

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKO DELO

ANJA ŠROT

Ljubljana, 2013

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT
Športno treniranje
Aerobika

**VSEBINE ŠPORTNIH PROGRAMOV V CUDV ČRNA NA
KOROŠKEM**

DIPLOMSKO DELO

MENTOR

prof. dr. Damir Karpljuk, prof. šp. vzg.

SOMENTOR

asist. Vedran Hadžić, dr. med

RECENZENTKA

prof. dr. Mateja Videmšek, prof. šp. vzg.

Avtorica dela

ANJA ŠROT

Ljubljana, 2013

ZAHVALA

Zahvaljujem se mentorju prof. dr. Damirju Karpljuku za strokovno pomoč, svetovanje ter ažurno posredovanje povratnih informacij pri izdelavi diplomskega dela. Prav tako se zahvaljujem prof. šp. vzg. Silvu Polcu za strokovno svetovanje, vodenje in vso posredovano literaturo.

Posebna zahvala gre mojim najbližjim, ki so verjeli vame!

Ključne besede: osebe z motnjo v duševnem razvoju, prilagojena športna dejavnost, šport za osebe z motnjo v duševnem razvoju

VSEBINE ŠPORTNIH PROGRAMOV V CUDV ČRNA NA KOROŠKEM

Število strani: 68, število tabel: 14, število slik: 9, število virov: 40, število prilog: 1

Anja Šrot

IZVLEČEK

Namen diplomskega dela je bil predstaviti športne programe, ki se izvajajo v Centru za usposabljanje, delo in varstvo (CUDV) Črna na Koroškem. V uvodnem delu so predstavljene motnje v duševnem razvoju in njihova klasifikacija. Predstavljena je zakonska opredelitev otrok s posebnimi potrebami in njihova usmeritev. Prav tako je predstavljen Center za usposabljanje, delo in varstvo z vidika splošne organiziranosti, strokovnega kadra, vzgojno-izobraževalnih programov, strokovnih in ostalih dejavnosti.

Osrednja tema diplomskega dela je predstavitev športnih programov za osebe z motnjo v duševnem razvoju. Šport za osebe z motnjo v duševnem razvoju v CUDV Črna na Koroškem temelji na posebnem programu vzgoje in izobraževanja. V ta namen so bile predstavljene vsebine športnih programov glede na obvezno in neobvezno izobraževanje ter usposabljanje za življenje in delo. Prav tako je predstavljeno tedensko število ur športnega izobraževanja v CUDV. Kot zanimivost sta bili predstavljeni posebni in obogateni obliki dejavnosti, ki jih izvajajo. Glede tekmovalnega športa je bil predstavljen športni program kot predmet poučevanja posebnega programa vzgoje in izobraževanja, katerega vsebina predstavlja športe specialne olimpiade.

Pri nastajanju diplomskega dela nam je bila v pomoč strokovna domača in tuja literatura, svetovni splet, lastna opazovanja in zbrane informacije na hospitacijah.

Key words: persons with mental development disorder, adjusted sports activity, sports for persons with mental development disorder

THE CONTENT OF SPORTS PROGRAMS IN THE CUDV ČRNA NA KOROŠKEM

Number of pages: 68, number of charts: 14, number of pictures: 9, number of sources: 40, number of attachments: 1

Anja Šrot

SUMMARY

The purpose of this diploma paper was to present the sports programs, which are performed in The centre for training, work and care (CUDV) Črna na Koroškem. The mental development disorders and their classification were presented in the introduction. The statutory definition of children with special needs and their direction was presented. The CUDV Črna na Koroškem was presented from the perspective of the general organisation, of the professional staff, educational programme and professional and other activities.

The central theme of this diploma paper was to present the sports programs for persons with mental development disorders. Sports for persons with mental development disorders in the CUDV in Črna na Koroškem are based upon a special educational programme. The contents of the sports programs considering the obligatory and optional education and training for life and work were presented. Also the number of hours for sports education per week in the CUDV was presented. The special and enriched forms of activities that are performed were presented as an additional point of interest. Regarding competitive sports, the sports programme as a teaching subject was presented, which is a special programme of education and its content represents the sports for Special Olympics.

Domestic and foreign expert literature, the internet, our own observations and the information, which we gained and gathered during practical work, were great help for the creation of this diploma paper.

KAZALO

1 UVOD	8
1.1 MOTNJE V DUŠEVNEM RAZVOJU	9
1.1.1 DEFINICIJE MOTENJ V DUŠEVNEM RAZVOJU	9
1.1.2 KLASIFIKACIJA	10
1.2 ZAKON O USMERJANJU OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI.....	13
1.2.1 OPREDELITEV OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI	13
1.2.2 VZGOJA IN IZOBRAŽEVANJE OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI.....	14
1.3 GIBALNA OVIRANOST	15
1.3.1 OPREDELITEV GIBALNE OVIRANOSTI.....	15
1.3.2 STOPNJA GIBALNE OVIRANOSTI.....	16
1.3.3 NAJPOGOSTEJŠA OBOLENJA GIBALNE OVIRANOSTI.....	17
1.4 CENTER ZA USPOSABLJANJE DELO IN VARSTVO ČRNA NA KOROŠKEM.....	20
1.4.1 NASTANEK IN POMEMBNI MEJNIKI V ZAČETNEM DELOVANJU.....	20
1.4.2 PREDSTAVITEV SPLOŠNE ORGANIZIRANOSTI CUDV.....	23
1.4.3 VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNI PROGRAM.....	26
1.5 PROBLEM IN CILJI	34
2 METODA DELA	35
3 RAZPRAVA	36
3.1 ŠPORT ZA OSEBE Z MOTNJO V DUŠEVNEM RAZVOJU.....	36
3.2 ŠPORT V CENTRU ZA USPOSABLJANJE DELO IN VARSTVO ČRNA	37
3.3 PREDSTAVITEV ŠPORTNIH VSEBIN PO PROGRAMIH.....	39
3.4 ŠPORT SKOZI POSEBNI PROGRAM VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA	40
3.4.1 PRIKAZ TEDENSKEGA ŠTEVILA UR ZA RAZLIČNA PODROČJA POSEBNEGA PROGRAMA VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA	40
3.4.2 PODROČJA POUČEVANJA POSEBNEGA PROGRAMA VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA PO STOPNJAH OBVEZNEGA OSNOVNEGA PROGRAMA.....	44
3.4.3 PODROČJA POUČEVANJA POSEBNEGA PROGRAMA VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA - NADALJEVALNI PROGRAM OSNOVNOŠOLSKE RAVNI.....	45
3.4.4 PODROČJA POUČEVANJA POSEBNEGA PROGRAMA VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA NEOBVEZNEGA OSNOVNEGA PROGRAMA (nadaljevalni program osnovnošolske ravni II)	47
3.4.5 RAZŠIRJENI PROGRAM.....	47
3.4.6 PREDMETI POUČEVANJA POSEBNEGA PROGRAMA VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA – USPOSABLJANJE ZA ŽIVLJENJE IN DELO	49
3.5 ŠPORTNI PROGRAM IN TEKMOVANJA	51
3.6 POSEBNE IN OBOGATENE OBLIKE DELA.....	57
3.6.1 HIPOTERAPIJA.....	57
3.6.2 HALLIWICK.....	58
3.7 SPECIALNA OLIMPIADA	60
3.7.1 POZITIVNI UČINKI SPECIALNE OLIMPIADE.....	60
3.8 MATP – TRENING MOTORIČNIH AKTIVNOSTI.....	61
3.8.1 POZITIVNI UČINKI	61
3.8.2 PODROČJA AKTIVNOSTI	62
4 SKLEP	63
5 VIRI	65
6 PRILOGE	68

Kazalo slik

<i>SLIKA 1. PRIKAZ ŠPORTNIH VSEBIN PO PROGRAMIH (S. POLC, ARHIV).</i>	38
<i>SLIKA 2. PLAVANJE NA 16. DRŽAVNIH IGRAH SOS (SPECIALNA OLIMPIADA, 2012).</i>	52
<i>SLIKA 3. PREDSTAVITEV ŠPORTNIKOV PO INSTITUCIJAH NA 16. DRŽAVNIH IGRAH SOS (SPECIALNA OLIMPIADA, 2012).</i>	52
<i>SLIKA 4. PREDSTAVITEV SLOVENSКИH TEKMOVALCEV NA OI SPECIALNE OLIMPIADE (S. POLC, ARHIV).</i>	53
<i>SLIKA 5. TEKMOVALEC CUDV ČRNA NA KOROŠKEM OSVOJIL 1. MESTO (S. POLC, ARHIV).</i>	55
<i>SLIKA 6. IZVAJANJE HIPOTERAPIJE S TERAPEVTKO OB KONJU (HIPOTERAPIJA, 2012).</i>	56
<i>SLIKA 7. IZVAJANJE HIPOTERAPIJE S TERAPEVTKO NA KONJU (HIPOTERAPIJA, 2012).</i>	57
<i>SLIKA 8. IZVAJANJE METODE HALLIWICK – RAVNOTEŽJE IN MIROVANJE V VODI (HALLIWICK, 2012).</i>	58
<i>SLIKA 9. IZVAJANJE METODE HALLIWICK – PRILAGAJANJE NA VODO (HALLIWICK, 2012).</i>	58

1 UVOD

Šport je pomemben dejavnik socialnega življenja človeka. Omogoča mu, da se zabava v družbi z drugimi, sklepa poznanstva in prijateljstva ter se počuti del skupine. V šport se lahko vključuje skozi najrazličnejše socialne vloge, ki mu vsaka na svoj način prinašajo izkušnje, ki mu koristijo v drugih življenjskih situacijah. Uči se sodelovati, povezovati, stremeti k skupnemu cilju, biti strpen, upoštevati pravila, podrežati se vodji, doživljati zmage in prenašati poraze (Peljhan, 2012).

Osebe z motnjo v duševnem razvoju so bolj okorne in potrebujejo več časa za svoj miselni in telesni razvoj, a so vseeno sposobne priti do svojega cilja po normalni življenjski in izobraževalni poti. Pri razvoju so še posebej pomembni ustrezni pogoji za miselni in telesni razvoj, saj v primeru neustreznih pogojev lahko pride do motenj v razvoju, zato otroci ne uspejo razviti vseh biološko danih sposobnosti. Zaradi neustreznih pogojev tako nastane lažja funkcijska motnja v duševnem razvoju (Mrevlje, 2009).

Gibanje in udejstvovanje v športnih dejavnostih sta pomembna tudi za osebe z motnjo v duševnem razvoju. Že od najzgodnejših razvojnih obdobjev poteka psihosocialni razvoj v tesni prepletenosti z razvojem motorike in gibanja. Motorične funkcije otroku omogočajo lastno aktivnost, odzivanje navzven, iniciativnost, prakticiranje, eksperimentiranje in pridobivanje številnih drugih izkušenj, ki so nujno potrebne pri procesu individualizacije in zdravem kognitivnem, čustvenem in socialnem razvoju (Peljhan, 2012).

»Vpliv športa na razvoj osebnosti potrjujejo številne raziskave. Osebe, ki se ukvarjajo s športom, se od tistih, ki se s športom ne ukvarjajo, razlikujejo v več osebnostnih potezah. Na splošno so bolj ekstravertirani, bolj storilnostno naravnani in čustveno stabilnejši. Imajo večjo potrebo po dražljajih, lažje prenašajo frustracije, se znajo bolje soočati s težavami in imajo nasploh boljše samopodobo. V družbi se dobro znajdejo in so bolj komunikativni. Imajo visoko motivacijo, pri doseganju cilja so do neke mere samodisciplinirani in sposobni prevzemati odgovornost« (Peljhan, 2012). Prav vse to velja tudi za športnike in osebe z motnjo v duševnem razvoju, ki imajo ne glede na telesne in duševne sposobnosti pravico do športne vzgoje med izobraževanjem ter pravico do udejstvovanja na tekmovanjih, ki so gonilna sila športnih dejavnosti.

1.1 MOTNJE V DUŠEVNEM RAZVOJU

1.1.1 DEFINICIJE MOTENJ V DUŠEVNEM RAZVOJU

Motnje v duševnem razvoju se pojavljajo v vseh obdobjih človeštva kot neizogibna varianta človekove vrste. Niso enostaven pojav, niso bolezni, ki so ozdravljive ali ne (Smolak, 2001).

Težko je določiti eno definicijo, ki bi dovolj široko zajela vse značilnosti oseb z motnjo v duševnem razvoju. Strokovnjaki opisujejo in definirajo motnje z različnih vidikov in na podlagi različnih kriterijev.

Najpogostejši kriteriji, ki se pojavljajo v različnih definicijah so: razvojno obdobje, intelektualni primanjkljaj, socialna neustreznost, organska osnova in neozdravljivost stanja (Jakulić, 1981, v Novljan, 1997).

Nekaj definicij, ki so definirane na podlagi teh kriterijev:

»Motnja v duševnem razvoju je stanje nepopolnega razvoja take vrste in stopnje, da se oseba ne more prilagoditi okolju in potrebuje stalen nadzor in pomoč odraslih oseb« (Tredgold, 1937, v Novljan, 1997).

»Oseba z motnjo v duševnem razvoju je tista oseba, ki ni sposobna upravljati sama s seboj ali s svojim delom ter potrebuje stalen nadzor in pomoč odraslih oseb« (Benda, 1954, v Novljan, 1997).

»Motnja v duševnem razvoju je stanje resne in trajne poškodbe osrednjega živčnega sistema. Vzroki so lahko naslednji: zaostajanje v razvoju nevronov, poškodba živčnega tkiva v prenatalnem ali zgodnjem postnatalnem obdobju« (Wallin, 1950, v Novljan, 1997).

Lačen (2001, str. 11) je prav tako strokovno opisal motnje v duševnem razvoju in dal trdno osnovo za razumevanje tega pojava:

»Motnja v duševnem razvoju (duševna prizadetost, mentalna retardacija) pomeni pomembno omejitev v vsesplošnem funkcioniranju posameznika. Je splošno podpovprečno intelektualno funkcioniranje, ki se pojavlja v razvojni dobi in je vezano na neadekvatnost adaptivnega reagiranja (vedenja) in to na področjih samostojnosti, komunikacije, socializacije in razumevanja.«

Oseba z motnjo v duševnem razvoju je »oseba, ki pri testiranju doseže rezultat, ki bistveno odstopa v podpovprečje na vsaj dveh od naslednjih področij adaptivnega vedenja: komunikacija, skrb za samega sebe, domača opravila, znajti se v okolju, funkcionalno akademska znanja, samousmerjanje, zdravje in varnost, prosti čas, delo in zaposlitev, socialno interpersonalna sposobnost« (Lačen, 2001, str. 12).

1.1.2 KLASIFIKACIJA

Kriteriji za klasificiranje oseb z motnjo v duševnem razvoju so zelo heterogeni. Obstaja veliko sistemov klasifikacij, ki temelje na različnih znanostih. V splošnem ločimo psihomotorično, socialno, pedagoško in klinično klasifikacijo (Smolak, 2001).

