



Herman Berčič

## Športna rekreacija invalidov – osrednja tema 13. Kongresa športa za vse

### Izvleček

Letošnji 13. Kongres športa za vse (2018) je bil namenjen obravnavi športne rekreacije invalidov. Glede na sestavljenost in kompleksnost celotne problematike invalidov je bila osrednja tema kongresa obravnavana z več zornih kotov in gledišč. Različni strokovnjaki so z izbranimi prispevki športno rekreacijo invalidov obravnavali z medicinskega, kineziološkega in sociološkega vidika. Medicinski strokovnjaki so podali temeljna znanja in vedenja o posameznih vrstah invalidov z možnostmi za ukvarjanje s posameznimi gibalno/športnimi oz. telesnimi dejavnostmi. V kineziološkem sklopu je bilo predstavljeno vključevanje različnih skupin invalidov v športno-rekreacijske aktivnosti, ki lahko pomembno prispevajo h kakovosti življenja gibalno oziroma funkcionalno oviranih oseb. V sociološkem delu pa je tekla beseda o posameznih socialnih modelih vključevanja invalidov v svet gibalnih/športnih dejavnosti. K uspešni izvedbi kongresa so določen delež prispevali tudi primeri dobrih praks.

*Ključne besede:* Invalidi, športna rekreacija, šport, medicinski vidik, kineziološki vidik, sociološki vidik.



Najava 13. Kongresa športa za vse. Olimpijski komite Slovenije - Združenje športnih zvez.

## Disability sport & recreation – the central topic of the 13<sup>th</sup> Sport for all congress

### Abstract

The last 13<sup>th</sup> Sport for All Congress (2018) was dedicated to disability sport and recreation. Given the structure and complexity of the disability issue, the main topic of the congress was discussed from several points of view. Various experts presented their contributions that delved into sport & recreation of disabled people in medicinal, kinesiological and sociological terms. Medical experts presented the basic knowledge about individual types of disabilities and disabled people's possibilities to engage in specific sports or physical activities. The kinesiological contributions discussed integration of different groups of disabled people into sport and recreational activities that can significantly improve the quality of life of functionally challenged people and those with impaired mobility. The sociological set of contributions was dedicated to individual social models of integrating disabled people into the world of physical and sports activities. Examples of good practice added to the success of the congress.

*Key words:* disabled people, sport for all, congress

## ■ Uvod

Vsakoletni Kongres športa za vse, ki v zadnjih letih poteka v Sloveniji prinaša vrsto spoznanj in izkušenj z različnih ožjih obravnavanih področij gibalnega/športnega udejstvovanja prebivalcev Slovenije. 13. Kongres športa za vse je bil v preteklem letu (2018) namenjen obravnavi športne rekreacije invalidov. Na gospodarskem razstavišču so v okviru sejma »Narava – Zdravje« številni strokovnjaki z različnih strokovnih in znanstvenih področij v dveh dnevih odgovarjali na izzive sodobnega časa iz življenja in dela invalidov. Tudi na vprašanja njihovega zdravega življenjskega sloga in s tem povezanim gibalnim/športnim oz. športno-rekreativnim udejstvovanjem.

Dosedanja obravnava športa oziroma športne rekreacije invalidov je potekala v različnih okoljih ter v raznolikih organizacijskih in vsebinskih oblikah. To se je dogajalo v posameznih organizacijah in društvih invalidov, delno pa tudi na nekaterih posvetih in okroglih mizah. Kot je znano, se poklicna obravnava invalidov oziroma oseb s posebnimi potrebami z različnimi funkcionalnimi motnjami in gibalno oviranostjo odvija v Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu Republike Slovenije – »Soča«. Na posameznih fakultetah pa v okviru strokovnih in univerzitetnih študijskih programov poteka študij za pridobivanje znanj in védenj za celovito obravnavo populacije invalidov. V navedenih programih, ki vključujejo pedagoške in različne strokovne dejavnosti, pa študentje pridobivajo tudi ustrezne praktične izkušnje.

Na ravni civilnega združenja invalidov deluje Zveza za šport invalidov Slovenije – Paraolimpijski komite, ki združuje številne organizacije invalidov, znotraj katerih se odvijajo različne, tudi gibalne/športne dejavnosti. Seveda je razširjenost, raznolikost in kakovost športno-rekreativnega oziroma gibalnega/športnega udejstvovanja v posameznih organizacijah različna, pomenljivo pa je tudi, da je krovna organizacija pred časom v svojem naslovu nosila besedno povezavo »Zveza za šport in rekreacijo invalidov«. Beseda rekreacija, pri čemer je mišljena športna rekreacija, je v novem nazivu izpuščena, čeprav ta vsebinska oznaka opredeljuje množično športno-rekreativno udejstvovanje invalidov. Torej vseh, ne glede na stopnjo in vrsto invalidnosti in ne glede na to, ali so uvrščeni v katero od tekmovalnih ekip za različne ravni tekmovanja, kar vključuje tudi paraolimpijske ekipe. Ob tem naj naglasimo, da so športna tekmovanja na različnih ravneh udejstvovanja invalidov pomembna oblika udejstvovanja, vendar pa ne zajemajo večinske populacije invalidov. To pa seveda ni temeljni cilj prizadevanj za dvig kakovosti življenja slehernega posameznika, ki se na tak ali drugačen način opredeljuje kot oseba s posebnimi potrebami, gibalno oziroma funkcionalno oviranostjo.

