

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKO DELO

MATEJA TAJNIK

LJUBLJANA 2009

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT
SPECIALNA ŠPORTNA VZGOJA
PRILAGOJENA ŠPORTNA VZGOJA

RAZLIKE MED ODBOJKO SEDE IN ODBOJKO

DIPLOMSKO DELO

MENTOR
izr. prof. Dr. Damir Karpljuk

SOMENTOR
mag. Branko Mihorko

RECENZENT
doc. Dr. Edvin Dervišević

Avtor dela
MATEJA TAJNIK

LJUBLJANA, 2009

ZAHVALA

Rada bi se zahvalila za vso pomoč pri izdelavi diplomskega dela mojemu mentorju g. Damirju Karpljuku in somentorju g. Branku Mihorku. Zahvalila bi se g. Jožetu Banfiju in g. Adiu Urnautu, ki sta preko intervjuja pripomogla k bolj bogatemu diplomskemu delu. Zahvalila bi se tudi vsem, ki so sodelovali v anketnem vprašalniku, ter vsem ostalim, ki so na kakršen koli način pripomogli k izdelavi diplomskega dela.

Posebna zahvala gre mojim najbližjim, ki so mi vsa leta študija stali ob strani in me podpirali.

KLJUČNE BESEDE: odbojka, odbojka sede, vloga trenerja, amputiranost, anketa, intervju, športna aktivnost, ljudje s posebnimi potrebami

RAZLIKE MED ODBOJKO SEDE IN ODBOJKO

MATEJA TAJNIK

Univerza v Ljubljana, Fakulteta za šport, 2009

Število strani: 69 Število preglednic: 11 Število grafov: 5 Število slik: 5 Število virov: 16 Število prilog: 2

IZVLEČEK

Namen diplomskega dela je bil raziskati, kakšno je poznavanje odbojke sede v Sloveniji, raziskati ali ljudje poznajo razlike med odbojko sede in odbojko. Hkrati nas je zanimalo s kakšnimi težavami se srečujejo trenerji odbojke sede, ter ali obstajajo razlike med trenerskima vlogama pri odbojki sede in odbojki.

V uvodnem delu smo predstavili pravila odbojke in odbojke sede, ter razlike med njima. Predstavili smo trenersko vlogo pri odbojki sede in odbojki, ter opisali razlike med trenerskima vlogama obeh športov. Podrobneje smo opisali predvsem odbojko sede, ki nas je v diplomskem delu še posebno zanimala.

V raziskovalnem delu diplomskega dela, smo poskušali odgovoriti na vsa odprta vprašanja. Podatke smo pridobili preko anketnega vprašalnika, ki se je nanašal predvsem na poznavanje odbojke sede v Sloveniji in preko intervjuja, preko katerega smo pridobili informacije o trenerski vlogi pri odbojki sede in odbojki.

Naše ugotovitve, ki smo jih opisali v sklepnem delu, so se predvsem dotaknile odbojke sede in z njo povezane trenerske vloge. Še posebno smo hoteli poudariti problem obravnavanja športnikov invalidov, ki se ne more primerjati z obravnavanjem teh športnikov po svetu. Nismo pozabili omeniti tudi pomanjkanja literature pri odbojki sede, ter pomanjkanja izobraževalnih seminarjev za trenerje odbojke sede. Daljši opis ugotovitev pa sledi v diplomskem delu.

Key words:

Volleyball, sitting volleyball, interview, survey, amputation, coach's role, sports activity, people with special needs

ABSTRACT

The purpose of my diploma paper is to research the knowledge of sitting volleyball in Slovenia and to find out whether or not people know the differences between sitting volleyball and volleyball. I was also interested in what problems face sitting volleyball coaches and in the differences between being a sitting volleyball coach and a volleyball coach.

In the introductory part we described the rules of volleyball and sitting volleyball, and the differences between them. We described the coach's roles in sitting volleyball and volleyball, and the differences between them. We described sitting volleyball in greater detail, since it is the main subject of interest in diploma paper.

With my research in the diploma paper we tried to answer all open questions. We gathered data concerning the knowledge of sitting volleyball in Slovenia from the poll we distributed; We also gathered information from a interview concerning a coach's roles in sitting volleyball and volleyball.

We described my findings about sitting volleyball and a coach's role in it in conclusion of diploma paper. We especially tried to emphasize the problem of how the athletes with special needs are treated here, which cannot be compared to how these athletes are treated in the world. We did not forget to mention the shortage of literature concerning sitting volleyball and the shortage of seminars for the coaches of sitting volleyball. Our findings are further described in diploma paper.

KAZALO VSEBINE

1	UVOD	10
2	PREDMET, PROBLEM IN NAMEN DELA	14
2.1	<i>Razvoj odbojke</i>	<i>14</i>
2.2	<i>Razvoj odbojke sede</i>	<i>14</i>
2.3	<i>Osnovna odbojkarska pravila</i>	<i>16</i>
2.3.1	<i>Igrišče in oprema</i>	<i>16</i>
2.3.2	<i>Ekipa.....</i>	<i>17</i>
2.3.3	<i>Trener</i>	<i>17</i>
2.3.4	<i>Potek igre.....</i>	<i>18</i>
2.4	<i>Osnovna pravila odbojke sede</i>	<i>19</i>
2.4.1	<i>Igrišče in oprema</i>	<i>19</i>
2.4.2	<i>Ekipa.....</i>	<i>20</i>
2.4.3	<i>Trener</i>	<i>21</i>
2.4.4	<i>Potek igre.....</i>	<i>21</i>
2.5	<i>Glavne razlike med odbojko sede in odbojko</i>	<i>25</i>
2.6	<i>Klasifikacija športnikov glede na stopnjo invalidnosti v odbojki sede</i>	<i>26</i>
2.6.1	<i>Amputacije</i>	<i>26</i>
2.6.2	<i>Cerebralna paraliza.....</i>	<i>27</i>
2.6.3	<i>Posebni primeri</i>	<i>28</i>
2.7	<i>Pomen športa za športnike invalide</i>	<i>28</i>
2.7.1	<i>Šport - zelo pomemben dejavnik za športnike invalide</i>	<i>28</i>
2.7.2	<i>Pomen odbojke sede za športnike invalide</i>	<i>29</i>
2.8	<i>Trener – pomemben člen v tekmovalnem športu.....</i>	<i>31</i>
2.8.1	<i>Vloga trenerja pri odbojki</i>	<i>31</i>
2.8.2	<i>Vloga trenerja pri odbojki sede</i>	<i>32</i>
2.8.3	<i>Glavne razlike med vlogo trenerja pri odbojki in vlogo trenerja pri odbojki sede</i>	<i>33</i>
3	CILJI RAZISKAVE	35
4	DELOVNE HIPOTEZE	36
5	METODE DELA	37
5.1	<i>Vzorec merjenecv ali respondentov (vprašancev):</i>	<i>37</i>
5.2	<i>Organizacija zbiranja podatkov:</i>	<i>37</i>
5.3	<i>Vzorec spremenljivk:</i>	<i>38</i>
5.4	<i>Metode obdelave podatkov:</i>	<i>38</i>
6	EMPIRIČNI PODATKI Z RAZPRAVO.....	39
6.1	<i>Analiza ankete</i>	<i>39</i>
6.2	<i>Analiza intervjuja</i>	<i>48</i>
6.2.1	<i>Predstavitev g. Jožeta Banfija</i>	<i>48</i>
6.2.2	<i>Predstavitev g. Adija Urnauta</i>	<i>51</i>
7	SKLEP.....	56
8	LITERATURA	61
9	PRILOGE.....	63

KAZALO GRAFOV

Graf 1: Poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko med spoloma.....	41
Graf 2: Poznavanje pravil odbojke sede	42
Graf 3: Poznavanje odbojke sede.....	43
Graf 4: Sprejemanje športnikov invalidov	46
Graf 5: Možnost igranja odbojke sede	47

KAZALO SLIK

Slika 1: Dimenzije odbojkarskega igrišča.....	16
Slika 2: odbojkarska žoga.....	17
Slika 3: Primerjava odbojkarskega igrišča in igrišča za odbojko sede	20
Slika 4: Servis pri odbojki sede.....	23
Slika 5: Blok pri odbojki sede.....	24

KAZALO TABEL

Tabela 1: Razlike med odbojko sede in odbojko	25
Tabela 2: Kontingenčna tabela - Poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko med spoloma	40
Tabela 3: Izračun χ^2 koeficienta.....	40
Tabela 4: Poznavanje pravil odbojke sede	42
Tabela 5: Poznavanje odbojke sede nasploh	43
Tabela 6: Test homogenosti variance.....	44
Tabela 7: Test enofaktorske analize variance – poznavanje odbojke sede glede na izobrazbo	44
Tabela 8: Test enofaktorske analize variance - poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko glede na starost.....	45
Tabela 9: Test enofaktorske analize variance - poznavanje odbojke sede glede na pogostost ukvarjanja s športom	45

Tabela 10: sprejemanje športnikov invalidov	46
Tabela 11: Možnost igranja odbojke sede	47

1 UVOD

Odbojka je po svetu in pri nas izredno popularen šport. Atraktivnost igre, kolektivni duh in še marsikaj drugega pritegne ljudi, da se začno ukvarjati z odbojko. Na popularnost odbojke kaže tudi dejstvo, ki ga je navedel Krevsel (1993), da je v mednarodno odbojgarsko zvezo FIVB, ki je bila ustanovljena leta 1947, vključenih že preko dvesto držav. Prav tako je odbojka tudi zelo popularna med učenci osnovnih šol, dijaki srednjih šol in študenti. Učenci se zelo zgodaj srečajo s to zanimivo športno zvrstjo in veliko se jih odloči, da bodo poskusili svoje znanje odbojke izpopolniti tudi v odbojgarskih klubih, ki jih v Sloveniji ni malo. K popularnosti odbojke pri nas veliko prispevajo slovenske odbojgarske reprezentance (mlajše in starejše selekcije), ki zelo dobro zastopajo našo državo v svetu, ter nekateri odbojgarski klubi, ki igrajo v mednarodnih odbojgarskih ligah.

Vse to je pripomoglo k popularizaciji tega zanimivega športa, ki je relativno mlad. Izumil ga je namreč Američan W. G. Morgan leta 1895, ki je predlagal novo zabavno igro, sestavljeno iz tehničnih elementov tenisa in košarke. Tako je združil elemente dveh dinamičnih športov in ustvaril igro, ki je danes še bolj dinamična od obeh omenjenih (Krevsel, 1993).

Odbojka je danes ena najbolj razširjenih športnih iger na svetu, pa tudi pri nas. Vsekakor se z njo največ Slovencev ukvarja rekreativno. Mini odbojka pa je vse pogosteje sestavina športne vzgoje v osnovnih, srednjih in višjih šolah. Tudi armada je dala odbojki prednost pred vsemi drugimi športnimi igrami. Razlog je pač ta, da je odbojka med najbolj kolektivnimi športi. Analiza športne dejavnosti na Slovenskem kaže, da je odbojka brez velike propagande že prodrla med vse sloje prebivalstva. Tako postaja pomemben dejavnik vzgoje najširših množic (Krevsel, 1993).

Odbojka pa se uporablja tudi v zdravstveni rehabilitaciji. Prav v ta namen, se je po drugi svetovni vojni začela razvijati nova igra, ki je bila namenjena vsem gibalno oviranim ljudem.

Odbojka, ki velja za eno najbolj razburljivih in spektakularnih ekipnih iger, je tako postala priljubljena tudi pri ljudeh z različnimi stopnjami invalidnosti. Z nekaterimi prilagoditvami, predvsem načinom igranja sede, je postala poznana že v petdesetih letih (Vute, 1999).

To zanimivo igro je razvil P.Ch.Joon z Nizozemske. Nizozemska je bila tudi tista država, kjer se je odbojka sede najbolj razvila in se nato razširila po celem svetu. Danes igrajo odbojko sede organizirano in upoštevajoč pravilnike mednarodne organizacije za šport invalidov že v več kot petdesetih državah. Odbojka sede je postala prepoznavna igra z lastno identiteto in igralno zasnovo. Igrajo jo po vseh celinah, je paraolimpijska športna panoga, priznala pa jo je tudi mednarodna odbojcarska organizacija FIVB, Federation Internationale de Volleyball. Svetovna organizacija za odbojko invalidov WOVD, World Organization Volleyball for Disabled, pa je predstavila posebna pravila za igranje odbojke sede, ki se nekoliko razlikujejo od pravil odbojcarske igre (Vute, 1999).

Telesna prizadetost se pogosto odraža v omejitvah mobilnosti. Iz potrebe in želje, da bi omogočili igrati odbojko tudi telesno prizadetim, je nastala ta zanimiva in atraktivna igra. Odbojka sede je vsestransko uporabna igra, primerna za moške in ženske, starejše in mlajše. Pomembna je pri športni vzgoji, športni rekreaciji in kot tekmovalna športna panoga. Uporabna je tudi v zdravstveni rehabilitaciji. V svojih različicah (npr. večja žoga, lažja žoga, manjše igrišče, večje število igralcev...) je dostopna širšemu krogu telesno prizadetih, predvsem pa s svojo igralno zasnovo ustreza tistim z okvarami nog in amputacijami, poliomeletisom in lažjimi oblikami cerebralne paralize (Vute, 1989).

V diplomskem delu bo predvsem poudarka na odbojki sede, katera je v Sloveniji v zadnjih letih doživela kar veliko zanimanja med invalidno populacijo, kakor tudi med neinvalidnimi ljudmi. Treningov in tekem se namreč lahko udeležujejo tudi neinvalidni ljudje in prav to dela ta šport zanimiv in poseben. Kakor pravijo igralci odbojke sede: »Na igrišču so si vsi enaki, na igrišču izginejo vse hibe in občutek manjvrednosti«. Odbojka sede je izredno zanimiva igra, ki zahteva dobro fizično in psihično pripravljenost tako od ljudi brez invalidnosti, kakor tudi od ljudi brez invalidnosti.

Tako pri odbojki, kakor tudi pri odbojki sede igra pomembno vlogo trener oz. strateg. Diplomsko delo poskuša odgovoriti na vprašanje ali obstajajo kakšne razlike v vlogah trenerja pri odbojki sede in odbojki.

Trener se izgrajuje z delom v ekipi. Na treningu je pedagog, na tekmi strateg. Najpomembnejša lastnost trenerja je, da ima igralce rad, da se zanje žrtvuje in da jim želi vse najboljše. Trener mora imeti torej mnoge sposobnosti in znanja, da je lahko uspešen. Trener se pojavlja v vlogah učitelja, svetovalca, psihologa, trenerja, pedagoga, generala določenega področja (pedagoški proces). Da pa se lahko izkaže v teh vlogah, mora imeti določene lastnosti, kot so: osebna filozofija, zanimanje za posameznika, spoštovanje, sposobnost za zagotavljanje discipline, želja po zmagi, pripravljenost za delo, poznavanje športa, razumevanje mladih, moralne norme, poštenost, zagovarjanje idej, etični standardi, domišljija, smisel za humor in sposobnost improvizacije (Krevsel 2001).

Vloga trenerja pri odbojki sede je dokaj podobna, le da je tukaj še veliko več prilagajanja igralcem in celotni ekipi, glede na to kakšno invalidnost imajo določeni igralci. Trener mora zato zelo dobro poznati invalidne posebnosti vseh igralcev in temu primerno organizirati trening. Mora biti odprt do drugačnosti, mora biti zelo prilagodljiv, ter poznati mora vsa pravila odbojke sede.

V diplomskem delu bi rada predstavila tudi problem, ki je v veliki meri še vedno prisoten v Sloveniji. Ta problem se nanaša na obravnavanje športnikov invalidov, kateri so kljub večji ozaveščenosti Slovenske populacije, še vedno precej zatirani in nepomembni. Na njih ljudje brez invalidnosti še vedno gledajo drugače, jih pomilujejo oziroma se jih celo bojijo. Skratka ne znajo se obnašati v njihovi bližini. Vse to bi bilo lahko veliko drugače, če bi se spremenili določeni zakoni, ki se še vedno niso. Športniki invalidi imajo pri nas še vedno zelo malo pravic in so zakonsko zelo omejeni. To se predvsem kaže v vrhunskem športu invalidov. Slovenski športniki invalidi se udeležujejo različnih tekmovanj že vrsto let in v vseh teh letih se zakonsko ni premaknilo čisto nič kljub temu, da se vsako leto športniki invalidi vračajo domov z vedno večjimi rezultati. A vendar je pri nas ta šport medijsko nezanimiv in nepodprt v primerjavi z drugimi razvitimi državami, kjer so športniki invalidi obravnavani enakovredno kot svetovno znani neinvalidni športniki. To je res žalostno in

zaskrbljujoče, saj se s tem izgublja veliko nadarjenih športnikov in hkrati se s tem tudi manjša ugled države v svetu.

