

# Načini organizacije i provođenja sata kineziološke kulture s djecom s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama

---

Požar, Stela

Undergraduate thesis / Završni rad

2021

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Teacher Education / Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:337165>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-11-08**

Repository / Repozitorij:

[University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**UČITELJSKI FAKULTET**  
**ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ**

**Stela Požar**

**NAČINI ORGANIZACIJE I PROVOĐENJA SATA KINEZIOLOŠKE KULTURE S  
DJECOM S POSEBNIM ODGOJNO-OBRAZOVNIM POTREBAMA**

**Završni rad**

**Zagreb, kolovoz, 2021.**

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**UČITELJSKI FAKULTET**  
**ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ**

**Stela Požar**

**NAČINI ORGANIZACIJE I PROVOĐENJA SATA KINEZIOLOŠKE KULTURE S  
DJECOM S POSEBNIM ODGOJNO-OBRAZOVNIM POTREBAMA**

**Završni rad**

**Mentor rada:**

**Doc.dr.sc. Marijana Hraski**

**Zagreb, kolovoz, 2021.**

## SADRŽAJ

### SAŽETAK.....

### SUMMARY.....

1. UVOD .....	1
2. KINEZIOLOŠKA KULTURA .....	2
2.1. Uloga kineziološke kulture .....	2
2.2. Zdravlje.....	2
2.3. Struktura sata kineziološke kulture.....	3
2.3.1. Uvodni dio sata .....	3
2.3.2. Pripremni dio sata .....	4
2.3.3. Glavni dio sata .....	5
2.3.4. Završni dio sata .....	5
3. DJECA S POSEBNIM ODGOJNO-OBRAZOVNIM POTREBAMA .....	6
3.1. Učenje o djeci s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama.....	7
4. ULOGA ODGOJITELJA.....	9
5. PRILAGODBA FIZIČKIH AKTIVNOSTI DJECI S POSEBNIM ODGOJNO- OBRAZOVNIM POTREBAMA .....	11
5.1. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s oštećenjem sluha .....	11
5.2. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s oštećenjem vida.....	12
5.3. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s intelektualnim teškoćama.....	14
5.4. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci sa specifičnim teškoćama u učenju.....	15
5.5. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s autističnim poremećajem .....	16
5.6. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s motoričkim poremećajima i kroničnim bolestima .....	17
5.7. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s ADHD-om.....	18
6. PRIMJERI FIZIČKIH AKTIVNOSTI ZA DJECU S POSEBNIM ODGOJNO- OBRAZOVNIM POTREBAMA .....	19
6.1. AKTIVNOSTI GIBANJA I TJELESNOG VJEŽBANJA .....	19
6.1.1. Igra „Zavrni rukav“ .....	19
6.1.2. Igra „Složimo zajedno“ .....	20
6.1.3. Igra „Osvjetljeni labirint“ .....	20
6.2. AKTIVNOSTI RUKOVANJA PREDMETIMA .....	21
6.2.1. Igra „Kuglanje jastucima“ .....	21
6.2.2. Igra „Slažemo dugu“ .....	21
6.2.3. Igra „Lov na mjehuriće“ .....	22
6.3. AKTIVNOSTI ZA UNAPREĐENJE RAVNOTEŽE I KOORDINIRANOSTI .....	22

6.3.1. Igra „Upecaj svoje ime“ .....	22
6.3.2. Igra „Pazi, sladoled!“ .....	23
6.3.3. Igra „Pazi gdje staješ!“ .....	23
6.4. MJEŠOVITE AKTIVNOSTI .....	23
6.4.1. Igra „Priprema, pozor, vuci!“ .....	23
6.4.2. Igra „Slučaj nestalih pauka“ .....	24
6.4.3. Igra „Loptice u tunelu“ .....	24
7. ZAKLJUČAK .....	26
LITERATURA:.....	27
Tablice.....	28
IZJAVA O IZVORNOSTI ZAVRŠNOG RADA .....	29

## SAŽETAK

Tjelesna aktivnost djece predškolske dobi, uključujući djecu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama, iznimno je važna zbog zadovoljavanja niza dječjih potreba. Osim preobrazbe antropološkog statusa djece, fizička aktivnost pozitivno utječe i na njihovo zdravlje. Pospješuje rad srca te imunog i krvožilnog sustava. U radu su prikazane neke od najzastupljenijih posebnih odgojno-obrazovnih potreba te prilagodba sata kineziološke kulture ovisno o teškoći u razvoju koju dijete u skupini ima. Sat tjelesne i zdravstvene kulture sastoji se od uvodnog, pripremnog, glavnog te završnog dijela sata. Za sadržaj uvodnog dijela sata biraju se aktivnosti poput trčanja ili različitih elementarnih igara za razliku od završnog dijela sata koji sadrži igre i aktivnosti u kojima djeca sjede ili stoje u stanju mirovanja. Posebne odgojno-obrazovne potrebe koje su opisane su: oštećenja vida i sluha, intelektualne teškoće, specifične teškoće u učenju, autizam, ADHD, motorički poremećaji i kronične bolesti. Ni jedno dijete nije u potpunosti isto pa je neophodno prilagoditi sat kineziološke kulture, ne samo prema teškoći u razvoju, već i prema njihovim individualnim potrebama. Odnosno, kako bi što adekvatnije mogao prilagoditi aktivnosti, nužno je da je odgojitelj dobro upoznat sa svakim djetetom kao i njegovom teškoćom u razvoju, njegovim sposobnostima, željama te jakim i slabim stranama. Prilagodba aktivnosti uključuje prilagodbu sredstava, opreme i sprava kao i prilagodbu procesa realizacije aktivnosti. Kao i svako dijete, tako i dijete s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama ima pravo na sudjelovanje u odgojno-obrazovnom procesu rada ustanove u kojoj boravi. Zadaća odgojitelja je uključiti djecu s teškoćama u razvoju te motivirati svu djecu na sudjelovanje u tjelesnim aktivnostima kroz zabavu i igru.

Ključne riječi: fizička aktivnost, inkluzija, odgojitelj, posebne odgojno-obrazovne potrebe

## **SUMMARY**

Physical activity of preschool children, including children with special educational needs, is extremely important for meeting a range of children's needs. In addition to transformation of the anthropological status of children, physical activity also has a positive effect on their health. It improves the heart rate along with the immune and vascular system. The paper presents some of the most represented special educational needs and the adaptation of the kinesiology culture class depending on the developmental difficulties that the child in the group has. The physical education class consists of an introductory, preparatory, main and final part of the lesson. For the introductory part of the lesson activities such as running or various elementary games are chosen in contrast to the final part of the lesson which contains games and activities in which children are sitting or standing in state of rest. The special educational needs that have been described are visual and hearing impairments, intellectual disabilities, specific learning difficulties, autism, ADHD, motor disorders and chronic diseases. No child is completely the same so it is necessary to adjust the kinesiology culture lesson, not only according to the developmental difficulties but also according to their individual needs. That is, to be able to adapt the activities as adequately as possible, it is necessary that the educator is well acquainted with each child, as well as their developmental difficulties and abilities, desires, strengths and weaknesses. This adjustment of activities includes the adjustment of means, equipment and devices as well as the adjustment of the process of realization of activities. Like every child, a child with special educational needs also has the right to participate in the educational process of the institution in which child resides. The mission of educators is to include children with disabilities and motivate all children to participate in physical activities through fun and play.

Key words: physical activity, inclusion, pre-school educator, special educational needs

## 1. UVOD

U današnjem, suvremenom načinu života, uporaba tehnoloških naprava je praktički neizbježna što nije zaobišlo ni djecu rane i predškolske dobi, uključujući i djecu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama. Oni se gotovo od rođenja služe televizijom, mobitelima, tabletima, igraćim konzolama i drugim napravama. Količina vremena koju djeca provode gledanjem u različite ekrane viša je od preporuke Svjetske zdravstvene organizacije. Sukladno povećanju provođenja vremena uz male ekrane smanjuje se provođenje vremena u prirodi, odnosno smanjuje se fizička aktivnost djece. Djeca s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama većinom provode sedentarni stil života. Također, ovisno o prirodi njihova oštećenja, manje su tjelesno aktivni od ostale djece. S obzirom na sve veći sjedilački način života i boravak djece ispred malih ekrana tj. moderne tehnologije, vrlo je važno u vrtiću djeci pružiti mogućnost za fizičke aktivnosti.

Od velike je važnosti da se djeca s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama osjećaju uključenim i prihvaćenim u skupinu kao i u odgojno-obrazovni proces rada koji provodi odgojitelj. Tjelesna aktivnost je ljudska vitalna potreba. Svako dijete, pa tako i dijete s posebnim potrebama, ima pravo na zadovoljavanje vlastitih potreba za tjelesnom aktivnošću, a ta potreba se može zadovoljiti kroz kvalitetno osmišljen i proveden program tjelesne aktivnosti u dječjem vrtiću. Sat kineziološke kulture sastoji se od četiri dijela: uvodni, pripremni, glavni i završni dio sata. U posebne odgojno-obrazovne potrebe, koje će u radu biti pobliže objašnjene, ubrajaju se oštećenja sluha i vida, specifične teškoće u učenju, motorički poremećaji, intelektualne teškoće, višestruke teškoće u razvoju, autistični poremećaj i darovita djeca. Jedan od najkvalitetnijih načina provođenja aktivnosti na satu kineziološke kulture jest kroz igru. Igra je tzv. „dječji posao“ te kroz nju djeca najbolje uče. Igra povoljno djeluje na cjelokupan razvoj svakog djeteta, a između ostalog, igra je djeci vrlo zabavna i zanimljiva. Također, igra bi trebala biti osmišljena na način da potiče i motivira djecu kako ne bi došlo do nezainteresiranosti za fizičke aktivnosti. Kako bi sva djeca imala priliku sudjelovati u tjelesnim aktivnostima, važno je prilagoditi vježbe, aktivnosti i igre kako bismo mogli uključiti i dati priliku za sudjelovanje i djeci s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama. Prilagođene vježbe olakšavaju djetetu izvršavanje zadanih zadataka, samostalno ili uz pomoć odgojitelja ili asistenta, a uspješno izvršen zadatak djetetu daje samopouzdanje i na taj način stvara pozitivnu sliku o sebi.