Na dosedanjih kongresih športne rekreacije oziroma športa za vse so se pojavljali posamezni primeri obravnave invalidov, ki so bili povezani s področjem športa oziroma športne rekreacije, vendar pa celovite (holistične) obravnave na enem kongresu

športne rekreacije oziroma športa za vse še ni bilo. Programski svet kongresa je zato sprejel pobudo avditorija preteklega kongresa (2017) in celotno problematiko športa invalidov, obravnavao z več zornih kotov različnih strok in znanosti, sprejel kot središčnico obravnave.

## ■ Programska zasnova kongresa

Programska zasnova kongresa je sledila temeljni opredelitvi, na osnovi katere naj bi enakovredno obravnavali posamezne izbrane vidike športa invalidov, ob spoštovanju in vključevanju različnih skupin oziroma vrst invalidov. To je pomenilo več razsežnostno, holistično, interdisciplinarno in timsko obravnavo. Zlasti so bili v ospredju medicinski, kineziološki in sociološki vidiki. Veliko pa je bilo tudi primerov dobre prakse.

Temeljni namen take programske usmeritve izhaja iz namere, da bi ustvarili ustrezne pogoje in možnosti za skupinsko (timsko) obravnavo športa invalidov, kjer bi ne le na teoretični ravni, marveč tudi v praksi, prišlo do tesnega in tvornega medsebojnega sodelovanja različnih strokovnjakov. Delo na kongresu je prvi dan potekalo v izbranih tematskih segmentih.

V okviru medicinskega tematskega sestava oziroma medicinske obravnave športa invalidov so bili predstavljeni štirje prispevki, in sicer: »**Telesne dejavnosti za invalide (ljudi z različnimi okvarami) – medicinski vidik**« (Burger, 2018), »**Telesne dejavnosti za otroke in odrasle s cerebralno paralizo**« (Groleger Sršen, 2018), »**Telesna vadba/šport za ljudi po preboleli možganski kapi**« (Goljar, 2018) in »**Telesna dejavnost za ljudi po amputaciji**« (Burger, 2018).

Kineziološki tematski sestav je zajemal naslednje prispevke: »**Enake možnosti in inkluzija invalidov v judu**« (Pečnikar Oblak, Šimenko, Videmšek in Karpljuč, 2018), »**Športna rekreacija invalidov**« (Dolinšek, 2018), »**Motivacija vključevanja invalidov v športno vadbo**« (Gabršček, 2018), »**Model integracije Športno društvo invalid Ljubljana**« (Brežan, 2018), »**Model vadbe invalidov, vključenih v splošno vadbo športnih društev**« (Adamič, 2018) in »**Predstavitev modela integracije invalidov v program nacionalne panožne športne zveze**« (Jelenc, 2018).



Posredni nagovor Ministra za izobraževanje, znanost in šport dr. Jerneja Pikala udeležencem kongresa. Foto: Aleš Fevžer

V sociološki tematski sestav so bili uvrščeni naslednji prispevki: »**Socialni model obravnavanja invalidnosti pri vključevanju v športne aktivnosti**« (Filipčič, 2018), »**Socialni model vključevanja v okviru planinstva za invalide**« (Nowak, 2018), »**Možnosti in pomen vključitve oseb z motnjo v duševnem razvoju v sistem specialne olimpijade**« (Polc, 2018) in »**Prednosti in izzivi športne rekreacije oseb z oviranostmi v naravnem okolju**« (Keršič Svetel in Backovič Juričan, 2018).

Drugi dan je potekal praktični del kongresa, ki sta ga vodila Športna unija Slovenije in Zveza za šport invalidov Slovenije – Paralimpijski komite.