Poleg vsega smo hoteli poudariti tudi dejstvo, da Odbojgarska zveza Slovenije še vedno ni priznala in vključila odbojke sede kot svoj šport. V Odbojgarsko zvezo Slovenije je že vključena odbojka na mivki, medtem, ko odbojke sede še vedno niso priznali v Odbojgarsko zvezo Slovenije. Znano je namreč, da Mednarodni paraolimpijski komite zahteva, da Nacionalne panožne zveze vključijo šport invalidov pod svoje športe. To bi morala že zdavnaj storiti tudi Odbojgarska zveza Slovenije.

Upam, da bo to diplomsko delo pomagalo spremeniti zmotno mišljenje o športnikih invalidih, ter hkrati zmotno mišljenje do vseh športnikov, ki tekmujejo na prilagojenih tekmovanjih, paraolimpijadi,... Mogoče pa si le vsi ti športniki zaslužijo veliko več pozornosti, kot so jo bili deležni do sedaj. Le pomisliti je potrebno koliko truda in energije so mogli vložiti v to, da so lahko dosegli takšne rezultate in pri tem športnem načinu življenja vztrajajo kljub temu, da njihovi zelo dobri dosežki do sedaj niso imeli takšne veljave, kot bi jo morali imeti (kakršno imajo neinvalidni športniki).

2 PREDMET, PROBLEM IN NAMEN DELA

2.1 Razvoj odbojke

V začetku stoletja se je odbojka začela iz Amerike širiti po vsem svetu, najprej v Azijo in nato v Evropo (1914 do 1917). Odbojka je vse do danes ostala prava rekreacijska igra po vsem svetu, razvijala pa se je tudi v športnem pogledu, zato danes zahteva tekmovalna odbojka vsestransko pripravo (telesno, tehnično, taktično in psihično). Današnji vrhunski odbojkarji so vrhunski atleti in akrobati, kajti olimpijska odbojka (suoer volley) gradi napad na hitrih kombinacijah, obrambo pa na akrobatsko-kaskaderskem artizmu. Sodobni model je sestavljen iz manevra v zraku in na tleh. Sodobni model igre je imel v svojem razvoju nekaj pomembnih etap. V obdobju od leta 1895 do 1920 je čas nastajanja prave igre. Postopno postajajo pravila igre enotna za vse in dosežejo mednarodno priznanje okrog leta 1917. V letih od 1921 do 1947 dobiva odbojka vedno bolj značilnosti športne zvrsti, predvsem zato, ker so se razvili tisti tehnični elementi, ki so omogočili, da je žoga po eni strani ostajala dalj časa v zraku, po drugi pa se je vse bolj razvijal agresivni napadalni značaj strategije odbojarske igre. Vse bolj so si prizadevali za ustanovitev mednarodne odbojarske zveze in želeli, da da bi odbojka že na igrah v Berlinu postala olimpijski šport. Leta 1936, med olimpijskimi igrami v Berlinu, je bila ustanovljena prva mednarodna tehnična komisija za odbojko. Leta 1947 se je prvi mednarodni kongres odločil za ustanovitev mednarodne odbojarske zveze FIVB. Ustanovitev FIVB pomeni novejšo etapo v razvoju odbojke, ki se s tem tudi do končno uveljavi kot mednarodno priznani šport. Ta etapa je dosegala uspeh predvsem s tem, ko je bila odbojka leta 1964 vključena v program olimpijskih iger v Tokiu (Krevsel, 1993).

2.2 Razvoj odbojke sede

William G. Morgan se verjetno ni zavedal, da je ustvaril igro, ki je postala ena izmed najbolj vznemirljivih in spektakularnih iger na svetu. Njegov glavni namen je bil predstaviti preprosto igro, ki bi bila primerna za različne ljudi, z različnimi sposobnostmi in katera bi se lahko igrala skoraj vsepovsod. Odbojarska relativna

preprostost je omogočila dramatičen porast in popularnost tudi med ljudmi s posebnimi potrebami (Vute, 2008).

Odbojko stoje so igrali invalidni ljudje veliko prej, preden so ustanovili Mednarodno odbojkarsko zvezo za invalidne ljudi. Igra ima korenine v Veliki Britaniji in so jo v osnovi igrali le ljudje z amputacijami. Z razvojem igre in različnimi tipi amputiranosti, ter ostalimi ljudmi s posebnimi potrebami, ki so zaznamovali odbojko stoje, je bil sestavljen klasifikacijski sistem, kjer je lahko vsak igralec prejel točko glede na stopnjo invalidnosti oz. prizadetosti. Glavni prispevek k prvemu klasifikacijskemu sistemu je naredil L. Softley iz Velike Britanije. Uradno so bile igre stoječe odbojke za športnike invalide igrane med Nemčijo in Belgijo leta 1966. Leta 1973 je bilo v Linzu v Avstriji prvič organizirano Evropsko prvenstvo za Stoječe ekipne športe, tu je sodelovalo devet držav. Odbojka stoje je bila uradno prvič priznana na Paraolimpijskih igrah v Torontu leta 1976, kjer so v stoječi odbojki sodelovale štiri ekipe. Danes na žalost odbojka stoje ni več paraolimpijski šport (Vute, 2008).

Leta 1956 sta dva Nizozemca, T. van der Scheer in A. Albers, predstavila na Nizozemskem novo igro imenovano odbojka sede. Leto kasneje je bilo na državnem prvenstvu v odbojki sede na Nizozemskem dvanajst moštev. Prvi mednarodni turnir, ki ga je organizirala Mednarodna športna organizacija za športnike invalide ISOD (International Sport Organization for the Disabled), je bil leta 1979 v Haarlemu na nizozemskem. Odbojka sede je priznana kot paraolimpijski šport od let 1980, ko so bile Paraolimpijske igre v Arnemu na Nizozemskem, kjer je sodelovalo sedem moških ekip. Od leta 1993 so v mednarodna prvenstva vključene tudi ženske ekipe, od leta 2004 pa sodelujejo tudi na Paraolimpijskih igrah (Vute, 2008).

Odbojka sede je šport v katerem lahko skupaj, na visoki ravni, igrajo gibalno ovirani in gibalno neovirani ljudje. To predstavlja dobro možnost za sodelovanje in integracijo le teh. V zgodovini sta tako odbojka sede kot odbojka šli skozi močan razvojni proces. Danes je odbojka sede popularna po celem svetu, igra se v Afriki, Severni in Južni Ameriki, Aziji, Avstraliji in Evropi. Ima svojo igralno zasnovo in identiteto.

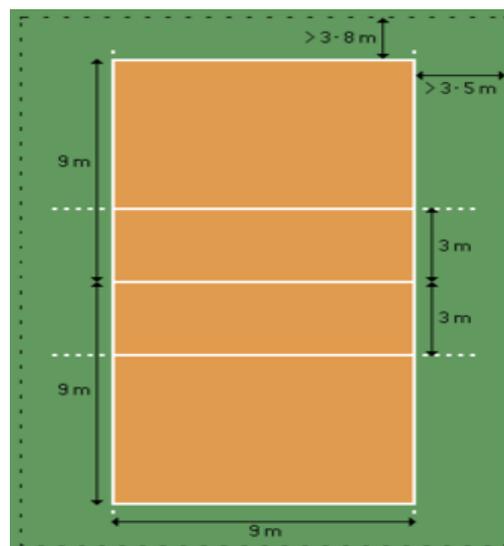
2.3 Osnovna odbojcarska pravila

Odbojka je ekipna športna panoga, ki jo igrata dve ekipi na igrišču razdeljenem z mrežo. Namen igre je poslati žogo preko mreže tako, da bi v nasprotnikovem igralnem polju padla na tla, ter preprečiti, da bi padla na tla na lastni strani igrišča. Vsaka ekipa se lahko trikrat dotakne žoge preden jo vrne na nasprotnikovo stran (poleg dotika pri blokiranju). Igro začnemo s servisom. Igra se nadaljuje dokler se žoga ne dotakne tal, pade iz igrišča ali je ekipi ne uspe pravilno vrniti. V igri pomeni vsaka napaka točko (Rally Point Scoring). Kadar ekipa, ki servis sprejema, uspešno zaključi akcijo, dobi točko in pravico do servisa. Igralci te ekipe pa zakrožijo za eno mesto v smeri urinega kazalca (Zadražnik in Seifried, 1999).

2.3.1 Igrišče in oprema

Igrišče ima obliko pravokotnika v izmeri osemnajst metrov krat devet metrov in je obkroženo s simetrično pravokotno prosto cono, ki je široka tri metre. Prostor nad igralnim področjem mora biti prost in brez kakršnekoli ovire. V višino mora meriti najmanj sedem metrov. Vse črte so široke pet centimetrov. Biti morajo svetle in drugačne barve kot tla in vse druge črte (Zadražnik in Seifried, 1999).

Slika 1: Dimenzije odbojcarskega igrišča



(lasten vir)

Mreža je postavljena vertikalno nad osjo srednje črte in napeta na višini 2,43 metra za moške in 2,24 metra za ženske. Žoga mora biti okrogla, izdelana iz prožnega ali umetnega usnja z notranjim delom (dušo) iz gume ali podobnega materiala. Obseg žoge je petinšestdeset milimetrov do sedeminšestdeset, teža pa dvesto šestdeset gramov do dvesto osemdeset gramov (Zadražnik in Seifried, 1999).

Slika 2: odbojcarska žoga



(lasten vir)

2.3.2 Ekipa

Ekipa je sestavljena iz največ dvanajst igralcev, enega trenerja, enega pomočnika trenerja, enega maserja in enega zdravnika. Nekdo izmed igralcev je kapetan ekipe in mora biti označen v zapisniku. Vsaka ekipa ima pravico, da med dvanajstimi igralci registrira enega obrambnega igralca- »Libera« (Zadražnik in Seifried, 1999).

2.3.3 Trener

Trener vodi igro ekipe izven igrišča od začetka do konca tekme, izbere začetno postavo ekipe, izvede ustrezne menjave in zahteva odmor za dajanje navodil. Kontaktna oseba za navedene naloge je drugi sodnik. Pred tekmo trener preda seznam igralcev, preveri imena in številke svojih igralcev v zapisniku in ga nato podpiše. Pred vsakim nizom izroči zapisnikarju ali drugemu sodniku natančno izpolnjene in podpisane obrazce z začetno postavo, sedi na klopi svoje ekipe najbližje zapisnikarju, vendar jo začasno lahko tudi zapusti, zahteva redne prekinitve igre (odmore, zamenjave), kot tudi drugi člani ekipe, lahko daje navodila igralcem na igrišču. Trener lahko daje navodila tudi stoje ali v hoji v prosti coni pred svojo klopjo

za rezervne igralce do prostora za ogrevanje. Pri tem ne sme motiti ali zavlačevati igre (Zadražnik in Seifried, 1999).

2.3.4 Potek igre

Na igrišču mora imeti vsaka ekipa po šest igralcev, ki morejo krožiti v pravilnem vrstnem redu; morebitna napaka pri postavitvi igralcev je kaznovana z odvzemom žoge in nasprotnikovo osvojitvijo točke. Posebnost pri odbojki je »libero«. To je obrambni igralec, ki nosi dres drugačne barve in, ki igra le v obrambni postavitvi, pri tem pa zamenja slabše obrambne igralce. Zelo pomemben je začetni servis, ki se izvaja za servisno črto in ga izvede desni igralec zadnje vrste. Napadalni udarec predstavlja v odbojki vse akcije z namenom poslati žogo proti nasprotniku, razen servisa in bloka. Napadalni udarec mora biti izveden pravilno in z namenom osvojiti točko, zato je eden izmed najpomembnejših tehničnih elementov odbojke. Napadalni udarec je zaključen v trenutku, ko žoga popolnoma prečka vertikalno ravnino mreže oziroma se je dotakne nasprotni igralec (Zadražnik in Seifried, 1999).

Prav tako je zelo pomemben tudi blok. Zadražnik in Seifried (1999) sta zapisala, da je blokiranje akcija igralcev v bližini mreže, z namenom da bi prestregli žogo, ki prihaja od nasprotnika, in pri tem sežejo nad višino zgornjega roba mreže. Blok je dovoljeno zaključiti le igralcem prednje vrste. Poznamo poskusni blok (akcija blokiranja brez dotika žoge), zaključen blok (ko se igralec v bloku dotakne žoge) in kolektivni blok (izvajata ga dva ali trije igralci drug ob drugem, in je zaključen kadar se eden izmed njih dotakne žoge). Med blokiranje sme igralec seči z dlanmi ali rokami preko mreže, pod pogojem, da s tem ne ovira nasprotnikove igre. Tako se ni dovoljeno dotakniti žoge onstran mreže, dokler nasprotni igralec ne izvede napadalnega udarca. Blokiranje nasprotnikovega servisa ni dovoljeno.

2.4 Osnovna pravila odbojke sede

2.4.1 Igrišče in oprema

Igrišče za odbojko sede je veliko deset metrov krat šest metrov. Igralno površino obkroža prosta cona, ki je na vseh straneh igrišča široka minimalno tri metre. Pravila WOVD določajo, da mora prosta cona meriti minimalno štiri metre od stranskih črt in minimalno šest metrov od zadnje-servisne črte. Igralni prostor nad igriščem mora meriti v višino (od igralne) najmanj sedem metrov. Igralna površina mora biti ravna, horizontalna in pravilno označena. Ne sme predstavljati kakršne koli nevarnosti igralcem. Prav zaradi tega je prepovedano igrati na grobih in spolzkih površinah. Pravila WOVD določajo, da se lahko igra le na lesenih in sintetičnih površinah. Površina mora biti svetlih barv. Vse črte na igrišču morajo biti prav tako svetlih barv in se morajo ločiti od barve igralne površine. Široke morajo biti pet centimetrov. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012).

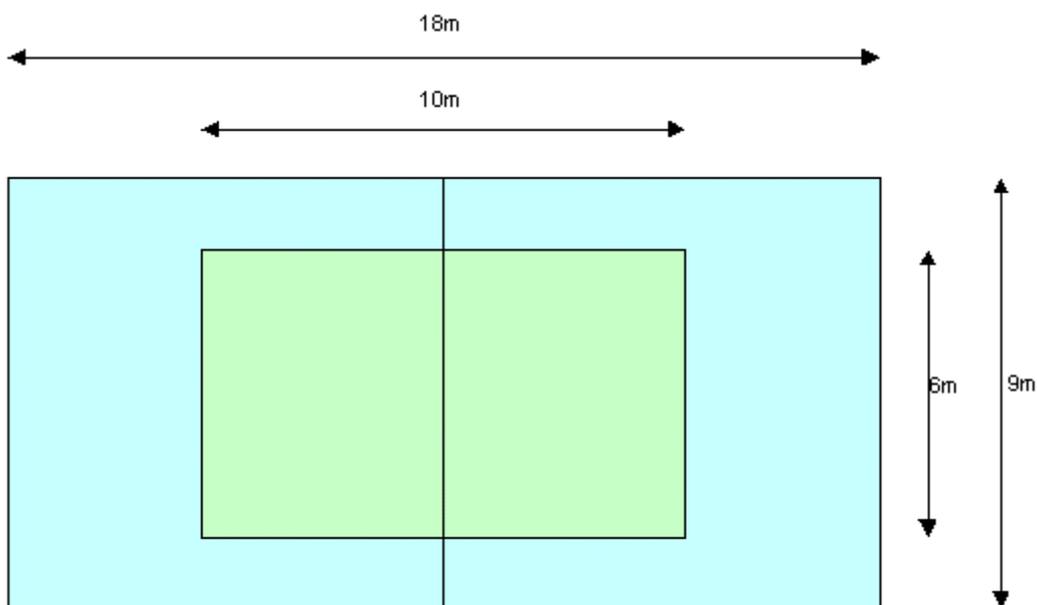
Na igrišču ločimo mejne črte, med katere spadajo dve stranski črti in dve končni-servisni črti. Centralna črta deli igrišče na dva enako velika dela, ki merita šest metrov krat pet metrov. Ta črta poteka direktno pod mrežo in poteka od ene stranske črte do druge. Poleg teh dveh črt je na igrišču tudi napadalna črta, ki poteka vzporedno na centralno črto in je od nje oddaljena dva metra. Napadalna črta loči polje na sprednjo-napadalno cono in na zadnjo-obrambno cono. Za zadnjo-servisno črto je servisna cona, ki je dolga šest metrov. Cona za ogrevanje je po standardih WOVD velika tri metre krat tri metre, kazenska cona pa en meter krat en meter. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012).

Mreža je postavljena direktno nad centralno črto. Višina mreže je točno določena in sicer, za moške je 1,15 metra, za ženske pa 1,05 metra. Višina mreže mora biti enaka po vsej dolžini mreže oziroma lahko odstopa za največ dva centimetra. Mreža je široka 0,8 metra in dolga od 6,50 do sedem metrov. Na vrhu mreže je horizontalni trak, ki je debel sedem centimetrov, na dnu pa je trak debel pet centimetrov. Vertikalno nad stranskimi črtami poteka stranski trak, v katerem sta na obeh straneh

pritrjeni anteni, ki merita v višino 1,80 metra, debeli pa sta deset milimetrov. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012).