## 2. KINEZIOLOŠKA KULTURA

Jedan od najvažnijih, ali i najboljih načina da dijete u vrtiću bude aktivno jest upravo kroz fizičku aktivnost i vježbanje na satu kineziološke, odnosno tjelesne i zdravstvene kulture. Tjelesno vježbanje na adekvatan način pospješuje antropološki status te pomaže pri procjeni potencijalnih mogućnosti i promjena antropoloških karakteristika svakog djeteta (Findak, 1995). Prilikom organizacije sata tjelesne i zdravstvene kulture potrebno je voditi računa o tome da sat bude ispunjen raznovrsnim aktivnostima koje su prilagođene svojoj djeci. Sat mora djeci biti razumljiv i poželjan, a to se postiže samo ako se razne vježbe i zadatci djeci predstavljaju kroz igru. Dakle, vježbe koje izvodimo s djecom moraju pridonijeti cjelokupnom dječjem rastu i razvoju. U aktivnostima na satu kineziološke kulture sudjeluju sva djeca, uključujući djecu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama za koje je neophodno prilagoditi plan i program sata.

### 2.1. Uloga kineziološke kulture

Kineziološka kultura ima višestruke koristi za djecu rane i predškolske dobi. Primarna uloga kineziološke kulture je njen utjecaj na preobrazbu antropološkog statusa djece. Neosporivo je da je jedan od najvažnijih faktora u dječjem razvoju upravo kretanje i tjelesna aktivnost. Kroz fizičku aktivnost dijete ostvaruje socijalizaciju te mogućnost uspoređivanja s drugima na način da modificira pojam o sebi. Stoga, tjelesnim vježbanjem djeca rane i predškolske dobi ne zadovoljavaju samo potrebe rasta i razvoja, već i primarne te metafizičke potrebe (Findak, 1995).

### 2.2. Zdravlje

“Utjecaj sportskih aktivnosti na zdravlje jedan je od temeljnih ciljeva omogućavanja djetetu da se bavi sportskim aktivnostima.” (Sindik, 2008:40). Bavljenje određenim sportom, fizičko kretanje te tjelesno vježbanje uvelike utječu na djetetovo zdravlje. Najčešće utječu pozitivno na mišiće (jačanje mišićne mase), očuvanje koštane mase te rad srca. Također, tjelesna aktivnost poboljšava rad imunog i krvožilnog sustava. No, s druge strane, sport može imati i negativan učinak na dijete. Ako dijete pretjeruje s fizičkim aktivnostima to može dovesti do umora, raznih ozljeda kao i trajnih deformacija organizma (Sindik, 2008).

### 2.3. Struktura sata kineziološke kulture

Sat kineziološke kulture sastoji se od nekoliko različitih dijelova koji se međusobno nadovezuju:

- uvodni dio sata
- pripremni dio sata
- glavni dio sata (dijeli se na glavni „A“ i glavni „B“ dio sata)
- završni dio sata.

Prije početka svakog dijela sata, odgojitelj djeci objašnjava, opisuje i demonstrira svaku aktivnost. Zatim, dok djeca izvode aktivnosti, odgojitelj promatra, pomaže, podržava te ih motivira na izvođenje zadane aktivnosti.

Kao što je navedeno u Tablici 1 trajanje sata ovisi o dobnoj skupini, a raspon je od 25 do 35 minuta (Findak, 1995):

- mlađa dobna skupina – 25 minuta
- srednja dobna skupina – 30 minuta
- starija dobna skupina – 35 minuta.

*Tablica 1*

Trajanje sata kineziološke kulture prema dobnim skupinama (izrada autora)

Skupine	Mlađa dobna skupina	Srednja dobna skupina	Starija dobna skupina
Uvodni dio sata	2 – 3 minute	2 – 4 minute	2 – 4 minute
Pripremni dio sata	5 – 7 minuta	6 – 8 minuta	7 – 9 minuta
Glavni „A“ dio sata	9 – 11 minuta	12 – 13 minuta	15 – 16 minuta
Glavni „B“ dio sata	5 – 6 minuta	7 – 8 minuta	7 – 8 minuta
Završni dio sata	2 – 3 minute	2 – 4 minute	2 – 4 minute

#### 2.3.1. Uvodni dio sata

Prema Findaku (1995) glavni cilj uvodnog dijela sata je osposobiti djecu senzibilno, organizacijski i fiziološki za daljnji napredak te samostalan rad. Svaki dio sata ima vlastite antropološke, obrazovne i odgojne zadatke. Antropološki zadatci uvodnog dijela sata jesu pripremiti tijelo za daljnji napor na način da raznim dinamičnim zadatcima dovedemo cijelo tijelo u pokret te ga pripremimo za daljnje napore. Raznim vježbama, u ovom dijelu sata,

značajno utječemo na učvršćivanje mišića kod djece, povećanje funkcije dišnog i krvožilnog sustava, ali i doprinosimo razvoju opće motorike. Obrazovni zadatci su utjecati na povećanje motoričkih znanja i postignuća, kao i upoznavanje te apsolviranje jednostavnih igara. Tijekom biranja aktivnosti za uvodni dio sata tjelesne i zdravstvene kulture, bitno ih je pažljivo te primjereno odabrati kako bi se stvorilo ugodno ozračje, što je jedan od odgojnih zadataka.

Kao sadržaj uvodnog dijela sata biraju se one aktivnosti koje osiguravaju prikladnu realizaciju antropoloških, obrazovnih te odgojnih zadataka. Također se u obzir uzima sadržaj glavnog dijela sata, ukupan broj djece, kao i njihova dob, te dostupan prostor. Sadržaji uvodnog dijela sata su najčešće različiti oblici trčanja te dinamične momčadske ili elementarne igre (npr. elementarna igra „Semafor“, „Ptičice i gnijezdo“, „Vremenska prognoza“). Potrebno je obratiti pažnju na količinu napora kako ne bi došlo do prevelikog opterećenja na dječji organizam (Findak, 1995).

### *2.3.2. Pripremni dio sata*

Prema Findaku i Deliji (2001) cilj pripremnog dijela sata je razgibati tijelo te ga pripremiti za daljnje fizičke napore. Također, raznim aktivnostima i vježbama pripremnog dijela sata, podižu se funkcije lokomotornoga, respiracijskog i kardiovaskularnog sustava na viši nivo te se stvaraju temeljni preduvjeti za ispravno držanje tijela. Antropološki zadatci naglašavaju važnost pripreme lokomotornog sustava za daljnje fizičke napore. Prilikom osmišljavanja aktivnosti i vježbi za ovaj dio sata, potrebno je obratiti pažnju hoće li te aktivnosti imati pozitivan utjecaj na razvoj motoričkih sposobnosti i povećanje funkcionalnih sposobnosti. Poboljšanje i usavršavanje motoričkih znanja ponavljanjem naučenog te usvajanje motoričkih znanja o djeci nepoznatim opće pripremnim vježbama, obrazovni su zadatci pripremnog dijela sata. Neki od odgojnih zadataka uključuju razvoj discipline i upornosti, a također se raznovrsnim i djeci prikladnim sadržajima nastoji stvoriti ugodno raspoloženje na satu kineziološke kulture.

Sadržaj pripremnog dijela sata sastoji se od raznih tjelovježbi labavljenja, jačanja te istezanja koje zajedno sačinjavaju opće pripreme vježbe. Mogu se izvoditi bez rekvizita, s rekvizitima poput loptica ili mlatića, samostalno ili u parovima. Pri planiranju i izvođenju je potrebno obratiti pažnju da se vježbama obuhvate svi dijelovi tijela, od glave i vrata do nogu (Findak i Delija, 2001). Također je poželjno kao prvu i zadnju vježbu iskoristiti dinamične vježbe koje će zagrijati cijelo tijelo (npr. čučanj-skok, zvjezdica-iglica).

### *2.3.3. Glavni dio sata*

Prema Findaku (1995) cilj glavnog dijela sata jest stvaranje najoptimalnijih uvjeta za realizaciju unaprijed postavljenih zadataka kao i utjecaj na antropološki status svakog djeteta primjenom adekvatnih vježbi. Antropološki zadatci očituju se u poticanju pravilnog rasta i razvoja djeteta te daljnjeg razvitka opće motorike pri čemu se naglašava unapređivanje osnovnih motoričkih sposobnosti. Dok se antropološki zadatci fokusiraju na motoričke sposobnosti, obrazovni zadatci glavnog dijela sata usredotočeni su na razvoj i usavršavanje motoričkih znanja te na pospješivanje motoričkih dostignuća. Odgojni zadatci ogledaju se u stvaranju discipline i jačanju pozitivnih osobina djeteta.

Kao što je prethodno spomenuto, glavni dio sata dijeli se na glavni „A“ i glavni „B“ dio sata. Hodanje, trčanje, skakanje, puzanje te svladavanje različitih prepreka neki su od sadržaja koji se izvode u glavnom „A“ dijelu sata (Findak, 1995). S obzirom na to da je glavni dio sata po trajanju najdulji, potrebno je birati raznovrsni sadržaj i teme na način da jedna bude jednostavna, a druga malo zahtjevnija. Za sadržaj glavnog „B“ dijela sata najčešće se biraju razne elementarne, momčadske te natjecateljske igre poput „Ptičice na grani“, „Boc, boc iglicama“, „Ledena baba“ ili poligon prepreka.