Inteligentnost označujemo v območju inteligenčnega kvocienta. Prav tako na podlagi kvocienta določamo duševno manjrazvitost.

Tomori (1999) opisuje inteligentnost v območju inteligenčnega kvocienta od 70–79 kot mejno, od 50–69 kot blago duševno manjrazvitost, od 35–49 kot zmerno duševno manjrazvitost, od 20–34 kot hudo in pod 20 globoko duševno manjrazvitost.

Razvojne značilnosti duševno manjrazvitih oseb, povzete po Tomori (1999):

Tabela 1

Razvojne značilnosti manjrazvitih oseb (Tomori, 1999)

Stopnja umske manjrazvitosti	Sposobnosti	Potreba po pomoči	Telesna prizadetost
blaga IQ 50–69	- sposobnost za osnovno skrb zase - dobra komunikativnost,	- veliko spodbude, - prilagojena pomoč pri	- možna telesna prizadetost največkrat na

	<p>posebno v znanih okoliščinah,</p> <ul style="list-style-type: none"> - sposobnost za učenje osnovnih znanj in enostavnejših opravil 	<p>učenju,</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomoč pri zahtevnejših opravilih zase, - varovanje v manj predvidljivih okoliščinah 	<p>senzomotoričnem področju</p>
<p>zmerna IQ 35–49</p>	<ul style="list-style-type: none"> - manjše socialne sposobnosti, - slabša sposobnost komunikacije, - običajno ustrezne motorične sposobnosti, - razumevanje preprostejših dogajanj 	<ul style="list-style-type: none"> - možna samostojnost v znanih in domačih okoliščinah, - sicer potreba po spodbudah, usmeritvi, zaščiti 	<ul style="list-style-type: none"> - pogoste posamične telesne motnje, - možnih več vrst telesne prizadetosti
<p>huda IQ 20–34</p>	<ul style="list-style-type: none"> - enostavno sporazumevanje, - slaba prilagodljivost, - majhne sposobnosti učenja najpreprostejših dejavnosti, - nesposobnost opazna na vseh področjih duševnih funkcij, - minimalna komunikativnost (neverbalna) 	<ul style="list-style-type: none"> - pomoč pri osnovni skrbi zase, - spodbuda pri opravljanju najbolj enostavnih opravil, - potrebno vse: nega, pomoč, varovanje, nadzor 	<ul style="list-style-type: none"> - telesna prizadetost na področjih več organskih sistemov

Tabela 1 prikazuje razvojne značilnosti manjrazvitih oseb glede na telesno prizadetost, sposobnosti teh oseb ter potrebe po pomoči.

Opredelevanje motenj v duševnem razvoju je zanesljivo razvojna naloga, ki se bo s časom spreminjala in dopolnjevala. Sodobno razumevanje motenj v duševnem razvoju in odnos do oseb z motnjami sta zrcalo stopnje razvoja humanosti neke družbe na eni in vsesplošne razvitosti na drugi strani (Smolak, 2001).

Pri razumevanju oseb z motnjami v duševnem razvoju je prišlo do napredka, da se motnje v duševnem razvoju ne razumeva več kot neke absolutne lastnosti posameznika, temveč kot neko stanje odvisno od načina interakcije (sovplivanja) osebe z motnjami v duševnem razvoju s svojimi vrstniki v svojem okolju. Posledica tega je, da v ospredje ni več postavljen intelektualni razvoj in z njim kategorije inteligenčnega kvocienta, temveč nivo pomoči, ki jo posamezna oseba potrebuje na enem, dveh ali več adaptivnih področjih (Lačen, 2001).

»Lačen (2001, str. 13) je prikazal prehod iz starega v novo pojmovanje. Zaradi lažjega razumevanje je potegnil paralele:«

Tabela 2

Prehod iz starega v novo pojmovanje (Lačen, 2001)

STARO	NOVO
MOTNJA	POMOČ
lažja	občasna
zmerna	omejena
težja	obsežna
težka	vse obsegajoča

Tabela 2 prikazuje prehod iz starega v novo pojmovanje motenj v duševnem razvoju.

Navaden nivo pomoči se razvršča v naslednje funkcionalne opredelitve (Lačen, 2001):

OBČASNA – pomoč se daje po potrebi, občasno. Oseba ne rabi stalne pomoči; pomoč je kratkotrajna v konkretnih življenjskih situacijah oziroma okoljih.

OMEJENA – pomoč je dokaj konstantna v določenem časovnem obdobju.

OBSEŽNA – pomoč je stalna v določenih situacijah in ni časovno omejena.

VSE OBSEGAJOČA – pomoč je trajna v vseh situacijah v teku celega življenja.

»Odvisno od ugotovljene potrebne pomoči posamezni osebi, se ta usmeri (vključi) v zanj ustrezen program šolanja (in tudi drugih oblik pomoči) ter ustrezen program življenja oziroma dela v odraslem obdobju« (Lačen, 2001, str. 12).

1.2 ZAKON O USMERJANJU OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI

V Sloveniji je leta 2007 začel veljati Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (ZUPP). Zakon ureja usmerjanje otrok, mladostnikov in mlajših polnoletnih oseb s posebnimi vzgojno-izobraževalnimi potrebami ter določa načine in oblike izvajanja vzgoje in izobraževanja (Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami, 2007).

1.2.1 OPREDELITEV OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI

Po 2. členu Zakona o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami so otroci opredeljeni kot:

- otroci z motnjami v duševnem razvoju,
- slepi in slabovidni otroci oziroma otroci z okvaro vidne funkcije,
- gluhi in naglušni otroci,
- otroci z govorno-jezikovnimi motnjami,
- gibalno ovirani otroci,
- dolgotrajno bolni otroci,
- otroci s primanjkljaji na posameznih področjih učenja,
- otroci z avtističnimi motnjami ter
- otroci s čustvenimi in vedenjskimi motnjami, ki potrebujejo prilagojeno izvajanje programov vzgoje in izobraževanja z dodatno strokovno pomočjo ali prilagojene programe vzgoje in izobraževanja oziroma posebne programe vzgoje in izobraževanja (Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami, 2007).

1.2.2 VZGOJA IN IZOBRAŽEVANJE OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI

Vzgoja in izobraževanje otrok poteka po:

- programih za predšolske otroke s prilagojenim izvajanjem in dodatno strokovno pomočjo,
- prilagojenem programu za predšolske otroke,
- vzgojno-izobraževalnih programih s prilagojenim izvajanjem in dodatno strokovno pomočjo,
- prilagojenih programih vzgoje in izobraževanja z enakovrednim izobrazbenim standardom,
- prilagojenih programih vzgoje in izobraževanja z nižjim izobrazbenim standardom,
- posebnem programu vzgoje in izobraževanja za otroke z zmerno, težjo in težko motnjo v duševnem razvoju in drugih posebnih programih ter
- vzgojnih programih (Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami, 2007).

Otroci s posebnimi potrebami se usmerijo v programe glede na vrsto in stopnjo pomanjkljivosti.

Za otroke s posebnimi potrebami, ki glede na vrsto in stopnjo primanjkljaja, ovire oziroma motnje ne morejo doseči izobrazbenega standarda po izobraževalnem programu osnovnošolskega izobraževanja, se sprejme prilagojen izobraževalni program z nižjim izobrazbenim standardom in posebni program za otroke z zmerno, težjo in težko motnjo v duševnem razvoju (Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami, 2007).

V Pravilniku o razvrščanju in razvidu otrok, mladostnikov in mlajših polnoletnih oseb z motnjami v telesnem in duševnem razvoju (1977) je motnja v duševnem razvoju definirana takole:

- Otroci z lažjo motnjo v duševnem razvoju imajo tako zmanjšane sposobnosti za umsko delo, da ne morejo biti uspešni pri rednem vzgojno-izobraževalnem delu in potrebujejo zato posebne oblike usposabljanja (orientacijski IQ je od 51–70).
- Otroci z zmerno motnjo v duševnem razvoju imajo zmanjšane sposobnosti za samostojno delo, so pa sposobni vzdrževati kontakt z okolico, pridobiti navade in

skrbeti za svoje osnovne potrebe ter se priučiti za preprosta opravila (orientacijski IQ 36–50).

- Otroci s težjo motnjo v duševnem razvoju imajo tako zmanjšane sposobnosti, da so omejeni v gibanju, govoru in skrbi za svoje osnovne potrebe ter so nesposobni za samostojno delo, lahko pa se priučijo za najbolj enostavna opravila (orientacijski IQ 21–35).
- Otroci s težko motnjo v duševnem razvoju imajo tako slabo razvite umske sposobnosti, da so tako omejeni v svoji sposobnosti gibanja, govora in skrbi za svoje osnovne potrebe, da potrebujejo stalno varstvo, posebno skrbstvo in nego (orientacijski IQ pod 20).

1.3 GIBALNA OVIRANOST

1.3.1 OPREDELITEV GIBALNE OVIRANOSTI

Gibalna oviranost je zelo širok pojem. Vzrokov za njen nastanek je veliko, kaže pa se v zelo različnih obsegih.

Na splošno lahko rečemo, da so otroci z gibalno oviranostjo tisti otroci, ki imajo prirojeno ali pridobljeno telesno okvaro ali motnjo, ki se kaže v manjših zmožnostih pri hoji, uporabi rok ali izvajanju drugih motoričnih aktivnosti. Poleg težav na področju gibanja in mobilnosti so ti otroci pogosto ovirani tudi na področju osebne nege, komunikacije, učenja in drugih življenjskih dejavnosti. V primerih, ko je gibalna oviranost posledica okvare osrednjega živčnega sistema, so specifične potrebe otrok še posebej kompleksne, saj ob tem pogosto pride tudi do posebnosti v otrokovem intelektualnem in psihosocialnem razvoju (Peljhan, 2006, v Grad, 2010).

Stopnja gibalne oviranosti je odvisna od zmožnosti posameznika za opravljanje gibalne dejavnosti. Pri tem je bistvenega pomena ali posameznik za opravljanje gibanja potrebuje pripomočke, pomoč druge osebe ali pa gibanja sploh ne more opravljati (Peljhan, 2006, v Grad, 2010).

Vute (1989, str. 14) v svojem delu opisuje pogoste izraze telesno prizadetih oseb (okvara, prizadetost, invalidnost) in pravi, da so okvare »stalne ali začasne, prisotne od rojstva ali pridobljene naključno« in lahko temeljijo na psihološki ali medicinski osnovi. Prizadetost se kaže kot zmanjšana sposobnost za osnovne življenjske funkcije, kot so hoja, oblačenje, prehranjevanje itd. (Thomas, 1982, v Vute, 1989). Učinek okvare ali prizadetosti, ki ne prizadene samo določene dele, temveč celo osebnost, pa imenujemo invalidnost (Vute, 1989).

1.3.2 STOPNJA GIBALNE OVIRANOSTI

V *Kriterijih za opredelitev in stopnjo primanjkljajev, ovir oziroma motenj otrok s posebnimi potrebami* (2006) se gibalna oviranost razlikuje glede na:

- lažje gibalno ovirani otroci: otrok ima motnje gibov, ki povzročajo lažjo funkcionalno motenost, hodi samostojno tudi izven prostorov, lahko ima težave pri teku in daljši hoji po neravnem terenu, samostojen je pri vseh opravilih, razen pri tistih, ki zahtevajo dobro spretnost rok. Ni odvisen od pripomočkov, potrebuje le manjše prilagoditve. Za izvajanje šolskega dela ne potrebuje fizične pomoči, pri nekateri oblikah dela so potrebni pripomočki (posebna pisala, orodje, miza ali stol).
- zmerno gibalno ovirani otroci: otrok ima motnje gibov, ki povzročajo zmerno funkcionalno oviranost, sicer samostojno hodi zunaj prostorov ali na krajše razdalje, možna je uporaba pripomočkov (posebni čevlji, ortoze, bergle), ima težave na neravnem terenu in stopnicah, kjer je počasnejši, potrebuje nadzor in oprijemanje. Na srednje in večje razdalje uporablja prilagojeno kolo ali voziček za transport na ročni pogon ali pomoč in nadzor druge osebe. Fina motorika rok je lahko zmerno motena. Pri dnevnih opravilih potrebuje nadzor ali pomoč pri zahtevnejših opravilih, za izvajanje potrebuje prilagoditve ali pripomočke. Lahko je prisotna motnja kontrole sfinktrov, ki jo obvladuje otrok sam ali pod nadzorom. Pri izvajanju šolskega dela občasno potrebuje fizično pomoč druge osebe.
- težje gibalno ovirani otroci: otrok ima motnje gibov, ki povzročajo težjo funkcionalno oviranost, sicer hodi samostojno na krajše razdalje, čeprav tudi hoja na krajše razdalje brez pripomočkov ni funkcionalna, lahko na kratke razdalje del dneva uporablja ortoze in hoduljo. Za večji del gibanja znotraj in zunaj prostorov potrebuje voziček na ročni pogon, zunaj prostorov pa tudi prilagojeno kolo ali pomoč druge osebe. Hoja po

stopnicah ni možna. Fina motorika je motena in ovira dobro funkcijo rok. Pri dnevnih opravilih potrebuje stalno delno pomoč druge osebe. Morebitne motnje kontrole sfinktrov zahtevajo iztiskanje mehurja ali samokateterizacijo. Pri izvajanju večine šolskega dela potrebujejo fizično pomoč.

- težko gibalno ovirani otroci: otrok ima zelo hude motnje gibanja, ki povzročajo popolno funkcionalno odvisnost. Samostojno gibanje ni možno, lahko doseže samostojnost v gibanju z elektromotornim vozičkom. Za sedenje potrebuje posebej prilagojene pripomočke. Ima malo funkcionalnih gibov rok. Možne so posebne prilagoditve hranjenja (sonda). V vseh dnevnih opravilih je odvisen od tuje pomoči, lahko se delno hrani tudi sam. Morebitna motnja sfinktrov je težje oblike in zahteva urejanje s pomočjo druge osebe. Pri izvajanju šolskega dela potrebuje stalno fizično pomoč.

1.3.3 NAJPOGOSTEJŠA OBOLENJA GIBALNE OVIRANOSTI

Poškodbe in obolenja, ki povzročajo gibalno oviranost, so:

1.3.3.1 Cerebralna paraliza

Cerebralna paraliza je motnja drže in gibanja in je posledica poškodbe dela ali delov možganov, ki nadzorujejo in usklajujejo mišično napetost, reflekse, položaj telesa in gibanje. Vzroki, da pride do cerebralne paralize, so pogosto poškodbe, ki nastanejo pred ali med porodom in so posledica pomanjkanje kisika v možganih zarodka in presnovne motnje (diabetes ali toksemija) matere. Lahko se pojavi tudi zaradi predčasnega poroda (Vute, 1999).

Oblike živčno-mišične prizadetosti:

- spastičnost: problemi mišične napetosti, 50–70% primerov,
- atetoza: nenadzorovanost gibov, 20–30% primerov,
- ataksija: težave z ravnotežjem, 5–10% primerov,
- tremor: tresenje delov telesa, 1–2% primerov ter
- otrplost ali okorelost: 2–4% primerov (Vute, 1999).

