

# Uključenost osoba s invaliditetom u sportske aktivnosti - uloga medicinske sestre

---

**Horvat, Filip**

**Undergraduate thesis / Završni rad**

**2022**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **Bjelovar University of Applied Sciences / Veleučilište u Bjelovaru**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:144:252219>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-12-24**



*Repository / Repozitorij:*

[Repository of Bjelovar University of Applied Sciences - Institutional Repository](#)



VELEUČILIŠTE U BJELOVARU  
PREDDIPLOMSKI STRUČNI STUDIJ SESTRINSTVO

**UKLJUČENOST OSOBA S INVALIDITETOM U  
SPORTSKE AKTIVNOSTI – ULOGA MEDICINSKE  
SESTRE**

Završni rad br. 49/SES/20222

Filip Horvat

Bjelovar, rujan 2022.



Veleučilište u Bjelovaru  
Trg E. Kvaternika 4, Bjelovar

### 1. DEFINIRANJE TEME ZAVRŠNOG RADA I POVJERENSTVA

Student: **Horvat Filip**

JMBAG: **0314021303**

Naslov rada (tema): **Uključenost osoba s invaliditetom u sportske aktivnosti - uloga medicinske sestre**

Područje: **Biomedicina i zdravstvo**

Polje: **Kliničke medicinske znanosti**

Grana: **Sestrinstvo**

Mentor: **Živko Stojčić, dipl. med. techn.**

zvanje: **viši predavač**

Članovi Povjerenstva za ocjenjivanje i obranu završnog rada:

1. **Marina Friščić, mag.med.techn., predsjednik**
2. **Živko Stojčić, dipl. med. techn., mentor**
3. **Gordana Šantek-Zlata, mag. med. techn., član**

### 2. ZADATAK ZAVRŠNOG RADA BROJ: 49/SES/2022

U sklopu završnog rada potrebno je:

1. Istražiti literaturu i opisati mogućnosti uključivanja osoba s invaliditetom u pojedine sportske aktivnosti ovisno o vrsti invalidnosti.
2. U okviru teme opisati značajke pojedine vrste invaliditeta s obzirom na pojedine sportske aktivnosti.
3. Napraviti usporedbu mogućnosti bavljenja osoba s invaliditetom sportskim aktivnostima na lokalnoj razini i općenito u društvu.
4. Odrediti ulogu medicinske sestre u edukaciji osoba s invaliditetom i njihovih obitelji o mogućnostima bavljenja sportskim aktivnostima ovisno o vrsti invaliditeta i sposobnostima pojedine osobe s invaliditetom.

Datum: 18.05.2022. godine

Mentor: **Živko Stojčić, dipl. med. techn.**



# SADRŽAJ

1. UVOD .....	1
2. CILJ RADA.....	2
3. METODE .....	3
4. INVALIDITET.....	4
4.1. Pojam invaliditeta.....	4
4.2. Osnovne kategorije invaliditeta .....	4
4.2.1. Slijepi i slabovidne osobe .....	4
4.2.2. Osobe s mentalnim oštećenjima .....	5
4.2.3. Osobe s tjelesnim oštećenjima.....	6
4.2.4. Osobe s oštećenjem sluha .....	7
5. SPORT I OSOBE S INVALIDITETOM .....	8
5.1. Definicija sporta osoba s invaliditetom .....	8
5.2. Sport osoba s invaliditetom u Hrvatskoj .....	9
6. PARAOLIMPIJSKE IGRE .....	10
6.1. Povijest paraolimpijskog sporta u svijetu.....	10
6.2. Hrvatski paraolimpijski odbor i njegova povijest .....	10
6.3. Zimske paraolimpijske igre.....	11
6.4. Ljetne paraolimpijske igre .....	13
6.5. Olimpijske igre gluhih .....	16
6.6. Specijalne olimpijske igre .....	17
6.7. Ozljede osoba s invaliditetom u sportu.....	18
7. KLASIFIKACIJA SPORTAŠA U PARAOLIMPIJSKOM POKRETU .....	19
7.1. Povijest klasifikacije.....	19
7.2. Osposobljavanje klasifikatora.....	20
7.3. Proces klasifikacije danas .....	21
7.4. Uključenost osoba s invaliditetom u različite sportove s obzirom na klasifikaciju .....	22
8. ULOGA MEDICINSKE SESTRE U EDUKACIJI OSOBA S INVALIDITETOM I NJIHOVIH OBITELJI O MOGUĆNOSTIMA BAVLJENA SPORTSKIM AKTIVNOSTIMA	25
9. ZAKLJUČAK .....	27
10. LITERATURA.....	28
11. SAŽETAK.....	31
12. SUMMARY .....	32

## 1. UVOD

Pojam invaliditeta odnosi se na nedostatak ili ograničenje sposobnosti kako bi se obavila neka aktivnost na način koji se smatra normalnim za zdravo ljudsko biće. Prije se procjenjivalo da se u populaciji neke zemlje nalazi 10% osoba koje imaju neki oblik invaliditeta, danas istraživanja govore o porastu broja osoba s invaliditetom u populaciji i brojka se penje na 15%. Povećan broj osoba s invaliditetom nastaje zbog sve starije populacije, životni vijek se produžio te je sve više starijih osoba koje imaju neki oblik invaliditeta, također je i sve više kroničnih bolesti koje sa sobom donose invaliditet.

Liječenje osoba s invaliditetom mora biti individualno usmjereno na svaku osobu jer svaka osoba s invaliditetom ima svoje potrebe i te potrebe treba zadovoljiti na najbolji mogući način. Sport ima važnu ulogu u procesu rehabilitacije osoba s invaliditetom. Osobama s invaliditetom pomaže da se istaknu u društvu, da pobijede strah i sram od svog invaliditeta te da usprkos njemu postignu što veća postignuća. Na temelje sposobnosti koje su osobi s invaliditetom ostale, određuje se kojim se ona sportom može baviti. Sport za osobe s invaliditetom također ima veliki utjecaj na kvalitetu života. Danas svi teže što većoj kvaliteti života, a osobe s invaliditetom pogotovo. Sport im omogućuje da se osjećaju prihvaćeno kroz sudjelovanja na sportskim manifestacijama, daje im mirnoću i psihičku stabilnost.

Osobe s invaliditetom često se predaju sjedilačkom načinu života, a to je veliki problem zbog slabljenja mišićne muskulature i narušenog psihičkog zdravlja te povlačenja u sebe. Vrlo je važno osobe s invaliditetom potaknuti da se bave sportom baš iz tih razloga te kako bi bile što samostalnije i manje ovisnije o drugim osobama. Svakim treningom osoba s invaliditetom napreduje kako fizički tako i psihički, sportska aktivnost izaziva sreću i zadovoljstvo.

Razvitkom društva stigma nad osobama s invaliditetom se uvelike smanjila. Ljudi su počeli prihvaćati osobe s invaliditetom i to je jako bitno zbog njih. Razvitak paraolimpijskih igara uvelike je pridonio uklanjanju stigme jer ističe pozitivne strane invaliditeta i iz osoba s invaliditetom izvlači pun potencijal u sportskim aktivnostima.

## **2. CILJ RADA**

Cilj ovog rada je opisati važnost uključenosti osoba s invaliditetom u sportske aktivnosti, objasniti ulogu medicinske sestre u motivaciji osoba s invaliditetom te reći nešto više o paraolimpijskim igrama i sportovima.

### **3. METODE**

U izradi završnog rada korištena je stručna i znanstvena literatura na hrvatskom jeziku. Korištene su relevantne internetske stranice poput Hrčka, također kao izradu završnog rada korišteni su radovi dostupni na repozitorijima veleučilišta i sveučilišta. Literatura je iz područja medicine, fizioterapije i sestrištva.

## **4. INVALIDITET**

Pojmovi kojima su se označavale osobe s invaliditetom drastično su se mijenjali ovisno o promjeni stavova društva te o promjeni odnosa prema osobama koje se razlikuju od drugih, bilo da je to različitost u mentalnom ili tjelesnom funkcioniranju. Kako se društvo razvijalo i stavovi mijenjali, ljudi su shvatili da treba pronaći prikladnu jezičnu promjenu kako bi se mogla istaknuti važnost prihvaćanja ljudskosti i osobnosti osoba koja ima određen oblik invaliditeta, a ne ih stigmatizirati na temelju njihova mentalna ili tjelesna oštećenja. (1)

### **4.1. Pojam invaliditeta**

Pojam „invaliditet“ proizlazi iz latinske riječi *invalidus* što znači nesposoban, nemoćan, nevrijedan. Iz tog prijevoda automatski možemo zaključiti kako se osobe s invaliditetom stigmatizira te se u prvi plan stavlja njihov hendikep, a ne njihova osobnost i kvalitete. Invaliditet se u svijetu definira kao ograničenje sposobnosti da se izvode određene aktivnosti koje se smatraju normalnima i koje bi zdravo ljudsko biće trebalo moći izvoditi. Zakon o hrvatskom registru osoba s invaliditetom napominje kako je invaliditet trajno ograničenje, gubitak ili smanjenje sposobnosti da se izvršavaju željene fizičke ili psihičke funkcije koje su primjerene životnoj dobi u kojoj se osoba nalazi. (2)

Invaliditet se bitno razlikuje od bolesti što mnoge osobe ne razumiju. Bolest može završiti smrću, ozdravljenjem, trajnim posljedicama na tjelesne funkcije, smanjenjem životnih funkcija, invaliditetom. Deklaracija o pravima osoba s invaliditetom koja je donesena od strane Hrvatskog sabora 2005. godine definira osobu s invaliditetom kao svaku osobu koja zbog svojeg tjelesnog ili mentalnog oštećenja koje je privremeno ili trajno, prošlo, sadašnje ili buduće, urođeno ili stečeno gubi ili odstupa od očekivane tjelesne ili fiziološke strukture te je ograničena za obavljanje aktivnosti koje se smatraju uobičajenima za ljude u određenoj sredini. (1,2)