### *2.3.4. Završni dio sata*

Prema Findaku (1995) cilj završnog dijela sata je smiriti organizam te ga približiti prvobitnom stanju prije tjelesne aktivnosti. Antropološki zadatci usredotočeni su na oblike rada koji impliciraju opuštanje te smirenje organizma. Obrazovni zadatci uključuju usvajanje motoričkih znanja, raznih plesova te vježbe disanja. Neki od odgojnih zadataka završnog dijela sata uključuju očuvanje ugodnog raspoloženja na satu kineziološke kulture te usvajanje zdravih, higijenskih, ali i radnih navika.

Za sadržaj završnog dijela sata najčešće se biraju igre i aktivnosti u kojima djeca stoje ili sjede te se izbjegavaju aktivnosti koje zahtjevaju trčanje ili skakanje (npr. „Pokvareni telefon“, „Vrući krumpir“, „Mađioničar“).

### 3. DJECA S POSEBNIM ODGOJNO-OBRAZOVNIM POTREBAMA

Kroz povijest su, djeca s određenom vrstom psihičkog ili fizičkog problema kojoj je potrebna posebna vrsta skrbi i školovanja, dobivala različite nazive poput: hendikepirano dijete, onesposobljeno dijete, retardirano ili defektno dijete. Isprva je društvo djecu i osobe s invaliditetom okarakteriziralo kao beskorisne te su ih smatrali teretom kojeg bi se trebalo riješiti. Njihove se potrebe nisu prihvaćale niti su se ostali njima prilagođavali. Danas se koristi termin djeca s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama ili teškoćama u razvoju.

Bouillet (2019) navodi osnovne karakteristike modela odnosa društva prema marginaliziranim društvenim grupama. Medicinski model pojavio se u 19. stoljeću napretkom znanosti i medicine. On invaliditet kategorizira kao teškoću te djecu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama smatra bolesnima i nesposobnima. Zatim, model deficita se očituje u segregaciji osoba s teškoćama u razvoju. On se smatra produžetkom medicinskog modela u integriranim uvjetima. Trenutno se koristi socijalni model koji potiče inkluziju djece s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama. On nastoji ukloniti sve barijere koje im otežavaju ravnopravnost i socijalizaciju.

Također se smatra kako inkluzija ima višestruke koristi ne samo za djecu s teškoćama u razvoju, već i za ostalu djecu koja mnogo toga uče od njih. Djeca s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama imaju priliku za socijalizaciju s djecom i odraslima kao i za modeliranje ponašanja. Ostatak djece u skupini imaju priliku učiti o ravnopravnosti, prihvaćanju različitosti i pomaganju onome kome je u trenutku potrebna pomoć.

Djeca s teškoćama u razvoju su djeca čije vještine i sposobnosti proistječu iz psihičkih, intelektualnih, tjelesnih te osjetilnih funkcija koje mogu postojati zasebno ili kombinirano. (Ministarstvo znanosti i obrazovanja, Učenici s teškoćama u osnovnim školama, [Ministarstvo znanosti i obrazovanja - Učenici s teškoćama u osnovnim školama \(gov.hr\)](#), preuzeto 29.7.2021.)

U djecu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama ubrajaju se (In portal, news portal za osobe s invaliditetom, [Razlike između djece s posebnim potrebama idjece s teškoćama u razvoju \(in-portal.hr\)](#), preuzeto 29.7.2021.):

- djeca s oštećenjem sluha
- djeca s oštećenjem vida
- djeca s poremećajem glasovno-govorne komunikacije

- djeca sa specifičnim teškoćama u učenju
- djeca s motoričkim poremećajima (invaliditet i kronične bolesti)
- djeca s intelektualnim teškoćama
- djeca s višestrukim teškoćama u razvoju
- djeca sa zdravstvenim teškoćama
- djeca s autističnim poremećajem
- darovita djeca.

Kao i svako dijete, tako i dijete s nekom vrstom posebne potrebe, individua je za sebe. Upravo zbog toga moramo im pristupati kao i svakom „normalnom“ djetetu. To su djeca s puno potencijala, a na nama odgojiteljima je da taj potencijal prepoznamo i izvučemo najbolje od svakog pojedinca. Vrlo je važno promatrati dijete jer je to, ponekad, najbolji način za dobivanje informacija o djetetu. Uz promatranje je važno naglasiti i važnost slušanja, razgovaranja, ali i uspostave kontakta očima.

### *3.1. Učenje o djeci s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama*

Svako je dijete individua za sebe. Tom rečenicom bi se svaki odgojitelj trebao voditi i na taj način pristupati djeci, bitno da se radi o „normalnom“ i zdravom djetetu ili djetetu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama. Potrebno je prikupiti određene informacije o svakom djetetu koje će biti od pomoći u izgradnji odnosa s djetetom te u zadovoljavanju djetetovih osnovnih potreba. Važno je znati na koji način dijete razmišlja, komunicira s ostalima, koje su njegove reakcije na određene probleme te na koji način funkcionira u svojoj obitelji (Kostelnik i sur., 2003).

Kostelnih i sur. (2003) naglašavaju važnost promatranja svakog djeteta kako bi ih na što bolji način odgojitelji mogli upoznati, ali i razumjeti. To se pogotovo odnosi na djecu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama jer postoji mogućnost da oni ne mogu ili ne žele razgovarati ili se jednostavno ponašaju različito od ostale djece, ovisno o teškoći koju imaju. Prva stvar koju svi primjećuju tijekom upoznavanja je fizički izgled. Je li dijete visoko ili nisko, na koji način hoda i trči, je li spretno ili nije samo su neke od fizičkih osobina koje se mogu zamijetiti. Osim toga, korisno je obratiti pozornost i na govorni, društveni te spoznajni razvoj djeteta.

Slušanje je također jedna od važnijih stavki pri upoznavanju i razumijevanju djece. Odrasli se često fokusiraju na ono što oni žele reći djetetu, a ne obraćaju pažnju na ono što im dijete zaista želi reći. Ne obraćaju pažnju na detalje; na koji način dijete komunicira, kolika im je koncentracija prilikom razgovora te što žele i vole, a što ne. Pozornim slušanjem imaju priliku zaista upoznati dijete, njegove vrline i mane kao i njegovo trenutno emocionalno stanje.

Nije rijetkost da će se dijete kod svoje kuće ponašati na jedan, a u vrtiću na sasvim drugi način. Stoga, veliku ulogu pri upoznavanju i razumijevanju djeteta ima upravo razgovor s djecom i njihovim roditeljima. Roditelji, bake i djedovi su osobe od kojih se može saznati puno informacija o djetetu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama. Također, odgojitelj može vidjeti na koji način dijete komunicira s roditeljima te kako roditelji komuniciraju s djetetom.

#### 4. ULOGA ODGOJITELJA

Odgojitelji i ostali zaposlenici u radu s djecom imaju veliku odgovornost te ključnu zadaću prema djeci, uključujući i djecu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama. Kako bi odgojitelji što adekvatnije mogli raditi s djecom s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama, potrebno je dodatno usavršavanje, raznovrsne edukacije i praksa koji im pružaju kompetentnost. Bouillet (2010) navodi vrlo važne kompetencije koje bi odgojitelji trebali imati u radu s djecom s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama a neke od njih uključuju:

- prihvaćanje i uvažavanje društvenog i emotivnog razvoja djeteta
- shvaćanje pojedinačnih različitosti u procesu učenja kod djece
- dobre komunikacijske vještine
- sposobnost prepoznavanja teškoća u razvoju
- osmišljavanje kurikuluma sukladno teškoćama u razvoju
- stečeno iskustvo u radu s djecom s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama kroz praksu
- interes za timski rad i suradnju sa svim članovima zajednice.

Odgojitelj za svoju skupinu bira igre i aktivnosti koje konstatira kao najoptimalnije uzevši u obzir cijelu grupu, ali i individualne dječje interese, sposobnosti i mogućnosti (Halačev i Vegar, 1981).

Uloga odgojitelja u radu s djecom je kreiranje zdravih navika te poticajnog okruženja kako bi djeca stvorila pozitivnu sliku o fizičkim aktivnostima, ali i vlastitom zdravlju. Osim toga, vrlo je važno da odgojitelj svakom djetetu omogući aktivno sudjelovanje na satu kineziološke kulture. Odgojitelj se mora pripremiti za sat kineziološke kulture na način da napiše plan izvođenja sata koji sadrži strukturu sata, ciljeve, antropološke, obrazovne i odgojne zadatke, metode rada i slično. Kako bi mogao odabrati što adekvatnije aktivnosti, bitno je da odgojitelj zaista poznaje djecu u svojoj skupini. Dakle, mora biti upoznat s njihovim mogućnostima, sposobnostima, željama i potrebama. Također, mora imati na umu vlastiti utjecaj na integritet djece tako što upravlja određenim dimenzijama njihova antropološkog statusa (Findak, 1995).