Žoga mora biti iz fleksibilnega oziroma sintetičnega usnja, znotraj pa naj bi bila iz gume. Žoga naj bi bila svetlih barv, WOVD določa, da morajo biti vse žoge enake (pravilo treh žog). Obseg žoge je od petinšestdeset mm do sedeminšestdeset mm, teža je od dvesto šestdeset gramov do dvesto osemdeset gramov, pritisk v žogi pa od 0,30 kg/cm² do 0,325 kg/cm². Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

Slika 3: Primerjava odbojkarskega igrišča in igrišča za odbojko sede



FIVB Court Dimensions = 18m x 9m
IPC Sitting Volleyball Court Dimensions = 10m x 6m

(Harej, 2007)

2.4.2 Ekipa

V ekipi je lahko največ dvanajst igralcev znotraj katerih sta vključena tudi maksimalno dva igralca, ki sta klasificirana kot igralca z minimalno invalidnostjo. V ekipi je lahko še trener, pomočnik trenerja, fizioterapevt in zdravnik. V ekipi je prav tako lahko samo en kapetan (Libero ne more biti kapetan). Vsi ti igralci in vodstvo mora biti navedeno v zapisniku, drugače ne smejo igrati. Ekipa mora biti tudi enako

opremljena. Glavni sodnik lahko dovoli enemu ali več igralcem, da igrajo v dolgih hlačah, ki morajo biti enotne barve vseh tekmovalcev. Dresi so opremljeni s števkami od ena do osemnajst. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012).

2.4.3 Trener

Med igro trener vodi ekipo zunaj igralne površine. Trener določi začetno igralno postavo, njihove menjave in lahko vzame taktične prekinitve igre. Lahko sedi na klopi oziroma jo zapusti in daje navodila igralcem. Giba se lahko v prosti coni, ki je točno določena. Med tekmo trener sodeluje samo z drugim sodnikom. **V času odmora trener in pomočnik trenerja lahko stopita na igralno površino!** Pomočniku trenerja dajanje navodil ni dovoljeno. Lahko sedi na klopi in v primeru, da trener ne more več voditi ekipe (diskvalifikacija,...), lahko on, po dovoljenju glavnega sodnika, zamenja glavnega trenerja. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

2.4.4 Potek igre

Ekipa doseže točko, ko žoga pravilno pade na tla v nasprotnikovo polje, ko nasprotnik stori napako, oziroma če nasprotnika doleti kakršna koli kazen. Set osvoji tista ekipa, ki prva doseže petindvajseto točko, z minimalnim vodstvom dveh točk. V primeru, da je rezultat štiriindvajset proti štiriindvajset, se igra tako dolgo dokler se ne doseže prednosti dveh točk. Tekmo zmaga ekipa, ki osvoji tri sete. V primeru, da sta ekipi izenačeni po štirih setih (dva proti dva), se odigra zadnji odločilni set, ki se zaključi pri petnajsti točki. Pred začetkom igre glavni sodnik izvede žreb (med kapetanoma obeh ekip), kateri določi, kdo bo imel začetni servis, oziroma katero polje bo izbrala ena izmed obeh ekip. Čas za ogrevanje je deset minut, razen v primeru, če se kateri od trenerjev odloči, da želi imeti ločeno ogrevanje; potem traja ogrevanje za vsako ekipo po pet minut. V vsakem polju mora biti šest tekmovalcev. Koliko igralcev z invalidnostjo oziroma brez invalidnosti lahko igra je odvisno od stopnje tekmovanja. Na Paraolimpijskih igrah in Svetovnih prvenstvih velja, da lahko sodelujeta dva igralca z minimalno invalidnostjo (en istočasno v igri). Spet za druga tekmovanja so pravila glede tega drugačna. Začetno postavitve igralcev določa

trener, ki jo vpiše na list in ga nato odda drugemu sodniku oziroma zapisnikarju. Če je začetna postavitev drugačna kot na listu, se morajo igralci razvrstiti tako, kot je napisano na listu za začetno postavo. V trenutku, ko server odbije žogo morajo biti vsi tekmovalci na svojih pozicijah, če ne, sodnik dosodi napako ekipi. Pozicijsko zaporedje je določeno z ekipno začetno postavo in se ga kontrolira s pravilnim zaporedjem serviranja. Igralci rotirajo v smeri urinega kazalca. Pozicijska napaka je storjena takrat, ko ne servira pravi igralec. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

Vsaka ekipa mora igrati znotraj svojega igralnega polja. Žoga je lahko odbita tudi za prosto cono. Ekipa lahko izvede največ tri odboje, da lahko vrne žogo v nasprotnikovo igrišče. V primeru četrtega odboja naredi ekipa napako štirih odbojev. Igralec ne sme dvakrat zaporedoma odbiti žoge (izjema je samo igranje v bloku), v nasprotnem primeru sodnik dosodi dvojno napako. Znotraj igralne površine igralcem ni dovoljeno vzeti kakršne koli pomoči od soigralca oziroma kakšnega drugega predmeta, da bi ta lažje dosegel žogo. Soigralec ga lahko zadrži le v primeru, da mu prepreči morebitni dotik mreže ali prestop centralne črte. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

Žoga se lahko dotakne katerega koli dela telesa. Žoga ne sme biti ujeta ali vržena, lahko pa se odbija v vse smeri. Odboj mora biti izveden tako, da se žoga simultano odbije in se ne popelje ali zadrži, izjema je le sprejem servisa, kjer je to dovoljeno. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

Pri sedeči odbojki se igralci gibajo v sedečem položaju. Pravilo o gibanju v polju pravi, da se je prepovedano vstati, dvigniti telo od podlage ali hoditi. Igralci morajo biti ves čas, med igralno akcijo, v stiku s podlago s katerim koli delom telesa, ki sega od zadnjice do ramen. Kratka izguba stika s podlago je dovoljena le pri servisu, bloku in napadalnim udarcem; torej če je žoga popolnoma nad višino mreže. Ob kontaktu z žogo mora biti igralec z zadnjico v konaktu s tlemi, v nasprotnem primeru se to šteje kot napaka. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

Blokiranje oziroma kontakt z žogo na strani nasprotnika preko mreže je dovoljen le, če je nasprotna ekipa opravila vse tri udarce. Dovoljeno je, da lahko stopalo oz. noga

sega čez centralno črto, v primeru, da nasprotnika ne oviraš pri njegovi igri. Tudi roka lahko sega čez centralno črto, če se del roke dotika črte oziroma je direktno nad črto. S katerim koli drugim delom telesa ni dovoljeno posegati v nasprotnikovo polje razen, ko žoga ni več v igri. Tudi mreže se igralci dotaknejo takrat, ko žoga ni več v igri, med igro je dotik mreže napaka. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

Servis je začetni udarec, s katerim žogo pošljemo v igro. Začetni servis določi žreb, ki se izvede na začetku prvega niza in na začetku petega odločilnega niza. Pri začetnem udarcu naj bi bila žoga udarjena z eno roko oziroma delom roke, po tem ko je bila predhodno vržena. Samo eden met in eden spust sta dovoljena. Pri servisu (Slika 4) se zadnjični del ne sme dotikati servisne črte oziroma se ne sme dotikati igrišča zunaj servisne cone. Okončine se lahko dotikajo igrišča zunaj servisne cone (lahko segajo v igralno cono). Za izvedbo servisa je dovoljenih osem sekund. Po izvedenem servisu se server giba v igralno cono. Če se server pri servisu dvigne od tal, servis ni pravilno izveden. Servisa ni dovoljeno ponavljati (nepravilen izmet žoge), server ima na voljo le en poskus. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

Slika 4: Servis pri odbojki sede



(Goltnik Urnaut, 2007)

Napadalni udarec se zaključi v trenutku ko žoga prečka mrežo oziroma jo sprejme nasprotni igralec. Igralci sprednje napadalne linije lahko udarijo žogo na kateri koli

višini v svojem igralnem prostoru. Igralci zadnje obrambne linije pa morajo paziti na napadalno črto, ki se je ne smejo niti dotakniti niti prečiti s sednim delom telesa. Po izvedenem napadalnem udarcu pa se lahko prosto gibajo v sprednji liniji. V sprednji liniji lahko žogo udarijo le v primeru, če je žoga nižja od višine mreže. Vsa ta pravila veljajo tudi za »Libera«. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

Blok je akcija igralcev blizu mreže. Namen bloka je prestreči žogo nasprotnika tako, da igralci sežejo z rokami (dlanmi) čez zgornji rob mreže. Blok lahko izvedejo le igralci prednje, napadalne linije. Libero ne sme blokirati žoge. Če se igralec pri izvajanju bloka žoge ne dotakne, pravimo temu poskus bloka. Dokončani blok pa je takrat ko se igralec v bloku žoge dotakne. Med vrste bloka štejemo tudi kolektivni blok, kateri je izveden z dvema ali največ tremi igralci, ki stojijo tesno skupaj. Kolektivni blok se zaključí, ko se eden od igralcev dotakne žoge. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

Slika 5: Blok pri odbojki sede



(Goltnik Urnaut, 2007)

Pri blokiranju (Slika 5) lahko igralci sežejo z rokami čez mrežo (v nasprotnikovo polje), vendar pri temu ne smejo ovirati igre nasprotnih igralcev. Dokler nasprotnik ne izvede napadalnega udarca, je žogo prepovedano blokirati. Kontakt žoge v bloku se ne smatra kot ekipni udarec, zato ima ekipa po bloku ponovno na voljo tri udarce, da vrne žogo nazaj v nasprotnikovo igrišče. Prvi udarec žoge po bloku lahko izvede katerikoli igralec, vključno s tistim, ki se je žoge dotaknil v bloku. **Blokiranje**

nasprotnikovega servisa je dovoljeno! Pri blokiranju morajo igralci sedeti, sedni del mora biti ves čas v stiku s podlago, v nasprotnem primeru se blok šteje kot napaka. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

V obrambni coni morajo igralci ohraniti sedeči položaj. Izjema je položaj, ko z odklonom v stran rešujejo žogo. V tem primeru ne sedijo več in gre za težko reševanje žoge s stranskim odklonom. Žoga se v tem primeru lahko takoj vrne v nasprotnikovo polje. Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012)

2.5 Glavne razlike med odbojko sede in odbojko

Glavne razlike med odbojko sede in odbojko so podane v tabeli 1:

Tabela 1: Razlike med odbojko sede in odbojko

	ODBOJKA SEDE	ODBOJKA
<i>Dolžina igrišča</i>	10 m	18 m
<i>Širina igrišča</i>	6 m	9 m
<i>Črta napada v igrišču</i>	2 m	3 m
<i>Dolžina mreže</i>	6,5 m	9,5 m
<i>Širina mreže</i>	0,8 m	1 m
<i>Višina mreže- ženske</i>	1,15 m	2,43 m
<i>Višina mreže- moški</i>	1,05 m	2,24 m
<i>Višina nosilcev</i>	1,23 m	2,55 m
<i>oddaljenost nosilcev od igralne površine</i>	VSAJ 0,5 m	0,5 - 1 m
<i>Dolžina anten</i>	1,8 m	1,8 m
<i>Število igralcev</i>	6	6
<i>Prabila</i>	FIVB	WOVD + FIVB

Največji tehnični problem izvajanja odbojcarskih prvin, ter hkrati tudi največjo razliko med odbojko sede in odbojko, predstavlja dvojna funkcija rok pri odbojki sede (gibanje in premikanje)!

2.6 Klasifikacija športnikov glede na stopnjo invalidnosti v odbojki sede

Turk (1999) je v diplomskem delu ugotovila, da so za tekmovanje v odbojki sede primerni športniki z minimalno invalidnostjo in neinvalidi.. Vsak invalidni športnik mora imeti svojo osebno klasifikacijsko karto, ki jo dobi pred tekmovanjem. To karto podpiše zdravnik – klasifikator. Izda se lahko stalen ali začasen klasifikacijski list.

2.6.1 Amputacije

Vute (2009) je napisal, da so amputiranci tisti posamezniki, ki jim manjka najmanj eden večji sklep na okončinah (amputacija lahko poteka tudi skozi sklep in na teh sklepih ni funkcionalnega gibanja). Amputacije so prirojene ali pridobljene. Prirojene amputacije se pojavijo kot rezultat okvare na zarodku med prvim in tretjim mesecem nosečnosti. Pridobljene amputacije pa so lahko rezultat bolezni ali nesreče. Amputiranci so daleč najbolj številčno zastopani v sedeči odbojki. Prav zaradi tega morajo biti učitelji in trenerji pri amputirancih pozorni na naslednje posebnosti:

- manjkajoči ud lahko povzroči nepravilno obliko telesa
- pozornost na oskrbo kože okoli amputacijskega predela
- center za ravnotežje je lahko poškodovan, kar vpliva na ravnotežje posameznika
- problem termoregulacije zaradi zmanjšane telesne površine (telo se lahko pregreje v posebno vročem okolju)

2.6.1.1 Minimalne poškodbe zgornjih okončin

- amputacije prvih dveh prstov na obeh dlaneh,
- amputacija sedmih ali več prstov na obeh dlaneh,
- amputacija dlani ene roke med metakarpo-falangialnim sklepom in zapestjem (Turk, 1999).

2.6.1.2 Minimalne poškodbe spodnjih okončin

- amputacija v linsfrankovem sklepu na eni nogi (linsfrankov sklep je med kostmi narta in stopalnicami),
- amputacija v šopadrovem sklepu (šopadrov sklep tvorijo petnica, talus, kobuid in čolniček) (Turk, 1999).

2.6.2 Cerebralna paraliza

Je motnja gibanja, ki se pojavi v zgodnjem obdobju življenja. Povzroči jo okvara (napaka v razvoju) v majhnem delu možganov, ki nadzira gibanje in pozicijo telesa v prostoru. Poškodba določenega dela možganov vpliva na upravljanje, kontrolo in koordinacijo mišičnega tonusa, refleksov, gibanja in pozicije telesa. Nekateri ljudje so malo telesno ovirani in je gibalna oviranost skoraj nezaznavna, medtem ko imajo lahko drugi ljudje s cerebralno paralizo gibanje zelo ovirano (Vute, 2009).

2.6.2.1 Minimalne poškodbe

- minimalni diplegik (poškodba obeh spodnjih okončin, lahko tudi ostale) s spastično oceno ena do dve,
- minimalni hemiplegik (poškodovana je ena polovica telesa) s spastično oceno ena do dve,
- monoplegik (poškodovan en ud),
- minimalna prizadetost malih možganov (nepopolna koordinacija) (Turk, 1999).

2.6.3 Posebni primeri

Športniki s stalno poškodbo, ki so primerni za tekmovanja:

- displaija kolka (manjša razvitost kolka) ali luksacija kolka (glavica kolka je izven sklepa),
- športniki z umetnimi koleni ali kolki,
- zelo močne motnje v prekrvavitvi spodnjih udov,
- psevdoartroza (dodaten sklep na kosteh) na spodnjih okončinah,
- poškodovane križne kolenske vezi,
- luksacija ramena.

Te vrste poškodb ugotavljamo s pomočjo rentgenske slike (Turk, 1999).

2.7 *Pomen športa za športnike invalide*

2.7.1 Šport - zelo pomemben dejavnik za športnike invalide

Prvotni namen športov za športnike invalide je rehabilitacija, katera ima različne pomene pri različnih športih in kjer se športniki srečujejo tako s pozitivnimi kot tudi z negativnimi posledicami treninga. V vrhunskem športu že dolgo ni več samo športnikov z dobro oblikovano atletske postavo, pa čeprav je sinonim za vrhunski šport fizična moč, vzdržljivost in estetika. Vrhunski šport vključuje tudi atlete z različnimi fizičnimi, mentalnimi in senzornimi odtegnitvami. Šport invalidov je šport, ki je posebno zasnovan in prilagojen za ljudi z različnimi invalidnostmi (Vute, 2009).

Vute (1988) je napisal, da ko govorimo o invalidnih športnikih, se pogosto dogaja, da jih bolj kot na osnovi njihovega znanja, vrlin in sposobnosti, ocenjujemo po posplošenem stereotipu, da so manj sposobni. Že v sistemu vzgoje in izobraževanja opazamo, da se razen v specializiranih ustanovah, športni pedagogi (zaradi

nepripravljenosti za tovrstno delo) zelo redko odločajo za aktivno vključevanje telesno prizadetih v npr. ure športne vzgoje. Tudi kasneje se pri invalidnih športnikih tekmovalcih srečujemo s sanitetiziranim – »v vato zavitim« načinom ravnanja. Prav bi bilo, da ga zamenjamo z možnostjo doživljanja tako uspeha kot tudi neuspeha. Sprejemanje športnih dosežkov telesno oviranega je tudi zelo otežkočeno, če v njem vidimo predvsem trpljenje, bolečino, težave, ga pomilujemo in je za nas brezupen primer, žrtev nesreč itd. Na ta način telesno oviranega še bolj potiskamo v podrejeni položaj in dogaja se, da namesto objektivne in kritične analize njegovega športnega dosežka, le-te precenjujemo, jih imamo za občudovanja vredne, izjemne, kar pa je le posledica kontrasta pričakovanj. Tudi športni rezultat, dosežek telesno oviranega, mora zadostiti objektivnim merilom, kjer ne bo poudarjena v tolikšni meri oviranost, temveč njegova sposobnost.