### **4.2. Osnovne kategorije invaliditeta**

Osnovne kategorije invaliditeta koje je kategorizirala Svjetska zdravstvena organizacija dijele osobe s invaliditetom na: slijepi i slabovidne osobe, osobe s mentalnim oštećenjima, osobe s tjelesnim oštećenjima, osobe s tjelesnim oštećenjima te na osobe s oštećenjem sluha. (3)



#### **4.2.1. Slijepi i slabovidne osobe**

Slabovidnost i sljepoću definiramo kao smetnje vida. Slijepom osobom smatra se osoba koja ima oštrinu vida manju od 10% na boljem oku uz pomoć korekcije (naočala) i osoba s centralnim vidom na boljem oku s korekcijom do 25%. Osobama koje imaju oštećen vid mora se pristupiti na način na koji njima to najbolje paše, treba se koristiti individualan pristup. Slijepim osobama najveći problem u svakodnevnom životu predstavlja kretanje pa kao pomoć pri kretanju koriste pomagala poput štapova, električnih pomagala i psa vodiča. (3,4)

Slijepi osobe, osobito one koje su se rodile slijepi, moraju proći specifično prilagođenu obuku prije nego li se krenu baviti sportskim aktivnostima. Za slijepi osobe bavljenje sportom predstavlja velik izazov zbog ulaska u nov, nepoznat prostor za njih. Jako je bitno da uz pomoć stručnjaka, poput psihologa i pedagoga, savladaju strah od nepoznatog prostora te se oslobode i steknu osjećaj za kretanje u novom i nepoznatom prostoru. Nakon adekvatne poduke, slijepa osoba je spremna uključiti se u sportske aktivnosti. (3,5)

Oštećenje vida ne treba osobama ulijevati strah ili ih demotivirati na bavljenje sportom. Svako bavljenje sportskom aktivnošću slijepim će osobama pomoći u motoričkom razvoju i povećanju samopouzdanja. Pozitivni učinci na slijepi osobe koje se bave sportom su poboljšanje samopercepcije, povećanje samopoštovanje, razvoj motoričkih vještina, uključivanje slijepih osoba u svakodnevni život te druženje s drugim slijepim sportašima. (3,6)

Kod osoba s oštećenjem vida postoje tri kategorije koje se koriste za raspodjelu sportaša na sportskim natjecanjima. U B1 kategoriji nalaze se osobe koje su u potpunosti slijepi, u B2 kategoriju spadaju osobe koje imaju ostatak vida od 3-5 %, dok u B3 kategoriju svrstavamo osobe koje imaju ostatak vida manji od 10%. Slijepi i slabovidne osobe mogu sudjelovati na ljetnim i zimskim paraolimpijskim igrama u sportovima koji su prilagođeni njihovom invaliditetu. Najpoznatiji sport za slijepi i slabovidne osobe je goalball. (4)

#### **4.2.2. Osobe s mentalnim oštećenjima**

Mentalno zdravlje definiramo kao stanje blagostanja u kojem osoba ostvaruje svoje pune potencijale. To je stanje u kojem je osoba dovoljno mentalno sposobna da se u svome životu može adekvatno nositi s normalnim stresorima i da može normalno i produktivno raditi svoj posao te doprinositi zajednici i društvu u cijelosti. U svijetu od mentalnih poremećaja pati 450 milijuna osoba. U Hrvatskoj su mentalni bolesnici na drugom mjestu po duljini bolničkog liječenja. (3,7)

Osobe s mentalnim oštećenjima možemo definirati kao osobe čije je intelektualno funkcioniranje znatno ispod razine prosječne populacije. Manifestacija mentalnih poteškoća

dogada se u vrijeme razvoja te se razvijaju i poteškoće u ponašanju. Osobe čiji je IQ ispod 70 nazivamo osobama s mentalnim oštećenjima. Te osobe su jako ograničene u samostalnom funkcioniranju i životu, imaju problema s komunikacijom te uključivanjem u zajednicu. (4,7)

Mentalne poteškoće klasificiraju se na način: teške mentalne poteškoće kod kojih je IQ ispod 20, teže mentalne poteškoće kod kojih je IQ od 20 do 34, umjerene mentalne poteškoće IQ je od 35 do 49 te lake mentalne poteškoće gdje IQ iznosi od 50 do 70 (3)

Mentalna se oštećenja najčešće manifestiraju od 18-te godine. Neki od pokazatelja su zakašnjeni kognitivni razvoj te velike poteškoće u učenju. Mentalna se oštećenja također mogu podijeliti u kategorije te se tako osobe koje se nalaze u lakoj kategoriji mogu baviti sportskim aktivnostima i sudjelovati u natjecanjima. Osobe koje se nalaze u srednjoj kategoriji često ne mogu sudjelovati zbog svoga oštećenja. Osobe koje se nalaze u teškoj kategoriji nikako ne mogu sudjelovati u sportskim natjecanjima jer je njihovo mentalno oštećenje preveliko te se često na to mentalno oštećenje nadovezuje i tjelesno. (3,4)

Iako se osobe sa srednjim i teškim mentalnim oštećenjima rijetko natječu na sportskim natjecanjima, one se mogu sportom baviti rekreacijski. Rekreacijsko bavljenje sportom na te osobe utječe pozitivno, poboljšavaju im se motoričke funkcije te ih to opušta. Za osobe s mentalnim oštećenjima organizirana je posebna specijalna olimpijada koja se održava godinu dana prije olimpijskih i paraolimpijskih igara. (3)

#### **4.2.3. Osobe s tjelesnim oštećenjima**

Osobe s tjelesnim oštećenjima ili tjelesnim invaliditetom su one osobe koje imaju neku deformaciju ili motoričke smetnje. Uzrok tjelesnog invaliditeta može biti bolest, ozljeda, neka prirođena anomalija koju nije moguće putem medicinskih intervencija ukloniti. Kod većine osoba koje su tjelesni invalidi, invaliditet je nastao nekom traumom poput prometne nesreće, ozljede iz domovinskog rata i nepokretljivosti. (6,8)

Svjetska zdravstvena organizacija osobe s tjelesnim invaliditetom dijeli na sljedeće kategorije: osobe s ozljedom leđne moždine „to su osobe kod kojih su dva ekstremiteta oduzeta (paraplegija), osobe koje imaju djelomičnu oduzetost dva ekstremiteta (parapareza), osobe koje imaju djelomičnu oduzetost gornjih i donjih ekstremiteta (kvadripareza), osobe kojima su potpuno oduzeti i gornji i donji ekstremiteti (kvadriplegija)“. U kategoriju osoba s oboljenjem leđne moždine, ubrajaju se osobe koje imaju spinu bifidu, osobe koje su preboljele dječju paralizu, te osobe koje boluju od cerebralne paralize. U skupinu osoba s amputacijama ubrajamo osobe s bilo

kojim oblikom amputacije. Posljednja kategorija su osobe koje boluju od neuromuskularnih bolesti poput mišićne distrofije, mijastenije gravis i multiple skleroze. (4,8)

Iako su osobe s tjelesnim invaliditetom djelomično ograničene u svojim sposobnostima, vrlo je bitno da ne posustaju te da se bave tjelesnom aktivnošću i sportom. Tjelesna aktivnost i sport kod osoba s tjelesnim oštećenjem poboljšavaju motoričke sposobnosti, jačaju mišićnu, imaju pozitivan učinak na poboljšanje cirkulacije te smanjuju kontrakcije u nepokretnim zglobovima. (5)

#### **4.2.4. Osobe s oštećenjem sluha**

S obzirom na to koliki je stupanj oštećenja sluha, odnosno radi li se o djelomičnom ili potpunom gubitku sluha, razlikujemo nagluhe i gluhe osobe. Osim problema s oštećenjem sluha, te osobe imaju i problem s komunikacijom, zbog specifičnog glasa i govora teško se sporazumijevaju s okolinom i teško ih je razumjeti u toj mjeri da se ostvari adekvatna komunikacija. (3,9)

Oštećenja sluha se najčešće nadomještavaju pomoću slušnih pomagala poput slušnih aparata ili umjetne pužnice kako bi se osobama s oštećenjem olakšala komunikacija i kako bi se osposobili za percepciju govora. Osim korištenja slušnih pomagala, osobe s oštećenjem sluha komuniciraju pomoću znakovnog jezika, dvoručne abecede, jednoručne abecede. (3,6)

Osobe čiji je sluh oštećen također sudjeluju na ljetnim i zimskim paraolimpijskim igrama gluhih, one se održavaju godinu nakon Olimpijskih i paraolimpijskih igara. Gluhe i nagluhe osobe imaju svoje posebno i odvojeno natjecanje pošto sebe ne smatraju invalidima jer mogu normalno i samostalno hodati, trčati, skakati i raditi sve fizičke aktivnosti. Jedini problem im predstavlja komunikacija koja se odvija u timskim sportovima, ali tu se lako mogu prilagoditi pa im ni to ne predstavlja veliki problem. (4)

Sportaši koji sudjeluju u natjecanju za osobe s oštećenjem sluha moraju imati oštećenje sluha najmanje 55 dB mjereno na uhu koje je zdravije. Tijekom sportskih natjecanja i priprema strogo je zabranjeno da osobe s oštećenjem sluha koriste bilo kakva slušna pomagala. (4)

## **5. SPORT I OSOBE S INVALIDITETOM**

Za vrijeme rehabilitacije nije dovoljno samo postaviti dijagnozu i provoditi liječenje, već je jako bitno da to liječenje bude individualno za svakog pacijenta, što podrazumijeva baziranje na svakog pacijenta pojedinačno kao i na njegove probleme. U rehabilitaciji osoba s invaliditetom vrlo je važno uključiti sportske aktivnosti. Sport kod osoba s invaliditetom ima ulogu u unapređenju socijalnih i motoričkih vještina. (4)