Kako bi zajednica uspješno mogla funkcionirati međusobna suradnja je neophodna. U ovom slučaju, suradnja između odgojitelja i roditelja je ključna za djetetov kvalitetan razvoj



i napredak. Kao stručnjaci u odgojno-obrazovnoj ustanovi, odgojitelji bi trebali razumjeti i prihvatiti svaku obitelj bez obzira na specifičnost njihove situacije i međusobnih odnosa, a pogotovo obitelji s djecom s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama. Odgojitelji od roditelja, kao i roditelji od odgojitelja, mogu saznati bitne podatke o djetetu i njegovom individualnom razvoju. Nije rijetkost da se dijete kod kuće ponaša na jedan, a u vrtiću na sasvim drugi način. Roditelji mogu objasniti na koji način dijete funkcionira kod kuće, koje su njegove potrebe te pružiti savjete i smjernice za metode koje su najadekvatnije za njihovo dijete. Zadatak odgojitelja je pružanje podrške obiteljima te se svakoj prilagoditi i individualno razmotriti situaciju (Duvnjak i sur., 2015).

## 5. PRILAGODBA FIZIČKIH AKTIVNOSTI DJECI S POSEBNIM ODGOJNO-OBRAZOVNIM POTREBAMA

Sva djeca, uključujući i djecu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama imaju potrebu za fizičkim aktivnostima. Ovisno o djetetu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama te teškoći koju posjeduje, kretanje i uključivanje u tjelesne aktivnosti zna biti pravi izazov. Stoga je na odgojitelju da prilagodi aktivnosti na satu kineziološke kulture prema djetetu koje se nalazi u njegovoj skupini. Od velike je važnosti odgojiteljeva upoznatost sa teškoćom koje dijete ima te s njegovim mogućnostima, sposobnostima i potrebama kako bi prilagodio aktivnosti na adekvatan način. Participiranje djece s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama na satu kineziološke kulture doprinosi inkluziji, povećanju samopouzdanja, fizičke spremnosti te poboljšava kvalitetu njihova života (Findak, 1995).

Svako je dijete individua za sebe te niti jedno dijete nije u potpunosti isto. To vrijedi i za djecu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama. Dva djeteta koja imaju istu teškoću u razvoju mogu se više razlikovati nego dva djeteta od kojih jedno ima teškoću, a drugo ne. Iz tog razloga, ne postoji specifični način prilagodbe fizičkih aktivnosti koji su univerzalni. Kiš-Glavaš (2016) smatra individualizaciju u pristupu adekvatnim rješenjem što uključuje poznavanje djeteta, primjeren izbor tjelesnih aktivnosti i rekvizita te jasne verbalne upute. Osim prilagodbe te uključjenja u sat kineziološke kulture, potrebno je obratiti pažnju i na razvoj socijalnih vještina. Čekanje na red, dijeljenje s drugom djecom te poštivanje pravila i uputa, vrijednosti su na koje se također treba osvrnuti.

### *5.1. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s oštećenjem sluha*

Dulčić i Kondić (2002:44) navode definiciju oštećenja sluha kao „nemogućnost ili smanjenu mogućnost primanja, provođenja i registriranja slušnih podražaja zbog urođenih ili stečenih oštećenja, nerazvijenosti ili umanjene funkcionalnosti slušnog organa, slušnog živca ili slušnih centara u mozgu.“

Prema Duvnjak i sur. (2015) oštećenja sluha dijele se na dvije glavne kategorije: gluhoća i naglušnost. Gluha djeca čak niti uz pomoć slušnog aparata ne mogu u potpunosti čuti ili razumjeti govor. Dio njih može pročitati govor s usana te ga bolje razumjeti uz praćenje gesti, dok se dio koristi znakovnim jezikom. Nagluhe osobe i djeca također čitaju govor s usana, a osim toga, veliku pomoć im pružaju slušni aparat ili ugradnja umjetne pužnice. Koliko je djetetu

oštećen sluh, ovisi o mnogobrojnim faktorima. Određena djeca rođena su bez sluha što uvelike utječe na njihov cjelokupni razvoj te, u tom slučaju, dijete ne može spontano usvojiti govor kao djeca koja nemaju oštećenja sluha. Kod takvih slučajeva, važno je da odgojitelj potiče razvijanje komunikacije.

Tijekom rada s djecom koja imaju oštećenje sluha potrebno je pridržavati se nekoliko pravila kako bismo im olakšali sat kineziološke kulture. S obzirom na njihov sluh, važno je govoriti jasno i glasno te provjeriti je li dijete razumjelo dobivene upute. Odgojitelj bi trebao izgovarati jednostavne riječi i uz govor koristiti geste ili fotografije. Poželjno je koristiti se slikovnim karticama pri objašnjavanju fizičkih aktivnosti. Nakon usmene upute, odgojitelj demonstrira zadatak kako bi djeca mogla vidjeti što se od njih očekuje. Pri aktivnostima koje se izvode u paru, poželjno je dijete s oštećenjem sluha staviti u par s djetetom koje ima dobar sluh. Također, poželjno bi bilo koristiti se znakovnim jezikom za gluhe kako bismo uspostavili što bolju komunikaciju s djetetom. Na kraju, pohvalimo dijete za iskazani trud, kao i ostalu djecu (Krampač-Grljušić i Marinić, 2007).

Kiš-Glavaš (2016) naglašava važnost provjere je li nas dijete s oštećenjem sluha razumjelo u potpunosti te na pravi način. Ako dijete kimne glavom, to nije dovoljan znak da nas je ono zaista razumjelo. Potrebna je detaljnija provjera kao i puno strpljenja. Komunikacija mora biti uspješna s jedne i druge strane. Ukoliko dijete sudjeluje u aktivnosti te ne gleda u odgojitelja, njegovu je pažnju moguće pridobiti na način da se ugasi i ponovno upali svjetlo ili, ukoliko gleda u pravcu odgojitelja, pokaže se signal podizanjem ruke. Djeci s oštećenjem sluha nije neophodna prilagodba opreme i sredstava na satu kineziološke kulture. Također, preporučljivo je izbjegavati grublje fizičke aktivnosti te ronjenje.

## *5.2. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s oštećenjem vida*

Duvnjak i sur. (2015:85) definiraju oštećenje vida kao oštećenje koje se „odnosi na sljepoću i slabovidnost, gdje se sljepoća odnosi na visoki stupanj slabovidnosti bez funkcionalne uporabe vida (očuvanost vida do 10%) dok se slabovidnost odnosi na očuvanost vida od 10% do 40% i uz funkcionalnost koja se postiže uporabom pomagala (naočala ili leća).“

Djeci s oštećenjem vida vrlo se često reduciraju fizičke aktivnosti od prve godine života, kada bi već mogli samostalno hodati. To se najčešće događa zbog toga što su roditelji u strahu da se dijete ne ozlijedi, što često rezultira problemima u području motorike. Poželjno ih je

svakodnevno poticati na fizičke aktivnosti i kretanje zbog toga što oni, radi nemogućnosti oponašanja pokreta, imaju nekoordinirane pokrete (Duvnjak i sur., 2015).

Autorica Kiš-Glavaš (2016) smatra da bi se dijete s oštećenjem vida moglo uspješno uključiti te sudjelovati na satu kineziološke kulture, potrebno je prilagoditi fizičke aktivnosti. Odgojitelji bi trebali biti dobro upoznati s djetetom, njegovom teškoćom u razvoju te sposobnostima i mogućnostima kako bi prilagodba bila što uspješnija i kvalitetnija. Djeca s oštećenjem vida imaju usporen razvoj motorike čemu je uzrok najčešće neprikladan prostor, ali i drugi uvjeti.

Također, bitno je da odgojitelji prilikom planiranja aktivnosti za sat kineziološke kulture dobro promisle o ograničenjima koja su prisutna kod djece s oštećenjem vida (Kiš-Glavaš, 2016):

- okolina ima nižu poticajnu značajnost
- nemogućnost imitiranja pokreta
- nemogućnost vizualno-motoričke koordinacije
- nazočnost straha od kretanja i fizičkih aktivnosti
- nerazvijenost slike vlastitog tijela
- nazočnost poteškoća u doživljavanju prostora
- nepravilnost u držanju tijela
- uneravnoteženost
- prisutnost teškoće u orijentaciji i snalaženju u prostoru.

Djecu s oštećenjem vida potrebno je ohrabrivati te poticati da taktilno istražuju okolinu koja ih okružuje. Poželjno je prije sata kineziološke kulture upoznati dijete s prostorom, tj. dvoranom u kojoj će se održavati aktivnosti. Nadalje, važno je i uvijek provoditi sat kineziološke kulture u istom prostoru te voditi računa o spravama i rekvizitima koje bi trebale uvijek stajati na istom mjestu kako ne bi došlo do ozljeda ili straha od kretanja. Ukoliko dođe do određene promjene u prostoru, bitno je upozoriti dijete s oštećenjem vida te mu omogućiti ponovno upoznavanje s prostorom. Što se tiče organizacije prostora, korisno je iscrtati prostor u kojem se provodi sat kineziološke kulture te ga označiti linijama širine 4 – 5 centimetara u jakim, jasno vidljivim bojama kako bi ih dijete s oštećenjem vida moglo lakše uočiti. Osim toga, predlaže se da se prostor označi i taktilnim oznakama (Kiš-Glavaš, 2016).

Svaku aktivnost koja se planira izvoditi na satu kineziološke kulture, potrebno je verbalno objasniti, a zatim i demonstrirati. Uzevši u obzir da je na satu prisutno dijete koje je slabovidno ili slijepo, važno je koristiti se jasnim i jednostavnim verbalnim opisima i uputama. U tom slučaju, izbjegavaju se pokazne zamjenice poput „tamo“ i „ovdje“ te se zamjenjuju preciznim uputama poput „s tvoje desne strane“ ili „3 koraka ispred tebe nalazi se greda“. Što se tiče demonstracije, korisno je uzeti dijete s oštećenjem vida kao model na kojemu će se vježba pokazati jer će na taj način dijete pokret zahvatiti taktilno i kinestetički dok će ga ostala djeca vidjeti. Nadalje, djeca koja imaju oštećenje vida, više se oslanjaju na osjetilo sluha koje im olakšava kretanje u prostoru. Iz tog razloga, na satu kineziološke kulture poželjno je koristiti različita sredstva poput lopte, udaraljki, vijače ili obruča na koje se može zalijepiti zvonce (Kiš-Glavaš, 2016).