Poleg naštetih oblik prizadetosti se pojavljajo tudi povezave med njimi. Najpogostejša povezava je med spastičnostjo in atetozo (Vute, 1999).

Poleg vsega se pri osebah s cerebralno paralizo lahko pojavijo posledice na intelektualnem področju, posledice na področju vida in sluha, ne izključuje tudi nastanek epilepsij (Vute, 1999).

Delitev glede na anatomske in topografske značilnosti:

- monoplegija: prizadetost ene okončine (zelo redka),
- hemiplegija: prizadetost leve ali desne strani telesa (35–45% primerov),
- paraplegija: prizadetost samo rok ali nog (10–20% primerov),
- kvadriplegija: prizadetost vseh štirih okončin (15–20% primerov),
- diplegija: prizadetost obeh okončin prevladuje nad prizadetostjo drugih dveh okončin, npr. nogi sta bolj prizadeti kot roki (10–20% primerov),
- dvojna hemiplegija: prizadetost obeh strani telesa, toda različno, običajno je zgornji del telesa močnejše prizadet v primerjavi s spodnjim (redko) ter
- triplegija: prizadetost obsega tri okončine (redko) (Vute, 1999).

Cerebralna paraliza se pojavlja neodvisno od socialnega okolja. Je le izjemoma dedno zasnovana (Vute, 1999).

1.3.3.2 Mišična distrofija

Mišična distrofija je obolenje, ki ga povzroča pomanjkanje proteina distrofin v mišicah. Kaže se v slabljenju različnih mišičnih skupin (Haskell, 1994, v Grad, 2010). Poznamo različne oblike mišične distrofije.

Glede na način dedovanja in stopnjo napredovanja ločimo:

→ *Duchenova mišična distrofija*

To je ena izmed najhujših oblik mišične distrofije in je povezana s spolom. Prenaša se po ženski strani, zbolijo večinoma samo fantje, razen zelo redkih izjem. Težave pri tem obolenju se kažejo po drugem letu starosti, ko otrok že hodi. Pojavljajo se težave pri hoji, teku, hoji po

stopnicah. Od devetega leta dalje obolenje napreduje, mišice z leti slabijo in na koncu je potrebna uporaba invalidskega vozička.

→ *ramensko-medenična oblika mišične distrofije*

Prizadene mišice ramenskega in medeničnega obroča. Bolezen prizadene tako moške kot ženske, ponavadi v drugem desetletju življenja. Obolenje se prične kazati v medeničnem in ramenskem področju, nato napreduje še na ostale dele telesa. Na koncu je potreben invalidski voziček. Smrt običajno nastopi zaradi respiratornega infarkta.

→ *facioskapulohumeralna oblika mišične distrofije*

Obolenje se ponavadi pojavi v drugem desetletju življenja in lahko prizadene oba spola. Kaže se na mišicah obraza in ramenskega področja. To obolenje napreduje počasi, prizadetost je sorazmerno nizka (Haskell, 1994, v Grad, 2010).

1.3.3.3 Spina bifida

Izraz spina bifida pomeni razcepljeno oz. razdvojeno hrbtenico. Do nepravilnosti pride zaradi prirojene razvojne motnje hrbtenice, pri kateri vretenčni loki niso pravilno zrasli in oblikovali hrbteničnega kanala. Ta kanal je na določenem predelu odprt (Vute, 1999).

Poznamo tri oblike spine bifide (Vute, 1999):

→ *meningomyelocelo ali mielokela*

Je najhujša oblika spine bifida, pojavlja se v predelu križa, poleg paralize nog in izgube čutov je prizadeta tudi živčna povezava sfinktrov, česar posledica je inkontinenca blata in vode.

→ *meningocelo ali meningokela*

Je podobna oblika mielokele, vendar praviloma brez nevroloških posledic.

→ *spino bifido occulto ali prikrita spina bifida*

Ne povzroča mišične oslabelosti in paralize.

1.3.3.4 Poškodbe hrbtenice

Poškodbe nastanejo v glavnem zaradi zloma hrbtenice in posledično pretrganih spinalnih živčnih poti. Najpogostejši vzroki takih poškodb so prometne nesreče, nesreče pri delu, športu (skok na glavo v preplitvo vodo, padci ob letenju z zmaji, smuk itd.) (Vute, 1999).

Vute (1999) v svojem loči tri glavne vrste poškodb hrbtenice:

→ paraplegija: popolna ali delna izguba funkcij trupa in spodnjih okončin. Območje poškodbe okrog drugega prsnega vretenca (T2).

→ Tetraplegija: popolna ali delna izguba funkcij, skupaj z gibanjem in občutenjem trupa, zgornjih in spodnjih okončin. Območje poškodbe od prvega vratnega do prvega prsnega vretenca (C1 – T1).

→ Delne poškodbe hrbtenice: poškodba hrbtenice je delna, ohranjeni so nekateri občutki in funkcije.

1.4 CENTER ZA USPOSABLJANJE DELO IN VARSTVO ČRNA NA KOROŠKEM

1.4.1 NASTANEK IN POMEMBNI MEJNIKI V ZAČETNEM DELOVANJU

Center za usposabljanje, delo in varstvo (CUDV) se je prvotno imenoval Zavod za delovno usposabljanje mladine v Črni na Koroškem (ZDUM). Ustanovila ga je Republiška skupščina Slovenije decembra 1967, po ukinitvi splošne bolnišnice. Začetna kapaciteta zavoda je bila šestdeset gojencev. Po opravljenih pripravljalnih delih je bilo prvih deset gojencev v zavod sprejetih februarja 1968 (Lačen, 1978).

Stopnja urejenosti zavoda je v vseh takratnih danih možnostih ustrezala zahtevam usposabljanja, problem se je pojavil pri ustreznosti kadra, ki pa se je kasneje z izrednim študijem in štipendiranjem izpopolnil (Lačen, 1978).

Iz statističnih podatkov je razvidno, da je zavod v svojih začetkih usposabljal otroke in mladostnike od 6. do 21. leta starosti, prihajali so iz vseh krajev Slovenije. To so otroci in mladostniki, katerih sposobnosti so prenizke za vključitev v osnovno šolo s prilagojenim programom, so pa dovolj visoke za delovno usposabljanje, prav tako so osebe sposobne skrbeti za lastno urejenost, varnost in so socializirane (Brumen, 1978).

Takratni strokovni kader je vključeval socialno, psihološko, zdravstveno, logopedsko strokovno službo in službo korektivne gimnastike. Naloga strokovnih delavcev je intenzivno spremljanje gojenca v njegovem razvoju, medsebojno sodelovanje in povezovanje (Prošt, 1978).

Zavod je usposabljal gojence skozi različne dejavnosti in aktivnosti. Gojenci so bili vključeni v svobodne aktivnosti kot so likovni, modelarski, ritmični in glasbeni krožek. Poleg dela v delavnicah pod posebnimi pogoji in delovnih organizacijah so svoje sposobnosti razvijali v šolah v naravi, letovanjih na morju in zimskih rekreacijah. Obiskovali so kino predstave, primerne kulturne prireditve, otroke na osnovnih šolah itd. (Maklin in Šegel, 1978).

Danes v sklop CUDV sodijo bivalne skupnosti, varstveno delovni centri (VDC), dnevni center in dve počitniški bazi. Naštete podenote oz. delavnice so na različnih lokacijah (Črna na Koroškem, Ravne na Koroškem, Slovenj Gradec, Muta, Pacug). V času od leta 1968 in do danes se je center močno razvil in dopolnil v svojih dejavnostih, aktivnostih, prostorski urejenosti itd. Povečal in izpopolnil se je strokovni kader, program dela, število gojencev je naraslo na 315 (vključno s številom gojencev v podenotah centra). Usposabljanje otrok in mladostnikov poteka po dveh programih, od 6. do 21. leta in od 21. do 26. leta, po programu individualizacije, ki ga prejme oseba ob sprejemu v center. Bivalne skupnosti so namenjene odraslim osebam od 26. leta dalje, varstveno delovni centri osebam od 18. leta dalje, dnevni center otrokom in mladostnikom, ki živijo doma in dnevni center vsakodnevno obiskujejo (S. Polc, osebna komunikacija, avgust 2012).

CUDV tako zagotavlja usposabljanje, izobraževanje, zaposlitev, varstvo, vodenje, zdravstveno nego in oskrbo ter psihološko in socialno obravnavo oseb z zmernimi, težjimi in težkimi motnjami v duševnem razvoju (Delovni program, 2012).

Lačen (1978) pravi, da je v začetni fazi bistveni namen usposabljanja razvijanje samega sebe, pridobivanje motoričnih spretnosti in razvijanje osnovnih delovnih navad. Končni smoter pa temelji na maksimalnem razvoju delovnih navad in na socializaciji v najširšem smislu.

Pomembni mejniki na področju športa in rekreacije, povzeti po *Iz kronike 40 let (2008)*, skozi čas delovanja centra:

- 1968 ureditev prve telovadnice in zunanjega igrišča,
- 1969 prvo letovanje na morju,
- 1972 združitev sredstev za graditev telovadnice in bazena,
- 1975 otvoritev telovadnice in bazena,
- 1977 dokončanje igrišč in zunanje ureditve zavoda,
- 1982 pričetek iger »mala olimpiada«,
- 1983 uvedba individualizacije,
- 1986 udeležba na jugoslovanskih športnih igrah v Zenici,
- 1988 organizacija 1. športno-družabnega srečanja zavodov,
- 1989 ustanovitev šolskega športnega društva,
- 1991 organizacija prvih zimskih iger specialne olimpiade Slovenije,
- 1991 udeležba na igrah specialne olimpiade v Ameriki,
- 1993 udeležba na zimskih svetovnih igrah specialne olimpiade v Avstriji,
- 1994 organizacija in izvedba 1. regijskih iger specialne olimpiade za regijsko območje Koroška – Celje,
- 1995 preimenovanje ZDUM v CUDV,
- 1995 ureditev prostora za fizioterapijo in fitnes,
- 1995 udeležba na letnih svetovnih igrah specialne olimpiade v ZDA,
- 1996 organizacija evropskega turnirja specialne olimpiade v smučarskih tekih,
- 1997 udeležba petih gojencev na zimskih igrah specialne olimpiade v Kanadi,
- 1997 začetki hipoterapije,
- 1997 zdraviliško letovanje v Moravcih,
- 1998 sanacija bazena,
- 1999 udeležba petih gojencev na letnih igrah specialne olimpiade v Ameriki,
- 1999 šola v naravi na Debelem rtiču,
- 2000 organizacija 10. specialne olimpiade Slovenije, letne igre,

- 2001 udeležba štirih gojencev – tekmovalcev na svetovnih igrah specialne olimpiade na Aljaski,
- 2001 organizacija specialne olimpiade Slovenije: kolesarski turnir, nogometni turnir,
- 2001 sponzorska akcija košarkarjev za CUDV,
- 2003 organizacija 10. jubilejnih iger specialne olimpiade Slovenije,
- 2006 pridobitev počitniške baze v Pacugu,
- 2007 organizacija evropskega turnirja specialne olimpiade v smučarskem teku in krpljanju (19 držav),
- 2007 nova pridobitev telovadnice v dnevnem centru na Ravnah na Koroškem,
- 2010 organizacija memorialnega nogometnega turnirja, kolesarski turnir, nogometni turnir, tekaški turnir (S. Polc, osebna komunikacija, september 2012),
- 2012 udeležba na državnih poletnih igrah specialne olimpiade, evropski turnir v namiznem tenisu, udeležba na 15. olimpijskem teku, izvedba kolesarskega turnirja v Slovenj Gradcu, zaključek nogometne lige, udeležba na ljubljanskem maratonu, udeležba na teku miru, državni turnir v namiznem tenisu, udeležba na državnih vodnih igrah MATP, tekmovanje v plavanju, prirediteljev športnik leta, jesenski kros CUDV, letne šole v naravi, udeležba na maratonu kralja Matjaža, atletske igre centra, udeležba na 48. taborniškem teku, igre centra MATP, organizator 10. zimskih iger (S. Polc, osebna komunikacija, september 2012).

1.4.2 PREDSTAVITEV SPLOŠNE ORGANIZIRANOSTI CUDV

1.4.2.1 Dejavnosti CUDV

- Domsko varstvo otrok in mladostnikov z zmernimi, težjimi in težkimi motnjami v duševnem razvoju,
- dnevno varstvo otrok in mladostnikov z zmernimi, težjimi in težkimi motnjami v duševnem razvoju,
- varstvo, vodenje in zaposlitev pod posebnimi pogoji v varstveno delovnem centru,
- domsko varstvo odraslih oseb z zmernimi, težjimi in težkimi motnjami v duševnem razvoju in

- preizkus delovne zmožnosti in zaposlovanje oseb z lažjimi motnjami v duševnem razvoju oz. težje zaposljivih oseb (program socialne vključenosti) (Delovni program, 2012).

1.4.2.2 Število gojencev in varovancev

- Število gojencev in varovancev: 315
- Usposabljanje: 62
- Varstveno delovni center: 220
- Domsko varstvo odraslih: 196 (Delovni program, 2012).

1.4.2.3 Organizacija CUDV

CUDV izvaja svoje dejavnosti na različnih lokacijah v Koroški regiji. Varstveno delovni center (VDC) deluje v Slovenj Gradcu, na Muti in Ravnah na Koroškem (Hiša sreče). V Črni delujeta bivalni skupnosti Kovač in Brunet, poleg tega nekaj odraslih živi v stanovanjih (na voljo so tri stanovanja). Dnevni center deluje na Ravnah na Koroškem. Poleg vseh enot oz. podenot centralne stavbe, ki se nahajajo v Črni na Koroškem, se dejavnosti centra izvajajo v Pacugu in Topli, katerih namen so letovanja in šole v naravi (Delovni program, 2012).

Urnik dela in usposabljanja

- Delo v CUDV poteka 6:00–22:00, nočno delo (pod nadzorom medicinske sestre, dveh varuhinj in strežnice) poteka od 22:00 do 6:00,
- program usposabljanja poteka v dveh izmenah:
 - dopoldne: 8:00–12:00 (učni del)
 - opoldne: 12:00–14:00 (prosti čas in ustrezna rekreacija)
 - popoldne: 14:00–18:00 (učno-vzgojni del),

- varstveno delovni center poteka v dveh izmenah:
 - dopoldne: 7:00–13:00
 - popoldne: 14:00–19:00
 - opoldne in zvečer: organizirano vzgojno delo
 - za varovance, ki niso v domskem varstvu, potekajo delavnice dopoldne,

- dnevni center je odprt 6:30–16:30 (Delovni program, 2012).

1.4.2.4 Organi upravljanja CUDV

Svet centra je organ upravljanja v CUDV. Sestavljajo ga štirje predstavniki ustanovitelja (Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve), en predstavnik delavcev, predstavnik staršev in predstavnik zainteresirane širše skupnosti (Zveza Sožitje).