Iako su sport i rekreacija jako bitni za osobe s invaliditetom, većina njih živi sjedilačkim načinom života, a takav način života dovodi do povećanja oštećenja koja su povezana s primarnim oštećenjem. Vrlo je važno naglasiti da velik značaj imaju rekreativne i sportske aktivnosti čija organizacija ima za cilj potaknuti osobe s invaliditetom da se uključe u bilo kakav oblik sportskih aktivnosti te skrenu svoju pozornost i misli sa svog hendikepa i okrenu se boljem načinu života koji će im pomoći u razvijanju njihovog tjelesnog i mentalnog zdravlja. (10)

Rehabilitacijski sport se prvi puta spominje u Švedskoj u 19. stoljeću u obliku gimnastike za osobe s invaliditetom, 1960. godine stječe veću popularnost nakon održanih prvih paraolimpijskih igara u Rimu. Sport kod osoba s invaliditetom obuhvaća aktivnosti koje se u velikom broju slučajeva odvijaju u izvornom obliku, kao i kod osoba koje nemaju invaliditet. Iako se većina aktivnosti odvija izvorno, neke se aktivnosti moraju prilagoditi. Razlikujemo prostornu prilagodbu koja se odnosi na dimenzije terena na kojima se odvijaju sportske aktivnosti, vremenska prilagodba se odnosi na vremensko ograničenje trajanja sportske aktivnosti. (4,11)

Sport osoba s invaliditetom također ima podjelu na vrhunski sport te na rekreaciju. Vrhunskim sportom nazivamo sport koji je jednak kao i kod standardne populacije ljudi dok se za rekreaciju podrazumijeva bavljenje fizičkom aktivnošću jednom do dvaput tjedno. Za provođenje sportskih aktivnost kod osoba s invaliditetom vrlo je važno osigurati određene preduvjete poput prilagodbe sportskih objekata. Sportski objekti moraju biti prilagođeni tako da se osobe s invaliditetom mogu bez poteškoća kretati njima. (4)

### **5.1. Definicija sporta osoba s invaliditetom**

Za sport možemo reći kako je on svaka fizička ili psihička aktivnosti koja se mora izvoditi po određenim pravilima koja su utvrđena za svaki sport posebno. Cilj sporta je takmičenje s protivnikom te naposljetku pobjeda. Kako se potpuno zdrave osobe mogu baviti sportom, tako se mogu u istoj mjeri baviti i osobe s invaliditetom. Definicija sporta je ista i za jednu i drugu skupinu

ljudi, jedina je razlika ta što se sport za osobe s invaliditetom mora prilagoditi ovisno o njihovoj kategoriji invaliditeta. (12)

Sport osoba s invaliditetom postao je popularan tek kada su se poboljšala prava, status i percepcija osoba s invaliditetom u društvu. Kada se smanjila stigmatizacija nad osobama s invaliditetom i kada ih se uključilo u društvo kao punopravne članove tek tada su se osobe s invaliditetom počele više baviti sportskim aktivnostima. Primjer profesionalnog natjecanja za osobe s invaliditetom su paraolimpijske i Specijalne olimpijske igre. Specijalne olimpijske igre organizirane su tako da na njima mogu sudjelovati sve osobe koje imaju intelektualna oštećenja, a starije su od 8 godina. Paraolimpijske igre elitni su dio sporta za osobe s invaliditetom, organiziraju natjecanja u sportovima u kojima sudjeluju osobe s invaliditetom koje se klasificira i dijeli u sportove s obzirom na njihovu vrstu invaliditeta. (13)

Sport na osobe s invaliditetom ima jako pozitivan utjecaj jer sudjelovanje u sportskim natjecanjima pridonosi u socijalizaciji i stvaranju prijateljskih veza s ostalim natjecateljima. Cilj sporta za osobe s invaliditetom je izgraditi samopoštovanje, da osoba prihvati samu sebe i da shvati da vrijedi kao i svi drugi bez obzira na svoj hendikep te da dobije daljnju motivaciju za napredak i da se osjeća sigurno. (14)

## **5.2. Sport osoba s invaliditetom u Hrvatskoj**

Sport osoba s invaliditetom u Hrvatskoj ima jako bogatu prošlost. Počeci sporta osoba s invaliditetom sežu u vrijeme Socijalističke Federativne Republike Jugoslavije kada su po prvi puta na ovim područjima organizirane rekreativne aktivnosti boraca II. svjetskog rata. Taj podvig je rezultirao osnivanjem Saveza za šport i rekreaciju invalida Hrvatske 8. rujna 1964. godine u Zagrebu. Nakon što je osnovana samostalna Republika Hrvatska, 10. rujna 1991. godine osnovan je Hrvatski olimpijski odbor. Od 10. rujna 1993. godine Hrvatski športski savez invalida postaje punopravnim članom Međunarodnog paraolimpijskog odbora. (4)

Hrvatska prvi puta sudjeluje na paraolimpijskim igrama 1992. godine u Barceloni. Hrvatska je vrlo uspješna na paraolimpijskim igrama, a neki od osvajača medalja na igrama su Milka Milinović, Antonia Balek, Mihovil Španja, Darko Kralj, Zoran Talić, Branimir Budetić, Mikela Ristoski, Velimir Šandor, Sandra Paović i Jelena Vuković. (4)

## **6. PARAOLIMPIJSKE IGRE**

Paraolimpijske igre definiraju se kao sportski događaj za osobe s invaliditetom, a održavaju se svake četiri godine. Vršiti se podjela paraolimpijskih igara na ljetne i zimske paraolimpijske igre. Prve paraolimpijske igre održane su u Rimu 1960. godine. Na prvim paraolimpijskim igrama nastupalo je 400 sportaša. 1988. godine paraolimpijske se igre počinju održavati na istim terenima kao i olimpijske igre. (6)

### **6.1. Povijest paraolimpijskog sporta u svijetu**

Sportske aktivnosti za osobe s invaliditetom postoje više od sto godina. Prvi sportski klubovi bili su za gluhe osobe 1888. godine u Berlinu. Tek nakon Drugog svjetskog rata sport za osobe s invaliditetom se još više širi kako bi se pomoglo ozlijeđenim ratnim veteranima kroz sportske aktivnosti. Prekretnica u paraolimpijskom sportu bila je kada je Dr. Guttmann 1948. godine u Londonu na otvaranju Olimpijskih igara po prvi puta organizirao sportsko natjecanje za osobe u kolicima pod nazivom Stoke Mandeville Games. U tom natjecanju sudjelovali su muškarci i žene, točnije njih 16, a natjecali su se u streličarstvu. Kasnije se taj pokret sve više širio te su se iz njega razvile prve paraolimpijske igre. (3,15)

Od početka prvih paraolimpijskih igara one se održavaju svake četiri godine. 1976. godine prvi puta u povijesti paraolimpijskih igara održane su zimske paraolimpijske igre u Švedskoj, a održavale su se isto kao i ljetne igre – svake četiri godine. Od 1998. godine kada su se održale ljetne igre u Koreji i 1992. godine kada su se održale zimske igre u Francuskoj, paraolimpijske i olimpijske igre održavaju se u istim gradovima. 22. rujna 1989. osnovano je globalno upravljačko tijelo paraolimpijskog pokreta pod nazivom Međunarodni paraolimpijski odbor. (3,15)

Riječ „paraolimpijski“ grčkog je podrijetla, a potječe od riječi para što znači pored ili uzduž i riječi olimpijski. Značenje riječi paraolimpijski želi pokazati kako su paraolimpijske igre paralelne olimpijskim igrama te se oba pokreta nalaze i postoje jedan uz drugoga. Simbol paraolimpijskih igara predstavljaju tri suze koja predstavljaju povezanost između uma, duha i tijela. (3,6)

### **6.2. Hrvatski paraolimpijski odbor i njegova povijest**

Hrvatski paraolimpijski odbor najviša je nevladina nacionalna udruga za sportaše s invaliditetom. Hrvatski paraolimpijski odbor ustrojen je prema svim standardima i načelima

međunarodnog paraolimpijskog pokreta. On u svom djelokrugu potiče i promiče odgovarajući sport za osobe s invaliditetom, usklađuje aktivnosti svojih članica, provodi i organizira sustav sportskih natjecanja za osobe s invaliditetom. Zadatak mu je također baviti se registracijom sportaša koji su osobe s invaliditetom te su zaduženi za stegovnu odgovornost sportaša i sportskih djelatnika u njihovoj organizaciji. On unapređuje stručni rad i osposobljavanje stručnih djelatnika te se brinu za unapređenje sportskih dostignuća. Surađuje s tijelima državne uprave te obavlja sve zadaće koje su i njegovoj domeni određene Zakonom o športu i općim aktima paraolimpijskog odbora. Članice Hrvatsko paraolimpijskog odbora su Nacionalni sportski savezi, Županijski sportski savezi i Gradski sportski savezi osoba s invaliditetom. (16)

Sport za osobe s invaliditetom u Hrvatskoj započinje organizacijom sportsko rekreativnih aktivnosti boraca II. svjetskog rata. 8. rujna 1964. godine u Zagrebu. Tada se osniva Savez za sport i rekreaciju invalida Hrvatske. Nakon proglašenja hrvatske samostalnosti, savez se odvaja od športskog saveza Jugoslavije te se 10. rujna 1991. godine osniva Hrvatski olimpijski odbor u kojem je punopravni član bio Savez za sport i rekreaciju invalida Hrvatske. Od 8. svibnja 1992. godine Savez za sport i rekreaciju invalida Hrvatske postaje član Međunarodne športske zajednice invalida te od 11. svibnja 1992. postaje član Međunarodne športske organizacije športova u invalidskim kolicima. 1993. godine 6. svibnja Savez za sport i rekreaciju invalida Hrvatske odlukom skupštine mijenja naziv u Hrvatski športski savez invalida, od 19. rujna 1993. godine postaje član Međunarodnog paraolimpijskog odbora i Europskog paraolimpijskog odbora od 6. rujna iste godine. Savez je član mnogih poznatih svjetski sportskih udruženja kao što su Međunarodna federacija za sportove u kolicima i osobe s amputacijama, Međunarodna stolnoteniska federacija, Međunarodna federacija za sport i rekreaciju osoba s cerebralnom paralizom, Međunarodna federacija za sport osoba s intelektualnim poteškoćama i Međunarodna organizacija za tenis u invalidskim kolicima. 28. listopada 2006. godine Hrvatski sportski savez invalida mijenja svoj naziv te nastavlja svoje djelovanje pod nazivom Hrvatski paraolimpijski odbor. (16)

### **6.3. Zimske paraolimpijske igre**

Prve zimske paraolimpijske igre održane su u Švedskoj 1976. godine. Na njima je sudjelovalo 250 sportaša iz 17 država. Sportovi u kojima se paraolimpijci natječu na zimskim olimpijskim igrama su: hokej, curling u kolicima, nordijsko i alpsko skijanje.