### *5.3. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s intelektualnim teškoćama*

Prema Kiš-Glavaš (201) dijete koje posjeduje neku vrstu intelektualne teškoće slijedi jednake zakonitosti u razvoju kao i ostala djeca, ali ovisno o njegovoj teškoći, razvoj je usporeniji. Prilikom testiranja djece sa sniženim intelektualnim sposobnostima na području motorike, ona vrlo često pokazuju lošije rezultate od ostale djece. To se posebice zamjećuje na području koordinacije pokreta i percepcije. S obzirom na to da dijete ima intelektualnu teškoću, ono uči polagano te vlastitim, sporijim tempom i ritmom rada. Važno je imati puno strpljenja i ponoviti aktivnosti koliko je god puta potrebno. Također, radi svakodnevnih oscilacija pažnje, djeca s intelektualnim teškoćama vrlo teško zadržavaju koncentraciju te nisu u stanju dovoljno dugo biti usredotočeni. Stoga, kako bi se osigurao opći razvoj djeteta, potrebno je puno raditi na razvoju koncentracije i pažnje.

Djeca s intelektualnim teškoćama svakodnevno se susreću s raznim izazovima. Što se tiče sata kineziološke kulture, pravi izazov za njih predstavljaju pokretne igre koje uvjetuju određeni stupanj razvoja motoričkih sposobnosti koji oni većinom ne postižu. Iz tog razloga, igre bi se trebale prilagoditi djetetu prema stupnju razvoja i kronološkoj dobi što uključuje izostavljanje kompliciranih uputa i pravila te prezahtjevnih aktivnosti (Kiš-Glavaš, 2016).

Neki od glavnih zadataka sata kineziološke kulture, u kojem sudjeluje dijete s određenom vrstom intelektualne teškoće, uključuju razvoj opće motorike i koordinacije, usvajanje navike za vježbom te podmirivanje potrebe za kretanjem. Dobro je poznato kako igra, kao aktivnost koja kod djece stimulira želju, ustrajnost i strpljenje, pozitivno utječe na razvoj

djece sa sniženim intelektualnim sposobnostima. Tijekom rada s djecom sa sniženim intelektualnim sposobnostima, važno je osvrnuti se na koordinaciju pokreta. Postoje raznovrsne aktivnosti koje se mogu koristiti, ovisno o otežavajućim okolnostima. Njihov glavni cilj je pospješiti oslabljen rad motorike. Te aktivnosti uključuju: vježbe hodanja, dodirivanje dijelova tijela i izvedbu različitih kružnih pokreta (opisivanje kružnice ili broja osam) (Kosinac, 2011).

Autorica Clark Brack (2009) govori o tome kako tijekom rada s djecom s Downovim sindromom treba biti naročito oprezan kako bi se izbjegla bilo koja vrsta ozljede, a posebice ozljeda kralježničke moždine. Poželjno je zaobilaziti aktivnosti koje uključuju izvođenje koluta naprijed ili natrag, trzanje, poskakivanje i slično kako ne bi došlo do radikalne fleksije ili ekstenzije vrata.

#### *5.4. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci sa specifičnim teškoćama u učenju*

Jedna od specifičnih teškoća u učenju je disleksija. „To je jezično utemeljen poremećaj konstitucijskog podrijetla koji obilježavaju teškoće u kodiranju pojedinih riječi, a koje obično odražavaju nedostatne sposobnosti fonološke obrade.“ (Bjelica i sur., 2015:2) Glavne karakteristike djece s disleksijom podrazumijevaju teškoće u čitanju i pisanju, no osim toga, mogu se primjetiti i druge teškoće s kojima se oni susreću. Djeca s disleksijom umaraju se brže od ostale djece. Bez obzira na njihov trud, ponekad se mogu dati dojam nespretnosti i zaboravljivosti. Također, može se činiti kao da dijete uopće ne sluša što se govori, dok zapravo ima problem s pamćenjem uputa u nizu. Dijete s disleksijom mora se skoncentrirati i dobro obratiti pažnju kako bi uspješno pratilo upute i aktivnosti.

Kao što je već navedeno, odgojitelj mora biti upoznat sa svakim djetetom, bez obzira je li to dijete s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama ili ne. Vrlo je važno da ima dobru komunikaciju s djetetom, da je upoznat sa pristupom prema djetetu koje, u ovom slučaju, ima disleksiju te da adekvatno prilagođava sadržaj i aktivnosti prema teškoći koju dijete ima. Autorica Kiš-Glavaš (2016) govori kako djeca s disleksijom imaju teškoće prilikom snalaženja u prostoru te su prilično nesigurni pri definiranju lijeve i desne strane. Zadatak odgojitelja je pomoći djetetu da svlada navedene teškoće pomoću raznih oznaka i orijentira.

Prije izvođenja svake aktivnosti, potrebno je dati verbalnu uputu i objašnjenje o načinu izvođenja vježbe, a zatim slijedi demonstracija koja je djeci sa specifičnim teškoćama u učenju od velike koristi. Poželjno je koristiti se i različitim rekvizitima te oznakama u bojama kako bi

se djeca mogla lakše snaći tijekom izvođenja aktivnosti. Osim disleksije, disgrafija također pripada skupini specifičnih teškoća u učenju. Kao teškoća u pisanju, ona je vrlo slična disleksiji i stoga se sat kineziološke kulture djeci s disgrafijom prilagođava na isti način kao i za djecu s disleksijom. Zbog navedenih teškoća, vrlo je važno s djecom osim grube razvijati i finu motoriku. U tome pomažu razne aktivnosti loptom (bacanje i hvatanje lopte, kotrljanje), mlatićima ili obručem.

### *5.5. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s autističnim poremećajem*

Autizam je jedan od razvojnih poremećaja koji se može otkriti već u prve tri godine života djeteta i traje cijeli život. Definira se kao neurološki poremećaj koji je posljedica abnormalnog razvoja mozga. Ovo stanje se češće javlja kod dječaka, nego djevojčica (Kostelnik i sur., 2003).

Pri planiranju i organizaciji sata kineziološke kulture, u kojem prisustvuje dijete s autističnim poremećajem, potrebno je voditi računa o njegovim sposobnostima, mogućnostima, željama i posebnim potrebama. Važno je osigurati sigurnu i stalnu okolinu u kojoj će se dijete dobro osjećati te ju organizirati na način da dijete razvija vlastite sposobnosti kroz aktivnosti s entuzijazmom. Tijekom rada s djecom s autističnim poremećajem poželjno je pohvaliti njihove akcije i trud. To uvelike podiže njihovo samopouzdanje te ih motivira za daljnje fizičke aktivnosti. Prema Clark Brack (2009) djeca s ovim razvojnim poremećajem imaju kumulativne potrebe tijekom obrade osjetilnih informacija. Iz tog razloga, korisno je s njima provoditi proprioceptivne aktivnosti. U trenutku kada dijete sjedi u krugu, dobro je omogućiti mu korištenje određene senzorne vrećice. To im u velikoj mjeri pomaže da se umire i koncentriraju na aktivnost.

Prema Blažević i sur. (2006) djeca s poremećajem iz autističnog spektra imaju jednake potrebe za kretanjem i fizičkim aktivnostima, kao i ostala djeca urednog razvoja, bez obzira na njihove specifičnosti u razvoju. Kvalitetno isplaniran i proveden sat kineziološke kulture, za što su potrebna osnovna znanja o autističnom poremećaju te motivacija, može imati višestruke koristi za dijete s autizmom. Prvenstveno, fizička aktivnost je neizostavan dio cjelokupnog razvoja djeteta. Uz to, potiče i uvelike pomaže razvoju socijalizacije, ukoliko odgojitelj izabere aktivnosti koje im olakšavaju integraciju s ostalom djecom, te poboljšava rezultate u komunikacijskim vještinama i koncentraciji.

### *5.6. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s motoričkim poremećajima i kroničnim bolestima*

Prema Duvnjak i sur. (2015) motorički poremećaji podrazumijevaju skupinu poremećaja fine i grube motorike u kojoj je sustav za kretanje (mišići, zglobovi i kosti) oštećen ili disfunkcionalan. Toj skupini također pripadaju fizički i funkcionalni motorički problemi. Navedene teškoće predstavljaju problem u svakodnevnom motoričkom funkcioniranju te je upravo iz tog razloga djeci nužna odgovarajuća podrška.