## ■ Uvodna predstavitev na kongresu

V uvodnem delu je bila zanimiva osebna predstavitev rekreativne športnice M. Tomažin, ambasadorke 13. Kongresa športa za vse, v kateri je opisala svojo uspešno športno pot osebe na vozičku. Pred avditorijem je razgrnila svoje življenje in poglede na šport ter na udejstvovanje v tej koristni dejavnosti, za katero pravi, da ji je osmislila življenje. Športu je pripisala pomembno vlogo. Poimenovala ga je kot rešitelja svojega življenja. Njena neposredna predstavitev je pozitivno odmevala v avditoriju in naletela na ugodne odzive, saj ji je, kot je poudarila, športno oziroma športno-rekreativno udejstvovanje omogočilo tudi aktivno vključevanje v družbeno in poklicno življenje. Udeleženci kongresa so zlahka prepoznali njeno zavzetost za zdrav življenjski slog, ki ga lahko živijo tudi invalidi oziroma osebe z različno gibalno ali funkcionalno oviranostjo. Hkrati je bil to poziv vsem tistim, ki so se zaradi različnih razlogov (prometne nesreče, padci, skoki v vodo, druge nesreče, različne bolezni, prirojene okvare in bolezni) znašli v položaju invalida, da se s pomočjo sistematične in redne športno-rekreativne vadbe dvignejo nad svojo invalidnost in jo skladno z ustreznimi izpolnjenimi pogoji in možnostmi tudi premagajo. Naglasila je vključevanje športnih pedagogov oziroma kineziologov v različne rehabilitacijske in resocializacijske programe različnih skupin invalidov in to ne le v Univerzitetnem rehabilitacijskem inštitutu Republike Slovenije – (SOČA), marveč tudi po tem, ko ga zapustijo in se vrnejo v svoje bivalno oziroma življenjsko okolje. Pri tem naj bi ti strokovnjaki oziroma



Udeleženci 13. Kongresa športa za vse. Foto: Aleš Fevžer

ma strokovni kadri, na osnovi pridobljenih dodatnih znanj, neposredno vodili skrbno načrtovane in izbrane športno-rekreativne vadbe, z raznolikimi gibalno/športnimi aktivnostmi.

## ■ Začetek in obogatitev plenarnega dela kongresa

V plenarnem delu je začetek kongresa obogatila strokovnjakinja iz tujih akademskih krogov (J. Wittmannova, Univerza Palacky Olomouc, Češka republika) s prispevkom »**Šport za vse:opolnomočenje strokovnih kompetenc z izobraževanjem o prilagojenih športnih aktivnostih**« (Wittmannova, 2018).

Obravnavala je prilagojene športne aktivnosti invalidov, izobraževalni sistem za invalidno populacijo, vključevanje v akcije Športa za vse, organiziranost športnih klubov invalidov, dostopnost do raznolikih športnih in drugih objektov ter publicistično dejavnost, namenjeno invalidom na Češkem.

Izobraževanje za potrebe populacije invalidov med drugim poteka tudi na akademski ravni, kjer se študentje v izbranih študijskih programih usposabljaajo za delo s populacijo invalidov na področju športa. To poteka na **Fakulteti za športno kulturo Univerze Palacky v Olomoucu** in na **Karlovi univerzi v Pragi** kot športna vzgoja in

šport za osebe s posebnimi potrebami. Temeljni namen je izobraziti specialiste za vodenje prilagojene športne vzgoje oziroma prilagojene športne aktivnosti za različne skupine oziroma vrste invalidov, ki poleg teoretičnih znanj obvladajo tudi raznovrstne praktične dejavnosti.

Izhodišče za pripravo navedenih študijskih programov je bilo tudi dejstvo, da je bilo v praksi ugotovljeno veliko pomanjkanje tovrstnih kadrov oziroma strokovnjakov, ki bi vodili različne skupine invalidov, ne le v institucionalnem okolju, marveč tudi v prostem času izven šolskega okolja. Tako so nastali konkretni programi za izobraževanje učiteljev v različnih časovnih obdobjih z naslovi »**Prilagojena športna vzgoja**«, »**Specializirane prilagojene športne aktivnosti**« in »**Program za psihomotoričnega terapevta**«. Na teh primerih je mogoče slediti prizadevanjem za vsesplošen dvig, ne le zavedanja o potrebnosti takih študijskih programov na akademski ravni v republiki Češki, marveč tudi pri udeležanju pridobljenega teoretičnega in praktičnega znanja diplomantov za različne skupine invalidov v vsakdanjem življenju. (Wittmannova, 2018).

Pomemben del širjenja strokovnega znanja predstavlja tudi revija »**Journal of Adapted Physical Activities**«, s pomočjo katere poskušajo v kar največji meri prenašati akademsko ugotovitve in izsledke posameznih študij v prakso. Pomemben del promocije izvajanja različnih programov za invalidno populacijo nosijo tudi posebni **svetovalci**



Dr. Boro Štrumbelj ob predstavitvi prispevka. Foto: Aleš Černivec

z ustreznimi kompetencami in znanji, ki kot poklicni strokovnjaki pomagajo pri izvajanju pedagoškega procesa športne vzgoje ter tudi na različnih tečajih in seminarjih s področja športa. Določen del pa k temu prispeva tudi **»Češko združenje prilagojenih športnih dejavnosti«**, v katerem so zbrani strokovnjaki za prilagojene športne aktivnosti s Fakultete za športno kulturo.