## **Hokej**

U hokeju sudjeluju paraolimpijci koji imaju tjelesno oštećenje donjeg dijela tijela. Trenutačno se u hokeju natječu samo muške ekipe. Svaki tim u hokeju broji šest igrača, a utakmica se odigrava u vremenskim intervalima koji su podijeljeni na tri puta po petnaest minuta. Igrači se kreću u posebno konstruiranim postoljima i svaki igrač ima svoje kratke štapove koji mu služe za odgurivanje kako bi se mogao kretati te za udaranje paka. Sva ostala pravila i zaštitna oprema ista su kao i kod standardnog hokeja pa su i pravila igre ista uz nekoliko malih modifikacija. (3)

## **Curling u kolicima**

Ova paraolimpijska igra prvi je puta održana 2006. godine na paraolimpijskim igrama u Torontu. U ovoj vrsti sporta ekipe su mješovite te se u njoj natječu sportaši koji imaju oštećenje lokomotornog sustava. Također se ovim sportom bave i sportaši oboljeli od cerebralne paralize, sportaši s amputiranim donjim ekstremitetima, osobe s ozljedama kralježnice te osobe s multiplom sklerozom. Svaka ekipa u curlingu sastavljena je od četiri igrača čiji je cilj s jedne strane terena gurnuti kamen na drugu stranu gdje se nalazi velika okrugla meta koja je ocrtana na ledu. Cilj je da se kamen odgurne što bliže centru mete. Razlika između curlinga u invalidskim kolicima i izvan njih je u tome da se led ne briše i koristi se štap za guranje kamena. Ona ekipa koja nakon osam rundi sakupi najviše bodova pobjeđuje. (3,17)

## **Nordijsko skijanje**

Nordijsko skijanje odvija se na udaljenosti od 2.5 do 20 kilometara. U ovome sportu mogu se natjecati i slijepi osobe kojima pomaže njihov vodič. Slijepa osoba prati svog vodiča na temelju zarubljanja skija. Natjecatelji su u ovome sportu podijeljeni na tri kategorije, a to su: osobe s oslabljenim vidom, osobe koje stoje i osobe koje sjede. U biatlonu duljina skijanja iznosi ukupno 7.5 kilometara, a podijeljeni su u tri dijela. Zvučni signal se koristi kako bi se sportašima s oštećenjem sluha najavila meta. (3,18)

## **Alpsko skijanje**

Osobe s poremećajem vida natječu se u ovome sportu te imaju svog pratioca. Osobe s oštećenjem vida dijele se na tri skupine, a to su: osobe koje sjede, osobe koje stoje i slijepi i slabovidne osobe. U sjedećoj kategoriji sportaši se koriste monoskijom i posebnim štapovima za skijanje. Ti štapovi sastavljeni su tako da izgledaju kao malene skije kako bi pomogle sportašu pri održavanju ravnoteže. Sportašima koji su slijepi ili slabovidni pomaže vodič tako da s njima komunicira bluetooth uređajima koji su smješteni u kacigama skijaša. Kod stojeće kategorije skijaša, mogu se



koristiti kao pomoć pri skijanju štapovima koji su napravljeni kao male skije, mogu skijati sa samo jednim štapom ili na samo jednoj skiji. (3,19)

#### **6.4. Ljetne paraolimpijske igre**

Prve službene ljetne olimpijske igre održane su 1960. godine u Rimu. Na prvim paraolimpijskim igrama bilo je uključeno 400 sportaša u invalidskim kolicima koji su dolazili iz 23 zemlje. 1976. godine na ljetnim paraolimpijskim igrama po prvi puta su uključeni sportaši s drugim različitim poteškoćama. Uz uključivanje više klasifikacija invaliditeta broj sudionika na ljetnim paraolimpijskim igrama 1976. godine popeo se na 1600 sportaša iz 40 različitih zemalja. (3)

Sportovi u kojima se natječu sportaši na ljetnim paraolimpijskim igrama su: atletika, streličarstvo, boćanje, biciklizam, judo, jahanje, dizanje utega, streljaštvo, plivanje, mačevanje i tenis u invalidskim kolicima.

##### **Atletika**

Atletika je 1960. godine u Rimu prvi puta uključena na Paraolimpijske igre, samo za invalide u kolicima. 1976. godine u Torontu donosi se odluka kako se atletikom na Parolimpijskim igrama mogu baviti i osobe s oštećenjem vida kao i osobe s amputiranim ekstremitetima. Sportovi koji spadaju u atletičke discipline su bacanja, petoboj, maraton i skokovi. Osobe koje se kreću pomoću kolica ne mogu sudjelovati u disciplinama poput skoka u dalj dok atletičari s oštećenim vidom skaču uz pomoć svog asistenta. U atletici se natječu osobe s kvadriplegijom, paraplegijom, osobe s mentalnom retardacijom, osobe s cerebralnom paralizom te osobe s amputiranim ekstremitetima i osobe u kolicima. (6)

##### **Streličarstvo**

U streličarstvu sudjeluju osobe koje se kreću pomoću invalidskih kolica, osobe koje boluju od cerebralne paralize i osobe čiji su ekstremiteti amputirani. Kategorije u kojima se natječu osobe s invaliditetom u streljaštvu su R4 – puca se iz stojećeg stava sa zračnom puškom, R3 i R5 – puca se iz ležećeg stava sa zračnom puškom, kategorije P1 i P2 su zračni pištolj. Također je ovdje još i kategorija malokalibarske puške i pištolja P3, P4 i R6 i R9. Natjecanje u streličarstvu može biti ekipno ili individualno, mete su postavljene na udaljenosti od 72 metra i svaki pogođeni centar donosi 10 bodova. (6,20)

## **Boćanje**

Boćanje je u paraolimpijske sportove uključeno 1984. godine u New Yorku. Boćanje je namijenjeno za osobe oboljele od cerebralne paralize. Može se igrati individualno, u paru ili u timu koji čine tri igrača. Cilj boćanja je dobaciti lopticu što bliže glavnoj loptici, loptica se može bacati nogom, rukom ili pomoćnom napravom koju mogu koristiti osobe koje imaju poremećaj svih ekstremiteta. (3,6)

## **Biciklizam**

Biciklizam za osobe s invaliditetom jedan je od najpopularnijih rekreativnih sportova. Na paraolimpijskim igrama biciklizam se dijeli na dvije kategorije, a to su Road Cycling ili vožnja po putevima i Track Cycling ili vožnja na izgrađenim stazama. Za osobe koje imaju poremećaje donjih ekstremiteta napravljen je specijalni bicikl koji se pokreće rukama, a naziva se handcycling. (6)

## **Jahanje**

U paraolimpijske igre jahanje je uključeno 1996. godine u Atlanti. Postoji individualno i ekipno natjecanje u jahanju te je namijenjeno za osobe s bilo kojom vrstom invaliditeta. (6)

## **Džudo**

Judo je na paraolimpijske igre prvi puta uključen 1988. godine te je namijenjen samo osobama s oštećenjem vida. Teren za judo veličine je 10x10 metara, oko njega se nalazi crna zona 1x1 metar te sigurnosna zona veličine 4 metra. (3)

## **Dizanje utega**

Paraolimpijski sport u kojem se utezi dižu u ležećem položaju. Uteg se mora podignuti u određenom vremenskom roku koji iznosi dvije minute te se uteg mora podignuti onoliko koliko sportaš može ispružiti ruke. Svaki sportaš ima pravo na tri pokušaja podizanja. (6)

## **Streljaštvo**

Pojavljuje se prvi puta 1976. godine na paraolimpijskim igrama u Torontu. Danas je streljaštvo jedan od najpoznatijih sportova za paraolimpijce u svijetu. Pravila su u ovom sportu ista kao i na olimpijskim igrama. Natječu se paraplegičari, tetraplegičari, osobe s cerebralnom paralizom te osobe s amputiranim ekstremitetima. (6)

### **Stolni tenis**

1960. godine uključuje se u paraolimpijske igre. Stolnim tenisom bave se osobe s cerebralnom paralizom, amputiranim ekstremitetima, ozljedama kralježnice i osobe s motoričkim poremećajima. Stolni tenis za osobe s invaliditetom dijeli se u jedanaest klasa. Osobe koje se nalaze u invalidskim kolicima ulaze u klase od 1 do 5. Osobe s invaliditetom koje mogu stajati ulaze u klase od 6 do 10. Klasa 11 je za sve one osobe koje imaju intelektualne poteškoće. U stolnome tenisu za osobe s invaliditetom natjecatelji se mogu natjecati pojedinačno ili ekipno. (3)