Autorica Kiš-Glavaš (2016) smatra kako je vrlo važno da odgojitelji djeci s motoričkim poremećajima i kroničnim bolestima pristupaju individualno, da su upoznati s prirodom oštećenja te da se savjetuju s djetetovim liječnikom oko rizičnih faktora pri izvođenju određenih pokreta. Djeca s invaliditetom, ovisno o motoričkom poremećaju, nailaze na mnogobrojne prepreke poput nemogućnosti baratanja predmetima, nemogućnosti kretanja, stajanja ili sjedenja kroz dulje vremensko razdoblje. S obzirom na prirodu njihova oštećenja, nužna je adekvatna prostorna prilagodba što uključuje i rekvizite te sredstva za rad na satu kineziološke kulture (Kiš-Glavaš, 2016). Za početak, djeci s invaliditetom ulaz u dvoranu bi trebao biti slobodan kako bi se dijete samostalno moglo kretati. Osim toga, ostatak dvorane bi također trebao biti organiziran na način da ima dovoljno širokog prostora za kretanje. Prilikom ulaska u dvoranu, u slučaju da postoji određena visinska razlika, koriste se elementi pristupačnosti (dizalo, rampa, podizne platforme). Kako bi djeci s invaliditetom sva nužna oprema bila vrlo lako dostupna bez smetnji u kretanju, pričvrsti se na zid kontrastno u odnosu na zid i pod. (Pravilnik o osiguranju pristupačnosti građevina osobama s invaliditetom i smanjene pokretljivosti, NN, 78/13) Osim dostupnosti opreme i rekvizita, ponekad će biti potrebna korekcija te prilagodba opreme s obzirom na motoričko oštećenje djeteta. S obzirom da djeca s invaliditetom, na primjer djeca s cerebralnom paralizom, imaju ograničenu pokretljivost vlastitog tijela, neke će aktivnosti trebati biti pojednostavljene. Od koristi će biti rad u manjim grupama na satu kineziološke kulture jer će odgojitelj tada imati mogućnost pomoći djetetu pri izvođenju aktivnosti (Kiš-Glavaš, 2016). Kosinac (1999) skreće pozornost na rad s djecom koja boluju od epilepsije. Navodi kako je važno obratiti pažnju na aktivnosti koje se biraju za sat kineziološke kulture. Nije preporučljivo izvoditi aktivnosti koje bi mogle prouzrokovati stres ili napetost.



### 5.7. Prilagodba fizičkih aktivnosti djeci s ADHD-om

Jedan od najučestalijih neurorazvojnih poremećaja s kojim se susreću djeca, adolescenti, ali i odrasle osobe je deficit pažnje/hiperaktivni poremećaj, odnosno ADHD. Duvnjak i sur. (2015) navode tri primarne skupine simptoma:

- hiperaktivnost
- impulzivnost
- deficit pažnje.

Smatra se kako je hiperaktivnost češće primarni simptom kod dječaka, a deficit pažnje kod djevojčica. Djeca s ADHD-om imaju nedostatak samokontrole te samopouzdanja. Često imaju probleme s ponašanjem, teško funkcioniraju u socijalnim sredinama i ponekad znaju burno reagirati u određenim situacijama. Hiperaktivnost se kod djece može primjetiti kada se dijete neprestano kreće i ne može dugo sjediti ili biti na miru. Impulzivnost se očituje u nemogućnosti odgode zadovoljstva, neprimjerenosti ponašanja u određenim situacijama čiji je glavni uzrok teškoća pri kontroliranju vlastitih reakcija. Takvo će se dijete vrlo lako naći u opasnoj situaciji jer će ih privući trenutno zadovoljstvo te neće uopće razmišljati o mogućim posljedicama. Iz tog razloga, odgojitelj uvijek mora promatrati dijete s ADHD-om kako bi mogao spriječiti nastanak takve situacije. Djeca kojima je primarni simptom deficit pažnje imaju problem s održavanjem pažnje. Oni imaju teškoće sa organiziranjem, vrlo lako gube koncentraciju i često prelaze na druge aktivnosti. Zbog sveg navedenog, korisno im je zadavati više kraćih aktivnosti. Djetetov trud korisno je pohvaliti i nagraditi smješkom ili verbalnom pohvalom. S obzirom na simptome koje imaju, oni su najčešće okrivljeni za narušavanje reda i mira te iz tog razloga imaju vrlo narušeno samopoštovanje. Jedan od glavnih ciljeva tijekom rada s djecom s ADHD-om je pomoći djetetu pri izgradnji samopoštovanja (Kiš-Glavaš, 2016).

## **6. PRIMJERI FIZIČKIH AKTIVNOSTI ZA DJECU S POSEBNIM ODGOJNO-OBRAZOVNIM POTREBAMA**

Autorica Kiwi Bielenberg (2009) u vlastitoj knjizi navodi 35 raznovrsnih aktivnosti za sat kineziološke kulture, prilagođenu za djecu s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama. Aktivnosti su dostupne djeci te su vrlo fleksibilne s obzirom na teškoće i individualne potrebe svakog djeteta. Namijenjene su djeci predškolske dobi i djeci koja pohađaju niže razrede osnovne škole. Vježbe i aktivnosti mogu se izvoditi u parovima, manjim ili većim grupama uz mogućnosti korištenja raznih rekvizita i sredstava. Aktivnosti su svrstane u četiri kategorije:

1. aktivnosti gibanja i tjelesnog vježbanja
2. aktivnosti koje uključuju finu motoriku (rukovanje predmetima)
3. aktivnosti za unapređenje ravnoteže i koordiniranosti
4. mješovite aktivnosti.

Aktivnosti gibanja i tjelesnog vježbanja sastoje se od različitih igri koje zahtijevaju kondiciju i vrlo su dinamične. Uključuju poskoke, trčanje, „sprint“ te preskakanje. Aktivnosti rukovanja predmetima sadržavaju igre koje omogućuju vježbanje i razvijanje vještina fine i grube motorike pri čemu imaju kontrolu nad određenim predmetom. Te aktivnosti uključuju vođenje, bacanje, hvatanje i guranje lopte. Aktivnosti za unapređenje ravnoteže i koordinacije omogućavaju djeci vježbanje ravnoteže te uspostavu kontrole i svijesti nad vlastitim tijelom. Tu se ubrajaju i aktivnosti u kojima se do ravnoteže i kontrole nad predmetom dolazi uspostavom koordinacije oko-ruka. Zadnjoj skupini mješovitih ili kombiniranih aktivnosti pripadaju višenamjenske igre u kojima dijete u isto vrijeme implementira i razvija nekoliko različitih vještina (Bielenberg, 2009). Navedene aktivnosti ne samo da potiču djecu na kretanje i fizičke aktivnosti, već unaprjeđuju koordinaciju, ravnotežu, otpornost te fizičku pripremljenost kod djece s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama. Djeca imaju priliku razvijati i poboljšati vještine fine i grube motorike.

### *6.1. AKTIVNOSTI GIBANJA I TJELESNOG VJEŽBANJA*

#### *6.1.1. Igra „Zavrni rukav“*

Cilj ove igre je prikupiti određeni broj vrpca na način da se dijete vozi po dvorani na dasci s kotačićima. Sredstva i rekviziti potrebni za izvođenje ove aktivnosti: daske na

kotačićima, čunjevi i vrpce raznih boja (isti broj vrpca različitih boja za svako dijete). Za realizaciju ove aktivnosti potrebno je rasporediti čunjeve po prostoru te ispod svakog postaviti jednu vrpcu. Upute za ovu igru su slijedeće: djeci treba reći da moraju prikupiti npr. sedam vrpca od kojih je svaka različite boje. Kada ih pronađu, stave ih na ruku te slažu dugu od vrpca. Sva djeca kreću u isto vrijeme. Ako dijete dođe do čunja ispod kojeg se nalazi vrpca boje koju je već pokupio, mora nastaviti tražiti dalje sve dok ne nađe svih sedam različitih boja (Bielenberg, 2009).

### *6.1.2. Igra „Složimo zajedno“*

Prema Bielenberg (2009) cilj ove igre jest prikupljanje segmenata velike slagalice koja su raspoređena po cijelom prostoru. Da bi uspješno izvršili zadatak, djeca se udružuju i zajedno surađuju. Rekviziti potrebni za izvođenje ove aktivnosti uključuju veliku slagalicu raznih boja koja je adekvatna prema dobi djece, čunjeve te proizvoljno ostatak opreme koji je dostupan u prostoru u kojem se provodi sat kineziološke kulture (lopta, uža, trampolin, strunjače, obruči). Kako bi se igra uspješno realizirala, potrebno je na različite dijelove prostora postaviti čunjeve na kojima se nalazi papir sa određenim zadatkom koji dijete mora izvršiti. Također, nekoliko dijelova slagalice postavimo uz svaki čunj sa zadatkom. Neki od zadataka koji se mogu iskoristiti su: vođenje lopte oko čunjeva, bočno hodanje po užetu, skakanje na trampolinu, provlačenje kroz obruč i palačinka na strunjači. Svako dijete započinje aktivnost na različitim čunjevima te se nakon izvršenih zadataka izmjenjuju za pozicije. U trenutku kada dijete uspješno izvrši predviđeni zadatak, uzima dio slagalice i nosi ga na mjesto na kojemu se slaže. Nakon što su sva djeca izvršila zadatke, zajedno slažu veliku slagalicu.

### *6.1.3. Igra „Osvijetljeni labirint“*

Prema Bielenberg (2009) cilj ove igre je uspješno svladavanje različitih zadataka u svrhu pronalaska izlaska iz labirinta. Sredstva i rekviziti potrebni za izvođenje ove aktivnosti uključuju lampice, stolove, selotejp i daske na kotačićima. Za realizaciju ove aktivnosti potrebno je, ako je moguće, pronaći prostoriju u kojoj se već nalaze stolovi. Zatim, od tih se stolova gradi labirint koji će se kasnije i osvjeteliti. Labirint je poželjno izgraditi na način da se dijete, koje prolazi kroz njega, kreće različitim pravcima kretanja. Nadalje, načini kretanja mogu biti različiti, ovisno o kreativnosti odgojitelja. Djeca se mogu kretati poput određene

životinje (zmije, medvjeda, mrava) ili hodati tiho i na prstima, unatrag itd. Unutar labirinta mogu se postaviti tuneli od strunjača ispod kojih se nalaze lampice, most od spužvi između dva stola ili čunja te razne dekoracije i predmeti od kojih se može napraviti vrlo zabavna igra. Ukoliko se u skupini nalazi dijete s motoričkim oštećenjem, aktivnost se može prilagoditi na način da se dijete legne na dasku s kotačićima dok ga odgojitelj ili drugo dijete gura kroz labirint.