Svet staršev je organ centra, ki neposredno ščiti interese gojencev varovancev CUDV. Obravnava vse tekoče poslovanje v centru ter pobude staršev v smislu izboljšanja kvalitete življenja gojencev in varovancev.

Svet uporabnikov obravnava vse zadeve, ki neposredno zadevajo interese gojencev in varovancev in ga sestavlja devet članov.

Poleg zgoraj naštetih treh organov, obstaja še zbor delavcev in zbori organizacijskih enot (S. Polc, osebna komunikacija, september 2012).

1.4.2.5 Strokovni organi CUDV

Strokovni organi CUDV, povzeti po *Delovni program (2012)*:

Strokovni zbor sestavljajo vsi strokovni delavci, vodi ga direktor CUDV. Osnovne vsebinske usmeritve konferenc strokovnega zbora so: strokovna predavanja, referati, poročila iz raznih posvetov, seznanjenje s specialnimi pedagoškimi in drugimi strokovnimi spoznanji in dosežki v Sloveniji in po svetu, obravnavanje tekoče vzgoje in organizacijske problematike itd.

Strokovni svet je najvišji strokovni kolegijski organ CUDV, katerega naloge so sprejemanje enotnega izvajanja delovnih nalog centra, obravnava letnih poročil in načrtov, pripravljanje strokovne podlage, reševanje operativnih in organizacijskih nalog itd.

Strokovna skupina je organ CUDV, katerega stalni člani so direktor (vodja), pedagoški vodja, psiholog, socialna delavka, vodja zdravstvene službe. Občasni člani strokovne skupine so: profesor specialne in rehabilitacijske pedagogike (vodi skupino, katere problematika se obravnava), zdravniki specialisti, logoped, korektivni gimnastik, fizioterapevt, delavni terapevt in delovni inštruktor.

Strokovni kolegij je posvetovalni organ direktorja. Sestavljajo ga vodja splošnih služb, finančne in računovodske službe, pedagoški vodja, vodja izmene, vodja zdravstvene službe, vodje varstveno delovnega centra, vodja kuhinje, vodja vzdrževalcev in pralnice. Njihove naloge so spremljanje organizacijske tehnične problematike centra, podajanje sugestij ustreznim organom za reševanje problematike in skupno sprejemanje nekaterih odločitev, ki so v pristojnosti direktorja.

Poleg zbora, sveta, skupine in kolegija spadajo v strokovni organ CUDV vodje enot.

1.4.3 VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNI PROGRAM

1.4.3.1 Usposabljanje otrok in mladostnikov

V posebni program vzgoje in izobraževanja se lahko vključujejo otroci, mladostniki in odrasle osebe do 26. leta (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006).

- posebni program vzgoje in izobraževanja: od 6. do 21. leta starosti
- posebni program – usposabljanje za življenje in delo: od 21. do 26. leta starosti

Posebni program vzgoje in izobraževanja

Vključujejo se:

- otroci, mladostniki in odrasle osebe z zmerno motnjo v duševnem razvoju,
- otroci, mladostniki in odrasle osebe s težjo motnjo v duševnem razvoju,
- otroci, mladostniki in odrasle osebe s težko motnjo v duševnem razvoju in
- otroci, mladostniki in odrasle osebe s kombiniranimi motnjami ter hudimi motnjami vedenja in osebnosti ter gibalnimi in senzornimi oviranostmi ter poškodbami glave (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006).

Otroci, mladostniki in odrasle osebe so napoteni v CUDV na osnovi odločbe pristojne komisije za usmerjanje otrok s posebnimi potrebami. Tam se poleg osnovne in socialne oskrbe ter zdravstvenega varstva in nege zagotavlja tudi usposabljanje, ki se izvaja po predpisih za področje šolstva. Usposabljanje vključuje organiziranje in izvajanje posebnega vzgojno-izobraževalnega programa, naloge knjižnice, informacijske in druge naloge. Financiranje je izključno s strani države in je za otroke in mladostnike do 18. leta brezplačno (Delovni program, 2012).

Program se deli na več delov, in sicer:

- **obvezni del, ki traja devet let** (vključuje tri stopnje, vsaka stopnja traja tri leta),

Ko oseba zaključi obvezno šolanje; torej ko konča prve tri stopnje, dobi ustrezno potrdilo o izpolnjeni osnovnošolski obveznosti. Individualizirane programe, prilagojene posamezni osebi, pripravlja in izvaja skupinski habilitator s pomočjo strokovnih delavcev in zaposlenih ter v sodelovanju uporabnika, zaželeno pa je tudi aktivno sodelovanje staršev oz. zakonitih zastopnikov. Vsi naštetih sodelujejo pri načrtovanju, izvajanju kot evalvaciji (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006).

- **obvezni del z možnostjo podaljšanja**, ki traja največ tri leta, vključuje četrto stopnjo posebnega programa (vključitev ni obvezna),
- **nadaljevalni (neobvezni) del**, ki traja največ tri leta, vključuje peto stopnjo.

Glavni cilji tekom obveznega usposabljanja:

- spodbujati otrokov razvoj na zaznavnem, gibalnem, čustvenem, miselnem, govornem in socialnem področju,
- navajati na skrb za zdravje in samostojno življenje,
- pridobivati osnovna znanja in spretnosti ter
- navajati na čim bolj aktivno vključevanje v okolje (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006).

Pri vsem tem pa se upoštevajo načela aktivnosti, vključenosti, celovitosti in individualizacije, interdisciplinarnosti, kontinuiranosti, funkcionalnosti, integracije, inkluzije in normalizacije (Delovni program, 2012).

Področja dejavnosti:

- razvijanje samostojnosti,
- splošna poučenost,
- gibalna in športna vzgoja,
- likovna vzgoja,
- delovna vzgoja in
- glasbena vzgoja (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006).

1.4.3.2 Posebni program – usposabljanje za življenje in delo

Posamezen uporabnik posebnega programa se lahko na osnovi dosežene stopnje razvoja ali ugotovljene nadaljnje smotrnosti, po zaključeni peti stopnji programa ali po njegovem 21. letu starosti vključi v program UŽD – usposabljanje za delo in življenje. Ta del programa traja pet let in ga uporabnik na lastno željo lahko zaključi na koncu vsakega šolskega leta oz. z odločbo komisije. Usposabljanje poteka dosledno po individualiziranem programu vsakega uporabnika. Uporabniki programa UŽD se v skladu s svojimi sposobnostmi aktivno vključujejo v oblikovanje svojega individualiziranega programa in to v vseh njegovih fazah (načrtovanju, izvajanju in evalvaciji ciljev). Ob zaključku programa UŽD se uporabniku izda zaključno potrdilo z opisom njegovega stanja, z oceno dosežene stopnje razvoja in smernicami za njegovo čim bolj uspešno vključitev v življenje in delo (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006).

Program zajema naslednja področja:

- splošna poučenost,
- razvijanje in ohranjanje samostojnosti,
- kreativna znanja,
- rekreacija in šport,
- aktivno preživljanje prostega časa,
- razvijanje aktivnega državljanstva ter
- delovne in zaposlitvene tehnike in intimno življenje in odnosi med spoloma (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006).

Pri izbiri programa sta na voljo dve obliki:

- oblika zavodskega tipa, ki vključuje institucionalno namestitev,
- dnevna oblika usposabljanja (S. Polc, osebna komunikacija, september 2012).

Zadnje leto pred zaključkom usposabljanja se ponavadi izvajalec, uporabnik in njegovi starši oz. zakoniti zastopniki ter pristojni Center za socialno delo skupaj začno dogovarjati o nadaljnjih možnostih vključitve posameznika (S. Polc, osebna komunikacija, september 2012).

CUDV ponuja storitve institucionalnega varstva odraslih in storitev varstva, vodenja in zaposlitve pod posebnimi pogoji. V večini primerov se uporabniki odločijo za kombinacijo obeh. CUDV v obeh primerih zagotavlja osnovno oskrbo, socialno oskrbo ter zdravstveno varstvo in nego za vse tiste, ki ostanejo v zavodskem tipu obravnave, dislociranih stanovanjskih skupnostih ali dislociranih bivalnih enotah (S. Polc, osebna komunikacija, september 2012).

1.4.3.3 Varstveno delovni center

Program dela je vezan na opravljanje kooperantskih del za podjetja v občinah Koroške, na lastni program in storitvene dejavnosti (S. Polc, osebna komunikacija, september 2012).

1.4.3.4 Domsko varstvo

Domsko varstvo je namenjeno odraslim osebam. V celoti je organizirana nastanitev. Program dela in prosti čas sta bogata z vsebinami in dejavnostmi, ki izboljšujejo kvaliteto njihovega življenja. Varovanci se vključujejo v aktivnosti izven centra, s tem se doseže večja normalizacija in kvaliteta življenja (S. Polc, osebna komunikacija, september 2012).

1.4.3.5 Strokovne dejavnosti centra

Zdravstvena dejavnost

Zdravstvena dejavnost je sestavni del delovnega procesa v CUDV Črna. Poleg zdravstvene službe, katere sedež je v CUDV, je organizirana tudi mobilna zdravstvena služba. Glavna naloga zdravstvene dejavnosti je ohranjanje zdravja in preprečevanje obolenj. Skrbi za zdravljenje in rehabilitacijo gojencev in varovancev. Sodeluje pri načrtovanju, izvajanju, razvoju, koordinaciji in vrednotenju zdravstvenih storitev v ustanovi. Pomembna vloga je upoštevanje individualnih potreb, vključevanje posameznika in njegove družine pri vključevanju zdravstvene nege. CUDV sodeluje s splošno zdravnico, ki gojence in varovance obišče trikrat na teden. Prav tako sodelujejo z zobozdravstveno ambulanto, pedopsihiatrom, psihiatrom, pedonevrologom, ortopedom in ginekologom. Vsakodnevno je organizirano spremstvo na specialistične preglede. Urejene so interne hospitalizacije za akutna obolenja, okrevanja po operacijah in težja bolezenska stanja (Jeza idr., 2008).

Med gojenci in varovanci se pojavlja vse več potreb po pomoči pri hranjenju, gibanju, osebni negi, zagotavljanju splošnega nadzora in spremljanja zdravstvenega stanja preko dneva in noči.

Psihološka obravnava

Jeza idr. (2008) pravijo, da psiholog obravnava osebne, vedenjske in druge mentalne motnje na osnovi spoznanj o posameznih nevrovedenjskih sindromih in drugih mentalnih motnjah. Prav tako skrbi za razvoj in dopolnjevanje psihodiagnostičnih sredstev, kar mu omogoča, da poskuša svoje predloge in intervencije utemeljiti na čim boljši oceni. Za obravnavo gojenca oz. varovanca je pomembno sodelovanje s pedagoškimi delavci, psihiatrom, pedopsihiatrom, starši in drugimi strokovnjaki.

Socialno delo

Ena izmed glavnih nalog socialne delavke je sprejem, odpust in premestitev gojencev oz. varovancev v drugo institucijo oziroma program vključitve. Sodeluje z vsemi potrebnimi službami in vzpostavi kontakte s socialno mrežo gojenca oz. varovanca, z namenom urejanja in izvedbe potrebnih postopkov. Skrbi za povezovanje varovancev z matičnimi družinami in okoljem ter za ohranjanje stikov z rejniškimi družinami. Poleg sodelovanja pri individualiziranih programih usposabljanja skrbi za prevoze uporabnikov med vikendi, prazniki in počitnicami. Po načelih zagovorništvja skrbi za pretok ustreznih in korektnih informacij v postopkih drugih institucij in nudi potrebno oporo gojencem in varovancem. Poleg vsega omenjenega skrbi za povezovanje CUDV s širšim okoljem in sodeluje pri organizaciji delovne prakse za gojence (Jeza idr., 2008).

Fizioterapevtska dejavnost

Vključevanje otrok z zgodnjo centralno motorično okvaro je primarna naloga fizioterapevtske dejavnosti. Nastala je leta 1986, z ustanovitvijo oddelka za usposabljanje oseb s težkimi motnjami v duševnem razvoju. Skozi leta se je dejavnost pozitivno razvijala in dopolnjevala. Danes fizioterapevtsko dejavnost izvajajo trije fizioterapevti. Njihovo delo temelji na individualnem pristopu in prenosu terapevtskih vsebin v dnevne aktivnosti. Osnovni cilj je vzpostavljanje optimalnega stanja telesnih funkcij in s tem omogočanje osebam z motnjami v razvoju kakovostno in zadovoljno življenje (Jeza idr., 2008).

Logopedška obravnava

Glavni cilj logopedške obravnave je optimalni razvoj govorno-jezikovnih sposobnosti. Obravnava poteka individualno po individualiziranem programu. Logoped izvede diagnozo, preventivo, svetuje in določi terapijo glede na specifično govorno-jezikovno motnjo. Uporabljajo Minspeak jezikovni sistem organizacije besednjaka z uporabo večpomenskih ikon in komunikacijske pripomočke (stikala, komunikatorji) (Jeza idr., 2008).

Korektivna gimnastika

Jeza idr. (2008) pravijo, da je osnovni program korektivne gimnastike terapevtski, vendar pa se je od časa delovanja do danes oblikovala tudi v obravnavo, ki nudi osebam s posebnimi potrebami široke vsebine na gibalnem področju. Namen terapevtskega programa je vzdrževanje, obnavljanje in nadzorovanje telesnega razvoja posameznika. V ospredju je program individualizacije posameznika na podlagi medsebojnega sodelovanja strokovnega

tima. Vzporeden program zajema vadbo v bazenu, kjer se izvaja realizacija ciljev individualnega programa, terapevtski program (hidroterapija) in učenje plavanja po posebni metodi za osebe, ki ne zmorejo realizirati klasičnih vsebin plavanja. Izvaja se tudi vadba, kjer uspešnejši športniki z določenimi vadbenimi vsebinami nadgrajujejo svoje športne sposobnosti.

Delovna terapija

Delovna terapija je zdravstvena stroka, ki z uporabo specifičnih aktivnosti skrbi za ohranjanje in izboljšanje psihofizičnega stanja ter skrbi za boljšo kvaliteto življenja (Jeza idr., 2008).

Jeza idr. (2008) pravi, da je glavni cilj delovne terapije zagotoviti gojencem in varovancem čim višjo stopnjo samostojnosti. Proces delovne terapije zajema zbiranje in analizo informacij; specifična testiranja, na podlagi katerih delovni terapevt in uporabnik skupaj določita cilje. Na podlagi zastavljenih ciljev se odloča o nadaljnjem poteku obravnave. V CUDV sta zaposleni dve delovni terapevtki, tudi članici strokovnega tima. Poleg vključenosti v vsa področja človekovega delovanja (dnevne aktivnosti, delo in prosti čas) sta terapevtki vključeni v posebne oblike dela: plavanje po metodi Hallwick, hipoterapija, delo z računalnikom s prilagojeno računalniško opremo itd.