Za govorniškimi odrom so se potem izmenjavali različni strokovnjaki in raziskovalci z izbranih strokovnih in znanstvenih področij. Tako so zdravnike in zdravstvene delavce poslušali kineziologi, športni pedagogi, socialni delavci, fizioterapevti in številni drugi strokovnjaki ter udeleženci. Seveda pa je bilo tudi obratno. Prispevki kineziologov in športnih pedagogov ter drugih strokovnjakov s področja športa so bili med drugim namenjeni tudi zdravnikom in zdravstvenim delavcem. Enako vlogo so imeli tudi predavatelji, ki so osvetljevali središčno temo kongresa s sociološkega in še drugih vidikov.

## ■ Medicinski vidiki obravnave športa invalidov

V okviru medicinske obravnave športa invalidov so bile v vseh prispevkih najprej podane medicinske osnove posameznih skupin ljudi z različnimi funkcionalnimi pomanjkljivostmi, gibalnimi oviranostmi oziroma z različnimi stopnjami invalidno-

sti. Predstavljeni so bili vzroki in posledice vsake od obravnavanih skupin invalidov ter opisane možnosti za telesne oziroma gibalne/športne aktivnosti.

Tudi na tem kongresu se je izkazalo, kako obe stroki in znanosti, tako medicinska kot športna oziroma kineziološka, vztrajata pri svojem terminološkem izboru oziroma izrazih, ko je govora o gibalnih dejavnostih človeka. Kljub številnim posvetom, okroglim mizam in strokovnim razpravam v okviru obeh strok in znanosti, nam ni uspelo trajno sprejeti in v praksi uveljaviti skupnega izrazja, ki bi z obeh zornih kotov terminološko enako obravnaval človekovo gibalno dejavnost.

V začetku leta 2014 smo v mešani komisiji zdravnikov in kineziologov, ki je pripravljala gradivo za sprejem »Resolucije o nacionalnem programu prehranske politike in gibalne/športne dejavnosti za zdravje 2005–2010«, razpravljali o skupnem izrazju (besedišču) za različne oblike telesnih in športno-rekreativnih dejavnosti. Na začetku smo razčiščevali dileme o različnih pojmovanjih telesne, gibalne in športne (športno-rekreativne) dejavnosti in se na koncu odločili, da bomo za vse navedene dejavnosti, ki jih najtesneje povezujemo z zdravjem, poimenovali s skupnim izrazom gibalne/športne dejavnosti.

Očitno še vedno velja prepričanje, na osnovi katerega večina zdravnikov, medicinskih strokovnjakov in zdravstvenih delavcev razume in pojmuje šport kot tekmovalno de-

javnost oziroma kot vrhunski šport, ki večkrat ob določenih pogojih celo negativno vpliva na človekovo (športnikovo) zdravje. Ustrezno izbran rekreativni šport oziroma športno – rekreativno dejavnost pa tesno povezujemo z zdravim življenjskim slogom vseh skupin prebivalstva in seveda tudi različnih skupin invalidov. To področje oziroma različica športa je strokovno in znanstveno obravnavano in preučevano že skoraj pol stoletja. Očitno je zelo težko premagovati pojmovne (terminološke) stereotipe, kar pomeni, da bomo v Sloveniji še naprej uporabljali različne pojmovne izraze za isto človekovo dejavnost.

Na kongresu je samo ena predavateljica v svojem naslovu in predstavitvi uporabila izraz šport, in sicer v prispevku »Telesna vadba/šport za ljudi po preboleli možganski kapi« (Goljar, 2018). Tudi sicer je v Zborniku kongresa objavljen le prispevek navedene avtorice, zato o tej vsebini povejmo nekaj več.

Temeljno izhodišče izhaja iz spoznanj, da je po posameznem bolezenskem stanju v rehabilitacijski proces mogoče vključiti različne gibalne/športne oziroma telesne dejavnosti. Tako je mogoče ljudi po preboleli možganski kapi vključiti v redno in sistematično vadbo. Kot je navedla avtorica, »so posledice možganske kapi lahko večplastne, izražene v manjši ali večji meri in zajemajo motnje gibalnih sposobnosti, motnje zaznavanja, spoznavnih sposobnosti in mišljenja, težave na čustvenem področju in osebnostne spremembe« (Goljar, 2018).

Dejstvo je, da tudi v tem relativno težjem bolezenskem stanju, »boljša telesna zmogljivost lahko pripomore k boljšemu funkcijskemu stanju« in olajša življenje v različnih življenjskih okoliščinah. Kot je zapisala avtorica, »je s telesno vadbo in dejavnostjo možno na različne načine vplivati na zmanjšano zmogljivost ljudi po možganski kapi.« Prav tako »je dokazano, da telesna vadba po možganski kapi izboljša telesno vzdržljivost, sposobnost hoje in mišično moč zgornjih udov«. Manj dokazov pa je o vplivu vadbe na moč spodnjih udov in na preprečevanje padcev bolnikov po možganski kapi. Z redno telesno vadbo pa se zmanjšajo simptomi depresije, izboljšajo se določene izvršilne sposobnosti in spominske funkcije. Posledično pa se izboljša tudi kakovost življenja prizadetih oseb.