## 6.2. AKTIVNOSTI RUKOVANJA PREDMETIMA

### 6.2.1. Igra „Kuglanje jastucima“

Prema Bielenberg (2009) cilj ove igre je loptama porušiti sve jastuke koji su vertikalno položeni nakon odrađenih vježbi snage na velikim loptama za vježbanje i jastucima u obliku valjka. Sredstva i rekviziti potrebni za izvođenje ove aktivnosti su jastuci u obliku valjka, velike lopte za vježbanje te strunjača. Za početak je potrebno na strunjaču postaviti dva ili tri jastuka jedan do drugog. Važno je napomenuti kako dijete leži na lopti ili jastuku okrenuto licem prema podu. Dijete se uz pomoć odgojitelja 5 do 10 puta zakotrlja naprijed natrag održavajući tijelo na lopti te u trenutku kada odradi jednu vježbu „osvaja“ jednu loptu za igru koja slijedi. Nakon što je svako dijete odradilo zadane vježbe, postave jastuke vertikalno (poput stabla) i pokušavaju ih srušiti s loptama koje su osvojili. Igra je završena nakon što sva djeca sruše sve jastuke.

### 6.2.2. Igra „Slažemo dugu“

Cilj ove igre je napraviti šarenu dugu od kopčica. Svako dijete ima košarkašku loptu koju vodi po dvorani i gađa ju u koš. Za svaki pogođeni koš dijete dobiva jednu kopčicu. Za ovu igru od rekvizita će se koristiti košarkaški koševi i lopte, uže i kopčice duginih boja. Prije početka igre potrebno je pripremiti dvoranu i organizirati prostor i rekvizite. Koševi se postavljaju po jedan u svaki ugao dvorane. Broj kopčica potrebnih za ovu aktivnost ovise o broju djece u skupini i o broju koševa. Na primjer, ukoliko se u skupini nalazi 6 djece i 4 koša, bit će potrebno četiri različite boje i po šest kopčica u svakoj boji. Na svako uže je potrebno zakvačiti kopčice iste boje te ga zalijepiti na zid pokraj koša. Svako dijete dobiva po jednu loptu. Na odgojiteljev znak, dijete vodi loptu i gađa ju u koš. Ukoliko zabije koš, uzima jednu kopčicu i zakvači ju na svoju majicu te nastavlja dalje voditi loptu prema idućem košu. Ako ne

usprije pogoditi koš, može pokušati ponovno. Igra je gotova kada djeca na svojim majicama imaju zakvačene sve kopčice, odnosno dok ne slože dugu. U slučaju da se u skupini nalazi dijete s invaliditetom, prilagođava se igra na način da se mogu koristiti koševi koji su adekvatne visine poput koša za smeće ili kante za papir koje se postavljaju na pod (Bielenberg, 2009).

### *6.2.3. Igra „Lov na mjehuriće“*

Cilj ove igre je probušiti balončić od sapunice sjedeći na dasci s kotačićima. Sredstva potrebna za provedbu ove aktivnosti: balončići od sapunice, reket i daske na kotačićima. Ukoliko je moguće, može se koristiti i aparat za stvaranje balončića od sapunice. Igru igraju sva djeca istovremeno. Djeca sjede na dasci na kotačićima i svako od njih ima svoj reket. Odgojitelj krene puhati mjehuriće (ili ukljući aparat) te ih puše u svim smjerovima. Djeca, mašući reketom po zraku, pokušavaju probušiti mjehuriće krećući se po dvorani. Aktivnost se najčešće završava kada nestane sapunice jer je ova igra djeci vrlo zabavna. Umjesto kretanja po dvorani na dasci, djeca mogu hvatati mjehuriće tako da skaču visoko u zrak (Bielenberg, 2009).

## *6.3. AKTIVNOSTI ZA UNAPREĐENJE RAVNOTEŽE I KOORDINIRANOSTI*

### *6.3.1. Igra „Upecaj svoje ime“*

Prema Bielenberg (2009) cilj ove igre je upecati ribice sa slovima imena svakog djeteta na način da dijete održava ravnotežu hodajući po gredi. Sredstva potrebna za realizaciju ove igre aktivnosti: greda, ribice s magnetom, štap za pecanje s magnetom na vrhu te ljepilo. U ovoj aktivnosti koristi se onoliko ribica koliko djece ima u skupini te koliko ukupno slova ima u njihovim imenima. Na svaku se ribicu napiše po jedno slovo te, ukoliko već nema, zalijepi se magnet na svaku. Također, magnet je potrebno zalijepiti i na užu, odnosno vrh štapa za pecanje, kako bi djeca uspješno mogla upecati svoje ribice. Prije početka igre, u dvoranu se postave grede i ribice oko nje s jedne i druge strane. Prvo dijete u redu ima štap za pecanje. Hodajući po gredi traži ribice na kojima se nalaze slova njegova imena. U trenutku kada ih sve sakupi, postavlja ih sa strane na za to predviđeno i označeno mjesto. Nakon prvog djeteta, drugo kreće u potragu za svojim imenom i tako dalje. Ukoliko se u skupini nalazi dijete s određenim motoričkim oštećenjem ili invaliditetom, igra se prilagođava na način da dijete peca ribice sjedeći u invalidskim kolicima.

### 6.3.2. Igra „Pazi, sladoled!“

Cilj ove igre je lopticama napuniti bazen na napuhavanje. Ova aktivnost kod djece predškolske dobi potiče razvijanje koordinacije oko-ruka, ravnoteže i lokomotornog sustava. Sredstva potrebna za provođenje ove aktivnosti: kartonska rola od kuhinjskog papira, bazen na napuhavanje, puno loptica i čunjevi. Za realizaciju ove aktivnosti potrebno je postaviti startni čunj na sredinu dvorane, bazen na napuhavanje na kraj dvorane te loptice na suprotni kraj dvorane. Za početak se djeca dijele u parove te svaki par stane iza startnog čunja na sredini dvorane te dobiva kartonsku rolu. Prvi igrač trči do loptica, uzima jednu i trči natrag do svog para te mu postavlja lopticu na valjak koji drži u rukama. Zatim drugi igrač s „kornetom i kuglicom sladoleda“ pažljivo hoda do bazena pritom pazeći da mu loptica ne padne na pod. Ubacuje lopticu u bazen i trči natrag do svog para kojemu predaje „kornet“. Nakon toga se mijenjaju uloge te ponavljaju ono što je njihov par radio. Igra je gotova kada se sve loptice nalaze u bazenu (Bielenberg, 2009).

### 6.3.3. Igra „Pazi gdje staješ!“

Cilj ove igre je premjestiti lopticu s grede na vrh čunja održavajući ravnotežu na gredi. Sredstva i oprema potrebni za provođenje ove aktivnosti su: grede, loptice i visoki čunjevi. Za početak, od dvije grede se napravi jedna dugačka i na nju se postave loptice međusobno udaljene nekoliko koraka. Sa svake strane grede se postave visoki čunjevi na način da je jedan čunj u ravnini s jednom lopticom na gredi. Oni se postavljaju tako da se djeca moraju lagano nagnuti podižući stopalo s grede kako bi uspješno dohvatili vrh čunja. Djeca stoje u koloni i jedan po jedan hodaju po gredi. Pazeći na ravnotežu, dijete se saginje i uzima lopticu s grede te ju postavlja na vrh čunja s jedne strane grede. Zatim, napravi nekoliko koraka i ponovno uzima lopticu i stavlja ju na vrh čunja sada sa druge strane grede. Kada dijete postavi sve loptice na sve čunjeve završio je svoju vježbu te postavlja natrag loptice na gredu kako bi iduće dijete moglo izvoditi vježbu (Bielenberg, 2009).

## 6.4. MJEŠOVITE AKTIVNOSTI

### 6.4.1. Igra „Priprema, pozor, vući!“

Cilj ove igre je vući suigrača koji sjedi na deki po podu koristeći snagu gornjih i donjih mišića. Rekviziti potrebni za izvođenje ove aktivnosti uključuju stare deke, čunjeve za kuglanje,

krpene loptice i čunjeve. Za realizaciju ove igre potrebno je na crtu gdje se nalaze deke staviti čunj koji označuje početak igre (start) te na drugi kraj dvorane staviti čunj koji označuje kraj. Djeca se dijele u parove na način da su s djetetom slične ili iste težine kako bi se mogli međusobno vući. Jedno dijete sjedne na deku, a drugo ga vuče do čunja koji predstavlja cilj. Nakon toga mijenjaju uloge i ono dijete koje je sjedilo na deki sada vuče svog para. Igra završava kada sva djeca izmjene uloge dva ili tri puta. Ukoliko je potrebna prilagodba aktivnosti, na deku se može postaviti naslon na koje će se dijete nasloniti (Bielenberg, 2009).

#### 6.4.2. Igra „*Slučaj nestalih pauka*“

Cilj ove igre je kretanje prostorom prolazeći razne prepreke i traženje pauka u bazenu napunjenom lopticama. Sredstva i rekviziti potrebni za izvođenje ove aktivnosti: bazen na napuhavanje napunjen lopticama, gumeni pauci, rekviziti za prepreke (greda, uže, mali trampolin) i čunj. U bazen u kojemu se nalaze loptice sakriju se gumeni pauci koji mogu biti različitih boja. Prije igre se postave prepreke: postavimo čunj koji označuje početak igre te nakon njega postavimo gredu, uže i trampolin koji vode do bazena. Djeci se mogu zadati boje pauka koje moraju pronaći. Djeca kreću jedan po jedan. Prvo dijete kreće, hoda po gredi i bočno po užetu te dolazi na trampolina na kojem skače nekoliko puta te skoči u bazen s lopticama. Na ovom mjestu je potrebna odgojiteljeva asistencija. Kada dijete skoči u bazen, kreće u potragu za paukom zadane boje te u tom trenutku kreće drugo dijete. Igra je završena u trenutku kada djeca skupe sve pauke. Ova je igra izvrsna za djecu kojoj su potrebni dodatni senzorni podražaji. Ukoliko dijete ne može samostalno sjediti, može se postaviti sjedalica s naslonom u bazen (Bielenberg, 2009).