### **Plivanje**

Od 1960. godine plivanje se nalazi kao natjecateljski sport na paraolimpijskim igrama. Plivanje je podijeljeno na trinaest klasa. Osobe s cerebralnom paralizom, osobe s ozljedom kralježnice i osobe s amputacijom ekstremiteta ulaze u klasu od 1 do 10. Osobe s oštećenjem vida ulaze u klasu od 11 do 13. Ovisno o visini stupnja invaliditeta, klasa u koju natjecatelj ulazi smanjuje se. Osobe s oštećenjem vida koje se natječu u plivanju imaju svog asistenta koji im pomaže i govori im kada se trebaju okrenuti, te kada je utrka završila. (3,6)

### **Mačevanje u invalidskim kolicima**

Ova disciplina prvi se puta održala 1960. godine na paraolimpijskim igrama u Rimu. Natjecatelji se dijele u tri kategorije. Natjecanje se održava na pisti širokoj 1.5 metara i dugoj 4 metra. Osobe su i invalidskim kolicima udaljene i fiksirane toliko da natjecatelji mogu jedan drugom pomoću mača dodirnuti lakat. (3)

### **Tenis u kolicima**

Najbrže rastući i najatraktivniji sport za osobe s invaliditetom počeo se razvijati rekreativno da bi se razvio u vrhunski sport. Tenis u invalidskim kolicima igra se u više od 120 zemalja. Od 1992. godine tenis u kolicima je postao paraolimpijski sport. Da bi se osoba mogla natjecati u tenisu u kolicima mora imati trajno oštećenje. Tenis u kolicima ima ista pravila kao i tenis, razlika je u tome što loptica smije odskočiti dva puta, a ne jednom. (21)

### **Košarka u kolicima**

Jedna je od prvih sportova na olimpijadi u Rimu 1960. godine. Jedan tim čini 5 igrača, utakmica se igra četiri puta po deset minuta, a koš je visine kao i kod klasične košarke, dimenzije igrališta su također iste. (6)

### **Sjedeća odbojka**

Sjedeća odbojka isključivo je sport za osobe s invaliditetom. Dimenzije terena za sjedeću odbojku su 10x6 metara. U slučaju da u sjedećoj odbojki natjecatelj podigne oba gluteusa s poda, toj će se ekipi oduzeti bod. (6)

### **Nogomet (7 igrača)**

Prvi puta uveden u paraolimpijske discipline 1984. godine u New Yorku. Nogomet za osobe s invaliditetom dijeli se u četiri klase, a to su:

C5-osobe koje imaju invaliditet i probleme sa stajanjem, hodanjem i trčanjem

C6-osobe koje imaju invaliditet i imaju problem s koordinacijom ruku

C7-osobe koje imaju invaliditet i imaju gubitak voljnih pokreta desne ili lijeve strane tijela.

C8-u ovu kategoriju spadaju osobe sa atetozom ili monoplegijom, hemiplegijom i diplegijom. Utakmica traje 30 minuta, ima pauzu u trajanju od 15 minuta. Dimenzija igrališta iznosi 75x55 metara. U ovom sportu moguće je loptu ubaciti jednom rukom te golman može loptu udariti četiri puta o pod prije nego li je ubaci u igru rukom ili nogom. (6)

### **Nogomet (5 igrača)**

U ovom sportu publici je zabranjeno navijanje. Igralište je dimenzija 40x20 metra te su pravila igre kao i u pravom nogometu uz male razlike. Igraču su podijeljeni u tri kategorije te se nogomet igra zvučnom loptom. (3)

## **6.5. Olimpijske igre gluhih**

Olimpijske igre gluhih najstarije su i prve igre za osobe s invaliditetom. 1924. godine održane su prve ljetne olimpijske igre gluhih u Parizu poznate kao Međunarodne igre bez riječi. Eugene Rubens-Alcais osnivač je olimpijskih igara gluhih koji je u to vrijeme bio predsjednik Francuskog sportskog saveza gluhih osoba. (3,6)

Na olimpijskim igrama gluhih pravo na sudjelovanje imaju osobe koje imaju minimalno oštećenje sluha od 55 dB na zdravijem uhu, a govorne frekvencije od 500 do 2000 Hz. Natjecatelji tijekom bilo koje sportske aktivnosti na natjecanju ne smiju koristiti slušna pomagala. Olimpijske igre gluhih održavaju se poslije paraolimpijskih i olimpijskih igara. (6)

1949. godine u Seefeldu u Austriji prvi puta su održane zimske olimpijske igre gluhih. Sportovima u kojima se natjecatelji natječu na zimskim olimpijskim igrama gluhih su skijaško trčanje, alpsko skijanje, hokej na ledu, curling i daskanje na snijegu. Jedina razlika između olimpijskih igara gluhih i klasičnih olimpijskih igara je u tome što su zvukove signale zamijenili svjetlosnima. (6)

Među gluhim osobama vrlo je bitno odvajanje igara od ostalih osoba s invaliditetom. Gluhe osobe sebe ne smatraju osobama s invaliditetom, pogotovo ne u fizičkom smislu. Gluhi sportaši fizički su spremni te im na njihovom putu u obavljaju sportskih aktivnosti ne stoje nikakve prepreke osim komunikacijske, no na olimpijskim igrama gluhih i ta prepreka nestaje zbog organizacije i prilagodbe osobama s oštećenjem sluha. (22)

29. veljače 1992. godine osnovan je Hrvatski športski savez gluhih. Osnovan je u gradu Zagrebu, a cilj mu je bio okupiti sva športska društva i klubove gluhih osoba na području cijele Hrvatske. Hrvatski športski savez gluhih može se pohvaliti da je samostalan i punopravan član Međunarodnog odbora za sport gluhih od 1993. godine. (3)

## **6.6. Specijalne olimpijske igre**

Specijalnom olimpijadom nazivamo međunarodnu organizaciju koja osobama s intelektualnim poteškoćama omogućuje ostvarenje njihovog potpunog potencijala, razvijanje fizičkih sposobnosti te da ostvare prijateljstva i kontakt s okolinom kroz sportske aktivnosti. Osnivačica specijalne olimpijade je Eunice Kennedy Shriver, osnovala ju je 1968. godine. Specijalna olimpijada potiče ljude na razumijevanje osoba s intelektualnim poteškoćama, pomaže im u stjecanju samopouzdanja te smanjuje stigmatizaciju nad osobama koje imaju intelektualne poteškoće. (3)

Prva ljetna specijalna olimpijada održana je 1968. godine u Chicagu. U specijalnoj olimpijadi natječu se osobe koje imaju mentalnu retardaciju. Uvjet za sudjelovanje je da osoba koja se natječe mora imati navršenih osam godina, mora biti klasificirana kao osoba s intelektualnim poteškoćama ili mora imati probleme u kognitivnom razvoju. 1977. godine održana je prva zimska specijalna olimpijada u Steamboat Spring u Coloradu. (6)

Specijalna olimpijada Hrvatske je nacionalni sportski savez čija je glavna zadaća bavljenje sportsko-rekreacijskim aktivnostima osoba koje imaju neki oblik intelektualnih poteškoća. U

svojoj zadaći moraju se voditi pravima i načelima međunarodne organizacije Specijalne olimpijade i propisa Republike Hrvatske. (3)

Sportovi u kojima se natjecatelji natječu na specijalnoj olimpijadi su: boćanje, alpsko skijanje, košarka, badminton, hokej, nogomet, umjetničko klizanje, golf, plivanje, dizanje utega, sportska i ritmička gimnastika, rolanje, stolni tenis, kajak, odbojka, kriket, judo, rukomet. (3)

## **6.7. Ozljede osoba s invaliditetom u sportu**

Zbog porasta popularnosti sporta u osoba s invaliditetom i sve češćim profesionalnim bavljenjem sportom dolazi do raznih sportskih ozljeda. Ozljede kod sportaša dijelimo na akutne i na kronične. Ozljede mogu nastati kao uzrok sudaranja igrača, padanja, udaranjem sportskim rekvizitima. Najčešće ozljede kod osoba s invaliditetom koje se bave atletskim sportovima su istegnuća mišića ili potpuna ruptura mišića. Kod natjecatelja koji se natječu u invalidskim kolicima najčešće su ozljede istegnuća mišića ruku. Ozljeda koja se naziva kopljaški lakat i ozljede koje su vezane uz rame najčešće se povezuju s disciplinama bacanja. U nogometu kod osoba s invaliditetom najčešće dolazi do prijeloma kostiju, distorzija koljena i skočnih zglobova, istegnuća mišića natkoljenice. Skijanje sa sobom donosi ozljede poput prijeloma meniskusa, istegnuća ligamenata, ozljeda kože uzrokovanih protezom. U tenisu se najčešće povrede odnose na ligamente zbog prijenosa velike sile na hrskavicu te brže potrošnje same hrskavice. (6)

Osobe s invaliditetom koje se profesionalno bave sportom moraju proći ciljane i naporene pripreme kako bi se njihovo tijelo moglo priviknuti na fizičke aktivnosti i kako bi im mišićna muskulatura bila dovoljno jaka kako bi mogli izdržati fizičku aktivnost te prevenirati ozljede. Vrlo je važno dobro se zagrijati prije početka bavljenja fizičkom aktivnošću te se nakon fizičke aktivnosti dobro istegnuti. Kako bi se ozljede prevenirale, mogu se koristiti određene bandaže i zaštitna oprema. Ako dođe do ozljede, profesionalni sportaši moraju potražiti adekvatnu pomoć liječnika ili fizioterapeuta kako bi se ozljeda što prije sanirala te kako bi se sportaš što prije mogao vratiti svom svakodnevnom sportskom načinu života. (6)