Pri izboru telesnih dejavnosti oziroma športnih aktivnosti je treba upoštevati številne dejavnike in le-te v celoti prilagoditi posa-

meznim osebam po možganski kapi. Kot pravi avtorica je izbor športnih dejavnosti, ki so po potrebi prilagojene, lahko raznolik. Med temi so hoja, počasen tek (joging), plavanje, vodna aerobika, kolesarjenje, ples, namizni tenis, joga, pilates, jahanje, golf pa tudi fitnes, krožna vadba v telovadnici in lažji skupinski športi.

## ■ Kineziološki vidiki obravnave invalidov

V tem delu je bilo predstavljenih šest že omenjenih prispevkov, ki so obravnavali posamezne športne oziroma športno-rekreativne dejavnosti v različnih življenjskih okoljih invalidov z več organizacijskih in vsebinskih zornih kotov.

Skupina avtorjev (**Pečnikar Oblak, Šimenko, Videmšek in Karpljuk, 2018**) je v prispevku »Enake možnosti in inkluzija v judu« predstavila primer vključevanja posameznih športnikov z raznolikimi sposobnostmi v svet juda. Bistvo je, da slehernemu posamezniku – invalidu omogočimo udeležbo v raznolikih športno rekreativnih dejavnostih in prav »inkluzija v judu že prek dvajset let omogoča enakovredno vključevanje vseh športnikov«, so naglasili avtorji. Zapisali so: »Inkluzija je proces, ki odpira vrata enakih možnosti za vse ljudi ne glede na njihove psihofizične sposobnosti. Na ta način lahko športniki s posebnimi potrebami enakovredno drugim športnikom, ki so brez posebnih psihofizičnih ovir, izbirajo programe in dejavnosti ter se med različnimi ponudbami na trgu svobodno odločajo, katera športna panoga ali športno društvo jim ustreza, tako z vidika izbranega priljubljenega športa, kot logistike ter finančnih zmožnosti.« Če govorimo o judu, kot navajajo avtorji, to pomeni, da se v vadbo oziroma trening juda lahko vključujejo osebe z raznolikimi sposobnostmi, »tako tisti, ki imajo določene bolezni, kot tisti, ki imajo določena psiho-fizična stanja, zaradi katerih je potrebno vadbo juda prilagoditi«.

Prispevek »Športna rekreacija invalidov« (**Dolinšek, 2018**) prinaša rezultate spletne ankete, ki je bila opravljena med športnimi panožnimi zvezami in njihovimi članicami o športu invalidov. Opravljena anketa je sestavni del študije, ki se izvaja v okviru projekta »Razvoj kadrov v športu 2016–2022«, ki ga delno financira Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada ter Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport. Avtor ugotavlja, da pri izvajanju športne rekre-



Aktivni odmor udeležencev kongresa. Foto: Aleš Fevžer

acije invalidov v praksi vse regije Slovenije niso enakovredno zastopane. Največ problemov, s katerimi se srečujejo posamezne organizacije, je materialne/finančne narave, pa tudi pomanjkanje ustrezno izobraženih kadrov spada v to kategorijo. Prav tako se kaže manjše vključevanje mladih v različne oblike športno rekreativnih aktivnosti invalidov. Navedeni izsledki bodo koristni in uporabni predvsem pri pripravi programa »Postani športnik«, s katerim se želi v različne športno-rekreativne aktivnosti vključiti več mladih invalidov.

V okviru kineziološke obravnave invalidov je bil predstavljen tudi prispevek »Motivacija vključevanja invalidov v športno vadbo« (**Gabršček, 2018**). Dejstvo je, da sta tako intrinzična kot tudi ekstrinzična motivacija zelo pomembni za redno in sistematično ukvarjanje s posameznimi gibalnimi/športnimi oziroma športno-rekreativnimi dejavnostmi. Kot ugotavlja avtorica, so »invalidi rizična skupina glede športnega udejstvovanja, saj je njihova športna aktivnost zaradi različnih ovir pogosto otežena. Ovire predstavljajo tudi težjo dostopnost do športnih objektov ali površin ter osebni dejavniki, ki so čustvene in psihične narave. Temu pa se pridružijo še stereotipna pričanja in predsodki, ki se v mnogih okoljih še vedno pojavljajo v zvezi z invalidnostjo«. Zaradi navedenih razlogov je treba motivaciji invalidov posvetiti še posebno pozornost.