V športni aktivnosti lahko istočasno zadovoljimo potrebo po dominaciji, enakosti, sodelovanju, pripadanju. Športna aktivnost tudi omogoča, da se zmanjšajo stanja napetosti različnih vrst. Telesno ovirani lahko skozi športne dosežke, rezultate, doseže visoko stopnjo socialne uspešnosti in sprejemanja ne samo v športni temveč tudi v širši družbeni sredini. Kljub temu da tekmovalni, vrhunski šport dobiva na veljavi, so pomisleki, ki tako obliko udejstvovanja telesno oviranih ocenjujejo kot nevarno posnemanje vrhunškega športa »zdravih«, kjer vlada oster boj in neizprosna selekcija. Spoznanje, ki velja v športu nasploh, da zelo malo tistih, ki se ukvarjajo s športnimi aktivnostmi, dosežejo stopnjo vrhunškega tekmovalca, se odraža počasi tudi v načinu mišljenja o invalidnih športnikih – tekmovalcih. Dobri tekmovalci nam kažejo, da invalidnost ni opravičilo, temveč razlog za poskusiti še bolj zavzeto. Težnje po tekmovalnih, doseganju vrhunskih rezultatov na njih, moramo upoštevati tudi pri telesno oviranih, saj v svojih željah, izbiri, idealih, težnjah po uveljavitvi, uspešnosti, priznanjih, niso prav nič drugačni od drugih – neinvalidov (Vute, 1988).

2.7.2 Pomen odbojke sede za športnike invalide

Odbojka je svetovno znana igra, ki so jo spremenili in prilagodili nivoju, ki omogoča igranje odbojke tudi invalidnim ljudem. Velike igre kot so nogomet, košarka in

odbojka so zelo popularne in dominantne v svetu. Veliko mladih ljudi se hoče udeležiti v teh športih in se poistovetiti z najboljšimi igralci. Kako dolgo bodo igralci uspešni ni odvisno samo od njihovih sposobnosti ampak od načinov prilagoditve odbojkarske igre na njihove sposobnosti. Učitelji in trenerji odbojke se bi morali izoblikovati programe za potrebe vsakega individualnega igralca in pri tem izbirati aktivnosti, katere ustrezajo njegovemu igralnemu nivoju. Današnji izziv učiteljev in trenerjev je vključevanje mladih ljudi z invalidnostjo v zanimive programe, v šole in klube. Tako odbojka sede kot tudi odbojka stoje predstavljata možnost, ki izpolnjuje vse kriterije za uspešno vključevanje v šport. V današnjem času je športna aktivnost široko poznana kot življenjska potreba za vse. Vzpodbujanje invalidnih ljudi, da poskusijo nove aktivnosti, kot je odbojka sede, je lahko zanimiv način motiviranja za šport. Odbojka sede vpliva na razvoj točno določenih sposobnosti, povečuje razvoj in kontrolo velikih, ter finih mišic, dovoljuje igralcem pridobivanje mentalne pozornosti, vzpodbuja socialno zavedanje in potrebo po fair play-u. Odbojka sede zahteva gibanje na tleh z uporabo rok in hitrimi reakcijami zavzemanja položaja za učinkovito igranje. To zahteva zadostno treniranje osnovne tehnike, ogromno igre in razvoja očesne in telesne koordinacije. Za dobro igranje odbojke sede na osnovni ravni morajo biti dobro razvite osnovne gibalne sposobnosti (Vute, 2009).

Vute (1988) je v svoji raziskavi ugotovil, da je pri igralcih, ki jih je anketiral na Evropskem odprtem prvenstvu v Sarajevu leta 1987, močno poudarjena težnja po doseganju uspeha, tako da le-ta predstavlja vodilno spodbudo za udeleževanje v športu. Tudi na tekmovanjih invalidov postaja vse pomembnejša le zmaga, naslov prvaka. Skrb za psihofizično ravnotežje je prav tako pomembna spodbuda za športno aktivnost. Poudarjanje pomena uspešnosti se odraža tudi v odkritem pričakovanju določenih privilegijev, ki jih športna dejavnost omogoča. Vidno mesto v razlogih za športno aktivnost zavzema tudi spontano doživljanje in uživanje v športu, v čemer je vendarle skrito bistvo športnega udeleževanja, prisotno pa je tudi pri telesno prizadetih. Kaže, da sodelovanje v ekipnih igrah, med katere spada tudi odbojka sede, zahteva prilagajanje posameznika skupini, istočasno pa predstavlja spodbudo za aktivnost samo. Športna dejavnost zapolnjuje prosti čas, da postaja tudi del življenjskega sloga posameznika, pa tudi, da je to možnost izogniti se dolgčas.

2.8 Trener – pomemben člen v tekmovalnem športu

2.8.1 Vloga trenerja pri odbojki

- trener je tisti, ki načrtuje, organizira in vodi trenažni proces,
- dobro mora poznati razvoj gibalnih sposobnosti, zakonitosti telesnega razvoja mladih igralcev ter psihične značilnosti v različnem starostnem obdobju,
- poznati mora zakonitosti gibalnega (motoričnega) učenja, metodiko tehnike in taktike odbojarske igre, dobro mora poznati strukturo odbojarske igre. To znanje mora znati uspešno prenesti v trening in igro ter z njim seznanjati igralce,
- mora načrtovati trening tako, da bodo igralci pridobili vse osnove, ki jim bodo omogočile bodoči razvoj (ne samo v odbojarskem smislu),
- imeti mora visoke pedagoške in moralne sposobnosti. Vzgajati mora pozitivne osebnosti, jim privzgajati prave vrednote, pomagati mladim v težavah, jih poslušati in podpirati v vadbi, krepiti njihovo samozavest in omogočiti potrjevanje v igri. Vsakemu mora znati poiskati mesto in vlogo v igri. Igralce mora užiti razmišljati na igrišču in izven njega. Igralcem mora biti vzor (v odnosu do njih, sodnikov, nasprotnika, gledalcev,...). Znati mora ustvariti pozitivno atmosfero na treningu in tekmi, vzpodbujati medsebojno spoštovanje in fair play,
- poznati mora primerne obremenitve igralcev (količina, intenzivnost,...), s čimer se izogne zasičenosti, poškodbam in pretreniranosti,
- trener se mora stalno izobraževati (šolanje, seminarji,...). Zavedati se mora, da nikoli ne zna vsega. Stalno učenje, sledenje novostim in reševanje »nerešljivih« problemov so vodila trenerjevega vsestranskega razvoja. Mora biti tudi radoveden (iskanje literature, nasvetov ostalih trenerjev, znati mora poslušati,...) Veliko se lahko nauči tudi od igralcev (dobro opazovanje, povratne informacije, pogovori...),
- trener mora biti dober demonstrator,
- trener mora biti ustvarjalen.

2.8.2 Vloga trenerja pri odbojki sede

Tako kot pri odbojki ima tudi pri odbojki sede trener zelo pomembno vlogo. Poleg tega, da mora zelo dobro poznati vsa pravila odbojke sede, mora tudi zelo dobro poznati posameznikovo invalidnost, da se lahko spopada z vsemi težavami, ki jih leta prinaša. Moramo se namreč zavedati, da odbojka sede predstavlja zelo dobro rehabilitacijsko sredstvo. Vsi posamezniki z določeno invalidnostjo so pri odbojki sede deležni odlične rehabilitacije. Trener igra, poleg zdravnikov in fizioterapevtov, zelo pomembno vlogo na poti k boljši gibljivosti in hkrati s tem tudi k osebnemu zadovoljstvu posameznika.

Vute (2005) je v svoji raziskavi, ki jo je naredil na dvaintridesetih trenerjih državnih ekip v odbojki sede (podatki so bili pridobljeni na Evropskem prvenstvu v odbojki sede za moške in ženske, ter na Svetovnem prvenstvu za moške 2003) poskušal odgovoriti na določena vprašanja, ki so se navezovala na vlogo trenerja pri odbojki sede. Ugotovil je, da moški trenerji v odbojki sede dominirajo ženske (15,6 % žensk, 84,4 % moških). Večina trenerjev spada v starostno skupino med šestindvajset in petintrideset let, ter med šestintrideset in petinštirideset let (62,5 % vseh trenerjev). V vrhunskem športu predstavlja dobrega trenerja predvsem dober rezultat ne ozirajoč na njegovo starost. V odbojki sede so trenerji večinoma prostovoljci, ki vodijo državne ekipe na mednarodnih in svetovnih tekmovanjih. Trenerji odbojke sede so predvsem učitelji športne vzgoje, ki so nadgradili znanje odbojke ter se specializirali za področje, ki zavzema invalidne ljudi.

Trenerji so opisali, da so glavne lastnosti, ki so pomembne za treniranje invalidnih športnikov, predvsem motivacija, odgovornost, ter samozavest. Trenerji odbojke sede opravljajo zelo dobro delo s tem, ko postavljajo v ospredje invalidne ljudi in jih obravnavajo sebi enake. Določeni ljudje se lahko ukvarjajo z odbojko sede samo zaradi trenerjev, ki so pripravljeni volontersko pomagati in sodelovati, kljub temu, da nimajo izkušenj v vodenju ekipe v odbojki sede. Prav zaradi tega je ta raziskava poskušala še dodatno opogumiti vse tiste, ki bi se želeli ukvarjati z odbojko sede, da bi pridobili potrebna znanja, ki bi pripomogla k še boljšemu trenerskemu vodenju ekipe v odbojki sede (Vute, 2005).

Odbojka sede je tip športa, ki je označen z ekipnim delom in globoko povezanostjo med tekmovalcem in trenerjem. Sodelovanje obstaja v vseh pogledih življenja in je glavni del vsakega uspeha. Razvoj ekipne povezanosti je ena izmed najbolj težavnih nalog s katero se sooča trener. Preden lahko pride do prave ekipne povezanosti morajo obstajati naslednji pogoji: igralci in trener morajo upoštevati vrednote vsakega posameznika v ekipi, vsak član ekipe mora biti željan komunicirati z ostalimi in jih razumeti, kakor tudi pomagati ostalim razumeti sebe; razumeti prisotnost novega občutka, da je vsak igralec član ekipe in da so njegovi občutki prepoznavni. V ekipni filozofiji mora biti splošno prepričanje, da je vsak igralec obravnavan pošteno kolikor se le da in, da ima priložnost prikazati in razvijati svoj talent do maksimuma. Tudi fizično ovirani ljudje se hočejo v športu dokazovati, imajo veliko željo po dobrih dosežkih, hkrati pa hočejo imeti tudi veliko pozornosti. In prav tukaj igra pomembno vlogo trener (Vute, 2005).

2.8.3 Glavne razlike med vlogo trenerja pri odbojki in vlogo trenerja pri odbojki sede

Odbojka je veliko starejša športna zvrst, kot odbojka sede, zato je tudi trenerstvo odbojke sede šele v razvoju. V odbojki se je trenerstvo povzpelo na profesionalno raven. To pomeni, da so trenerji odbojke zelo cenjeni in spoštovani v svetu, kakor tudi pri nas v Sloveniji. Če hočeš postati trener odbojke moraš opraviti določene izpite, ter si prisvojiti licence, ki jih moreš potem vsako leto na novo potrjevati, ter s tem tudi ohranjati pridobljeno znanje. Trenerstvo odbojke sede pa je po svetu že nekoliko bolj cenjeno, medtem ko pri nas v Sloveniji trenerji delajo na prostovoljni ravni.

Poleg tega je za odbojko na voljo veliko literature, ki je dostopna vsem trenerjem in skozi katero lahko izpopolnjujejo svojo trenersko vlogo, medtem ko za odbojko sede še ni tako dobro poskrbljeno. Poleg osnovne literature, ki jo je prispeval g. Rajko Vute (začetnik odbojke sede pri nas v Sloveniji) in nekaj tujih knjižnih izdaj, literature za odbojko sede ni. Poleg tega tudi ni omogočenega trenerskega usposabljanja za trenerje odbojke sede. V bistvu so trenerji samouki, ki znanje pridobivajo iz svojih

lastnih izkušenj, ter iz literature, ki se nanaša na odbojko, ter nato vaje prilagodijo svojim treningom.

Glavna razlika med trenerskima vlogama se kaže predvsem pri vodenju igralcev različnega statusa; invalidi in neinvalidi. Trenerji odbojke sede se srečujejo s problemi, ki jih prinaša invalidnost igralcev, medtem, ko se trenerji odbojke s tem ne srečujejo. Poleg tega je odbojka sede zelo dobro rehabilitacijsko sredstvo za športnike invalide, kar se morajo zavedati tudi trenerji. Trenerji odbojke sede imajo tako drugačne primarne obveznosti do ekipe, kot jo imajo trenerji odbojke.

3 CILJI RAZISKAVE

Cilji raziskovalnega dela so:

- predstaviti odbojko sede in odbojko, ter razlike med njima
- predstaviti vlogo trenerja pri odbojki sede in pri odbojki, ter predstaviti razlike med njima
- predstaviti odbojko sede kot zelo zanimiv in atraktiven šport
- seznaniti strokovno javnost o pomembnosti odbojke sede, kot o rehabilitacijskem sredstvu, za športnike invalide
- predstaviti problem pomanjkanja literature za trenerje odbojke sede in nezmožnosti usposabljanja trenerskega kadra odbojke sede
- ugotoviti kakšno je poznavanje odbojke sede pri nas, v Sloveniji, ter to primerjati glede na starost, spol, izobrazbo in ukvarjanje s športom
- ugotoviti, kako Slovenci sprejemajo športnike invalide

4 DELOVNE HIPOTEZE

H1: Izobrazba vpliva na poznavanje odbojke sede. Ljudje z višjo izobrazbo bolje poznajo odbojko sede kot ljudje z nižjo izobrazbo

H2: Spol ne vpliva na poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko

H3: Starost vpliva na poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko

H4: Pogostost ukvarjanja s športom ne vpliva na poznavanje odbojke sede

H5: Ljudje na splošno ne poznajo odbojke sede, prav tako ne poznajo pravil odbojke sede

H6: Ljudje na splošno ne sprejemajo športnikov invalidov

H7: Ljudje si na splošno ne želijo poskusiti igrati odbojko sede

5 METODE DELA

5.1 Vzorec merjencev ali respondentov (vprašancev):

V raziskovalnem diplomskem delu sta svoje lastne izkušnje, preko intervjuja prispevala strokovnjaka, trenerja s področja odbojke in odbojke sede:

- bivši igralec odbojke sede, dolgoletni bivši trener Nizozemske ženske reprezentance v odbojki sede in sedanji trener Angleške reprezentance v odbojki sede, g. Jože Banfi. Je tudi trener mlajših selekcij odbojke.
- bivši odbojkerski trener in sedanji trener Slovenske ženske reprezentance v odbojki sede, g. Adi Urnaut

Štirideset naključno izbranih ljudi je sodelovalo v anketnem vprašalniku, s katerim smo ugotavljali kakšno je poznavanje odbojke sede med ljudmi v Sloveniji, glede na spol, izobrazbo, starost in ukvarjanje s športom.

5.2 Organizacija zbiranja podatkov:

V diplomskem delu smo podatke zbirali preko intervjuja in ankete.

Intervju smo g. Banfiju, zaradi bivanja na Nizozemskem, poslali po elektronski pošti. G. Urnauta pa smo intervjuvali osebno. Odgovori na vprašanja, ki smo jih pridobili iz intervjuja so še dodatno kvalitativno obogatili diplomsko delo. Intervju je zavzemal šestintrideset odprtih vprašanj. Oba intervjuja smo pridobili v roku dveh mesecev, ter ju nato tudi kvalitativno primerjali med sabo. Oba intervjuvanca sta, po predhodnem dogovoru preko telefona oziroma elektronske pošte, z veseljem sodelovala v diplomskem delu.

Z anketo pa smo pridobili podatke o poznavanju odbojke sede med ljudmi različnih starostnih skupin, različne izobrazbe in različne ozaveščenosti o športu nasploh, ter

seveda na koncu o odbojki sede. Anketni vprašalnik smo razdeljevali v javnosti v centru mesta Ljubljane, ter odgovore pridobili v enem tednu. Vse pridobljene podatke smo nato lahko med sabo primerjali in jih kvantitativno predstavili v diplomskem delu. Anketni vprašalnik je zavzemal dvanajst strukturiranih vprašanj.