## **7. KLASIFIKACIJA SPORTAŠA U PARAOLIMPIJSKOM POKRETU**

Klasifikacija je naziv za metodu pomoću koje se procjenjuje stupanj oštećenja lokomotornog sustava te sposobnosti koje su preostale nakon što je osoba postala invalidom. Pomoću klasifikacije osobe koje se natječu u sportu za osobe s invaliditetom svrstavaju se u natjecateljske kategorije i grupe. Klasifikacija u sportu za osobe s invaliditetom ima jako veliku važnost zbog stvaranja ravnopravnosti u natjecanju kako bi se točno mogao odrediti stupanj invaliditeta te kako bi se osobe s približnim fizičkim mogućnostima mogle staviti u istu kategoriju. (10)

Klasifikaciju smiju provoditi samo posebno obučeni kineziolozi i fizioterapeuti. Za svaki sport vrijede posebna pravila klasifikacije te se klasifikatori moraju stručno educirati na međunarodnim tečajevima za pojedini sport. Kako bi se klasifikacija mogla provoditi za svaki sport moraju biti opisani kriteriji koji se moraju ispuniti kako bi sportaš mogao upasti u određenu klasu. Pod neke od osnovnih kriterija pripadaju težina oštećenja, vrsta invalidnosti, opseg ograničenja koji invaliditet donosi na određenu aktivnost, opis metode klasifikacije. (10)

### **7.1. Povijest klasifikacije**

Klasifikacijski postupak od svoga samog početka doživio je veliko unaprjeđenje i poboljšanje. U počecima klasifikacije važnost se pridavala medicinskoj procjeni dok se manja važnost pridavala učinku invaliditeta na sport. Od 1980. do 1990. godine klasifikatori i sportaši prepoznali su taj problem te je pokrenuto razvijanje klasifikacijskih sustava koji će više biti usredotočeni na sportski učinak. Tijekom razdoblja u kojem se klasifikacija još razvijala, nije bilo postavljenih ujednačenih načela pa se brzina razvoja klasifikacije u svakome sportu razlikovala. (23)

Upravni odbor Međunarodnog paraolimpijskog odbora prepoznao je probleme u klasifikaciji te, kako bi osigurali bolju budućnost paraolimpijskog sporta, zatražili su da pristup klasifikaciji u svim sportovima bude usklađeniji. Upravni je odbor 2003. godine odobrio strategiju klasifikacije što dovodi do toga da je Međunarodni paraolimpijski odbor objavio klasifikacijski kodeks i međunarodne standarde u 2007. godini. Taj dokument čini temelj za evoluciju klasifikacijskog sustava. (23)

Klasifikacijski kodeks ima vrlo važnu svrhu u procesu klasifikacije pa tako sportašima daje do znanja koja je uopće svrha klasifikacije. Kodeks je napisan tako da je razumljiv i za osobe koje

nisu stručno osposobljenje u tom području. Napisan je na način da sportaši mogu razumjeti zašto ih se podvrgava klasifikacijskom postupku te promovira njihovo sudjelovanje u tom postupku. Proces klasifikacije najbolje funkcionira kada klasifikator i sportaš imaju dobru suradnju kako bi mogli odrediti prikladnu sportsku klasu za sportaša. (23)

Međunarodni paraolimpijski odbor na temelju svoga iskustva stečenog formiranjem kodeksa iz 2007. godine pokrenuo je postupak savjetovanja 2013. godine u svrhu pregleda, obnove i poboljšanja kodeksa. U procesu pregleda sudjelovali su svi paraolimpijski sudionici koji su od odbora zatražili poboljšanje kodeksa koje bi značilo unapređenje svim paraolimpijskim sportašima širom svijeta. Novi kodeks morao je proći kroz tri faze, nakon objavljivanja preliminarnih nacрта. Upravni odbor Međunarodnog paraolimpijskog odbora 2015. godine odobrio je prijedlog novog kodeksa te je kodeks usvojen od strane Generalne skupštine. (23)

## **7.2. Osposobljavanje klasifikatora**

Klasifikatori su osobe koje su osposobljene, stručne i ovlaštene za utvrđivanje sportske klase i status sportske klase sportaša. Klasifikatori djeluju u timu od najmanje dvije osobe, osim u nekim izvanrednim slučajevima kada je moguće da klasifikator svoju zadaću obavlja sam, u tom slučaju klasifikator mora imati potrebne medicinske kvalifikacije. U klasifikacijski postupak trebale bi biti uključene osobe koje posjeduju širok spektar znanja iz medicine, ali je također vrlo bitno da poznaju određeni sport. Osobe koje su najpodobnije za posao klasifikatora su liječnici, fizioterapeuti, radni terapeuti, kineziolozi, treneri, bivši sportaši, sportski znanstvenici. (23)

Certifikacija klasifikatora je postupak koji svaki klasifikator mora proći kako bi mogao obavljati posao klasifikacije. Certifikaciju izvode Međunarodne federacije za svaki od određenih sportova. Kako bi osoba mogla dobiti certifikat mora steći teorijsko i praktično obrazovanje, osposobljavanje te mentorstvo. Proces dobivanja certifikata različit je za svaki sport. (23)

Certifikacija obuhvaća minimalno tri razine. Prva razina je razina vježbenika. Vježbenik je osoba koja je u procesu profesionalnog osposobljavanja od strane Međunarodne federacije, a još nije položio kako bi bio certificiran kao klasifikator te ne može sudjelovati kao član klasifikacijskog tima na natjecanjima pa ne može odrediti klasu sportaša. Druga razina nam pokazuje pojedinca koje je uspješno priveo kraju svoje profesionalno osposobljavanje uz klasifikatora od strane Međunarodne federacije te on može biti član tima za klasifikaciju i uz nadzor iskusnijih kolega može razvrstavati sportaše u njihove klase. Treća razina nam predstavlja pojedinca koji ima završeno obrazovanje za klasifikatora prema svim zakonima Međunarodne



federacije te je stekao dovoljno znanja i iskustva kako bi mogao dodjeljivati sportsku klasu sportašima bez nadzora iskusnijih kolega. (23)

Kako bi klasifikatori svoj certifikat održali valjanim, moraju sudjelovati u minimalnom broju natjecanja kao član tima za klasifikaciju, sudjelovati u minimalnom broju procjena sportaša, moraju pohađati praktične tečajeve ili radionice pomoću kojih se širi njihov spektar znanja. Sportske federacije kao zadatak imaju organizaciju tečajeva koji su namijenjeni klasifikatorima kako bi se njihovo znanje neprestano unapređivalo te kako bi se sam postupak klasifikacije održao na visokoj razini, ako ne i poboljšao. (23)

### **7.3. Proces klasifikacije danas**

Klasifikacijski kodeks Međunarodnog paraolimpijskog odbora daje detaljan opis politike i postupaka klasifikacije u svim sportovima. Namjera odbora je da učini kodeks dovoljno specifičnim kako bi se mogla ostvariti harmonizacija gdje je to potrebno, ali i da bude dovoljno općenit u nekim drugim područjima kako bi mogao dopuštati fleksibilnost u implementaciji načela. (23)

Klasifikatori djeluju unutar tima koji se sastoji od 2 ili 3 osobe. Kada pokreću proces ocjene sportaša, vrlo je bitno da razmotre tri pitanja čiji su im odgovori vrlo važni u procesu klasifikacije, a to su pitanja: Ima li sportaš podobno oštećenje za ovu vrstu sporta? Ispunjava li sportaševo oštećenje minimalni kriterij onesposobljenosti za ovu vrstu sporta? Koja sportska klasa najbolje opisuje ograničenje sportaša? (23)

Prvi korak u procesu klasifikacije je utvrditi ima li sportaš podobno oštećenje kako bi se mogao baviti sportom za osobe s invaliditetom. Sportaš mora pripadati jednoj od deset prihvatljivih kategorija oštećenja koja su utvrđena pravilnicima kako bi se mogao baviti paraolimpijskim sportom. Oštećenje koje je prihvatljivo za sudjelovanje u sportu osoba s invaliditetom je oslabljena snaga mišića. U ovu kategoriju ubrajaju se osobe kojima je karakteristika smanjena snaga mišića ili mišićnih skupina, zahvaćeni oslabljenjem mogu biti mišići jednog uda, jedne strane tijela ili jedne polovice tijela. Promjene opsega pokreta su također prihvatljivo oštećenje jer smanjuju mogućnosti sportaša te smanjeni opseg pokreta može biti u jednom ili više zglobova. Osobe koje imaju manjak udova također zadovoljavaju kriterije za sudjelovanje. Manjak udova može biti kao posljedica traume poput amputacije, posljedica bolesti ili prirođeni nedostatak udova. Razlika u duljini nogu može biti prirođena ili traumatska kada dolazi do skraćivanja kostiju u jednoj nozi. Nizak stas može biti uzrokovan abnormalnom

dimenzijom kostiju u tijelu i također ovaj hendikep zadovoljava kriterije za sudjelovanje u sportu. Hipertonija je abnormalna mišićna napetost sa smanjenom sposobnošću rastezanja mišića, može nastati kao posljedica oštećenja živčanog sustava i također je prihvatljivo oštećenje za bavljenje sportom. Osobe s ataksijom također se mogu natjecati, a ataksija je nedostatak koordinacije pokreta. Oštećenje vida uvelike utječe na sportaša zbog njegove nemogućnosti da vidi što mu otežava snalaženje u prostoru te je tako jedna od kategorije sportaša koji se mogu baviti sportom za osobe s invaliditetom. Intelektualne poteškoće također ulaze u kategoriju sportaša koji se smiju baviti jer su ograničeni u intelektualnom funkcioniranju te u prilagodbi ponašanja zbog svog oštećenja. (23)