#### 6.4.3. Igra „*Loptice u tunelu*“

Cilj ove igre je na interesantan i neobičan način napuniti bazen lopticama. Sredstva i rekviziti potrebni za izvedbu ove aktivnosti: platneni tunel, loptice, bazen na napuhavanje (ili veliki lavor), jedna velika lopta i daske na kotačićima. Prije početka igre, loptice se postave po cijeloj dvorani. Platneni tunel se postavlja okomito na sredinu dvorane tako da djeca mogu ubacivati loptice u njega. Sva djeca kreću istovremeno, sjede na daskama na kotačićima i kreću se po cijeloj dvorani skupljajući loptice. Kada dijete uzme lopticu, vozi se do sredine dvorane i ubacuje ju u tunel. U trenutku kada djeca sakupe sve loptice, biraju jedno dijete koje će

predstavljati buldoždera. Tunel se sada spušta vodoravno tako da je jedan otvor iznad bazena. Buldožder uzima veliku loptu, leži na leđima i gura ju nogama kroz tunel na način da izgurava male loptice u bazen. Zatim se igra ponavlja sve dok svako dijete barem jednom bude „buldožder“. U slučaju da dijete ne može ići kroz tunel, može ležati na strunjači i na taj način gurati loptu (Bielenberg, 2009).



## 7. ZAKLJUČAK

Smatra se kako kretanje i fizičke aktivnosti djece predškolske dobi imaju veliku ulogu u osnaživanju i unaprjeđenju njihova zdravlja, poticanju pravilnog rasta i razvoja, ali i cjelokupnom poboljšanju kvalitete života. Sat kineziološke kulture trebao bi se planirati i odvijati na način da se u obzir uzmu osobine, karakteristike rasta i razvoja, posebne odgojno-obrazovne potrebe i sposobnosti djece. Potrebno je voditi računa i o dijelovima sata kineziološke kulture te dobro promisliti o aktivnostima koje će se provoditi. Odgojitelj bi ih trebao osmisliti na način da aktivnosti u uvodnom dijelu sata dovedu tijelo u pokret te ga pripreme za daljnje napore, a aktivnosti u završnom dijelu sata smire organizam i postepeno ga dovode u njegovo početno stanje.

Postoji izreka „čovjek uči dok je živ“. To vrijedi i za odgojitelje koji, kao bitne osobe u odgoju i obrazovanju djece predškolske dobi, daljnjim profesionalnim usavršavanjem nakon završenog studija stječu razne kompetencije. Stečene kompetencije neophodne su za rad s djecom s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama. Odgojitelj ima veliki utjecaj na cjelokupan razvoj djece ne samo u području kineziološke kulture, već u svim područjima. Osim što prilagođavaju program kineziološke kulture, potiču inkluziju djece s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama u skupini.

Kako bi odgojitelji što uspješnije osmislili program sata tjelesne i zdravstvene kulture, potrebno je poznavati svako dijete, njegove individualne potrebe s obzirom na teškoću u razvoju te njegove jake i slabe strane. Svako dijete s određenom vrstom teškoće u razvoju ima svoje individualne potrebe koje bi trebale biti zadovoljene. Isto tako, svakoj vrsti teškoće je potrebna individualna prilagodba. Na primjer, djeci s oštećenjem vida sat kineziološke kulture prilagođava se na način da se djetetu prije aktivnosti omogući upoznavanje prostora te da se dvorana označi taktilnim oznakama. Djeci s invaliditetom trebalo bi osloboditi ulaz i osigurati dovoljno prostora za kretanje po dvorani. Kao što je već spomenuto, ako dijete ima posebnu odgojno-obrazovnu potrebu, ako vidi svijet na drugačiji, poseban i jedinstven način, to ne znači da je ono manje vrijedno ili sposobno baviti se različitim tjelesnim aktivnostima zajedno sa svojim vršnjacima. Uz roditelje, odgojitelji imaju veliku zadaću da na najbolji mogući način provedu i prilagode program rada djeci te na što inkluzivniji način omoguće svakom djetetu sudjelovanje u aktivnostima. Djeci je važno osigurati poticajno okruženje u kojoj je najvažniji faktor igra te u kojoj dijete ima mogućnosti za ne samo tjelesni, već i mentalni razvoj.

## LITERATURA:

- Bielenberg, K. (2009). *Možemo više, možemo bolje! 35 tjelesnih aktivnosti za djecu s posebnim potrebama*. Buševac: Ostvarenje.
- Bjelica, J., Galić-Jušić, I., Pavlić-Cottiero, A., Posokhova, I., Prvčić, I., Rister, M. (2009). *Priručnik o disleksiji, disgrafiji i sličnim teškoćama u čitanju, pisanju i učenju*. Preuzeto 3.8.2021.: [https://www.bib.irb.hr/938266/download/938266.Berbic\\_Kolar - Gligoric - Zecevic - Disleksija idisgrafija knjiga.pdf](https://www.bib.irb.hr/938266/download/938266.Berbic_Kolar_-_Gligoric_-_Zecevic_-_Disleksija_idisgrafija_knjiga.pdf)
- Blažević, K., Škrinjar, J., Cvetko, J., Ružić, L. (2006). *Posebnosti odabira tjelesne aktivnosti i posebnosti prehrane kod djece s autizmom*. Preuzeto 16.8.2021.: <https://hrcak.srce.hr/8357>
- Bouillet, D. (2019). *Inkluzivno obrazovanje: odabrane teme*. Zagreb: Učiteljski fakultet.
- Bouillet, D. (2010). *Izazovi integriranog odgoja i obrazovanja*. Zagreb: Školska knjiga.
- Clark Brack, J. (2009). *Učenjem do pokreta, kretanjem do spoznaje. Program senzomotoričkih aktivnosti za djecu predškolske dobi*. Buševac: Ostvarenje.
- Dulčić, A. i Kondić, Lj. (2002). *Djeca oštećena sluha: priručnik za roditelje i udomitelje*. Zagreb: Alinea.
- Duvnjak, I., Soudil-Prokopec, J., Škrobo, J. (2015). *Učimo zajedno: priručnik za pomoćnike u nastavi za rad s djecom s teškoćama u razvoju*. Osijek: Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti
- Findak V. i Delija, K. (2001). *Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju*. Zagreb: Edip.
- Findak, V. (1995). *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju*. Zagreb: Školska knjiga.
- Halačev, R.M. i Vegar, Z. (1981). *Igre predškolske djece 1*. Zagreb: Školska knjiga.
- In portal, news portal za osobe s invaliditetom. *Razlike između djece s posebnim potrebama i djece s teškoćama u razvoju*. Preuzeto 29.7.2021.: <https://www.in-portal.hr/in-portal-news/moderna-vremena/8971/psiholozi-pogresno-je-izjednacavati-djecu-s-posebnim-potrebama-i-djecu-s-teskocama-u-razvoju>

- Kiš-Glavaš, L. (2016). *Rehabilitacija putem pokreta*. Zagreb: Edukacijsko – rehabilitacijski fakultet.
- Kosinac, Z. (2011). *Morfološko-motorički i funkcionalni razvoj djece uzrasne dobi od 5. do 11. godine*. Split: Savez školskih športskih društava grada Splita.
- Kosinac, Z. (1999). *Morfološko-motorički i funkcionalni razvoj djece predškolske dobi*. Split: Udruga za šport i rekreaciju djece i mladeži grada Splita.
- Kostelnik, M. J., Onaga, E., Rhode, B., Whiren, A. (2003). *Djeca s posebnim potrebama*. Zagreb: Educa.
- Krampač-Grljušić, A., Marinić, I. (2007). *Posebno dijete: Priručnik za učitelje u radu s djecom s posebnim obrazovnim potrebama*. Grafika: Osijek.
- Ministarstvo znanosti i obrazovanja [MZO]. (2020). Učenici s teškoćama u osnovnim školama. Preuzeto 29.7.2021.: <https://mzo.gov.hr/istaknute-teme/odgoj-i-obrazovanje/posebne-mogucnosti-u-sustavu-odgoja-i-obrazovanja/posebne-mogucnosti-u-sustavu-osnovnoskolskog-odgoja-i-obrazovanja/ucenici-s-teskocama-u-osnovnim-skolama/1023>
- Pravilnik o osiguranju pristupačnosti građevina osobama s invaliditetom i smanjene pokretljivosti (NN 78/2013). Preuzeto 25.8.2021.: [https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2013\\_06\\_78\\_1615.html](https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2013_06_78_1615.html)
- Sindik, J. (2008). *Sport za svako dijete. Kako odabrati pravi sport, brinuti se o zdravlju i osigurati pozitivno iskustvo od samog početka*. Buševac: Ostvarenje.

## Tablice

Tablica 1 .....	3
-----------------	---

## **IZJAVA O IZVORNOSTI ZAVRŠNOG RADA**

**Izjavljujem da je moj završni rad izvorni rezultat mojeg rada te da se u izradi istoga nisam koristila drugim izvorima osim onih koji su u njemu navedeni.**

---

**(vlastoručni potpis studenta)**