1.4.3.6 Prostočasne aktivnosti

V CUDV izvajajo več prostočasnih aktivnosti, s katerimi osebno razvijajo gojence in varovance na različnih področjih. Primarni namen aktivnosti pa je zapolnitev prostega časa, sprostitvev in zabava. Zavzemajo področje glasbe, športa, gledališča, računalništva, književnosti, likovnih umetnosti itd.

Aktivnosti povzete po *Prostočasne aktivnosti (2008)*:

Igrajmo in pojemo	spoznavanje glasbe v smislu petja in igranja na inštrumente
Letovanje v Topli	tedensko bivanje, skupna priprava obrokov, načrtovanje celodnevni aktivnosti, ustvarjanje z različnimi materiali, prostočasne aktivnosti po želji, večerno druženje ob ognju

Hipoterapija	delo v skupini, razvijanje spoštovanja in ljubezni do živali, zmanjševanje neprimerne oblike vedenja, izboljšanje samopodobe in višanje motivacije
Planinska skupina Kavke	skupni pohodi in doživljanje planin, sprostitev telesa in duha
Šport	igre Centra, šolsko športno društvo, treningi in tekmovanja v različnih športnih zvrsteh, MATP (trening motoričnih aktivnosti) itd.
Folklorna skupina	učenje koroških ljudskih plesov prilagojenih sposobnostim gojencev oz. varovancev
Obravnava slepih in slabovidnih	individualni razgovori (o njihovih željah, potrebah in problemih), aktivnosti za ohranjanje uporabnih spretnosti (uporaba avtomata za pijače, telefona, orientacija v Centru in izven njega), bralne aktivnosti (branje knjig, izposoja itd.), sproščanje (uporaba snoozelena, poslušanje glasbe), krajši sprehodi
Računalniški pouk	interaktivno učenje angleščine, uporaba urejevalnika besedil Word, uporaba aplikacije Slikar, uporaba interneta in elektronske pošte, računalniške igrice
Skupina Marjetice	deluje po principu Skupin starih ljudi za samopomoč, temeljna dejavnost je pogovor
Likovna terapija ali »Malaria je naša terapija«	vrednost terapije v ustvarjalnem procesu, stimulativnem delovanju in odzivu udeleženca, likovno ustvarjanje
Knjigobube	branje, ustvarjanje, pogovor, petje, igra, razvoj domišljije
Lutkarji	lutkovna skupina Tik-tak izdeluje lutke, ozadja, ustvarja glasbo in sestavke
Likovna terapija	pridobivanje novih likovnih znanj, izkušenj in sposobnosti, spoznavanje novega okolja in novih prijateljev
Happy boys	glasbena skupina (klaviatura, harmonika, bobni in ritmične spremljave, petje), ki igra narodno zabavno glasbo, narodne pesmi, moderno zabavno glasbo in svoje skladbe
Življenje tabornikov na Mrdavsovem	učenje taborniških veščin – iskanje skritega zaklada, lastna izdelava loka in puščic, učenje napovedovanja vremena s pomočjo vedenja živali in narave, zavezovanje vozlov itd.

V CUDV se prav tako lahko, poleg zgoraj navedenih aktivnosti, potegujejo za bralno značko, vključijo v cvetličarski krožek, cerkveno občestvo in indijsko pleme izpod Pece.

1.5 PROBLEM IN CILJI

Oseba z motnjo v duševnem razvoju je »oseba, ki pri testiranju doseže rezultat, ki bistveno odstopa v podpovprečja na vsaj dveh od naslednjih področij adaptivnega vedenja: komunikacija, skrb za samega sebe, domača opravila, znajti se v okolju, funkcionalno akademska znanja, samousmerjanje, zdravje in varnost, prosti čas, delo in zaposlitev, socialno interpersonalna sposobnost« (Lačen, 2001, str. 12).

Duševna nerazvitost ni bolezen, ki se da ozdraviti, temveč je stanje trajno motenega, zavrnega duševnega razvoja (Egg, 1976).

Gibalna in športna vzgoja predstavlja eno izmed šestih vzgojno-izobraževalnih področij otrok in mladostnikov z zmerno, težjo in težko motnjo v duševnem razvoju. Program, ki ga je sprejel Strokovni svet za vzgojo in izobraževanje Republike Slovenije in je trenutno še v veljavi, je obvezen za vse otroke z zmerno, težjo in težko motnjo v duševnem razvoju in z drugimi dodatnimi motnjami (Kastelic, 1994).

Tako je osebam z motnjo v duševnem razvoju omogočeno športno udejstvovanje v več programih športa in vzgoje. Glede na psihomotorične sposobnosti se lahko uveljavijo na področju športa kot rekreacije, tekmovalnega športa, nekateri pa uporabljajo šport v rehabilitacijske namene – s posebnimi in obogatenimi metodami dela.

Cilji diplomskega dela so:

- predstaviti Center za usposabljanje, delo in varstvo Črna na Koroškem (strokovni kader, programi, dodatne dejavnosti itd.)
- predstaviti športno vzgojo za osebe z motnjo v duševnem razvoju na podlagi posebnega programa vzgoje in izobraževanja v CUDV Črna na Koroškem
- predstaviti športne programe in dejavnosti, ki se izvajajo v CUDV Črna na Koroškem.

2 METODA DELA

Metoda dela je deskriptivna. Podatke smo pridobili s pomočjo literature (strokovne knjige, publikacije itd.), osebne komunikacije, opazovanja in zbiranja informacij pri hospitacijah v Centru za usposabljanje, delo in varstvo Črna na Koroškem in svetovnega spleta.

3 RAZPRAVA

3.1 ŠPORT ZA OSEBE Z MOTNJO V DUŠEVNEM RAZVOJU

Potter (1994, v Vute 1999, str. 14) pravi, da je »prilagojena športna dejavnost gibanje na interdisciplinarnem področju, ki vključuje vzgojo in izobraževanje, rehabilitacijo in kineziologijo. V to gibanje bi vključevali vse, ki potrebujejo različne pedagoške, terapevtske ali tehnične prilagoditve.« Prepričanje, da se vsi lahko naučijo športnih dejavnosti, je glavna filozofska misel prilagojene športne vzgoje.

Športna vzgoja, športna rekreacija, selektivni ali vrhunski šport ter tudi kineziterapija sestavljajo športno kulturo. Pri ljudeh z motnjo v duševnem razvoju pa je sestavni del telesne kulture tudi medicinska rehabilitacija in terapevtska rekreacija (Vute, 1999).

V športnem udejstvovanju iščejo svoje mesto tudi osebe z nekaterimi spremembami ali omejitvami v razvoju. Z določenimi prilagoditvami lahko tem osebam omogočimo, da šport postane del njihovega življenja.

Duševno manjrazvitost strokovnjaki večinoma opredeljujejo na podlagi inteligence in stopnje izračunanega inteligenčnega kvocienta. Inteligentnost bi lahko opredelili kot sposobnost človeka, da se prilagaja na nove in drugačne življenjske razmere in okoliščine. Gre torej za sposobnost dojemanja in presoje odnosov med ljudmi in posameznikom ter njegovim okoljem (Mrevlje, 2009).

Šport kot eden pomembnih dejavnikov človekovega življenja je tako za osebe z motnjo v duševnem razvoju velikega pomena, tako s psihofizičnega kot tudi socialnega razvoja. Pripomore k boljši socializaciji, motorični spretnosti, prvotno pa je osnova športa za osebe z motnjo v duševnem razvoju prilagoditev športnih dejavnosti njihovim sposobnostim, takšnim in drugačnim; v ospredju je pomen individualizacije.

3.2 ŠPORT V CENTRU ZA USPOSABLJANJE DELO IN VARSTVO ČRNA

Eno izmed šestih izobraževalnih področij programa vzgoje in izobraževanja otrok in mladostnikov z zmernimi, težjimi in težkimi motnjami v duševnem razvoju, je športno gibalna vzgoja. Program, ki je trenutno še v veljavi, je obvezen za vse otroke in mladostnike s prej naštetimi motnjami v duševnem razvoju. V prilagojeni obliki ga profesor športne vzgoje uporablja tudi za odrasle osebe, ki so vključene v program domskega varstva (DV) (S. Polc, osebna komunikacija, avgust 2012).

V osnovi je športno gibalna vzgoja razdeljena na naslednje programe:

- osnovni program,
- terapevtski program,
- športnorekreativni program.

Skozi načrtovanje preko šolskega leta se vsebine teh programov tesno prepletajo tako, da skupaj tvorijo zaokroženo celoto pestrih, načrtno izbranih vsebin tako za skupino kot za posameznika (S. Polc, osebna komunikacija, avgust 2012).

1. Osnovni program

Predpisan je s strani strokovnega sveta Zavoda za šolstvo Republike Slovenije. Izvajanje le tega je obvezno. Otroci, mladostniki in odrasli so pri rednih urah športno gibalne vzgoje osnovnega programa združeni v dokaj homogene manjše skupine, kar omogoča bolj kvalitetno delo, možnost boljše individualizacije, hitrejši napredek posameznika, večjo motivacijo in doseganje boljše samopodobe (S. Polc, osebna komunikacija, avgust 2012).

Profesor športne vzgoje daje velik poudarek načrtovanju individualnih programov. Glede na želje, potrebe in sposobnosti posameznika skupaj z njim in matičnim pedagogom – profesorjem specialne in rehabilitacijske pedagogike, oblikuje individualni program na področju športno gibalne vzgoje, katerega ciljem sledi pri rednem vzgojno-izobraževalnem delu.

Pri delu vodi vso potrebno dokumentacijo, ki vsebuje:

- tematsko pripravo (napisana je za obdobje treh tednov do največ meseca dni),
- dnevno pripravo (za pet ur),
- opažanja, v katera za posameznike beleži vedenjske značilnosti ter posebnosti pri doseganju ciljev vzgojno-izobraževalnega dela,
- vodenje dnevnika (S. Polc, osebna komunikacija, avgust 2012).

2. Terapevtski program

Terapevtski program izvajajo profesor športne vzgoje, korektivni gimnastik, fizioterapevt in delovni terapevt. Enega izmed pomembnih členov terapevtskega programa predstavlja korektivna gimnastika. Profesor športne vzgoje izvaja program korektivne gimnastike individualno s posamezniki:

- s slabo držo,
- s tistimi, ki so boječi, zavrti in nerodni,
- ki so gibalno in storilnostno manj sposobni,
- ki so bolehní (okvara srca, epileptiki itd.) (S. Polc, osebna komunikacija, avgust 2012).

V terapevtski program sodijo še posebna gibalna vzgoja, fizioterapija in delovna terapija. V centru imajo na voljo bazen, kjer izvajajo obravnave za posameznike, ki imajo poleg osnovne motnje še motnje v gibalnem razvoju (hidroterapija in učenje plavanja) (S. Polc, osebna komunikacija, avgust 2012).

3. Športnorekreativni program

Športnorekreativni program predstavlja nadgradnjo osnovnega programa, ki ga poleg profesorja športne vzgoje delno izvaja tudi profesor specialne in rehabilitacijske pedagogike, korektivni gimnastik in delovni terapevt. Predstavlja pomembno dejavnost, ki zvišuje kvaliteto bivanja in življenja. Program poteka preko celega leta in zajema vsebine kot so: športni dnevi, zimska rekreacija, šola v naravi, športi specialne olimpiade, gorníštvo itd. V CUDV deluje tudi športno društvo (ŠD), pod vodstvom profesorja športne vzgoje, ki v okviru društva načrtuje treninge in priprave športnikov ter jih spremlja na tekmovanjih tako po Sloveniji kot v tujini (S. Polc, osebna komunikacija, avgust 2012).

Šport kot pomemben dejavnik življenja varovancev oz. gojencev pomembno vpliva za njihovo fizično in tudi mentalno rast. V ta namen jim Center ponuja široko paleto športnih vsebin, kjer vsaka služi svojemu namenu. Tako poleg obveznega programa športne vsebine služijo rehabilitaciji, rekreaciji in tekmovalnemu športu (seveda v prilagojeni obliki).

3.3 PREDSTAVITEV ŠPORTNIH VSEBIN PO PROGRAMIH



Slika 1. Prikaz športnih vsebin po programih (S. Polc, arhiv).

Na Sliki 1 so prikazane športne vsebine glede na osnovni program, terapevtski program in športnorekreativni program. Te vsebine poleg profesorja športne vzgoje poučujejo tudi profesorji drugih znanosti in terapevti različnih strok.

3.4 ŠPORT SKOZI POSEBNI PROGRAM VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA

3.4.1 PRIKAZ TEDENSKEGA ŠTEVILA UR ZA RAZLIČNA PODROČJA POSEBNEGA PROGRAMA VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA

Gibanje in športna vzgoja je področje, ki spada pod posebni program vzgoje in izobraževanja (obvezni in neobvezni program). Obvezni del programa vsebuje tri stopnje, z možnostjo podaljšanja (4. stopnja). Nadaljevalni neobvezni program pa uvrščamo na 5. stopnjo posebnega programa vzgoje in izobraževanja.

Tedensko število ur za različna področja povzeto po *Posebni program vzgoje in izobraževanja (2006)*:

3.4.1.1 OBVEZNI DEL POSEBNEGA PROGRAMA

- OBVEZNI DEL – OSNOVNI DEL PRVE, DRUGE IN TRETJE STOPNJE

Tabela 3

Tedensko število ur na I., II. in III. stopnji za področje gibanje in športna vzgoja (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006)

	1. stopnja			2. stopnja			3. stopnja			fond ur
PODROČJE/leto šolanja	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	
Gibanje in športna vzgoja	3	3	3	4	4	4	5	5	5	1245

Tabela 3 prikazuje tedensko število ur športne vzgoje glede na I. II. in III. stopnjo poučevanja za področje gibanje in športna vzgoja. Prav tako prikazuje letno število ur.

- **OBVEZNI DEL – RAZŠIRJENI PROGRAM**

Tabela 4

Tedensko število ur na I., II. in III. stopnji za področje interesnih dejavnosti (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006)

	1. stopnja			2. stopnja			3. stopnja			fond ur
PODROČJE/leto šolanja	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	
Interesne d.	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1560

Tabela 4 prikazuje tedensko število glede na I. II. in III. stopnjo izobraževanja za področje interesnih dejavnosti. Poleg tega prikazuje letno število ur.

Tabela 5

Število ur športnih dni na I., II. in III. stopnji (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006)

	1. stopnja			2. stopnja			3. stopnja			skupaj ur
DNEVI DEJAVNOSTI/leto šolanja	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	
Športni dnevi	5	5	5	5	5	5	5	5	5	180

Tabela 5 prikazuje število ur na I., II. in III. stopnji, namenjenim športnim dnevom tekom leta.

3.4.1.2 OBVEZNI DEL POSEBNEGA PROGRAMA Z MOŽNOSTJO PODALJŠANJA

- **OBVEZNI DEL Z MOŽNOSTJO PODALJŠANJA – OSNOVNI PROGRAM**

Tabela 6

Tedensko število ur na IV. stopnji za področje gibanje in športna vzgoja (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006)

	stopnja 4			fond ur
PODROČJE/leto šolanja	10.	11.	12.	
Gibanje in športna vzgoja	5	5	5	525

Tabela 6 prikazuje tedensko število ur športne vzgoje glede na IV. stopnjo poučevanja za področje gibanje in športna vzgoja. Prav tako prikazuje letno število ur.