Paraolimpijski sportovi sami za sebe moraju detaljno odrediti za koje skupine osoba s invaliditetom nude mogućnosti da se bave sportom. Takav oblik klasifikacije opisan je u pravilima za klasifikaciju svakog sporta zasebno. U neke sportove mogu biti uključeni sportaši s raznim oštećenjima dok su neki sportovi ograničeni na jednu vrstu oštećenja. (23)

#### **7.4. Uključenost osoba s invaliditetom u različite sportove s obzirom na klasifikaciju**

S obzirom na klasifikaciju i na vrstu oštećenja koje sportaši s invaliditetom imaju, vrši se podjela na sportove. Osobe s određenim hendikepom ne mogu sudjelovati u svim sportovima, već svaki sport ima određeno koja vrsta invaliditeta ulazi u njegovu kategoriju. Postoji deset kategorija invaliditeta pomoću kojih se osobe svrstavaju u određene sportske kategorije, a to su oslabljena snaga mišića, manjak udova, promijenjen opseg pokreta, razlika u duljini udova, nizak stas, hipertoniya, ataksija, atetoza, oštećenje vida i intelektualne poteškoće. (23)

Raspodjela podobnih oštećenja prema sportovima glasi ovako:

- U streljaštvu kao sportu za osobe s invaliditetom mogu sudjelovati osobe koje imaju promijenjen opseg pokreta, osobe s oslabljenom mišićnom snagom, osobe s različitim duljinom udova, osobe koje imaju manjak udova, osobe s hipertonijom, ataksijom i atetozom.
- Atletika je specifična u sportu za osobe s invaliditetom pošto u njoj mogu sudjelovati osobe sa svim oblicima invaliditeta.

- U badmintonu sudjeluju osobe s oslabljenom snagom mišića, osobe s manjkom udova, osobe niskog stasa, osobe s promijenjenim opsegom pokreta, osobe s razlikom u duljini udova, osobe s hipertonijom, ataksijom i atetozom .
- U boćanju mogu sudjelovati osobe sa smanjenim opsegom pokreta, osobe s oslabljenim mišićima, osobe s hipertonijom, ataksijom i atetozom.
- U kanuingu sudjeluju osobe sa smanjenim opsegom pokreta, osobe s manjkom udova, osobe s različitom duljinom udova te osobe s oslabljenim mišićima.
- U biciklizmu mogu sudjelovati osobe sa svim tjelesnim oštećenjima osim osoba niskog rasta i osoba s intelektualnim poteškoćama.
- U konjičkim sportovima mogu sudjelovati osobe sa svim oštećenjima osim osoba s intelektualnim poteškoćama.
- U malom nogometu mogu sudjelovati samo osobe koje pripadaju u kategoriju osoba s oštećenjem vida.
- U goalballu sudjeluju samo osobe koje pripadaju u kategoriju osoba s oštećenjem vida.
- U džudu sudjeluju samo osobe koje pripadaju u kategoriju osoba s oštećenjem vida.
- U powerliftingu se mogu natjecati osobe sa svim oblicima invaliditeta osim osoba s oštećenjem vida i osoba s intelektualnim poteškoćama.
- U veslanju sudjeluju osobe s oslabljenim mišićima, smanjenim opsegom pokreta, manjkom udova, hipertonijom, atetozom i ataksijom.
- U pucanju sudjeluju osobe sa smanjenim opsegom pokreta, oslabljenom mišićnom snagom, manjkom udova, hipertonijom, atetozom i ataksijom.
- U sjedećoj odbojci mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba niskog rasta, osoba s oštećenjem vida i osoba s intelektualnim poteškoćama
- U plivanju mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta.
- U stolnom tenisu mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba s oštećenjem vida.
- U taekwondou mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba niskog rasta, osoba s oštećenjem vida i osoba s intelektualnim poteškoćama.
- U triatlonu mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba koje imaju razlike u duljini udova, osoba niskog rasta i osoba s intelektualnim poteškoćama.
- U košarci u invalidskim kolicima mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba niskog rasta, osoba s oštećenjem vida i osoba s intelektualnim poteškoćama.

- U mačevanju u invalidskim kolicima mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba niskog rasta, osoba s oštećenjem vida i osoba s intelektualnim poteškoćama.
- U ragbiju u invalidskim kolicima mogu sudjelovati osobe s oslabljenim mišićima, smanjenim opsegom pokreta, manjkom udova, hipertonijom, ataksijom i atetozom.
- U tenisu u invalidskim kolicima mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba sa oštećenjem vida, niskog rasta i intelektualnim poteškoćama.
- U alpskom skijanju mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba niskog rasta i osoba s intelektualnim poteškoćama.
- U biatlonu mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba niskog rasta i osoba s intelektualnim poteškoćama.
- U skijaškom trčanju mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba niskog rasta i osoba s intelektualnim poteškoćama.
- U hokeju u sanjkama na ledu mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba s oštećenjem vida, niskog rasta i intelektualnim poteškoćama.
- U boćanju na ledu mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba s razlikom u duljini udova, osoba niskog rasta, osoba s oštećenjem sluha i intelektualnim poteškoćama.
- U snowboardingu mogu sudjelovati osobe svih kategorija invaliditeta osim osoba s oštećenjem vida, niskog rasta i intelektualnim poteškoćama.

## **8. ULOGA MEDICINSKE SESTRE U EDUKACIJI OSOBA S INVALIDITETOM I NJIHOVIH OBITELJI O MOGUĆNOSTIMA BAVLJENA SPORTSKIM AKTIVNOSTIMA**

Kako se medicina sve više razvija tako se i društvo razvija u sve većoj mjeri. Ljudi su počeli težiti sve većoj kvaliteti života. Kako bi se kvaliteta života mogla podići na najveću razinu, vrlo je bitan način na koji osoba provodi svoje slobodne vrijeme. Što se osoba više uključuje kroz razne aktivnosti u zajednicu, to se odnos sa zajednicom poboljšava te samim time i kvaliteta života. (14)

Zdravstvena njega nad osobama s invaliditetom temelji se na holističkom pristupu kako bi se pravilno mogle zadovoljiti osnovne ljudske potrebe pojedinca, uvažiti osobnost svakog pojedinca bez obzira kakva ona bila, težiti učinkovitoj i kvalitetnoj komunikaciji, poštovati pojedinca, pružati mu povjerenje te ga bezuvjetno prihvaćati. Cilj zdravstvene njege koja se provodi nad osobama s invaliditetom je povećanje samostalnosti u provođenju aktivnosti koje osoba s invaliditetom može izvršavati. Pokušava se poboljšati kvaliteta odnosa u obitelji te funkcioniranje osobe i invaliditetom i njegove obitelji zajedno s njim. (1,14)

Medicinska sestra koja radi s osobama s invaliditetom mora biti vrlo stručna i obrazovana kako bi mogla procijeniti pacijentov odnos prema okolini, bilo da se radi o verbalnom ili neverbalnom odnosu. Također je vrlo važno da medicinska sestra bude upoznata s preprekama koje otežavaju pacijentu provođenje slobodnog vremena u sportskim aktivnostima. (14)

Glavni zadatak medicinske sestre u radu s osobama s invaliditetom je informiranje i educiranje pacijenta i pacijentove obitelji o invaliditetu i o mogućnostima provođenja sportskih aktivnosti s obzirom na oblik invaliditeta. Edukacija je vrlo važna zbog neinformiranosti i neupućenosti osobe s invaliditetom i njene obitelji. Neupućenost i neinformiranost rezultira manjkom znanja i pogrešnim informacijama o samoj invalidnosti i zdravstvenom statusu općenito. Uzrok neupućenosti mogu biti nedostatak iskustva, pogrešne interpretacije, nedostatak interesa, nepoznavanje izvora informacija. (1,14)

Medicinska sestra može mnogo toga učiniti za samu osobu s invaliditetom. Ona treba biti motivator toj osobi, treba ju potaknuti da prihvati sebe kao osobu s invaliditetom i educirati je da osobe s invaliditetom mogu puno postići, samo je potreban trud i motiviranost. Medicinska sestra osim što pomaže osobi s invaliditetom, pomaže i njenoj obitelji kako bi se znala nositi s invalidnošću te također informira obitelj i daje im važne informacije o tome kako da pomognu svom članu obitelji kako bi mu se kvaliteta života podigla što je više moguće. Također medicinska

sestra pomoću svoga znanja o osobama s invaliditetom može pomoći u uklanjanju stigmatizacije te informirati javnost o osobama s invaliditetom i o preprekama koje oni moraju prelaziti kako bi se uklopili u društveni život. (1)

## 9. ZAKLJUČAK

Kada govorimo o osobama s invaliditetom važno je sagledati osobu u cijelosti, a ne na prvo mjesto stavljati njen invaliditet. Invaliditet se definira samo kao dijagnoza, ona ne određuje kakva je tko osoba, već je to nešto protiv čega ta osoba ne može i mora to prihvatiti. Vrlo je važno da čovjeka promatramo kao cjelovitu osobu, njegovu dobroćudnost, nutrinu, da ga prihvaćamo kao čovjeka, prijatelja, člana obitelji. Kao što su osobe s invaliditetom ravnopravne u svemu s osobama bez invaliditeta, tako je i u sportu. Osobe s invaliditetom mogu se baviti sportom kao i svi drugi, čak i na visokoj sportskoj razini.

Kod osoba s invaliditetom jako bitan aspekt života je bavljenje sportom, bilo da je to bavljenje rekreativno ili profesionalno. Sport na osobe s invaliditetom djeluje tako što podiže njihovo samopouzdanje, uključuje ih u društveni život i donosi im niz novih poznanstava i prijateljstava. Osobe s invaliditetom često su diskriminirane i stigmatizirane od strane drugih u društvu. Sport pozitivno djeluje na uklanjanje stigmatizacije osoba s invaliditetom jer on ističe njihove vrline i pokazuje njihovu vrijednost i mogućnosti usprkos invaliditetu koji imaju.