5.3 Vzorec spremenljivk:

- Neodvisne spremenljivke: spol, starost, izobrazba, ukvarjanje s športom
- Odvisne spremenljivke: poznavanje odbojke sede, poznavanje odbojke, spremljanje reprezentančnih dosežkov v odbojki sede, poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko, možnost igranja odbojke sede, sprejemanje športnikov invalidov

5.4 Metode obdelave podatkov:

Vse podatke pridobljene preko intervjuja smo med sabo primerjali in jih kvalitativno obdelali, ter vse pomembnejše ugotovitve tudi zabeležili v diplomskem delu. Z intervjujem smo pridobili dodatno literaturo in odgovore na odprta vprašanja, ki zadevajo razlike med trenerskima vlogama pri odbojki in odbojki sede.

Podatke pridobljene preko anketnega vprašalnika, ki smo ga razdelili med štirideset naključno izbranih ljudi, pa smo kvantitativno obdelali v programu SPSS, kjer smo vse dobljene podatke osnovno statistično obdelali, za teste pa smo uporabili enofaktorsko analizo variance (na odvisne spremenljivke je vplival en faktor; starost, spol, izobrazba, ukvarjanje s športom). Hkrati pa smo z izdelavo kontingenčne tabele in izračunom χ^2 koeficienta lahko primerjali med sabo dve nominalni spremenljivki (spol in poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko).

6 EMPIRIČNI PODATKI Z RAZPRAVO

6.1 Analiza ankete

V anketi je sodelovalo štirideset naključno izbranih ljudi, med katerimi je bilo devetnajst moških in enaindvajset žensk. Anketiranci so bili različnih starostnih skupin in sicer eden anketiranec je bil star manj kot osemnajst let, petindvajset anketirancev je bilo starih med osemnajst in trideset let, pet anketirancev od trideset do petinštirideset let, šest anketirancev je bilo starih med petinštirideset in šestdeset let, ter trije anketiranci so bili starejši od šestdeset let.

Prav tako so imeli različne stopnje izobrazbe. Štirje anketiranci so imeli tretjo stopnjo izobrazbe, trije četrto stopnjo izobrazbe, največ anketirancev (triindvajset) je imelo peto stopnjo izobrazbe, med tem ko je višjo izobrazbo imelo deset anketirancev.

V anketnem vprašalniku nas je zanimala tudi pogostost ukvarjanja s športom. Sedem anketirancev se nikoli ni ukvarjalo s športom, osem anketirancev se je s športom ukvarjalo največ enkrat na teden, devet največ dvakrat na teden, ter sedem anketirancev največ trikrat na teden. Devet anketirancev se je s športom ukvarjalo več kot štirikrat na teden.

Z raziskavo smo odgovorili na vprašanja, ki smo si jih zastavili na začetku diplomskega dela. Torej nam je raziskava pomagala vse zastavljene hipotetične trditve sprejeti oziroma zavreči.

- ✓ Ugotovili smo, da v poznavanju razlik med odbojko sede in odbojko med spoloma ni statistično značilnih razlik. Kar pomeni, da razliko med odbojko sede in odbojko poznajo tako moški, kakor tudi ženske. To smo ugotovili s pomočjo kontingenčne tabele in izračunom χ^2 koeficienta. Rezultati pa so vidni preko grafa (graf1) in tabel (tabela 2 in tabela 3).

Tabela 2: Kontingenčna tabela - Poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko med spoloma

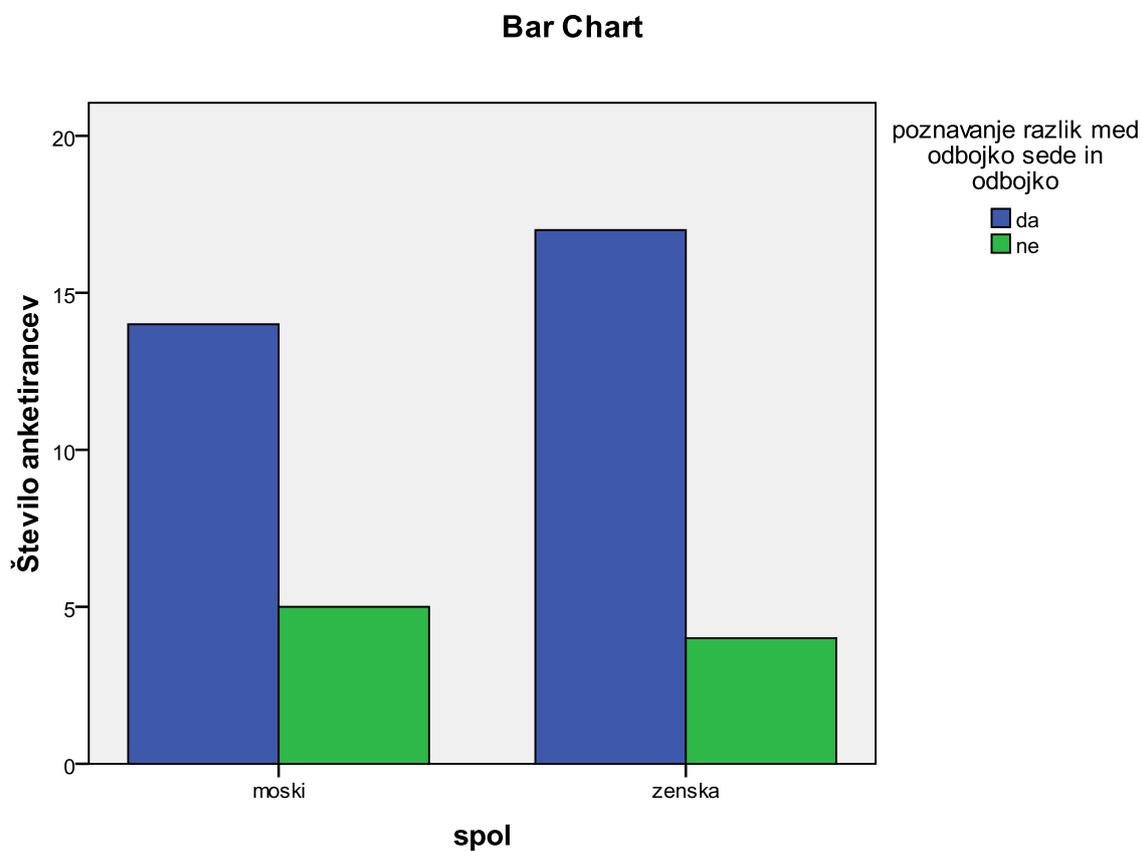
			poznavaanje razlik med sedečo odbojko in odbojko		SKUPAJ
			da	ne	
spol	moski	Število	14	5	19
		% znotraj spola	73,7%	26,3%	100,0%
		% znotraj poznavanja razlik med odbojko sede in odbojko	45,2%	55,6%	47,5%
	zenska	Število	17	4	21
		% znotraj spola	81,0%	19,0%	100,0%
		% znotraj poznavanja razlik med odbojko sede in odbojko	54,8%	44,4%	52,5%
Skupaj		Število	31	9	40
		% znotraj spola	77,5%	22,5%	100,0%
		% znotraj poznavanja razlik med odbojko sede in odbojko	100,0%	100,0%	100,0%

Tabela 3: Izračun χ^2 koeficienta

	Vrednost	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	,302 ^a	1	,583
Continuity Correction ^b	,029	1	,865
Likelihood Ratio	,302	1	,583
Linear-by-Linear Association	,295	1	,587
N of Valid Cases	40		

Legenda: Df - stopinja prostosti, Asymp. Sig (2-sided) pomembnost testa , Person Chi-Square – Personov korelacijski koeficient, Continuity Correction – popravek, Likelihood Ratio – verjetnostni izračun, Linear-by-Linear Association – lineatna združitev , N of Valid Cased – število veljavnih primerov

Iz grafa 1 je razvidno, da v poznavanju razlik med odbojko sede in odbojko med spoloma ni statistično značilnih razlik.



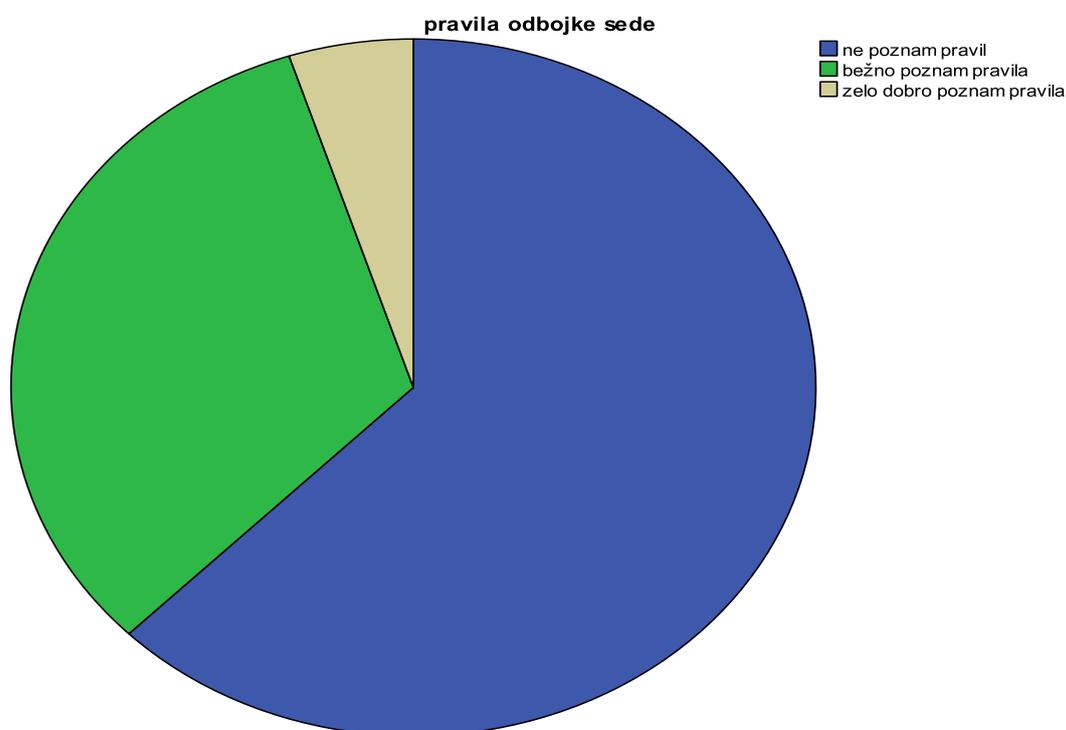
Graf 1: Poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko med spoloma

- ✓ Ko smo podatke posplošili, smo ugotovili, da ljudje na splošno odbojko sede bežno poznajo, medtem, ko pravila odbojke sede v večini ne poznajo. To je razvidno iz spodnjih tabel (tabeli 4 in 5) in grafov (grafa 2 in 3), ki smo jih osnovno statistično obdelali.

Tabela 4: Poznavanje pravil odbojke sede

Poznavanje pravil odbojke sede				
	Frekvenca	Procent	Vrednostni procent	Kumulativni procent
Vrednost ne poznam pravil	25	62,5	62,5	62,5
bežno poznam pravila	13	32,5	32,5	95,0
zelo dobro poznam pravila	2	5,0	5,0	100,0
SKUPAJ	40	100,0	100,0	

Iz naslednjega grafa 2 lahko ugotovimo, da več kot polovica anketirancev ne pozna pravil odbojki sede

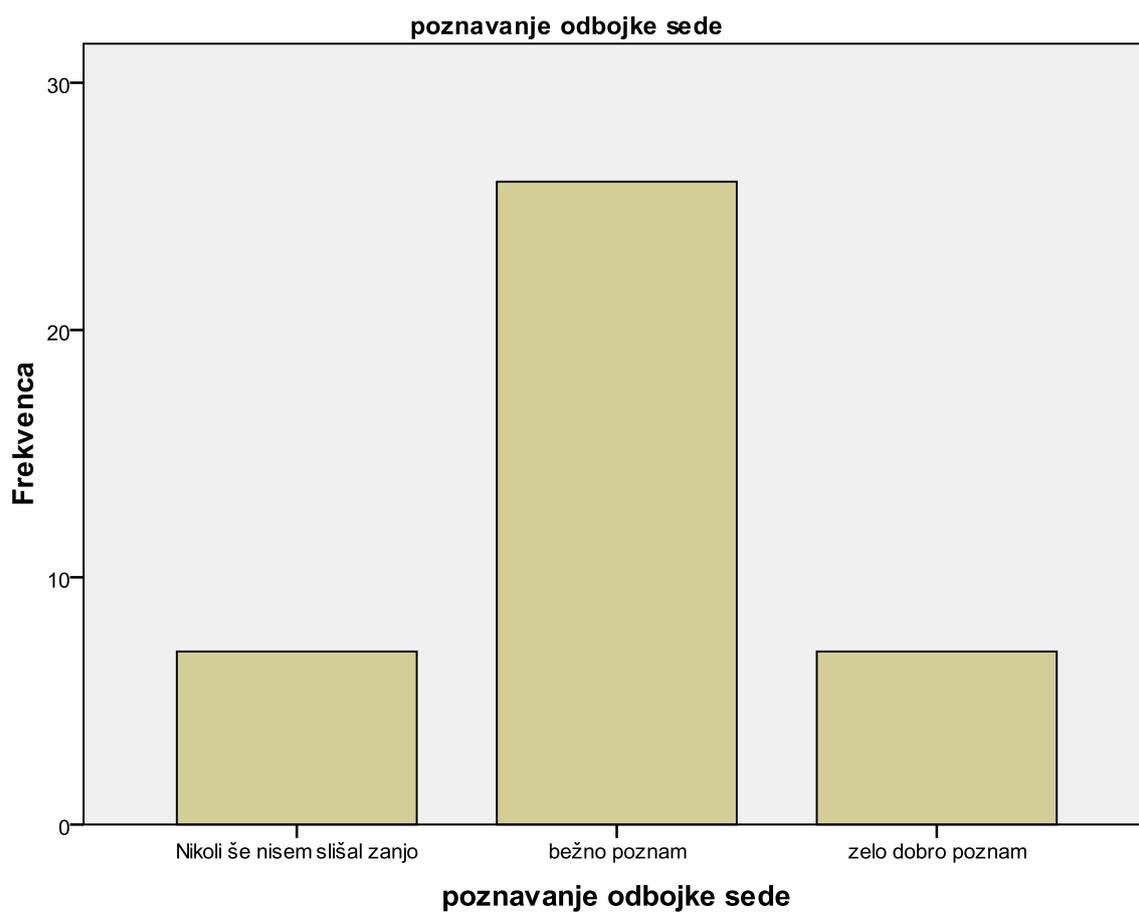


Graf 2: Poznavanje pravil odbojke sede

Tabela 5: Poznavanje odbojke sede nasploh

poznavaanje odbojke sede				
	Frekvenca	Procent	Vrednostni Procent	Kumulativni procent
Vredno Nikoli še nisem slišal zanjo	7	17,5	17,5	17,5
st bežno poznam	26	65,0	65,0	82,5
zelo dobro poznam	7	17,5	17,5	100,0
Total	40	100,0	100,0	

Graf 3 prikazuje poznavaanje odbojke sede. Iz njega je razvidno, da odbojko sede ljudje predvsem poznajo bežno.



Graf 3: Poznavanje odbojke sede

- ✓ Test enofaktorske analize variance je pokazal, da izobrazba statistično ne vpliva na poznavanje odbojke sede. To pomeni, da lahko prvo hipotezo (**H1**-Izobrazba vpliva na poznavanje odbojke sede. Ljudje z višjo izobrazbo bolje poznajo odbojko sede kot ljudje z nižjo izobrazbo) ovržemo. Ljudje poznajo odbojko sede ne glede na stopnjo izobrazbe, kar je razvidno v tabeli 6.

Tabela 6: Test homogenosti variance

Test homogenosti variance

poznavanje odbojke sede

Lavenova Statistika	df1	df2	Sig.
,392	4	35	,813

Legenda: df 1 – stopinja prostosti 1 , df 2 - stopinja prostosti 2 , Sig. – pomembnost testa

Tabela 7: Test enofaktorske analize variance – poznavanje odbojke sede glede na izobrazbo

ENOFAKTORSKA ANALIZA VARIANCE

poznavanje odbojke sede

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Med skupinami	3,002	4	,750	2,388	,070
Znotraj skupin	10,998	35	,314		
Skupaj	14,000	39			

Legenda: Sum of squares – vsota kvadratov, df – stopinja prostosti , Mean Square – srednji kvadrat, F – F test , Sig. – pomembnost testa;

- ✓ Medtem ko tretjo hipotezo (**H3** - Starost vpliva na poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko) lahko sprejmemo, saj starost statistično vpliva na poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko. To je razvidno iz testa enofaktorske analize variance, kar se kaže v naslednji tabeli 8.