- **OBVEZNI DEL Z MOŽNOSTJO PODALJŠANJA – RAZŠIRJENI PROGRAM**

Tabela 7

Tedensko število ur na IV. stopnji za področje interesnih dejavnosti (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006)

PODROČJE/leto šolanja	stopnja 4			fond ur
	10.	11.	12.	
Interesne d.	5	5	5	525

Tabela 7 prikazuje tedensko število ur športne vzgoje glede na IV. stopnjo poučevanja za področje interesnih dejavnosti. Prav tako prikazuje letno število ur.

Tabela 8

Število ur športnih dni na IV. stopnji (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006)

DNEVI DEJAVNOSTI/leto šolanja	stopnja 4			skupaj ur
	10.	11.	12.	
Športni dnevi	5	5	5	60

Tabela 8 prikazuje število ur na IV. stopnji, namenjenih športnim dnevom tekom leta.

3.4.1.3 NADALJEVALNI – NEOBVEZNI DEL POSEBNEGA PROGRAMA

- **NEOBVEZNI DEL – OSNOVNI PROGRAM**

Tabela 9

Tedensko število ur na V. stopnji za področje gibanje in športna vzgoja (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006)

PODROČJE/leto šolanja	stopnja 5			fond ur
	13.	14.	15.	
Gibanje in športna vzgoja	5	5	5	525

Tabela 9 prikazuje tedensko število ur športne vzgoje glede na V. stopnjo poučevanja za področje interesnih dejavnosti. Prav tako prikazuje letno število ur.

- **NEOBVEZNI DEL – RAZŠIRJENI PROGRAM**

Tabela 10

Tedensko število ur na V. stopnji za področje interesnih dejavnosti (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006)

PODROČJA/leto šolanja	stopnja 5			fond ur
	13.	14.	15.	
Interesne d.	5	5	5	525

Tabela 10 prikazuje tedensko število ur športne vzgoje glede na V. stopnjo poučevanja za področje interesnih dejavnosti. Prav tako prikazuje letno število ur.

Tabela 11

Število ur športnih dni na V. stopnji (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006)

DNEVI DEJAVNOSTI/leto šolanja	stopnja 5			skupaj ur
	13.	14.	15.	
Športni dnevi	5	5	5	60

Tabela 11 prikazuje število ur na V. stopnji, namenjenim športnim dnevom tekom leta.

3.4.1.4 USPOSABLJANJE ZA ŽIVLJENJE IN DELO – OSNOVNI PROGRAM

Tabela 12

Tedensko število ur za področje rekreacija in šport (Posebni program vzgoje in izobraževanja, 2006)

Področje/leto šolanja	1. leto	2. leto	3. leto	4. leto	5. leto
Rekreacija	3	3	3	3	3

Tabela 12 prikazuje tedensko število ur za področje rekreacija in šport.

3.4.2 PODROČJA POUČEVANJA POSEBNEGA PROGRAMA VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA PO STOPNJAH OBVEZNEGA OSNOVNEGA PROGRAMA

Področja poučevanja posebnega programa vzgoje in izobraževanja, povzeta po *Učni načrt za področje gibanje in športna vzgoja (2004)*:

1. OBVEZNI DEL OSNOVNEGA PROGRAMA (1. STOPNJA)

- gibanja, ki niso povezana s spretnostjo hoje
- naravne oblike gibanja
- vaje za razvoj senzomotorike
- elementarne igre
- ples
- športni program:
 - elementi atletike (hoja, tek, skok v daljino z mesta, met žogice)
 - kolesarjenje

2. OBVEZNI DEL OSNOVNEGA PROGRAMA (2. STOPNJA)

- naravne oblike gibanja
- vaje za razvoj senzomotorike
- elementarne igre
- ples
- športni program:
 - elementi atletike (hoja, tek, skok v daljino z mesta, met žogice),
 - elementi balinanja,
 - plavanje (plavanje na 10 in 15 m s pripomočki ter plavanje 25 m prsno, hrbtno in prosto),
 - elementi košarke,
 - elementi namiznega tenisa,
 - kolesarjenje,
 - individualne spretnosti nogometa,
 - krpljanje,
 - hoja in tek na smučeh ter alpsko smučanje.

3. OBVEZNI DEL OSNOVNEGA PROGRAMA (3. STOPNJA)

- naravne oblike gibanja
- elementarne igre
- ples
- športni program:
 - elementi atletike: (tek, skok v daljino z zaletom, skok v višino, met žogice, suvanje krogle),
 - balinanje,
 - plavanje,
 - košarka,
 - namizni tenis,
 - nogomet,
 - kolesarstvo,
 - krpljanje,
 - tek na smučeh ter alpsko smučanje.

3.4.3 *PODROČJA POUČEVANJA POSEBNEGA PROGRAMA VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA – NADALJEVALNI PROGRAM OSNOVNOŠOLSKE RAVNI*

Področja poučevanja posebnega programa vzgoje in izobraževanja za nadaljevalni program, povzeta po *Učni načrt za področje gibanje in športna vzgoja (2004)*:

1. NADALJEVALNI PROGRAM (4. STOPNJA)

- naravne oblike gibanja
- elementarne igre
- ples
- športni program:
 - elementi atletike (tek, skok v daljino z zaletom, skok v višino, met žogice, suvanje krogle),
 - balinanje,
 - plavanje,

- košarka,
- namizni tenis,
- nogomet,
- kolesarstvo,
- krpljanje,
- tek na smučeh,
- alpsko smučanje.

Primer: Vsebina športnega programa za 2. stopnjo obveznega osnovnega dela – športni program – alpsko smučanje.

Tabela 13

Vsebina športnega programa za alpsko smučanje (Učni načrt za področje gibanje in športna vzgoja, 2004)

OPERATIVNI CILJI	PRIMERI DEJAVNOSTI	PREDLAGANE VSEBINE
Učenci: <ul style="list-style-type: none"> • utrjujejo smučarsko držo • razvijajo koordinacijo gibanja • razvijajo spretnosti smučanja • krepijo mišice celega telesa • premagujejo naravne ovire • obdržijo pokončno držo pri različnih hitrostih • tekmujejo po pravilih 	<ul style="list-style-type: none"> • vadba na suhem: <ul style="list-style-type: none"> - obuvanje, zapenjanje, sezuvanje smučarskih čevljev - vstavljanje smučarskih čevljev v vezi - držanje smučarskih palic • vadba na snegu: <ul style="list-style-type: none"> - drsenje po ravnini - drsenje po blagi strmini - ustavljanje - plußenje - plužni zavoji - tekmovalje v drsenju na alpskih smučeh na razdalji 15 m - tekmovalje v začetnem veleslalomu 	<ul style="list-style-type: none"> • alpsko smučanje

Tabela 13 prikazuje primer dejavnosti za alpsko smučanje in predlagane vsebine poučevanja.

3.4.4 PODROČJA POUČEVANJA POSEBNEGA PROGRAMA VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA NEOBVEZNEGA OSNOVNEGA PROGRAMA (nadaljevalni program osnovnošolske ravni II)

Področja poučevanja posebnega programa vzgoje in izobraževanja za neobvezni del, povzeta po *Učni načrt za področje gibanje in športna vzgoja (2004)*:

1. NEOBVEZNI DEL OSNOVNEGA PROGRAMA (5. STOPNJA)

- naravne oblike gibanja
- elementarne igre
- ples
- športni program:
 - elementi atletike (skok v daljino z zaletom, skok v višino, met žogice, suvanje krogle),
 - balinanje,
 - plavanje,
 - košarka,
 - namizni tenis,
 - nogomet,
 - kolesarstvo,
 - krpljanje,
 - tek na smučeh,
 - alpsko smučanje.

3.4.5 RAZŠIRJENI PROGRAM

Razširjeni program je eden sestavnih delov učnega načrta. V njegov sklop so vključene interesne dejavnosti, športni dnevi in tekmovanja ter šole v naravi.

1. INTERESNE DEJAVNOSTI

- planinarjenje
- pohodništvo

- jahanje
- plesne aktivnosti (folklora, aerobika, navijaške aktivnosti itd.)
- treningi raznih športov
- športne vsebine po izbiri (motorične aktivnosti – MATP, judo, fitnes, kolesarstvo itd.)

2. ŠPORTNI DNEVI IN TEKMOVANJA

- krajši in daljši izleti
- pohodi (letni, zimski)
- orientacijski pohodi
- kolesarjenje
- aktivnosti na trim stezah ali učnih poteh
- razna športna tekmovanja
- obisk športnih prireditev
- družabne igre v naravi, poligoni
- kros
- zimske vsebine (sankanje, smučanje, krpljanje, tek na smučeh itd.)
- poletne vsebine (kapanje na kopališčih, morju itd.)

Tekmovanja so nadgradnja športne vzgoje in interesnih dejavnosti. Učenci tekmujejo na različnih športnih področjih. Tekmovanja so prilagojena njihovim sposobnostim in spretnostim. Učenci tekmujejo po skupinah, ki so določene glede na motnjo v duševnem razvoju. Na ta način je vsem učencem omogočeno tekmovanje v določeni disciplini.

3. ŠOLE V NARAVI

- letovanje na morju
- zimovanje
- gozdne šole
- indijanski tabori
- taborjenja
- vsebine doživljajske pedagogike (Učni načrt za področje gibanje in športna vzgoja, 2004)

3.4.6 PREDMETI POUČEVANJA POSEBNEGA PROGRAMA VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA – USPOSABLJANJE ZA ŽIVLJENJE IN DELO

- rekreacija in šport
- šport
- hipoterapija
- taborništvo
- sodelovanje v specialni olimpiadi
- fitnes
- hoja, pohodništvo, planinarjenje
- aktivnosti v vodi

Tabela 14

Učna priprava na temo plesa za program UŽD (S. Polc, arhiv)

Center za usposabljanje, delo in varstvo Črna na Koroškem		
DNEVNA PRIPRAVA UČITELJA		
Datum: 5.3.2012 Skupina: 1. UŽD		
PODROČJE: UČNE TEME: UČNE ENOTE:	<ul style="list-style-type: none"> • GŠV • aerobika • vaje ob glasbi s terapevtsko žogo 	
VZGOJNO IZOBRAŽEVALNI SMOTRI IN CILJI:		
<ul style="list-style-type: none"> - ob glasbi razgibati celotno telo - okrepiti mišice celotnega telesa - znati posnemati gibanja, ki jih vidi - okrepiti delovanje srčno-žilnega sistema - pridobivati občutek za ritem - navajati na sodelovanje v skupini - razvijati ritmično izražanje - se sprostiti 		
METODE DELA:	OBLIKE DELA:	
<ul style="list-style-type: none"> - demonstracija - dajanje navodil 	<ul style="list-style-type: none"> - frontalna - individualna - v skupinah 	
DIDAKTIČNI MATERIAL IN UČNI PRIPOMOČKI: terapevtske žoge, kasetofon, zgoščenka		
Metodični postopek		Individualizirani smotri in cilji
UVODNI DEL:		

<ul style="list-style-type: none"> - ugotavljanje prisotnosti vadečih - pregled primerne športne opreme - opis vadbe in motivacija vadečih za vadbo - ogrevanje s tekom po črtah odbojcarskega igrišča - ogrevanje s tekom po črtah odbojcarskega igrišča in izvajanje vaj po navodilih - tek v eno smer, na znak tek v drugo smer z odbijanjem žoge - kotaljenje žoge po črtah odbojcarskega igrišča v smeri naprej – nazaj - kotaljenje žoge po telovadnici – narediti krog okoli nje - vodenje žoge bočno <p>GLAVNI DEL:</p> <ul style="list-style-type: none"> - vsak vadeči dobi svoji velikosti primerno žogo - skupaj preverimo tehniko sedenja na žogi za ohranjanje ravnotežnega položaja in vzravnane drže - nežno hopsanje ob glasbi - hopsanje z vajami odročanja in vzročanja - gibanje v medeničnem obroču naprej in nazaj - kroženja <p>ZAKLJUČNI DEL:</p> <ul style="list-style-type: none"> - leže na hrbtu, noge dvignjene in rahlo pokrčene na žogi, poslušanje umirjene glasbe - pospravljanje žog in blazin - pogovor o vadbi ter pripombe in želje za v prihodnje 	<ul style="list-style-type: none"> - navajati vadeče na nošenje športne opreme - motivirati vadeče za vadbo ter ustvariti prijetno delovno vzdušje - ogreti vse mišične skupine in sklepe - znati pokazati in poimenovati dele telesa - hitro reagirati na zahtevane spremembe v gibanju <ul style="list-style-type: none"> - krepiti sklepe in mišice - ohranjati ravnotežje na veliki žogi - med vadbo ohranjati pravilno telesno držo - razvijati moč in koordinacijo podpornega sistema - vpeljati v vadbo nekaj svoje domišljije - znati posnemati pokazana gibanja - pridobiti občutek za ritem gibanja na žogi - sprostiti čustveno napetost <ul style="list-style-type: none"> - umiritev in sprostitiv
---	---

V Tabeli 14 je prikazana učna priprava za usposabljanje za življenje in delo na temo plesa in aerobike.

3.5 ŠPORTNI PROGRAM IN TEKMOVANJA

Športni program pri mladostniku spodbuja zanimanje za dogajanje v ožjem in širšem okolju in s tem vpliva na njegov spoznavni, socialni in čustveni razvoj (Vidovič, Srebot, Cerar in Markun Puhan, 2003).

Vsebine športnega programa temeljijo na športih specialne olimpiade (SO). Te vsebine so način življenja posameznika oziroma sredstvo za boljšo kakovost življenja. Ena glavnih nalog profesorja športne vzgoje je usposabljanje otrok oz. oseb z motnjo v duševnem razvoju za obvladanje različnih športov, ki so uveljavljeni s strani SO. Tako skozi posebni program vzgoje in izobraževanja in v prostem času pripravljajo svoje učence in gojence za tekmovanja tekom leta. Poleg tekmovanj na lokalni regijski in državni ravni se športniki CUDV redno vključujejo v tekmovalni sistem SO.

V CUDV uspešno deluje športno društvo, kjer sodeluje večina otrok, mladostnikov in odraslih. Preko celega leta potekajo kontinuirana tekmovanja v različnih športih. Na osnovi teh tekmovanj ob koncu koledarskega leta izberejo športnika oziroma športnico leta. Nastop na športnem tekmovanju predstavlja veliko motivacijo za otroke, mladostnike in odrasle z motnjo v duševnem razvoju. Organizirane oblike tekmovanj v CUDV segajo v leto 1983, ko je bila organizirana prva letna olimpiada CUDV. Ta dogodek je postal tradicionalen. Ker je bilo kasneje zanimanje za šport vedno večje, je bilo leta 1983 ustanovljeno prvo šolsko športno društvo in je nosilec športa v CUDV (S. Polc, osebna komunikacija, oktober 2012).