Paraolimpijske igre najveći su promotor sporta za osobe s invaliditetom, uz paraolimpijske igre održavaju se i Olimpijske igre gluhih i Specijalna olimpijada. Kroz Paraolimpijske igre osobe s invaliditetom dobivaju priliku iskazati svoje mogućnosti kroz sportove u kojim sudjeluju ovisno o obliku invaliditeta koji imaju. Paraolimpijske igre također pridonose uklanjanju stigme s osoba s invaliditetom jer su svjetski poznate i medijski popraćene.

Medicinske sestre također imaju veliku ulogu u životu osoba s invaliditetom. Medicinska sestra je podrška osobi s invaliditetom i izvor informacija. Njen cilj je educirati osobu s invaliditetom i njenu obitelj o invalidnosti i nošenju s njom. Također joj je cilj potaknuti osobu s invaliditetom da se počne baviti aktivnostima poput sporta kako bi skrenula svoje misli s invaliditeta te se bazirala na svoje jake strane i iskoristila ih kroz sportske aktivnosti.

## 10. LITERATURA

1. Bakarić A. Tjelesna aktivnost osoba s invaliditetom [Završni rad]. Zagreb: Zdravstveno veleučilište; 2018 [pristupljeno 11.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:139:950515>

2. Dadić M., Bačić A., Župa I., Vukoja A. DEFINIRANJE POJMOVA INVALIDITET I OSOBA S INVALIDITETOM. Hrana u zdravlju i bolesti [Internet]. 2018 [pristupljeno 12.08.2022.]; Specijalno izdanje (10. Štamparovi dani):64-66.

Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/218629>

3. Milobar I. Sport kao mehanizam integracije i rehabilitacije osoba sa invaliditetom [Završni rad]. Zagreb: Zdravstveno veleučilište; 2019 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:139:101754>

4. Mrzljak H. Sport osoba s invaliditetom-indikator kvalitete života pojedinca [Završni rad]. Zagreb: Zdravstveno veleučilište; 2020 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:139:625409>

5. Desić A. Kvaliteta života slijepih i slabovidnih osoba [Diplomski rad]. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Medicinski fakultet; 2017 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:105:709316>

6. Mihović E. "Osobe s invaliditetom i sport" [Završni rad]. Dubrovnik: Sveučilište u Dubrovniku; 2018 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:155:449315>

7. Pintarić L. Uključenost djece s invaliditetom u sportske aktivnosti [Završni rad]. Čakovec: Međimursko veleučilište u Čakovcu; 2019 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://core.ac.uk/download/270129498.pdf>

8. Šipić A. Emocionalno suočavanje s tjelesnim invaliditetom [Završni rad]. Zadar: Sveučilište u Zadru; 2021 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:162:107055>



9. Vuljanić A. Analiza sudjelovanja djece s oštećenjem sluha u sportu i vrednovanje motoričke efikasnosti djece s obzirom na oštećenje sluha i sudjelovanje u sportu [Disertacija]. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet; 2015 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:117:631662>

10. Prpić L. Uloga sporta osoba s invaliditetom na kvalitetu života [Završni rad]. Zagreb: Zdravstveno veleučilište; 2019 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:139:733279>

11. Idžanović A. Kvaliteta života sportaša s invaliditetom [Završni rad]. Osijek: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet; 2014 [pristupljeno 08.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:142:104206>

12. Crnković I., Rukavina M. Sport i unapređenje kvalitete života kod osoba s invaliditetom. Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja [Internet]. 2013 [pristupljeno 12.08.2022.]; 49(1):12-24.

Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/104207>

13. Stojanović G. Sociološki aspekti sportaša osoba s invaliditetom [Završni rad]. Osijek: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Kineziološki fakultet Osijek; 2021 [pristupljeno 08.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:265:900107>

14. Svoren M. Slobodno vrijeme osoba s tjelesnim invaliditetom [Završni rad]. Bjelovar: Veleučilište u Bjelovaru; 2017 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:144:016065>

15. Rojnić S. Paraolimpijske igre [Završni rad]. Opatija: Sveučilište u Rijeci, Fakultet za menadžment u turizmu i ugostiteljstvu; 2016 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:191:810718>

16. Hrvatski paraolimpijski odbor. Ustrojstvo Hrvatskog paraolimpijskog odbora [Internet]. [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://www.hpo.hr/O-nama/>

17. Hrvatski paraolimpijski odbor. Upoznajte sportove PyeongChang 2018: Curling [Internet]. 2018. [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://www.hpo.hr/novosti/Upoznajte-sportove-PyeongChang-2018-Curling-/858>

18. Hrvatski skijaški savez osoba s invaliditetom. Paranordijsko skijanje [Internet]. [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://hsoi.hr/reprezentacija/nordijsko-skijanje/>

19. Hrvatski skijaški savez osoba s invaliditetom. Alpsko skijanje [Internet]. [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://hsoi.hr/reprezentacija/alpsko-skijanje/>

20. Hrvatski paraolimpijski odbor. Predstavljamo Saveze – Hrvatski streljački savez osoba s invaliditetom [Internet]. 2017 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://www.hpo.hr/novosti/Predstavljamo-Saveze-Hrvatski-streljacki-savez-osoba-s-invaliditetom/710>

21. Hrvatski paraolimpijski odbor. Predstavljamo Saveze – Hrvatski savez tenisača u kolicima [Internet]. 2017 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://www.hpo.hr/novosti/Predstavljamo-Saveze-Hrvatski-savez-tenisaca-u-kolicima-/704>

22. Hrvatski sportski savez gluhih. Povijest [Internet]. [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://www.hssg.hr/povijest/>

23. Čačko N. Funkcionalna klasifikacija sportaša s invaliditetom [Završni rad]. Zagreb: Zdravstveno veleučilište; 2019 [pristupljeno 12.08.2022.]

Dostupno na: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:139:092288>

## 11. SAŽETAK

Osobama s invaliditetom njihov invaliditet predstavlja velik problem u svakodnevnom življenju. Osobe s invaliditetom često se stigmatiziraju i smatraju se manje vrijednima zbog svog hendikepa. Sport ima vrlo važan utjecaj na osobe s invaliditetom. On ih ohrabruje te im daje samopouzdanje i jača njihovu osobnost. Paraolimpijske igre najveća su manifestacija koja se održava za osobe s invaliditetom. paraolimpijski odbori djeluju diljem svijeta kroz svoje odbore koje svaka država ima zasebno. Klasifikacija osoba s invaliditetom vrlo je bitna jer se tako određuju kategorije u kojima će se osobe natjecati s obzirom na njihov oblik invaliditeta. Paraolimpijske su igre od velike pomoći za osobe s invaliditetom jer one uklanjaju stigmatu s osoba s invaliditetom kroz njihovo promoviranje u javnosti i promoviranje sporta za osobe s invaliditetom. Važnu ulogu u životu i bavljenju sportom za osobe s invaliditetom imaju i medicinske sestre jer one potiču osobu s invaliditetom da prihvati svoj hendikep, educiraju osobu i obitelj o svim mogućnostima osobe bez obzira na invaliditet te pružaju pomoć i podršku kada to zatreba obitelji ili osobi s invaliditetom.

**Ključne riječi:** invaliditet, sport, paraolimpijske igre, uloga medicinske sestre

## 12. SUMMARY

For people with disabilities, their disability represents a big problem in functioning, people with disabilities are often stigmatized and considered less valuable because of their handicap. Sport has a very important influence on people with disabilities, it encourages them and gives them self-confidence and strengthens their personality. The Paralympic Games are the largest event held for people with disabilities. The Paralympic Committees operate throughout the world through their committees, which each country has separately. The classification of persons with disabilities is very important, as it determines the categories in which persons will compete with regard to their form of disability. The Paralympic Games are of great help to people with disabilities because they remove the stigma from people with disabilities by promoting them to the public and promoting sports for people with disabilities. Nurses also play an important role in the life and practice of sports for people with disabilities, because they encourage a person with a disability to accept their handicap, educate the person and family about all the possibilities of the person regardless of the disability, and provide help and support when the family or person with disabilities requires it.

**Key words:** disability, sport, paralympic games, role of nurse

## IZJAVA O AUTORSTVU ZAVRŠNOG RADA

Pod punom odgovornošću izjavljujem da sam ovaj rad izradio/la samostalno, poštujući načela akademske čestitosti, pravila struke te pravila i norme standardnog hrvatskog jezika. Rad je moje autorsko djelo i svi su preuzeti citati i parafraze u njemu primjereno označeni.

Mjesto i datum	Ime i prezime studenta/ice	Potpis studenta/ice
U Bjelovaru, 19.09.2022	FILIP HORVAT	<i>Horvat</i>

Prema Odluci Veleučilišta u Bjelovaru, a u skladu sa Zakonom o znanstvenoj djelatnosti i visokom obrazovanju, elektroničke inačice završnih radova studenata Veleučilišta u Bjelovaru bit će pohranjene i javno dostupne u internetskoj bazi Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu. Ukoliko ste suglasni da tekst Vašeg završnog rada u cijelosti bude javno objavljen, molimo Vas da to potvrdite potpisom.

Suglasnost za objavljivanje elektroničke inačice završnog rada u javno dostupnom nacionalnom repozitoriju

FILIP HORVAT

*ime i prezime studenta/ice*

Dajem suglasnost da se radi promicanja otvorenog i slobodnog pristupa znanju i informacijama cjeloviti tekst mojeg završnog rada pohrani u repozitorij Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu i time učini javno dostupnim.

Svojim potpisom potvrđujem istovjetnost tiskane i elektroničke inačice završnog rada.

U Bjelovaru, 19.09.2022.

Horvat

*potpis studenta/ice*