Zanimiv prispevek je predstavil A. Jelenc (**Jelenc, 2018**) z naslovom »Šport invalidov na Kajakaški zvezi Slovenije«, v katerem je povezal delo in izkušnje panožne športne

zveze s področjem invalidnosti. Konkretno je govoril o kajakaštvu za invalide, pa tudi o parakajakaštvu. Slednje je povezano z vrhunskim športom, pri katerem sodelujejo posamezniki s posebnimi sposobnostmi, ki jih pridobijo v trenažnem procesu. Cilj takega načrtnega treninga je udeležba na vrhunskih tekmovanjih oziroma na paraolimpijskih igrah. Kajakaštvo samo po sebi ima veliko pozitivnih učinkov tudi na zdravje invalidov, predvsem zaradi tesne povezanosti z naravo in gibanjem na svežem zraku. To seveda velja tudi za tiste invalide, ki nimajo večjih ambicij in se želijo udeleževati kajakaštva le na rekreativni ravni. V prispevku pa je predstavljen tudi program veslanja v velikih kanujih za skupino Europa Donna, ki je bil osnovan za rehabilitacijo žensk po operaciji raka na dojki.

Poleg navedenega pa sta bila v tem delu predstavljena še prispevka, ki sta govorila o izvajanju programov Športnega društva invalid Ljubljana (**Brežan, 2019**) in o »Modelih vadbe oseb s posebnimi potrebami, vključenih v različne športne programe« (**Adamič, 2019**). V slednjem je bil med drugim podan tudi primer vadbe »Specialni telovaji«, ki je »namenjen otrokom s posebnimi potrebami oziroma s motnjami v duševnem razvoju, avtizmom ter pridruženo gibalno oviranostjo«.

V sociološkem delu je vodilno temo predstavila T. Filipčič (**Filipčič, 2018**), ki je v okviru »Socialnega modela obravnavanja invalidnosti pri vključevanju v športne aktivnosti« predstavila problematiko invalidov s širšega družbenega zornega kota in skozi



Ples na vozičku. Foto: Aleš Černivec

posamezna razvojna obdobja. V ospredje pa je postavila današnje poglede na to skupino ljudi, ki so tako kot ostale skupine sestavni del naše družbe. Kot je zapisala avtorica, se »socialni model obravnave invalidnosti za razliko od medicinskega osredotoča na družbene spremembe v odnosu do invalidnosti in na to, »kako izboljšati pogoje in vire, da bi omogočili čim boljše vključevanje oseb z invalidnostjo v družbo«. »Ko je v športno aktivnost vključen invalid, nas ne zanima samo medicinska anamneza in spreminjanje tega posameznika, ampak v socialnem kontekstu razmišljamo, kako bomo prilagodili dostopnost, športne aktivnosti, opremo, prostor in cilje ter metode dela«, ugotavlja avtorica. Prav v socialnem modelu, kjer sodeluje večje število sodelavcev, vidi možnost napredka za boljše vključevanje invalidov v športno življenje.

Zanimiv prispevek z naslovom »Pohodništvo brez omejitev« sta predstavila J. Nowakk in M. Čič, (Nowakk in Čič, 2018). Bistvo prispevka izhaja iz prizadevanj, da se planinski svet približa različnim skupinam invalidov oziroma osebam s posebnimi potrebami tako, da ga le-ti tudi sami obišejo. Avtorja sta predstavila vsebinsko in organizacijsko zasnovano delovanje ter poti za izvedbo v praksi. Pomemben dosežek je tudi priprava animacijskega pisnega gradiva, ki v obliki knjižic še posebej spodbuja invalide k različnim planinskim dejavnostim.

V prispevku »Možnosti in pomen vključitve oseb z motnjo v duševnem razvoju v

sistem specialne olimpijade« (Polc, 2018) je avtor predstavil model specialne olimpijade, ki »predstavlja športno-socialno – kulturni program, namenjen osebam z zmerno, težjo in težko motnjo v duševnem razvoju. Specialna olimpijada z raznolikimi športnimi programi in s široko podporno socialno mrežo staršev, trenerjev, prostovoljcev iz nevladnih organizacij ter strokovnjakov z različnih področij omogoča primerno športno aktivnost osebam z motnjo v duševnem razvoju z različnimi motoričnimi in intelektualnimi sposobnostmi«.

Odmeven je bil tudi prispevek »Prednosti in izzivi športne rekreacije oseb z oviranostmi v naravnem okolju«, v katerem sta avtorici (Backovič Juričan in Keršič Svetel, 2018) govorili o pomembnosti in smiselnosti ukvarjanja oseb z različnimi oviranostmi v naravnem okolju. To je povezano z dodatnimi izzivi, kar je odvisno od vrste oviranosti, zdravstvenega stanja, motoričnih in psihofizičnih sposobnosti posameznika ter tudi od tega, koliko podpore mu je pri tem pripravljena nuditi okolica.