Priprava športnikov poteka tekom celega leta, glede na tekmovanje, ki se približuje (v primeru, da je tekmovanje v namiznem tenisu aprila, bo priprava potekala skladno s časom, ki je na voljo pred tekmovanjem). Tako lahko učenci oz. gojenci tekmujejo na več različnih področjih.

Kot vsi ostali dejavniki v življenju, ki so prilagojeni osebam z motnjo v duševnem razvoju, so tako prilagojene tudi tekmovalne discipline. V ta namen so profesorjem športne vzgoje in trenerjem v pomoč priročniki specialne olimpiade, ki predstavljajo temelj športnih programov. Služijo kot pomoč pri pripravi športnika na tekmovanje, tako telesni kot psihični. V njih so predstavljena vsa pravila in napotki za uspešno razvijanje vseh veščin, od

najenostavnejših do najzahtevnejših tehnik športne panoge, potek treninga in drugi elementi, ki vplivajo na uspešno učenje določenega športa oz. elementov le-tega.

Tekmovalni sistem je organiziran tako, da lahko po pravilih specialne olimpiade tekmuje vsak, v skupini sebi enakim. Razdeljeni so po starosti, spolu in sposobnostih. Primaren dejavnik so športne oziroma telesne sposobnosti.

V športni program, ki ga izvaja CUDV, spadajo elementi atletike (skok v daljino z zaletom, skok v višino, met žogice, suvanje krogle), balinanje, plavanje, košarka, namizni tenis, nogomet, kolesarstvo, krpljanje, tek na smučeh in alpsko smučanje.

CUDV poleg dobrih športnikov slovi tudi po dobri organizaciji športnih tekmovanj. Bil je organizator prvih letnih in zimskih iger specialne olimpiade Slovenije. Vsako leto organizira vsaj dva turnirja na državnem nivoju v okviru specialne olimpiade Slovenije, poleg tega pa je bil tudi organizator evropskega turnirja v smučarskem teku leta 1996 ter evropskega turnirja v smučarskem teku in krpljanju leta 2007. Letno organizira vsaj eno tekmovanje na državnem nivoju (S. Polc, osebna komunikacija, oktober 2012).

Primer: Povzetek tekmovanja v Zagrebu: Mednarodni turnir v namiznem tenisu

Od petka 9. novembra do nedelje 11. novembra 2012 je bil v Zagrebu organiziran 2. mednarodni namiznoteniški turnir, katerega so se udeležili tudi trije športniki CUDV. Turnir je bil organiziran na visokem nivoju. Na tekmovanju je sodelovalo več kot 100 tekmovalcev iz Srbije, Bosne in Hercegovine, Madžarske, Republike Srbske, Slovenije ter Hrvaške. Prvi dan je bil namenjen razvrščanju tekmovalcev po skupinah glede na njihove sposobnosti. Zvečer je sledila svečana otvoritev, po njej pa še zabava s plesom za tekmovalce. Sobota je bila namenjena domačim igralcem namiznega tenisa, ki so se borili za naslove prvakov Hrvaške. Zadnji dan tekmovanja pa je bil v znamenju finalnih obračunov tekmovalcev izven hrvaških meja, katerim so se pridružili še zmagovalci s sobotnega tekmovanja. Ob koncu je sledila še svečana podelitev medalj in pokalov. Športniki CUDV Črna na Koroškem so bili nad tekmovanjem v Zagrebu navdušeni in so se domov vrnili zadovoljni (S. Polc, osebna komunikacija, november 2012).

Športniki CUDV so bili na tekmovanju uspešni in so po posameznih skupinah osvojili dve srebrni in eno bronasto medaljo.

Primer: Povzetek 16. državnih iger SOS

Igre so potekale od 8. do 10. junija 2012, pod organizacijo CIRIUS-a Vipava. Slogan iger je bil *Začuti burjo, tekmuji po svoje*. Na razpis je bilo prijavljenih 49 slovenskih ekip in povabljeni italijanska ter hrvaška ekipa. Dogajanje iger je potekalo na stadionu Vipava. Na igrah je sodelovalo 271 tekmovalcev in 114 trenerjev. Športniki so tekmovali v sedmih različnih športih in sicer atletiki, nogometu, košarki, plavanju, kolesarjenju, balinanju ter namiznem tenisu. Za CUDV Črna na Koroškem so bile igre uspešne, tekmovalci so po posameznih skupinah dosegli tri zlate medalje in sicer v plavanju, kolesarjenju in balinanju (Princes, 2012).



Slika 2. Plavanje na 16. državnih igrah SOS (Specialna olimpiada, 2012).

Slika 2 prikazuje tekmovanje v prostem slogu na 16. državnih igrah specialne olimpiade.



Slika 3. Predstavitve športnikov po institucijah na 16. državnih igrah SOS (Specialna olimpiada, 2012).

Slika 3 prikazuje shod vseh športnikov in trenerjev na 16. državnih igrah specialne olimpiade.

Primer: Svetovne zimske olimpijske igre v Južni Koreji

Konec januarja, natančneje 29. januarja, je potekala otvoritev zimskih svetovnih olimpijskih iger (ZOI) specialne olimpiade, kjer se je med več kot sto delegacijami predstavila tudi Slovenija, in med njimi tudi športniki in trener CUDV Črna na Koroškem. Slogan iger je *Skupaj zmoremo*. Zaključna slovesnost je bila v torek 5. 2. 2013. Tekmovalci CUDV Črna na Koroškem so dosegli odlične rezultate. Osvojili so sedem medalj, eno zlato, dve srebrni in štiri bronaste medalje.



Slika 4. Predstavitev slovenskih tekmovalcev na OI specialne olimpiade (S. Polc, arhiv).

Slika 4 prikazuje prihod slovenskih tekmovalcev in trenerjev na slavnostno otvoritev olimpijskih iger specialne olimpiade v Južni Koreji.



Slika 5. Tekmovalec CUDV Črna na Koroškem osvojil 1. mesto (S. Polc, arhiv).

Na Sliki 5 je prikazan tekmovalec CUDV Črna na Koroškem na podelitvi zlate medalje v disciplini krpljanje na 400 m.

Primer: Intervju s športnikom CUDV Črna na Koroškem

V sklop športnega programa je bil vključen intervju z uspešnim športnikom CUDV Črna na Koroškem. Namen intervjuja je bil prikazati življenjski slog Manfreda, njegovo sodelovanje na tekmovanjih (predvsem na SO) in njegove uspehe na področju športa. Iz intervjuja je razvidno, da se Manfred zelo rad ukvarja s športom in da mu uspeh na tekmovanjih ogromno pomeni.

Manfred je bil rojen 16. 7. 1970 v Nemčiji. Je prvi športnik v CUDV Črna na Koroškem, ki se je udeležil svetovne specialne olimpiade leta 1991 v Ameriki na področju košarke. Je odličen športnik.

→ Kdaj si se začel ukvarjati s športom? »Ko sem bil še v Nemčiji, sem pri petih letih igral nogomet; bil sem vratar. Potem pa me je mama pri enajstih letih pripeljala v CUDV Črna.«

→ S katerimi športi se ukvarjaš? »Zdaj največkrat tečem, igram košarko, kolesarim. Odvisno od tekmovanja, ki je na sporedu.«

→ Kdaj imaš čas za trening in kdo je tvoj trener? »Če je telovadnica prosta, treniram vsak dan. Moram se prilagoditi zasedenosti telovadnice. Moj trener je Silvo, za smučanje pa bolj Matjaž.«

→ Kje vse si že tekmoval? »Tekmoval sem v Ameriki, na Japonskem, Nizozemskem, Nemčiji, Avstriji (nisem prepričan), Bosni in Hercegovini, Hrvaški, Madžarski in po Sloveniji.«

→ Tvoj najboljši dosežek? »Moj najboljši dosežek je tek na 7,5 km na Japonskem, kjer sem bil olimpijski prvak. Imel sem več kot dve minuti prednosti pred ostalimi.«

→ Kakšni so tvoji občutki, ko zmagaš? »Občutki so odlični, ponosen sem sam na sebe.«

→ Občutki ob porazu? »Počutim se slabo, ker dobro vem, da sem zelo sposoben in če sva dva tekmovalca enakopravna in potem izgubim, se jezim.«

→ Kako se razumeš s sotekmovalci? »S sotekmovalci se dobro razumem. Med sabo smo vsi prijatelji in se skupaj družimo. Včasih pa pride tudi do kratkega stika, ker imamo različne sposobnosti, vendar se vseeno spodbujamo.«

→ Kaj počneš v prostem času? »Poleg športa grem rad na večerjo s punco, jo peljem na ples. Rad grem na morje in na izlete v planine. Najraje od vsega pa hodim po nakupih.«

3.6 POSEBNE IN OBOGATENE OBLIKE DELA

3.6.1 HIPOTERAPIJA

Beseda hipoterapija prihaja iz besede hyppos, ki v grškem jeziku pomeni konj. Je zdravljenje s konjem na nevrofiziološki osnovi in služi kot terapevtsko sredstvo s prenosom gibanja v koraku ter z načinom hoje (Petrovič, 2001).

Bistvo hipoterapije je učenje pravilne drže telesa. Izvaja se na dva načina (Petrovič, 2001):

- terapevt sedi na konju s pacientom in mu med hojo popravlja držo telesa oz. sedenje ali
- terapevt hodi ob konju in med hojo pacientu popravlja držo telesa.

Petrovič (2001, str. 53) pravi, da je »zakon pri hipoterapiji izključno korak. Predpostavka za optimalno izvedbo je funkcionalna analiza konja in jezdeca – bolnika. Terapevt ima nalogo, da uglasi valovne dolžine oddajnikov – gibalni impulzi konjev – z valovnimi dolžinami sprejemnikov – gibalni odgovor bolnika.«



Slika 6. Izvajanje hipoterapije s terapevtko ob konju (Hipoterapija, 2012).

Slika 6 prikazuje izvajanje hipoterapije, kjer terapevtka hodi ob konju in med hojo popravlja pacientovo držo.



Slika 7. Izvajanje hipoterapije s terapevtko na konju (Hipoterapija, 2012).

Na Sliki 7 je prikazano izvajanje hipoterapije, kjer terapevтка sedi na konju s pacientom in popravlja njegovo držo.

3.6.2 **HALLIWICK**

Halliwick je posebna metoda učenja plavanja za ljudi z različnimi gibalnimi sposobnostmi, še posebej za ljudi s posebnimi potrebami. Bistvo te metode je, da se osebe s posebnimi potrebami v vodi samostojno gibajo in plavajo. Učenje poteka preko igre v skupinah, ker ima vsak vadeči svojega učitelja. V glavnem prevladujejo vaje prilagajanja na vodo in vzpostavitvi kontrole dihanja (Halliwick, 2012).

Osnova koncepta Halliwick je program desetih točk povzetih po *Halliwick (2012)*:

1. Prilagoditev na vodo
2. Osamosvajanje v vodi
3. Prečno vrtenje
4. Sagitalno vrtenje
5. Vz dolžno vrtenje
6. Sestavljeno vrtenje
7. Vzgon
8. Ravnotežje in mirovanje v vodi
9. Drsenje s turbulenco
10. Elementarna oblika gibanja v vodi in osnovna plavalna tehnika



Slika 8. Izvajanje metode Halliwick – ravnotežje in mirovanje v vodi (Halliwick, 2012).

Na Sliki 8 je prikazana metoda Halliwick, kjer učitelj uči vadečo ravnotežja in mirovanja v vodi.



Slika 9. Izvajanje metode Halliwick – prilagajanje na vodo (Halliwick, 2012).

Slika 9 prikazuje izvajanje metode Halliwick, kjer učitelj svojo vadečo prilagaja na vodo s tapkanjem po vodi oz. škropljenjem.

3.7 SPECIALNA OLIMPIADA

Specialna olimpiada je športna panoga, ki omogoča osebam z motnjami v duševnem razvoju napredovanje in razvoj na motoričnem in intelektualnem področju, predvsem pa prispeva k dobri socializaciji. Specialno-olimpijsko gibanje je njihov način življenja, katerega slogan se glasi: "Pustite mi zmagati, če pa ne morem zmagati, naj bom pogumen v svojem poskusu" (Adamič, 2008).

Začetki specialne olimpiade segajo v leto 1963, ko je bil na pobudo družine Kennedy organiziran prvi tabor za osebe z motnjami v duševnem razvoju. Leta 1968 pa so že bile izvedene prve športne igre v Združenih Državah Amerike, kamor so bili povabljeni tekmovalci oz. športniki iz drugih delov sveta. Tako se je specialno-olimpijsko gibanje širilo po vsem svetu (Specialna olimpiada, 2012).

Danes specialno olimpiado predstavlja že preko 200 programov iz 150 držav, ki so združene v sedem regij. Slovenija spada v evro-azijsko območje. V specialno-olimpijskem gibanju je uradno od leta 1993, tekmovanj pa so se udeleževali že pred tem letom (Specialna olimpiada, 2012).

Tekmovanja so organizirana na lokalnem, regijskem, državnem in svetovnem nivoju. Športniki tekmujejo v 26 različnih športih po celem svetu, v Sloveniji je razvitih 12 športov (Specialna olimpiada, 2012).

3.7.1 POZITIVNI UČINKI SPECIALNE OLIMPIADE

Cakići, Križnar in Vajs (2011) pravijo, da specialna olimpiada z načinom organiziranosti in s temeljnimi idejami zagotavlja kakovostno in zdravo življenje, redno telesno aktivnost, tekmovanja (na katerih se pomerijo sebi enaki in kjer imajo vsi enake možnosti za uspeh ali poraz), socializacijo in samopotrjevanje, koristno zapolnitev prostega časa, dokazovanje sposobnosti in poguma, ozaveščanje okolja, sprejemanje drugačnosti in razvijanje pozitivnega odnosa do oseb z motnjami v duševnem razvoju.

Široka paleta različnih športov športnikom specialne olimpiade omogoča razvijanje in ohranjanje psihofizičnih lastnosti, učenje novih spretnosti, krepitev poguma in prijateljstva, razvijanje sodelovanja, občutenja sreče in zadovoljstva ob doživetem uspehu. Srečo in zadovoljstvo tako delijo s trenerjem, sotekmovalci, družino in prijatelji (Cakići idr., 2011).

3.8 MATP – TRENING MOTORIČNIH AKTIVNOSTI

MATP (motor activities training program) ali trening motoričnih aktivnosti je uradno potrjeni športni program specialne olimpiade. Aktivnosti tega programa se navezujejo na športne discipline, ki so del športnega programa specialne olimpiade. Namenjen je osebam, ki zaradi motenj v gibalnem, čustvenem in kognitivnem razvoju ne morejo slediti univerzalnim pravilom specialne olimpiade. Z vključenostjo v MATP imajo tudi osebe z najtežjimi motnjami priložnost druženja z vrstniki in sklepanja novih znanstev. Poleg izboljšav v koordinaciji in kontroli telesa se pri izvedbi različnih motoričnih aktivnosti povečuje njihova telesna odpornost, zvišujejo se senzorne sposobnosti, povečuje samopercepcija in samozavedanje v družbi (S. Polc, osebna komunikacija, oktober 2012).