Tabela 8: Test enofaktorske analize variance - poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko glede na starost

ENOFAKTORSKA ANALIZA VARIANCE

poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Med skupinami	3,635	4	,909	9,523	,000
Znotraj skupin	3,340	35	,095		
Skupaj	6,975	39			

Legenda: Sum of squares – vsota kvadratov, df - stopinja prostosti , Mean Squere – srednji kvadrat, F – F test , Sig. – pomembnost testa;

- ✓ Iz spodnjih tabel je razvidno, da pogostost ukvarjanja s športom statistično ne vpliva na poznavanje odbojke sede, kar lahko vidimo v tabeli 9. Tudi tukaj smo uporabili enofaktorsko analizo variance.

Tabela 9: Test enofaktorske analize variance - poznavanje odbojke sede glede na pogostost ukvarjanja s športom

ENOFAKTORSKA ANALIZA VARIANCE

poznavanje odbojke sede

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Med skupinami	2,540	4	,635	1,939	,126
Znotraj skupin	11,460	35	,327		
Skupaj	14,000	39			

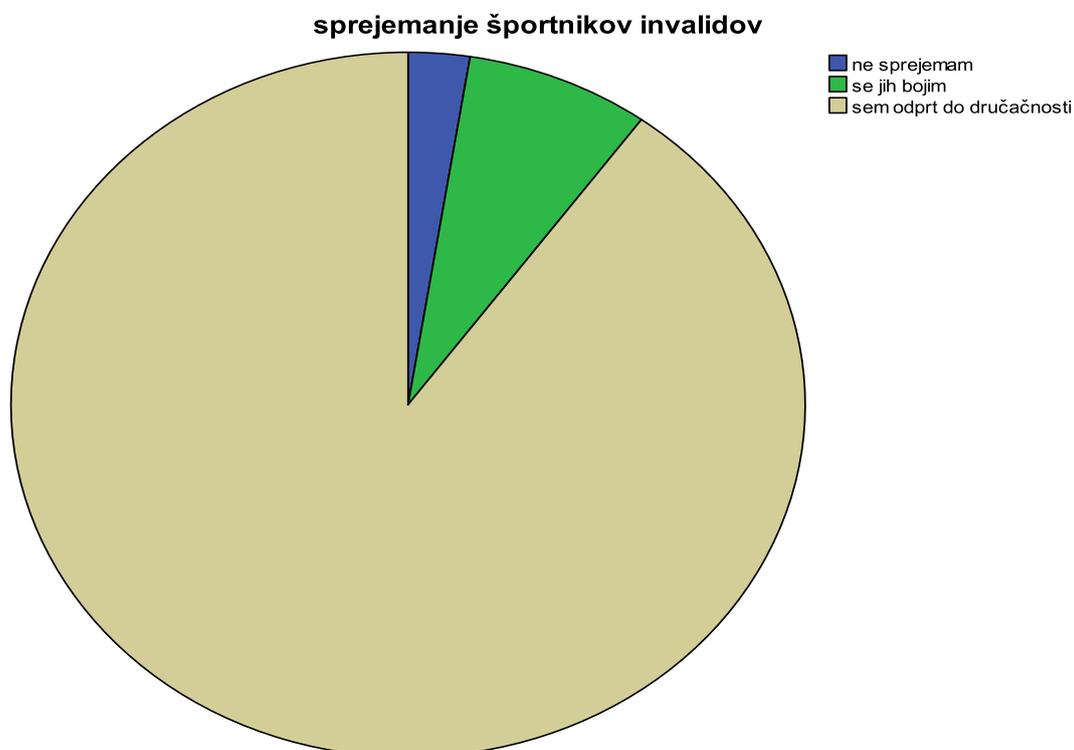
Legenda: Sum of squares – vsota kvadratov, df - stopinja prostosti, Mean Squere – srednji kvadrat, F – F test , Sig. – pomembnost testa;

- ✓ Naslednja tabela (tabela 10) in graf (graf 4) sta nam pokazala, da anketiranci sprejemajo športnike invalide in so tako odprti do drugačnosti. Če te rezultate posplošimo smo ugotovili, da šeste hipoteze (**H6**-Ljudje na splošno ne sprejemajo športnikov invalidov) ne moremo sprejeti, temveč jo moramo ovreči.

Tabela 10: sprejemanje športnikov invalidov

sprejemanje športnikov invalidov				
	Frekvenca	Procent	Vrednostni Procent	Kumulativni Procent
Vrednost ne sprejemam	1	2,5	2,5	2,5
se jih bojim	3	7,5	7,5	10,0
sem odprt do drugačnosti	36	90,0	90,0	100,0
Skupaj	40	100,0	100,0	

Iz grafa 4 je razvidno, da je večina anketirancev odprta do drugačnosti in sprejema športnike invalide



Graf 4: Sprejemanje športnikov invalidov

- ✓ Prav tako smo ovrgli hipotezo (**H7**), da si ljudje na splošno ne želijo poskusiti igrati odbojke sede. Raziskava je pokazala, da si večina anketirancev odbojko sede želi poskusiti igrati, kar je razvidno iz tabele 11 in grafa 5.

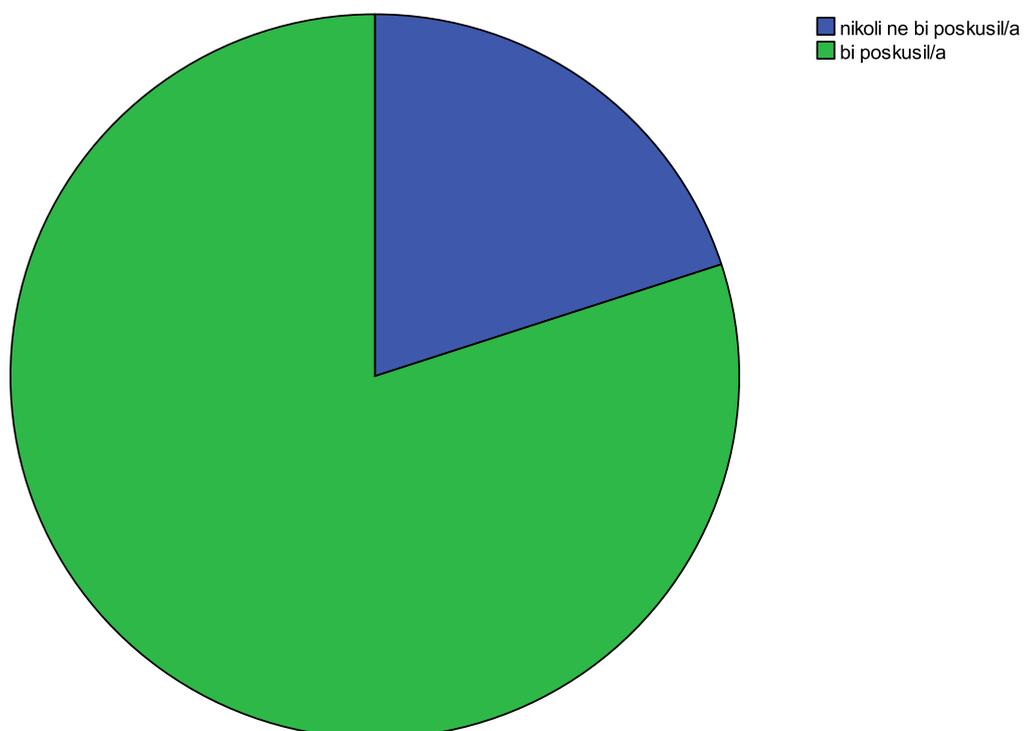
Tabela 11: Možnost igranja odbojke sede

možnost igranja odbojke sede

	Frekvenca	Procent	Vrednostni Procent	Kumulativni Procent
Vrednost nikoli ne bi poskusil/a	8	20,0	20,0	20,0
bi poskusil/a	32	80,0	80,0	100,0
Skupaj	40	100,0	100,0	

V grafu 5 je razvidno, da bi odbojko sede rada poskusila igrati velika večina anketirancev.

možnost igranja odbojke sede



Graf 5: Možnost igranja odbojke sede

6.2 Analiza intervjuja

6.2.1 Predstavitev g. Jožeta Banfija

Jože Banfi je star štiriinpetdeset let in je trenutno trener ženske reprezentance v odbojki sede v Veliki Britaniji, hkrati je športni inštruktor pri projektu School on Wheels na Nizozemskem. Šport je za njega v življenju gotovo zelo pomemben, je mnenja, da je šport pomemben dejavnik pri osebah s posebnimi potrebami. Meni, da pri vključevanju športnikov invalidov v športne aktivnosti nastane gotovo kar nekaj težav. Zelo malo je namreč športnih društev, ki so direktno pripravljena sprejeti nove člane s telesnimi ovirami, saj večinoma nimajo prilagojenih in urejenih potrebnih adaptacij v svojih prostorih (prilagojene sanitarije, tuše, klančine...) Kljub temu absolutno podpira vključevanje invalidov v šport.

Odbojko sede je spoznal leta 1965 v Zavodu za usposabljanje mladine v Kamniku (ZUIM). Medtem ko se je z odbojko seznanil deset let kasneje (1975). Trener odbojke sede je že od leta 1975 in za trenerstvo ga je navdušil g. Rajko Vute, ki je bil takrat profesor telesne vzgoje v ZUIM-u. Odbojka sede je po njegovem igra, ki nudi igralcem veliko zadovoljstva, tako telesnega kakor tudi mentalnega. Pri športnikih invalidih je to zelo dobro vidno, saj pripomore k veliko boljšim telesnim zmogljivostim, gibljivosti, kar neposredno pomaga pri samostojnosti v vsakdanjem življenju. Sam je namreč že kar nekaj let invalid in nima nikakršnih adaptacij glede tega. Nikoli ni igral odbojke stoje, vendar se je od nje ogromno naučil, saj v preteklosti ni bilo učbenikov za odbojko sede, tako, da so večino tehničnih in taktičnih elementov igre kopirali iz odbojke. Obiskoval je veliko odbojgarskih tekem in treningov, in poskušal videno prenesti v njegov šport.

Po njegovem je vloga trenerja pri odbojki zelo pomembna. Trener ima pri odbojki kar nekaj možnosti, da direktno posega v potek igre. Time out, menjave, giblje se lahko zelo blizu igralcev v igrišču. Sam smatra, da je odbojka igra v kateri je zelo veliko emocije. Motivacija igralcev je vsekakor zelo pomembna in je uspeh brez maksimalne motivacije nemogoče doseči. Dogovor o skupnem cilju celotne ekipe je po njegovem eden od najboljših načinov motivacije. Tu je vloga trenerja zelo

pomembna! Prav tako je po njegovem mnenju vloga trenerja pri odbojki sede enako pomembna kot pri odbojki, le da je pri odbojki sede potrebno dodatno poznati specifičnosti posameznih vrst invalidnosti. Zaradi različnih vrst invalidnosti, so vsi igralci različni in se poleg igralsko-tehničnih kvalitiet razlikujejo tudi v načinu sedenja in gibanja.

Odbojka sede in odbojka se po njegovem mnenju razlikujeta po višini mreže, velikosti igrišča, in načinu gibanja (uporaba rok pri igranju in gibanju). Pri odbojki sede je dovoljen blok servisa in prepovedan skok servis! Posebno pozornost se posveča igri v bloku, saj blok v igri ne izgublja na višini, kot pri stoječi odbojki. Napadalci zato uporabljajo blok - out udarce in lob udarce preko bloka kot možnost uspešnega načina napadanja.

Njegovi odmevni dosežki v odbojki sede so: drugo mesto na Paraolimpijskih igrah 2004 v Atenah, dvakrat prvo mesto na Svetovnem prvenstvu (2000 in 2002), dvakrat prvo mesto na Evropskem prvenstvu (2001 in 2003), prvo mesto na Evropskem pokalu 2002. Posebno mu je ostala v spominu osvojitve naslova Svetovnega prvaka v Kamniku leta 2002. Postati Svetovni prvak kot trener Nizozemske ženske reprezentance odbojke sede, v mestu kjer je dolgo živel in imel veliko prijateljev je bilo posebno doživetje, kljub temu, da so finale igrali proti zelo dobri reprezentanci Slovenije. Kot trener odbojke pa sodeluje le občasno. Trenutno vodi treninge mini odbojke in pomaga trenerju v domačem klubu kot svetovalec.

G. Banfi je mnenja, da če želiš sodelovati v vrhunskem športu je potrebno maksimalno prizadevanje in sodelovanje. Čas za dosego stanja vrhunske ekipe pa je odvisen od veliko različnih faktorjev. Veliko je zelo dobrih trenerjev, ki jim tega zaradi spleta okoliščin ne uspe doseči.

Po njegovem mnenju je ena največjih prednosti odbojke sede ta, da jo lahko igrajo skupaj osebe z in brez invalidnosti, in to na popolnoma enakopraven način! Biti del ekipe pomeni, da skupaj deliš neuspehe in skupaj slaviš dosežke. Tako je velikokrat tudi v življenju. On je zahvaljujoč športu spoznal veliko prijateljev, sodeloval na največjih športnih tekmovanjih, ter obiskal velik del sveta. Prav zaradi tega meni, da slabe strani odbojke sede sploh ne obstajajo.

Sam pozorno spremlja dosežke Slovenskih reprezentanc, tudi rezultate v tekmovanjih za državno prvenstvo in mednarodne klubske turnirje... Po njegovem ima Slovenija kar nekaj vrhunskih igralcev v moški in ženski reprezentanci, trenutno ženska reprezentanca dosega vidnejše rezultate. Pozornosti v Slovenskem športnem in javnem življenju pa po njegovem mnenju ni veliko. Za to so delno odgovorni tudi športniki sami. Večji del te naloge pa leži v rokah športnih funkcionarjev. Je mnenja, da na žalost ne izkoristijo dovolj možnosti, ki jih odbojka sede kot šport nudi. Ne izkoristijo tudi možnosti, ki jih odbojka sede nudi v smislu pospešenega procesa pri rehabilitaciji po poškodbah. Koliko sredstev je namensko namenjeno odbojki sede v Sloveniji pa ne more oceniti, saj te situacije ne pozna.

V intervjuju je povedal, da imajo vrhunski športniki invalidi na Nizozemskem enak A status kot zdravi športniki. Enake pa so tudi obveznosti in dolžnosti! To pomeni tudi prav takšen način življenja, toliko ur treninga, doping obveznosti... Hkrati meni, da se je način razmišljanja o športnikih invalidih tudi v Sloveniji zadnja leta zelo spremenil. Ta način razmišljanja se bo gotovo še spreminjal na bolje, vendar to ne gre naenkrat. Tudi v deželah kjer je tabujev manj kot pri nas, se to ni spremenilo čez noč.

Za izpeljavo treningov uporablja odbojgarsko literaturo, dostikrat si je zapisoval uspešne treninge ko je bil še sam igralec, veliko pa je tudi obiskoval treninge znanih strokovnjakov, trenerjev. Obiskoval je veliko tekem na vseh nivojih, obiskoval treninge tudi v drugih športnih panogah.. Povedal je tudi, da imamo pri nas, v Sloveniji le dela, ki jih je izdal Rajko Vute. Drugje po svetu obstaja knjiga izdana v Sarajevu leta 1999, in pa knjiga ki jo je napisal Nizozemski trener Jouke de Haan, ki je tudi prevedena v angleščino. Povedal je tudi, da v svetovni organizaciji WOVD organizirajo različne tečaje in klinike za trenerje odbojke sede. Rajko Vute, Adi Urnaut in on so člani skupine inštruktorjev, ki vodi in organiziran te tečaje. Intenzivno sodeluje tudi Anita Uranut. Poleg njih sodeluje tudi znani Slovenski sodnik Peter Končnik kot inštruktor za sodnike odbojke sede. Medtem ko v Sloveniji tečaja za trenerje odbojke sede ni možno opravljati.

Trenutno dela kot glavni trener reprezentance Velike Britanije ki se že pripravlja za Paraolimpijske igre leta 2012 v Londonu. Poleg tega dela kot trener v Nizozemski ekipi Volleer, s katero so zadnji dve leti prvaki Nizozemske. Njegov cilj je tudi

pomagati pri razvoju odbojke sede, posebno mladinske odbojke sede. Njegova želja in cilj je, da bi imeli vsi mladi takšno možnost v športu, kot jo je imel sam v Kamniku.

6.2.2 Predstavitev g. Adija Urnauta

G. Adi Urnaut je bivši profesor športne vzgoje v OŠ na Ravnah na Koroškem ter na Srednji Pomorski šoli v Rijeki. Star je oseminšestdeset let. Šport je nedvomno najpomembnejša stvar v njegovem življenju, pomemben je tudi za vso njegovo družino, saj so zelo športna družina. Pri športnikih invalidih ne vidi fizičnih omejitev pri vključevanju v šport, zdi se mu namreč, da obstajajo le psihične omejitve zato ker se športniki invalidi velikokrat zaprejo vase in jih je težko prepričati, da se začno ukvarjati s športom; sami sebi se ne zdijo dovolj sposobni za fizično aktivnost... Vključevanje invalidov v šport absolutno podpira sam, ter vsa njegova družina. Znano je namreč, da je njegova žena Anita Urnaut ena izmed najboljših reprezentančnih igralk v odbojki sede.