## ■ Predlogi, pobude in usmeritve za delo z invalidi ter raznolike aktivnosti v prihodnje

Kongres je na osnovi posameznih predstavitev in prispevkov izbranih predavateljev ob velikem številu podatkov in bogastvu informacij prinesel določena nova spozna-

nja in védenja. K temu je veliko prispevala tudi uravnotežena obravnava športne rekreacije invalidov z medicinskega, kineziološkega in sociološkega vidika, kar smo navedli že v uvodu tega prispevka. Določen delež so k temu prispevali tudi predstavljeni primeri dobrih praks iz posameznih skupin in vrst invalidnosti.

Ta ocena velja za izvedeni kongres, njegove odmeve v strokovni in siceršnji javnosti ter posledične učinke pa je mogoče vrednotiti šele po izvedenih akcijah oziroma aktivnostih in uresničenih ciljih. Kriterij za oceno uspešnosti izvedenega kongresa pa je premik v pravo smer z merljivimi dosežki v praksi. Premik v pravo smer pa pomeni uresničitev naslednjih kratkoročnih in dolgoročnih usmeritev (Berčič in Matoh, 2018):

1. V posameznih organizacijah in društvih invalidov naj bi povečali aktivno udeležbo članstva na področju gibalnega/športnega oziroma športno-rekreativnega udejstvovanja za 10 %.
2. Pri vključevanju invalidov v gibalno/športno oziroma športno-rekreativno udejstvovanje je treba v vseh okoljih in na vseh ravneh zagotoviti timsko (skupinsko) obravnavo, v kateri sodelujejo zdravnik, kineziolog, športni pedagog, fizioterapevt in socialni delavec.
3. Na lokalni ravni je treba zagotoviti materialne pogoje in finančna sredstva za izvajanje programov športne dejavnosti invalidov. Pri tem morajo svojo odločilno in odločujočo vlogo, v pozitivnem smislu, odigrati župani in občinski svetniki.
4. Za različne skupine invalidov in za vse vrste invalidnosti (gibalne oziroma funkcionalne oviranosti) je treba pripraviti raznolike vadbene programe z vključenimi gibalnimi in športnimi vsebinami za vsakodnevno vadbo.
5. Potrebna je skupna priprava merskega instrumentarija (baterije testov oziroma preizkusov, anketnih vprašalnikov, merskih postopkov) z medicinskega, kineziološkega, sociološkega in psihološkega vidika za oceno psihomotoričnega, psihosomatičnega in socialnega statusa različnih skupin invalidov.
6. Osrednja nacionalna organizacija invalidov v Sloveniji Zveza za šport invalidov Slovenije – Paraolimpijski komite naj pripravi projekt Zdravega življenjskega sloga invalidov s športnimi/gibalnimi vsebinami za kandidature na evropska kohezijska sredstva.

Ko govorimo o pobudah, predlogih in usmeritvah za delo z invalidi v prihodnje na področju organiziranosti in programov delovanja, pa si moramo poleg kratkoročnih ciljev zastaviti tudi dolgoročne. Ti so naslednji:

A. Posamezne institucije in organizacije, ki delujejo na področju invalidnosti na različnih ravneh v Republiki Sloveniji ((URI RS – Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Republike Slovenije – SOČA, Medicinska fakulteta, Pedagoška fakulteta, Fakulteta za šport, Inštitut za šport, Nacionalni inštitut za javno zdravje – NIJZ, Zveza za šport invalidov Slovenije – Paralimpijski komite z mrežo športnih društev in klubov), naj se povežejo in sodelujejo med seboj na ravni projektov, raziskav, izobraževanja, programskih novosti in posameznih ozaveščevalnih akcij.

B. Država naj sistemsko posodobi in ovrednoti temeljno obravnavo populacije invalidov vseh vrst in generacij na področju športa oziroma športne rekreacije.

C. Odgovorni na področju športa invalidov naj poskrbijo za osnovanje in organiziranost takega systemskega okolja, ki bo omogočal razvoj športne rekreacije invalidov (sodelovanje z državo pri oblikovanju zakonodaje, oblikovanje strategije prijaznega in spodbudnega okolja za osebe s posebnimi potrebami, razvoj raznolikih programov športne vadbe za gibalno oziroma funkcionalno ovirane, podpora družinam invalidov pri vključevanju v posamezne gibalno/športne oziroma športno-rekreacijske programe).

D. Številne pilotne projekte in primere dobrih praks je treba dvigniti na višjo raven in jih razviti v systemske. Pri tem je treba izvajalske organizacije invalidov povezati v mrežo, kar enako velja za organizacije s področja zdravstva, ki se ukvarjajo z invalidi.

E. Slovenski mediji naj sistematično, načrtno in celostno spremljajo dejavnosti posameznih organizacij invalidov in celotnega področja, še zlasti pa izvajanje različnih gibalnih/športnih oziroma športno-rekreacijskih programov.