Filozofija MATP je ne-tekmovalnost, primernost starosti, funkcionalnost, uporaba naučenega v socialnem okolju, pomoč in zabava (Princes, 2011).

3.8.1 POZITIVNI UČINKI

- Povišuje, pospešuje napredek v koordinaciji in kontroli telesa pri izvedbi različnih motoričnih aktivnosti.
- Razvija starosti primerne športnorekreativne dejavnosti.
- Povečuje možnost integracije oseb s težjo motnjo v duševnem in motoričnem razvoju v aktivnost okolja.
- Poveča telesno odpornost.
- Zvišuje senzorne sposobnosti.
- Povečuje samopercepcijo in samozavedanje v družbi.
- Pripravi posameznika za vključitev v trening vadbenih aktivnosti in v uradne športe specialne olimpiade nižjega nivoja (S. Polc, osebna komunikacija, november 2012).

3.8.2 *PODROČJA AKTIVNOSTI*

- Gibljivost – vključuje vaje lokomocijskih spretnosti kot so kotaljenje, lazenje, plazenje, plezanje, skoki, tek, hoja in vožnja s plazilnim vozičkom. Spretnosti, ki jih osvojijo, jim omogočajo sodelovanje v gimnastičnih disciplinah.
- Ročne spretnosti – vključujejo vaje lovljenja, prijemanja, metanja raznih žogic. Z naučenimi spretnostmi lahko sodelujejo v kegljanju, balinanju, metu žogice ali košarki.
- Udarjanje – s pomočjo tenis loparja, palice ali roke lahko udarjajo različne vrste žoge in balone. Naučene spretnosti jim omogočajo igranje tenisa, namiznega tenisa ali odbojke.
- Brcanje – z brcanjem kotalečih ali statičnih žog, penastih kock ter ciljanjem v gol pridobijo spretnosti za igranje nogometa.
- Upravljanje ročnih vozičkov – s poganjanjem ročnega vozička po ravnem ali vijugastem terenu, okrog stožcev ali pod oviro pridobijo spretnosti, ki jih potrebujejo pri atletiki.
- Upravljanje električnih vozičkov – izvajajo vaje kot z ročnim vozičkom, le da se učijo upravljati z ročico vozička.
- Vodne aktivnosti – zajemajo prilagajanje na vodo, hojo v bazenu, lebdenje in drsenje s pomočjo pripomočkov ali brez (Mučič, 2011, v Princes, 2005).

4 SKLEP

V diplomskem delu smo predstavili Center za usposabljanje, delo in varstvo Črna na Koroškem, ki vzgaja in izobražuje osebe z motnjo v duševnem razvoju. Delitev teh oseb je v grobem opredeljena kot delitev na osebe z zmerno, težjo in težko motnjo v duševnem razvoju, seveda poleg gibalne oviranosti, ki je pogosto prisotna.

Osrednja tema je bila predstavitev športnih vsebin in programov, v katere se vključujejo otroci, mladostniki in odrasle osebe glede na svoje sposobnosti. Pri vključevanju v športne programe je na prvem mestu posameznikova sposobnost za opravljanje določene aktivnosti ter njegova želja po opravljanju le-te. CUDV Črna na Koroškem izvaja športne aktivnosti glede na posebni program vzgoje in izobraževanja. Prav tako so posamezniki lahko vključeni v šolsko športno društvo, katero jim nudi široko paleto izbranih športov ter vključevanje v tekmovalni sistem. Poleg športa kot osnovnega programa se izvajajo tudi posebne in obogatene oblike dela, ki večinoma služijo v terapevtske namene.

Z vidika športne vzgoje smo predstavili vsebine športnih programov glede na posebni program vzgoje in izobraževanja. To je tudi področje športa, ki je bilo za nas ključnega pomena. Poučuje ga samo profesor športne vzgoje, z dodatnim usposabljanjem specialne in rehabilitacijske pedagogike, ki je potrebno za izobraževanje oseb z motnjo v duševnem razvoju. Pri ostalih športnih vsebinah (terapevtske vsebine) pa so poleg profesorja športne vzgoje prisotni še ostali terapevti.

CUDV Črna na Koroškem nudi pestro ponudbo športnih programov tudi glede na posebni program vzgoje in izobraževanja. Poleg osnovnega obveznega in neobveznega dela je na voljo tudi razširjen športni program, prav tako pa se športno udeležujejo tudi gojenci v usposabljanju za življenje in delo. Prav vsi, ki imajo zadovoljive sposobnosti, imajo možnost vključitve v šolsko športno društvo in s tem v tekmovalni sistem.

Vstop v tekmovalni sistem je za osebe z motnjo v duševnem razvoju velikega pomena. Želja po uspehu je prisotna tudi pri osebah z motnjo v duševnem razvoju. Udeleževanje na tekmovanjih se kaže na posameznikovem razvoju samozavesti in socializacije. CUDV Črna na Koroškem je na tem področju zelo uspešen, tako na tekmovalnem udeleževanju kot tudi

organizaciji tekmovanj. V diplomskem delu smo v ta namen predstavili specialno olimpiado in njene pozitivne učinke na posameznika.

Vsaka oseba je unikatna in to velja tudi z osebe z motnjo v duševnem razvoju. Pri njihovem razvoju je pomembno, da se vsakega obravnava posebej, glede na njegovo individualnost in izvirnost. Pri vseh dejavnostih, tako športnih kot tudi kreativnih, moramo te osebe spodbujati in jim vlivati zaupanje vase. Te dejavnosti krepijo zaupanje v njihove sposobnosti in jim s tem pomagajo oblikovati svoj jaz. Šport je v procesu odraščanja in tudi kasneje pri osebah z motnjo v duševnem razvoju zelo pomemben dejavnik, saj jim pomaga pridobiti občutek, da so tudi one sposobne doseči nek cilj.

Z diplomskim delom smo želeli predstaviti delovanje CUDV Črna na Koroškem, v smislu uporabe športa kot vzgojno-izobraževalnega sredstva za razvoj otrok in odraslih oseb z motnjo v duševnem razvoju. Diplomsko delo naj bi bilo uporaben vir za CUDV Črna na Koroškem, starše otrok in oseb z motnjo v duševnem razvoju ter vse tiste, ki se ali se bodo ukvarjali z osebami z motnjo v duševnem razvoju.

5 VIRI

- Adamič, L. (2008). *Kolesarjenje – priročnik za trenerje kolesarjenja specialne olimpiade*. Ljubljana: Društvo specialne olimpiade Slovenija.
- Brumen, N. (1978). Osnovna načela usposabljanja. V Z. Prošt, J. Maklin in L. Šegel (ur.), *Ob naši obletnici* (str. 3–6). Črna na Koroškem: Zavod za delovno usposabljanje mladine.
- Cakiči, P., Križnar, K. in Vajs, J. (2011). *Plavanje – priročnik za trenerje plavanja specialne olimpiade*. Ljubljana: Društvo specialne olimpiade Slovenija.
- CUDV Črna na Koroškem. (2012). Center za usposabljanje, delo in varstvo Črna na Koroškem. Pridobljeno 2.8.2012, iz <http://www.cudvcrna.si>
- Delovni program*. (2012). Poslovni načrt in delovni program. Center za usposabljanje delo in varstvo Črna na Koroškem. Pridobljeno 10.11.2012, iz <http://www.cudvcrna.si/informacije-javnega-znacaja/letno-porocilo>
- Egg, M. (1976). *Moj otrok je drugačen*. Ljubljana: Zveza društev za pomoč duševno prizadetim SR Slovenije.
- Filipčič, T. (2012). Športna vzgoja za učence in mladostnike z motnjo v duševnem razvoju. *Športnik*, 8(27), 13–14.
- Grad, A. (2010). *Samopodoba gibalno oviranih mladostnikov*. Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Ljubljana.
- Halliwick (2012). Plavalno društvo Halliwick Slovenija. Pridobljeno 20.1.2013, iz <http://www.halliwick-slovenija.si/>
- Hipoterapija* (2012). Center za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje Vipava. Pridobljeno 12.1.2013, iz <http://www.center-jpv.si/hipo.htm>
- Jeza, E., Lenko, M., Lipuš, S., Pačnik, M., Pečovnik, D., Radovič, I. in Srebot, I. (2008). Stokovne dejavnosti centra. V M. Vačun, I. Plesec, F. Feregotto, T. Napečnik in M. Lačen (ur.), *Ob naši obletnici* (str. 11). Črna na Koroškem: Center za usposabljanje delo in varstvo Črna na Koroškem.
- Kastelic, L. (1994). *Program vzgoje in izobraževanja otrok in mladostnikov z zmerno, težjo in težko motnjo v duševnem razvoju in drugimi dodatnimi motnjami*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo in šport.
- Kremžar, B. (1992). *Posebna gibalna vzgoja s psihomotorično zasnovo*. Ljubljana: Zavod republike Slovenije za šolstvo in šport.

- Kriteriji za opredelitev vrste in stopnje primanjkljajev, ovir oziroma motenj otrok s posebnimi potrebami.* (2006). Usmerjanje otrok s posebnimi potrebami. Pridobljeno 16.12.2012, iz <http://www.zrss.si/default.asp?rub=3481>
- Iz Kronike 40 let (2008). V M. Vačun, I. Plesec, F. Feregotto, T. Napečnik in M. Lačen (ur.), *Ob naši obletnici* (str. 55–60). Črna na Koroškem: Center za usposabljanje delo in varstvo Črna na Koroškem.
- Lačen, M. (1978). Po 10 letih. V Z. Prošt, J. Maklin in L. Šegel (ur.), *Ob naši obletnici* (str. 1). Črna na Koroškem: Zavod za delovno usposabljanje mladine.
- Lačen, M. (2001). *Odraslost osebe z motnjo v duševnem razvoju*. Ljubljana: Zveza Sožitje.
- Maklin, J. in Šegel, L. (1978). Posebne oblike usposabljanja. V Z. Prošt, J. Maklin in L. Šegel (ur.), *Ob naši obletnici* (str. 8–9). Črna na Koroškem: Zavod za delovno usposabljanje mladine.
- Mrevlje, G. (2009). V P. Pregelj in R. Kobentar (ur.), *Zdravstvena nega in zdravljenje motenj v duševnem razvoju* (str. 279–283). Ljubljana: Psihiatrična klinika.
- Mučič, N. (2011). Predstavitev športnih programov osnovne šole Kozara Nova Gorica in Centra za izobraževanje, rehabilitacijo in usposabljanje Vipava. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Ljubljana.
- Neuman, Z. (1978). *O možganski motorični prizadetosti*. Ljubljana: Zavod SRS za rehabilitacijo invalidov.
- Novljan, E. (1997). *Specialna pedagogika oseb z lažjo motnjo v duševnem razvoju*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Opara, B. (2009). *Otroci s posebnimi potrebami v vrtcih in šolah: vloga in naloga vrtcev in šol pri vzgoji in izobraževanju otrok s posebnimi potrebami*. Ljubljana: Centerkontura.
- Peljhan, M. (2012). *Šport in gibalna oviranost*. Triatlon klub. Pridobljeno 3.12.2012, iz <http://www.3ksport.si/prakticni-koticek/zdravje/120-port-in-gibalna-oviranost.html>
- Petrovič, V. (2001). *Hipoterapija – zdravljenje z jahanjem konja*. Velenje: Pozoj.
- Posebni program vzgoje in izobraževanja*. (4.10.2006). Zavod Republike Slovenije za šolstvo. Pridobljeno 5.11.2012, iz <http://www.zrss.si/default.asp?rub=3107>
- Pravilnik o razvrščanju in razvidu otrok, mladostnikov in mlajših polnoletnih oseb z motnjami v telesnem in duševnem razvoju*. (1977). Uradni list SRS, št. 18/77. Pridobljeno 10.12.2012, iz http://zakonodaja.gov.si/rpsi/r06/predpis_PRAV896.html
- Princes, T. (2011). MATP (Motor activities Training Program) – priročnik za trenerje MATP specialne olimpijade. Ljubljana: Društvo specialna olimpiada Slovenije.

- Princes, T. (2012). Začuti burjo, tekmuji po svoje: 16. Državne igre specialne olimpiade. *Športnik*, 8(27), 15–17.
- Prostočasne aktivnosti. (2008). V M. Vačun, I. Plesec, F. Feregotto, T. Napečnik in M. Lačen (ur.), *Ob naši obletnici* (str. 15–32). Črna na Koroškem: Center za usposabljanje, delo in varstvo Črna na Koroškem.
- Prošt, Z. (1978). Strokovne službe zavoda. V Z. Prošt, J. Maklin in L. Šegel (ur.), *Ob naši obletnici* (str. 10–11). Črna na Koroškem: Zavod za delovno usposabljanje mladine.
- Smolak, M. (2001). Predstavitev Centra za usposabljanje delo in varstvo Črna na Koroškem. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.
- Specialna olimpiada Slovenije*. (2011). Društvo specialne olimpiade Slovenije. Pridobljeno 15.12.2012, iz <http://www.specialna-olimpiada.si/>
- [Šestnajste] 16. državne igre SOS (2012). Specialna olimpiada. Pridobljeno 22.1.2013, iz <http://www.center-jpv.si/SOS.htm>
- Tomori, M. in Zihlerl, S. (1999). *Psihijatrija*. Ljubljana: Medicinska fakulteta.
- Učni načrt za področje gibanje in športna vzgoja*. (2004). Zavod Republike Slovenije za šolstvo. Pridobljeno 10.11.2012, iz <http://www.zrss.si/default.asp?link=predmet&tip=7&pID=117&rID=1591>
- Vidovič, I., Srebot, I., Cerar, M. in Markun Puhar, N. (2003). *Hopla, ena, dva, tri zame! : gibanje in športna vzgoja za specialne pedagoge, ki poučujejo otroke in mladostnike z zmerno, s težjo in težko motnjo v duševnem razvoju*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Vute, R. (1989). *Šport in telesno prizadeti*. Ljubljana: samozaložba.
- Vute, R. (1999). *Izziv drugačnosti v športu*. Ljubljana: Debora.
- Zakon o usmerjanju otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami (uradno prečiščeno besedilo) (ZUOPP – UPB1)*. (12.1.2007). Republika Slovenija: Uradni list RS, št. 3/2007. Pridobljeno 20.9.2012, iz <http://www.uradnilist.si/1/objava.jsp?urlid=20073&stevilka=101>

6 PRILOGE

Intervju

→ Kdaj si se začel ukvarjati s športom?

→ S katerimi športi se ukvarjaš?

→ Kdaj imaš čas za trening in kdo je tvoj trener?

→ Kje vse si že tekmoval?

→ Tvoj najboljši dosežek?

→ Kakšni so tvoji občutki, ko zmagaš?

→ Občutki ob porazu?

→ Kako se razumeš s sotekmovalci?

→ Kaj počneš v prostem času?