Po njegovem mnenju so v svetu že izenačili pravice športnikov neinvalidov in športnikov invalidov (status športnika, štipendije pripadajo tudi športnikom invalidom, ki so zelo dobri športniki). V Sloveniji temu še vedno ni tako, tukaj so pravice športnikov invalidov manjvredne kot pravice neinvalidnih športnikov, kar je narobe! Za športnike invalidev Sloveniji po njegovem mnenju, ni dobro poskrbljeno, saj nimajo nobenih večjih olajšav, ki bi jim omogočale boljše pogoje za treninge in nasploh vključevanje v šport. Tukaj ni ne štipendij, ne statusov, praktično vsak športnikinvalid, ki je nadarjen in perspektiven zelo težko pokaže svoj talent v svetu, saj v Sloveniji za njegov talent ne znajo poskrbeti.

Z odbojko se je prvič srečal pri desetih letih; treningi v Fužinarju, ki je takrat igral v drugi zvezni ligi, z odbojko sede pa se je srečal leta 1991 v Ravnah na Koroškem; Klusko Evropsko prvenstvo v odbojki sede. Za treniranje odbojke sede se je odločil zato, ker se mu je zdela zelo zanimiva igra, predvsem pa ga je v to prepričala njegova žena, ki se poklicno ukvarja z ljudmi s posebnimi potrebami. 1991 je bil trener moške odbojkarske ekipe Samorastnik in trener Slovenske odbojkarske moške

reprezentance. Dolga leta je bil tudi aktivni igralec v odbojki (klubski tekmovanja in tekmovanja za reprezentanco), prav tako je bil aktivni igralec tudi v odbojki sede (klubski tekmovanja mešanih ekip)

Po njegovem mnenju je prednost odbojke sede predvsem v tem, da se tukaj izoblikujejo prijateljske vezi med neinvalidnimi in invalidnimi športniki. Ta kolektivnost je velik ključ do uspeha priinvalidnih športnikih, saj vidijo, da niso edini, ki imajo težave ampak je po svetu še veliko večšportnikov invalidov. Odbojka sede omogoča športnikom invalidom vpogled v družbo, saj so tekmovanja po vsem svetu in na takšnih tekmovanjih se oblikujejo vezi in prijateljstva, tako da se ljudje ne zapirajo več vase...

Po njegovem ima trener zelo pomembno vlogo v odbojki, še posebno če najde ustrezno pot k motiviranosti ekipe, če ujame tako imenovano kemijo v ekipi. V svetu so trenerji zelo priznane osebe, medtem ko v Sloveniji temu ni tako. Je mnenja, da imajo trenerji v Sloveniji zelo malo časa, da se dokažejo; premalo je potrpežljivosti v klubih, vodilni predvsem pripisujejo krivdo za ekipne neuspehe trenerjem. Problem je tudi v tem, da se pri nas mlajšim selekcijam dodeljujejo neizkušeni trenerji oz. mladi odbojkarji, ki nimajo dovolj znanja in izkušenj za gradnjo temeljnega odbojarskega znanja. To je v svetu drugače, saj se veliko več posvečajo pravilnim treningom mladih, pod vodstvom izkušenih in znanja polnih trenerjev, medtem, ko so v starejših selekcijah predvsem pomembni trenerji za koordiniranje ekipe, so predvsem selektorji, ki se ne ukvarjajo več z učenjem odbojke temveč le z usklajevanjem igralcev. Tako bi moglo biti tudi pri nas!

Po njegovem mnenju se vloga trenerja v odbojki sede ne razlikuje dosti od vloge trenerja v odbojki; predvsem se ti dve vlogi dopolnjujeta. Vloga trenerja v odbojki sede se razlikuje predvsem v samem pristopu do igralcev, zaradi njihove občutljivosti. Je mnenja, da športnike invalide ne smeš pomilovati oz. podcenjevati. Trenirati jih moraš kot sebi enake, če ne se hitro počutijo manjvredne in zaupanje se s tem izgubi. Potrebno se je veliko pogovarjati in skupno reševati probleme, ki se pri odbojki sede in pri invalidnih športnikih lahko pojavijo.

V intervjuju je povedal, da so pravila pri odbojki sede prilagojena, glede na to, da se odbojka igra sede (dimenzije igrišča, višina mreže,..) Glavna razlika med odbojko

sede in odbojko pa je v tem, da se v odbojki sede servis lahko blokira. Igra pri odbojki sede temelji na postavitvi bloka, zelo pomembno je, da se v bloku in v napadu ne smeš dvigovati.

Glavni problem odbojke sede pri nas v Sloveniji je po njegovem predvsem v pridobivanju mladih, da bi se začeli ukvarjati z odbojko sede. Veliko ljudi se po poškodbi zapre vase in ne dovoli, da bi kdorkoli posegal v njihovo življenje. Prav tako je mnenja, da so pri nas prisotni tabuji glede tega, kar invalidno mladino še veliko bolj odtuja od športa.

Njegovi pomembni dosežki v odbojki sede so:

- 3 bronaste medalje na Evropskih prvenstvih
- 2 srebrni medalji na Evropskih prvenstvih
- 1 zlato medaljo na Evropskem prvenstvu
- 2 srebrni medalji na Svetovnem prvenstvu
- 2 mesto na Svetovnem pokalu v Egiptu
- Dva-krat 4 mesto na Olimpijskih igrah

Njegovi pomembni dosežki v odbojki so:

- 3 zlate medalje iz Dvoranskih iger
- 2 srebrni medalji iz Universiade
- Nastopal na 4 Evropskih prvenstvih
- Nastopal na 3 Svetovnih prvenstvih
- Najboljši napadalec Evrope leta 1965
- 265 nastopov na tekmah s Slovensko reprezentanco
- Zlato priznanje Olimpijskega komiteja Jugoslavije-zlata ura

Po njegovem je potrebno vložiti ogromno volje, znanja, energije v ekipne treninge, dobro delo se povrne z rezultati. Še enkrat pa je pri tem želel poudariti, da je trenerska vloga v Sloveniji veliko premalo cenjena, v svetu je trenerska vloga mišljena kot poklic, medtem ko pri nas temu ni tako. Biti trener je pri nas v bistvu prostovoljna vloga mišljena kot konjiček in ne kot poklic. To bi se po njegovem mnenju moralo spremeniti, saj s tem izgubljam veliko dragocenih in izkušenih

trenerjev, prav tako izgubljam tudi perspektivne igralce in igralke, ter s tem propadejo celotne ekipe; to se je zgodilo z moško reprezentanco v odbojki sede.

G. Urnaut je povedal, da je imel kar nekaj težav na začetku svoje trenerske poti v odbojki sede. Namreč na začetku so ga vsi označevali kot invalida, ker je treniral ekipo v odbojki sede; ljudje zelo obsojajo trenerje, če ni rezultatov in še posebno če se dober trener odbojke odloči, da bo sedaj treniral odbojko sede. Veliko očitkov je prejel na to temo.

Če bi imel še eno možnost v odločanju za trenersko smer v odbojki sede, je odgovoril, da bi se še enkrat odločil za slednjo. Spremenil bi mogoče samo to, da bi se že od vsega začetka bolj zavzel za rešitev statusa športnikov invalidov v Sloveniji. Je mnenja, da je za športnike invalide v Sloveniji zelo slabo poskrbljeno. Tukaj ni urejenega statusa za športnike invalide, prav tako ni poskrbljeno za štipendije. Trenerska vloga je zelo slabo cenjena, prav tako obstajajo še vedno tabuji glede vključevanja invalidov v šport, kar je po njegovem mnenju zelo narobe. Sredstev s strani ministrstva sploh ni, zato športnikom invalidom res ni namenjena nobena pozornost. To je velik problem, zaradi katerega smo, pravi, izgubili moško reprezentanco v odbojki sede. Povedal je tudi, da imajo na Hrvaškem in drugje po svetu dobro poskrbljeno za statuse športnikov invalidov, kar bi mogli urediti tudi pri nas.

Povedal je tudi, da je zelo malo napisanega o odbojki sede. Vsak trener ima svoje pristope. On svoje izkušnje predvsem prenaša iz odbojke. Po njegovem v Sloveniji ni dosti literature, ki bi pomagala trenerjem pri izpeljavi treningov odbojke sede, imamo le dela, ki jih je izdal Rajko Vute, drugega ni. Zelo pomembno bi bilo, da bi se izdelala knjiga za trenerje odbojke sede. Tako bi lahko bilo več trenerjev. V svetu obstaja knjiga izdana v Sarajevu leta 1999, in pa knjiga ki jo je napisal Nizozemski trener Jouke de Haan, ki je tudi prevedena v angleščino. Povedal je tudi da v Sloveniji ne obstajajo licenčni seminarji za trenerje odbojke sede, medtem ko je v tujini veliko teh seminarje, ki omogočajo trenerjem izpopolnjevanje znanja.

Njegovi cilji za v prihodnje so, da bi dekleta (ženska Slovenska reprezentanca) ostale skupaj in da bi g. Ribič, ki je bil do sedaj njegov pomočnik trenerja, počasi prevzel

trenersko vlogo in dekleta pripravil za naslednje Olimpijske igre. Želi si tudi, da bi lahko pomladili ekipo in da bi v odbojko sede privabili veliko mladih deklet.

7 SKLEP

Pri nas in drugod po svetu se je odbojka razvila v zelo priljubljeno športno panogo, ki jo igrajo ljudje vseh starosti, vseh statusnih skupin, skratka postala je nepogrešljivi del vsakdanjika ljudi. Prav tako se je uveljavila tudi kot tekmovalna disciplina. Odbojka spada med najbolj popularne športne nasploh, ter vsi športniki in trenerji, ki se z njo ukvarjajo poklicno so z leti postali zelo cenjeni in spoštovani.

Odbojka je postala celo tako popularna, da so se hoteli z njo začeti ukvarjati tudi ljudje s posebnimi potrebami. Ta športna zvrst je predstavljala tudi zelo dobro možnost rehabilitacije za športnike invalide. Prav to je privedlo do tega, da so pravila odbojke nekoliko prilagodili in do neke mere spremenili, ter tako omogočili, da so jo lahko začeli igrati tudi invalidni ljudje. Poimenovali so jo po načinu igranja sede; odbojka sede.

Odbojka sede je tako dokaj mlada športna zvrst, ki z leti pridobiva na vedno večji prepoznavnosti in veljavnosti v svetu. K temu je pripomoglo to, da je vedno več športnikov invalidov ozaveščenih o pomembnosti športa v življenju na sploh, še posebno v rehabilitacijske namene. Odbojka sede pripomore k razvijanju točno določenih mišičnih skupin, kar omogoča zelo dobro rehabilitacijo po lažjih in težjih poškodbah. Zelo pomembno je tudi dejstvo, da odbojko sede lahko igrajo tako športniki invalidi, kakor tudi športniki brez invalidnosti. To povezovanje omogoča zelo dobre, homogene odnose, med športniki neinvalidi, ter športniki invalidi. Pri odbojki sede izginejo tabuji, ki so prisotni drugje v življenju. Na igrišču, zaradi teh pravil, izginejo razlike, ki so drugače v življenju nasploh očitne. Zaradi igranja sede so si zato pri odbojki sede vsi enaki; za vse veljajo enaka pravila.

V diplomskem delu smo ugotovili, s pomočjo intervjuja, da je odbojka sede v svetu veliko bolj prepoznavna kakor je v Sloveniji. K temu je botrovalo to, da so v razvitih državah sveta uredili statusni simbol športnikov invalidov. Izenačili so ga s statusom neinvalidnih vrhunskih športnikov, ter omogočili športnikom invalidom enake pravice in dolžnosti, kot jih imajo športniki brez invalidnosti. Vse to je v svetu pripomoglo k boljši prepoznavnosti odbojke sede, ki je postala profesionalna športna zvrst, katera je vključena tudi v Paraolimpijske igre. V Sloveniji športniki invalidi nimajo urejenega statusa, ki bi izenačil njihove pravice s pravicami športnikov brez invalidnosti.

Slovenski športniki invalidi v svetu dosegajo zelo dobre in odmevne rezultate, bi bilo potrebno k njihovem statusnemu simbolu nameniti veliko večjo pozornost, kot jo imajo. S tem bi se lahko premaknile bariere med športniki invalidi in med športniki brez invalidnosti.

Res je, da odbojka sede tudi pri nas počasi pridobiva na prepoznavnosti, kar smo ugotovili iz anketnih vprašalnikov, ki smo jih razdelili med naključno izbrane ljudi. Rezultati ankete so pokazali, da je odbojka sede, kot športna zvrst, prepoznavna med ljudmi v Sloveniji, medtem, ko dosežki reprezentance, ter podrobna pravila odbojke sede ljudje ne poznajo. Prav tako ljudje poznajo osnovne razlike med odbojko sede in odbojko, medtem ko podrobnih razlik ne poznajo. Prav zaradi tega smo prišli do zaključka, da prepoznavnost odbojke sede pri nas ni takšna, kot bi lahko bila. Pri nas je še vedno prisotnih veliko tabujev v zvezi s sprejemanjem športnikov invalidov.

V raziskovalnem diplomskem delu smo prav tako ugotovili, da v poznavanju razlik med odbojko sede in odbojko med spoloma ni statistično značilnih razlik. Kar pomeni, da razliko med odbojko sede in odbojko poznajo tako moški, kakor tudi ženske. Če podatke posplošimo, smo ugotovili, da ljudje na splošno odbojko sede bežno poznajo, medtem, ko pravila odbojke sede v večini ne poznajo. Hkrati smo ugotovili, da tako izobrazba, kakor tudi pogostost ukvarjanja s športom, statistično ne vplivata na poznavanje odbojke sede, medtem ko starost statistično vpliva na poznavanje razlik med odbojko sede in odbojko. Ugotovili smo tudi, da anketiranci sprejemajo invalidne športnike in so tako odprti do drugačnosti, kar je pomenilo, da smo postavljeno hipotezo morali ovreči. Prav tako smo morali ovreči trditev, da si ljudje na splošno ne želijo poskusiti igrati odbojko sede. Raziskava je pokazala ravno nasprotno, anketiranci so si v večini želeli poskusiti igrati odbojko sede.

V diplomskem delu smo tudi ugotavljali pomembnost trenerske vloge pri odbojki sede, hkrati nas je zanimalo tudi, kakšne so razlike med trenersko vlogo pri odbojki sede in trenersko vlogo pri odbojki. Vse te razlike sta nam bolj podrobno predstavila trenerja odbojke in odbojke sede, g. Jože Banfi in g. Adi Urnaut. Oba sta zelo priznana trenerja odbojke sede v svetu. V intervjuju sta povedala, da se trenerski vlogi v načinu treniranja ne razlikujeta dosti, v nekaterih pogledih se celo dopolnjujeta. Oba sta videla glavno razliko predvsem v interakciji med trenerjem in

igralci. Pri odbojki sede se trener sooča z drugačnimi problemi kot trener odbojke. Ti problemi se kažejo predvsem pri invalidnih igralcih, ki zahtevajo drugačne prijeme in drugačno tretiranje, kot neinvalidni odbojkarji. Trenerji odbojke sede morajo biti tako odprti do drugačnosti in se temu primerno tudi obnašati do športnikov invalidov. Ne smejo jih pomilovati oziroma jih zaničevati, temveč jih morajo sprejeti takšne kot so in jih obravnavati enakovredno neinvalidnim igralcem. Le tako se športniki invalidi lahko v ekipi počutijo sprejete in lahko izrazijo vse svoje želje in sposobnosti, le tako se počutijo sprejete. Trener pri odbojki pa se s tem ne srečuje, kar mu njegovo delo zelo olajša.

Prav tako smo ugotovili, da pri nas v Sloveniji trenerji odbojke sede niso enako obravnavani kot trenerji odbojke sede v drugih državah, kjer je odbojka sede še bolj razvita. G. Adi Urnaut je povedal, da je trenerstvo pri nas na prostovoljni, amaterski ravni. Glede na to, da naša reprezentanca dosega zelo vidne rezultate v svetu (je med vodilnimi reprezentancami v svetu), bi morala biti trenerka vloga veliko bolj cenjena, kot dejansko je. Drugje se trenerji odbojke sede lahko primerjajo s trenerji odbojke in so temu primerno tudi spoštovani in cenjeni. Zelo je žalostno, da pri nas temu ni tako. Oba bivša trenerja vidita predvsem problem ponovno v sistemski ureditvi države. Tako kot športniki invalidi nimajo urjenega statusa, tudi nimajo urejenega statusa trenerji odbojke sede. To je zelo žalostno in zaskrbljujoče, saj s tem izgubljammo veliko dobrih trenerjev, ki se odpravijo za delom v tujino, kjer je njihovo delo veliko bolj cenjeno. Kot primer lahko povemo, da je imel g. Jože Banfi kot trener nizozemske ženske reprezentance v odbojki sede urejen status trenerja; bil je zelo priznan vrhunski trener in njegovo delo je bilo temu primerno cenjeno. Nizozemska ima tudi urejen status A za vse športnike invalide, torej so na Nizozemskem izenačili pravice in dolžnosti športnikov brez invalidnosti in športnikov z invalidnostjo.

