

PRILAGOĐENA METODOLOGIJA ZA TEMELJNI TRENING U VODENIM SPORTOVIMA DJECE S INTELKTUALNIM POTEŠKOĆAMA

Sažetak

Najnoviji trendovi zahtijevaju ulogu adaptirane tjelesne aktivnosti i sporta kao terapetsko, profilaktičko, sportsko i animirajuće sredstvo. Vodeni sportovi su uključeni i imaju svestran ljekoviti učinak na ljudsko tijelo, koje određuje važnost njihovog korištenja kod djece s intelektualnim teškoćama. Plivanje i kajak se koriste kao prilagođena tjelesna aktivnost za djecu. Cilj ovog istraživanja je proučiti iskorištavanje učenja sadržaja uz priloženu prilagođenu metodologiju u sportovima na vodi za djecu s intelektualnim poteškoćama. Integrirana metodologija je provedena tijekom sportske ljetnje škole na vodi za 20 djece s intelektualnim poteškoćama u razvoju (autizam, Downov sindrom) u skladu s planom National Sports Academy "Vasil Levski" u Nessebar za tri uzastopne godine 2009, 2010 i 2011. Tijekom razdoblja od tri godine ostvareno je 180 treninga (60 sesija svake godine). Algoritam učenja obuku u plivanju i kajaku je pripremljen u skladu s psihološkim stanjem i potencijalnog kontingenta djece s teškoćama u razvoju. U roku od 12 dana od Ljetne škole u sportovima na moru je održano 12 sesija u plivanju i 12 u kajaku trajanja po 45 minuta. Praćena je skupina djece s intelektualnim teškoćama koja je uspješno savladala didaktički materijal uključen u prilagođenu metodologiju za sportove na vodi. Pripreme na plivanje i kajak omogućuju psihološke prilagodbe na vodi i učenje osnovnih vještina u oba sporta na vodi. Priložen kompleks metodologije osigurava uspješno savladavanje kajak i plivačkih tehnika, poboljšanje emocionalnog stanja i ostvarivanje socijalne integracije djece s intelektualnim teškoćama.

Ključne riječi: plivanje, kajak, prilagođena oprema
