stopnicah stečejo v dvorano, kjer čaka oder, vse okrašeno, živahno. Zabava se začne.

SEKVENCA 32 / KONEC

Na sliki so dodani vsi akterji – Blaž in Monika zadovoljno sedita na klopci. Monika ugotovi, da so bili otroci v Blaževih sanjah nevidni in da je dovolj le, da otroke vidimo in jim izpolnimo majhne želje. Blaž ji reče: »Monika, resničnost je lepša od sanj.« in ji da ljubčka na lička.

Veter odnese sliko

Tekst:

Blaž: Tukaj so vsi vidni, vsi, ki so bili v sanjah nevidni

Monika: Blaž, vidiš, na koncu se je vse uredilo. Ponavadi se v življenju vse uredi kot je prav.

Blaž: In resničnost je lahko še lepša od sanj!

6.3 PRILOGA 3 (Slika spletne strani www.neviden.si)

facebook [twitter](#)

NEVIDNI FILM MEDIA NOVICE PARTNERJI & PODPORNICI IMPRESUM

nevidni

Otrok s posebnimi potrebami je **strah** vsakega para v pričakovanju otroka, je strah bližnjih in je strah **truzbe**. Ni ga starša, starega starša, sorodnika ali prijateljev, ki nebi rekli ali vsaj pomislili ob nosečnosti: »Samo, da bi bilo vse v redu!« Starši niso **nič krivi** ali se jim skrbi uresničuje ali ne. Zgodi se lahko vsakomur.



novice

Lorem ipsum dolor sit amet

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Ut id feugiat augue. Phasellus ipsum felis, feugiat vel euismod in, ornare in quam. Ut gravida ultrices orci ac feugiat. Vestibulum nulla nulla, iaculis at laoreet non, posuere in erat. Etiam quis elit mi.

— * —

Praesent dui tellus, condimentum

Praesent dui tellus, condimentum ut iaculis eu, mattis n mi. Suspendisse potenti. Sed nibh metus, sodales at sagittis vel, ultrices et lorem. Vivamus mattis mauris vel metus facilisis ut interdum dui hendrerit. Nullam posuere nisi at eros laoreet aliquam. Cras cursus arcu ac nisi luctus dictum. Quisque sit amet turpis et ipsum dignissim varius. Aliquam erat volutpat.

— * —

Lorem ipsum dolor sit amet

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Ut id feugiat augue. Phasellus ipsum felis, feugiat vel euismod in, ornare in quam. Ut gravida ultrices orci ac feugiat. Vestibulum nulla nulla, iaculis at laoreet non, posuere in erat. Etiam quis elit mi.

— * —

podporniki

- Vlada RS – Urad za enake možnosti
- Urad varuha človekovih pravic
- Univerza v Ljubljani – Fakulteta za šport
- CUDV Dolinke Boštjančič, Draga
- Beli obroč Slovenije
- Društvo Afriški center
- RTV Slovenija
- EMC, multimedjski center d.o.o.
- Salvus d.o.o.

kontakt

Zavod Drugo oko
Zanova ulica 13
4000 Kranj
Slovenija

e: info@neviden.si

Handicap film production

6.4 PRILOGA 4 (DVD Nevidni, dokumentarno igrani film, 2010)