V intervjujih pa smo prišli tudi do naslednjih zaključkov. Oba trenerja sta izrazila zaskrbljenost glede literature, ki je v odbojki sede primanjkuje. Obstaja namreč nekaj tuje literature, medtem, ko v Sloveniji, poleg osnovne literature o odbojki sede, ki jo je izdal Rajko Vute, druge literature ni na voljo. To pomeni, da trenerji vodijo treninge predvsem iz svojih lastnih izkušenj, oziroma vaje kopirajo iz literature za odbojko, ki jo nato prilagodijo treningom odbojke sede. Prav tako v Sloveniji ne obstajajo nobeni

seminarji, ki bi omogočili izpopolnjevanje trenerskega kadra v odbojki sede. Vsi trenerji pri nas so večinoma samouki. Zanimivo pa je dejstvo, da se naši trenerji udeležujejo seminarjev v tujini in na vrhu vsega tega seminarje celo vodijo. Res škoda, da teh seminarjev ne morejo opravljati tudi pri nas.

G. Adi Urnaut je izrazil tudi zaskrbljenost glede obravnavanja športnikov invalidov v Sloveniji. Povedal je, da so pri nas še vedno prisotni tabuji glede vključevanja invalidov v šport. Prav zaradi tega se vsi ti potencialni športniki ne želijo pokazati v javnosti, saj jih le ta obravnava drugače od ostalih športnikov brez invalidnosti. Zelo težko je zato pridobiti njihovo zaupanje in jih vključiti v kakršno koli športno aktivnost. Drugod po svetu namreč ni tako. K temu je predvsem pripomoglo drugačno obravnavanje športnikov invalidov, v kar je pripomogla predvsem sprememba določenih zakonov.

Poleg vsega smo hoteli poudariti tudi dejstvo, da Odbojgarska zveza Slovenije še vedno ni priznala in vključila odbojke sede kot svoj šport. V Odbojgarsko zvezo Slovenije je že vključena odbojka na mivki, medtem, ko odbojke sede še vedno niso priznali v Odbojgarsko zvezo Slovenije. Znano je namreč, da Mednarodni paraolimpijski komite zahteva, da Nacionalne panožne zveze vključijo šport invalidov pod svoje športe. To bi morala že zdavnaj storiti tudi Odbojgarska zveza Slovenije. Zakaj še to ni bilo storjeno, ne vemo, vendar to je še dodaten dokaz, da je odbojka sede pri nas odrinjena in veliko premalo cenjena, čeprav je po rezultatih na svetovnih tekmovanjih odbojka sede v veliki prednosti pred odbojko. Igralci odbojke sede so že vrsto let v samem svetovnem vrhu, medtem ko so rezultati neinvalidnih odbojgarskih ekip v svetu veliko slabši. Zelo vzpodbudno je dejstvo, da je Namiznoteniška zveza že integrirala šport invalidov, zato se lahko nadejamo, da ji bo Odbojgarska zveza kmalu sledila in končno priznala odbojko sede za svoj šport.

Razvoj odbojke sede je v Sloveniji še vedno v povojih. Kako daleč se bo le ta razvila je predvsem odvisno od funkcionarjev in državne politike, ki ureja statusni simbol športnikov invalidov. Dokler se ne bo spremenila osnovna mentaliteta Slovencev o invalidnih športnikih, bo preteklo še kar nekaj časa, da se bodo stvari začele obračati v prid ljudem, ki s svojimi hibami nikomur nočejo nič žalega. Želijo si samo spodobno obravnavanje v družbi, katera jih na žalost zelo omejuje. Zavedati se namreč moramo, da so ljudje s fizičnimi omejitvami neizogiben del družbe, kateri si tako kot

neinvalidni ljudje želijo sproščenega vzdušja v življenju, ter zdravega preživljanja prostega časa. Šport je eden glavnih dejavnikov za preprečevanje »bolezni« in je tudi glavno rehabilitacijsko sredstvo. Prav zaradi tega bi moral biti dostopen čisto vsem, tudi invalidom. Ravno tako bi moral biti ljudem z invalidnostjo dostopen vrhunski šport, v katerega lahko uvrščamo tudi odbojko sede. In odbojka sede je pri nas na zelo visokem nivoju. Zaskrbljujoče je le to, da se igralcev ne obravnava temu primerno, kakor tudi ne trenerjev, ki se morajo brez literature in seminarjev znajti v vlogi trenerja pri odbojki sede.

Na koncu si le želimo, da bi vsa ta naštetá dejstva, ki smo jih raziskali v diplomskem delu pripomogla k boljšemu poznavanju odbojke sede pri nas v Sloveniji. Želimo si, da bi vse te naše ugotovitve pripomogle k hitrejšemu razvoju odbojke sede pri nas, da bi se priskrbelá potrebna literatura in, da bi bili dostopni licenčni seminarji za trenerje odbojke sede tudi pri nas. Na koncu si želimo, da bi se v Sloveniji končno le uredil statusni simbol vrhunskim športnikom invalidom, ter, da bi Odbojkarska zveza vključila odbojko sede kot svoj šport. Zavedamo se, da je ta raziskovalna naloga le kaplja v morje in verjamemo, da bo potrebno še veliko podobnih raziskav, ki bodo pripomogle k večji ozaveščenosti o odbojki sede v Sloveniji.

8 LITERATURA

- Čopi, J. (2005). Od začetnika do odbojkarja. Ljubljana: Odbojgarska zveza Slovenije.
- Goltnik Urnaut, A. (2006). Cilj dosežen – uvrstitev v Peking. Šport, 41(4), 2-3.
- Goltnik Urnaut, A. (2007). Bronasta medalja v sedeči odbojki za Slovenke na Evropskem prvenstvu (elektronska izdaja). Šport, 40(8), 12-14.
- Harej, M. (2007). Predstavitev in potek paraolimpijskih iger ter pregled uspehov slovenske reprezentance na zadnjih letnih in zimskih igrah. Diplomsko delo (elektronska izdaja), Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Kerec, M. (1985). Načrtovanje in programiranje športno rekreativne dejavnosti telesno prizadete mladine vezane na invalidski voziček v zavodu za usposabljanje invalidne mladine v Kamniku. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza Edvarda Kardelja Ljubljana, Fakulteta za telesno kulturo.
- Krevsel, V. (2001). Poklic športnega trenerja. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Krevsel, V. (1993). Odbojka. Gradivo za trenerje. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Official Sitting Volleyball rules (2009 – 2012). WOVD Rules Committee, WOVD Referee Commission. (elektronska izdaja).
- Seifried, M. in Zadražnik, M. (2000). Uradna pravila odbojgarske igre. Ljubljana: Odbojgarska zveza Slovenije.
- Turk, S. (1999). Model igre sedeče odbojke pri izbranih udeležencih Evropskega prvenstva 1995. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

- Vute, R. (1988). Struktura motivov igralcev sedeče odbojke za ukvarjanje s športnimi dejavnostmi. Diplomsko delo, Ljubljana: Inštitut za kineziologijo, Fakulteta za telesno kulturi.
- Vute, R. (1989). Šport in telesno prizadeti. Ljubljana: Pedagoška akademija v Ljubljani.
- Vute, R. (1999). Izziv drugačnosti v športu. Ljubljana: Debora.
- Vute, R. (2004). Studies on Volleyball for the disabled. Ljubljana: World Organization Volleyball for Disabled.
- Vute, R. (2005). Self-perception of national team coaches in volleyball for the disabled. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis, Gymnica*, 35 (1), 69–79.
- Vute, R. (2009). Teaching and coaching volleyball for the disabled. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Anketni vprašalnik

PRILOGA 1

Spoštovani!

Sem absolventka Fakultete za šport in namen mojega anketnega vprašalnika je pridobiti določene odgovore na vprašanja, ki jih bom nato uporabila v raziskovalnem diplomskem delu z naslovom Razlike med odbojko sede in odbojko.

Prosila bi vas, če si lahko vzamete nekaj minut časa in odgovorite na 10 vprašanj, ki se nanašajo na poznavanj odbojke sede v Sloveniji. Vsa vprašanja so strukturiranega tipa, kar pomeni, da samo obkrožite trditev, ki se vam zdi najbolj točna.

Hvala za odgovore!

Mateja Tajnik

1. Spol:

- M
- Ž

2. Starost:

- manj kot 18 let
- od 18 do 30 let
- od 30 do 45 let
- od 45 do 60 let
- nad 60 let

3. Izobrazba:

- 1 stopnja
- 2 stopnja
- 3 stopnja
- 4 stopnja
- 5 stopnja
- 6 stopnja
- 7 stopnja
- več

4. Zdravstveni status:

- sem zdrav
- sem v bolezenskem stanju
- imam minimalno invalidnost
- imam višjo invalidnost

5. Kolikokrat na teden se ukvarjate s športom?

- Nikoli
- Enkrat na teden
- Dvakrat na teden
- Trikrat na teden
- Štirikrat na teden ali večkrat

6. Ali poznate odbojko?

- Nikoli še nisem slišal/a za njo

- Poznam bežno, nikoli se nisem ukvarjal/a z njo
- Imam nekaj izkušenj v igranju odbojke
- Sem bivši/a igralec/ka odbojke
- Treniram odbojko

7. Ali ste že slišali za odbojko sede?

- Nikoli še nisem slišal/a zanjo
- Bežno poznam
- Zelo dobro poznam
- Treniram sedečo odbojko

8. Ali spremljate dosežke Slovenskih reprezentanc v odbojki sede?

- Ne spremljam
- Bežno spremljam
- Redno spremljam

9. Ali poznate pravila odbojke sede?

- Ne poznam pravil
- Bežno poznam pravila
- Zelo dobro poznam pravila

10. Ali veste kakšna je razlika med odbojko sede in odbojko?

- da
- ne

11. Kako sprejemate športnike invalide?

- Jih ne sprejemam
- Se jih bojim
- Sem odprt/a do drugačnosti in sprejemam športnike invalide

12. Če bi imeli možnost trenirati odbojko sede, ali bi poskusili?

- Nikoli ne bi poskusil/a
- Seveda bi poskusil/a
- Želim trenirati odbojko sede

Spoštovani!

Moje ime je Mateja Tajnik in sem absolventka Fakultete za šport v Ljubljani. Dve leti sem usmerjala Specialno športno vzgojo, smer Prilagojena športna vzgoja, kjer sem pridobila dosti znanja na tem področju, zato sem se tudi odločila, da bo moje diplomsko delo posvečeno tej smeri in temu znanju. Poleg tega sem bila dolga leta tudi aktivna igralka odbojke, sedaj pa sem se odločila preizkusiti tudi v trenerski vlogi (mlajše selekcije). Ko sem združila to znanje, sem sklenila, da bo glavna tema diplomskega dela Sedeča odbojka. Naslov diplomskega dela pa je »Razlike med odbojko sede in odbojko«.

Odbojka sede me že od nekdaj zanima in prav diplomsko delo mi bo pomagalo, da to temo še bolj podrobno raziščem in jo predstavim študentom Fakultete za šport in drugi širši strokovni javnosti. Pri tem mi boste prav vi v veliko pomoč, saj boste prispevali veliko pomembnih izkušenj in informacij, ki bodo dopolnile in obogatile diplomsko delo. Z vašo pomočjo bom tako lahko predstavila sedečo odbojko iz različnih zornih kotov, jo prikazala kot zanimiv in atraktiven šport, ter hkrati odprla nekaj problemskih vprašanj, ki se nanašajo na odbojko sede pri nas in v svetu.

Lepo bi vas prosila, če si lahko vzamete nekaj časa in poskušate odgovoriti na vprašanja, ki sledijo, hkrati pa se vam že vnaprej zahvaljujem za odgovore na vsa ta vprašanja.

VPRAŠANJA:

1. Ime in priimek
2. Starost in izobrazba
3. Kakšen je vaš poklic in ali je povezan z vašo izobrazbo?
4. Kako pomemben se vam zdi šport v življenju in ali po vašem mnenju obstajajo kakšne omejitve pri vključevanju v šport glede na spol, starost, izobrazbo, telesno pripravljenost, telesne hibe?
5. Ali podpirate vključevanje invalidnih ljudi v šport?

6. Ali lahko primerjate pravice športnikov invalidov v Sloveniji in drugje po svetu-ali obstajajo kakšne razlike?
7. Ali mislite, da je za športnike invalide v Sloveniji dovolj dobro poskrbljeno? Če ni, kaj bi po vašem mnenju bilo potrebno spremeniti?
8. Kdaj ste se prvič seznanili z odbojko?
9. Kdaj pa ste se prvič seznanili z odbojko sede?
10. Kako lahko odbojka sede pomaga invalidnim ljudem, kako vpliva na njihovo psihično in fizično počutje?
11. Zakaj ste se odločili postati trener odbojke sede, ste imeli kak poseben razlog in koliko let ste že prisotni v tem športu?
12. Ali ste bili tudi sami kdaj aktivni igralec v odbojki in odbojki sede?
13. Kakšno vlogo ima trener pri odbojki; kako vpliva na ekipne dosežke, na motivacijo igralcev,...?
14. Kakšna pa je vloga trenerja pri odbojki sede, ali se razlikuje od trenerske vloge pri odbojki?
15. Kljub temu, da sta si odbojka in odbojka sede zelo podobni (tehnična in taktična pravila igranja) pa se v marsičem tudi razlikujeta. V čem se razlikujeta, katere so bistvene razlike?
16. S čim vse se/ste se srečujete/evali med vodenjem invalidne ekipe?
17. Ste kdaj želeli prekiniti trenersko vlogo in kakšen je bil vzrok za to?
18. Kakšne uspehe ste dosegli kot trener odbojke sede – ste na kateri uspeh še posebno ponosni in vam je še posebno pri srcu?
19. Kakšne uspehe ste dosegli kot trener odbojke – ste na kateri uspeh še posebno ponosni in vam je še posebno pri srcu?
20. Koliko truda in trdega dela je potrebno vložiti, da se lahko ekipa odbojke sede meri v svetovnem merilu - koliko odrekanja je bilo za to potrebno?
21. Kakšne so dobre strani odbojke sede? Kaj vse vas je naučila, kaj vse vam je dala?
22. Ali obstajajo tudi slabe strani odbojke sede?
23. Če bi se še enkrat imeli priložnost odločiti za treniranje odbojke sede, ali bi jo sprejeli in ali bi na tej poti kaj spremenili?
24. Ali spremljate dosežke Slovenskih reprezentanc (moške in ženske) v odbojki sede?

25. Kakšno mnenje imate o odbojki sede v Sloveniji nasploh, ali se vam zdi, da je temu namenjena dovolj velika pozornost, dovolj veliko sredstev s strani ministrstva in države?
26. Kakšne zakonodaje imajo drugje po svetu za vrhunske športnike invalide in ali lahko te zakonodaje primerjate s Slovenijo; če je to sploh mogoče?
27. Verjamem, da so drugje po svetu veliko bolj odprti in pripravljeni sprejemati drugačnost, kot v Sloveniji. Kakšno mnenje imate glede teh tabujev, ki so še vedno v veliki meri prisotni v naši državi? Ali mislite, da je to sploh na kakšen način možno spremeniti?
28. Ali bi bili pripravljeni voditi Slovensko reprezentanco v odbojki sede, če bi vam to bilo ponujeno?
29. Zanima me, kaj uporabljate/ste uporabljali pri izpeljavi/načrtovanju treningov, to predvsem mislim na dosegljivo literaturo, učbenike, lastne izkušnje,...
30. Ali sploh obstaja v Sloveniji kakršna koli literatura v odbojki sede, ki bi olajšala delo trenerjem (vem da je literature za odbojko kar nekaj)?
31. Če ne obstaja, kaj bi bilo po vašem mnenju potrebno narediti, da bi se ta literatura priskrbelo in bi s tem olajšala delo trenerjem?
32. Ali obstaja literatura o odbojki sede drugje po svetu, v katerih drugih državah?
33. Ali obstajajo v Sloveniji kakšni seminarji za usposabljanje trenerskega kadra v odbojki sede (za odbojkarske trenerje je to namreč poskrbljeno)?
34. Kaj pa v tujini, ali obstajajo seminarji za usposabljanje trenerjev odbojke sede?
35. Kakšni so vaši cilji za v prihodnje?
36. Ali želite še sami temu intervjuju kaj dodati?

Hvala za sodelovanje!

Mateja Tajnik