F. Organiziranost različnih skupin invalidov je treba vsebinsko, kadrovsko in materialno obogatiti.

G. V lokalnih skupnostih (občine, krajevne skupnosti) je treba izboljšati pogoje za delovanje posameznih organizacij invalidov.

H. Država mora sistemsko zagotoviti namenska materialna in finančna sredstva za

področje športa invalidov, v okviru katerega ima še posebno mesto ukvarjanje z različnimi športno-rekreativnimi dejavnostmi.

## ■ Zaključki

Na 13. Kongresu športa za vse je bila z različnih strokovnih zornih kotov in gledišč obravnavana problematika športa oziroma športne rekreacije invalidov. Obravnava je bila celovita, še posebej za to, ker so številni predavatelji predstavili svoje prispevke z medicinskega, kineziološkega in sociološkega vidika. Predstavitve so zajele vsebinske, organizacijske, kadrovske, materialne in finančne probleme ter vprašanja, povezana z uresničevanjem ideje, da bi slehernemu invalidu omogočili redno in sistematično ukvarjanje s primernimi športno-rekreativnimi dejavnostmi. Medicinska obravnava je odgovorila na številna vprašanja, ki so povezana z različnimi vrstami invalidnosti ter možnostmi oseb s posebnimi potrebami, funkcionalno ali gibalno oviranostjo, za ukvarjanje z različnimi telesnimi oziroma gibalnimi/športnimi aktivnostmi. V kineziološkem sestavu so bile predstavljene različne oblike in zvrsti športno-rekreativnega udejstvovanja invalidov, ki naj bi pomembno prispevale k njihovem zdravemu življenjskemu slogu in h kakovosti življenja. Sociološki del pa je prinesel določena spoznanja o posameznih socialnih modelih vključevanja invalidov v izbrane športne, gibalne/športne oziroma športno-rekreativne dejavnosti. Sprejeti predlogi, pobude in usmeritve za delo ter raznolike dejavnosti v prihodnje naj bi ob postopni uresnitvi prispevale k napredku in boljši obravnavi invalidov, kar naj bi pomembno obogatilo njihovo življenje. Primeri dobrih praks pa so obogatili celotno delo kongresa.

## ■ Literatura in viri

1. Adamič, N. (2018). Modeli vadbe oseb s posebnimi potrebami, vključenih v različne športne programe. V M. Pajek (Ur). *13. Kongres športa za vse – Športna rekreacija invalidov. Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, 45–52.
2. Backovič Juričan, A. in Keršič Svetel, M. (2018). Prednosti in izzivi športne rekreacije oseb z oviranostmi v naravnem okolju. V M. Pajek (Ur). *13. Kongres športa za vse – Športna rekreacija invalidov. Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, 77–79.

3. Berčič, H. in Matoh, J. (2018). Predlog zaključkov 13. Kongresa športa za vse. Pisno gradivo je na voljo pri avtorjih.
4. Brežan, M. (2018). Model integracije športno društvo invalid Ljubljana. V M. Pajek (Ur). *13. Kongres športa za vse – Športna rekreacija invalidov. Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, 44.
5. Dolinšek, A. (2018). Športna rekreacija invalidov. V M. Pajek (Ur). *13. Kongres športa za vse – Športna rekreacija invalidov. Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, 34–37.
6. Filipčič, T. (2018). Socialni model obravnavanja invalidnosti pri vključevanju v športne aktivnosti. V M. Pajek (Ur). *13. Kongres športa za vse – Športna rekreacija invalidov. Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, 55–59.
7. Gabršček, L. (2018). Motivacija vključevanja invalidov v športno vadbo. V M. Pajek (Ur). *13. Kongres športa za vse – Športna rekreacija invalidov. Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, 38–43.
8. Goljar, N. (2018). Telesna vadba/šport za ljudi po preboleli možganski kapi. V M. Pajek (Ur). *13. Kongres športa za vse – Športna rekreacija invalidov. Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, 21–26.
9. Jelenc, A. (2018). Šport invalidov na Kajakaški zvezi Slovenije. V M. Pajek (Ur). *13. Kongres športa za vse – Športna rekreacija invalidov. Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, 53–59.
10. Nowak, J. (2018). Pohodništvo brez omejitev. V M. Pajek (Ur). *13. Kongres športa za vse – Športna rekreacija invalidov. Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, 60–67.
11. Pečnikar Oblak, V., Šimenko, J., Videmšek, M., Karpljuk, D. (2018). Enake možnosti in inkluzija invalidov v judu. V M. Pajek (Ur). *13. Kongres športa za vse – Športna rekreacija invalidov. Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, 27–33.
12. Polc, (2018) »Možnosti in pomen vključitve oseb z motnjo v duševnem razvoju v sistem specialne olimpijade. V M. Pajek (Ur). *13. Kongres športa za vse – Športna rekreacija invalidov. Zbornik prispevkov*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez, 68–76.

dr. Herman Berčič,  
Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport,  
profesor v pokoju,  
herman.bercic@gmail.com