

ПОКРЕТНЕ ИГРЕ ЗА ДЕЦУ СА ИНВАЛИДИТЕТОМ

Циљ поглавља:

Упознавање са покретним играма које се користе за развој моторичких способности и моторичких вештина код деце са различитим облицима инвалидитета.

Сажетак:

Покретне игре представљају игре односно активности чији је основни циљ развој основних облика кретања код деце, моторичких вештина и моторичких способности. У покретним играма деца имају обично задатке да изводе природне облике кретања као што су ходање, трчање, скокови (различите врсте, на једној ноzi, суножно, жабљи скокови итд.), провлачење, пузање, пењање. Кроз примену елементарних облика кретања долази до развијања моторичких способности као што су координација, равнотежа, флексибилност, експлозивна снага и брзина (на пример штафетне игре). Коришћењем различитих реквизита (лопте различитих димензија и тежина) развија се прецизност и моторичка вештина бацања, додавања и хватања лопте. Позитивна вредност примена игара има и своју здравствену вредност јер побољшава рад кардиореспираторног система и врши превенцију појаве постуралних поремећаја. Поред тога игра има веома важну улогу и у социјализацији деце.

Кључне речи: игра, деца, интелектуални, сензорни и вишеструки инвалидитет

1.1 ОРГАНИЗАЦИЈА И СПРОВОЂЕЊА ПОКРЕТНИХ ИГАРА ЗА ДЕЦУ СА ИНВАЛИДИТЕТОМ

Покретне игре представљају игре односно активности чији је основни циљ развој основних облика кретања код деце, моторичких вештина и моторичких способности. У покретним играма деца имају обично задатке да изводе природне облике кретања као што су ходање, трчање, скокови (различите врсте, на једној ноzi, суножно, жабљи скокови итд.), провлачење, пузање, пењање. Кроз примену елементарних облика кретања долази до развијања моторичких способности као што су координација, равнотежа, флексибилност, експлозивна снага и брзина (на пример штафетне игре). Коришћењем различитих реквизита (лопте различитих димензија и тежина) развија се прецизност и моторичка вештина бацања, додавања и хватања лопте. Позитивна вредност примена игара има и своју здравствену вредност јер побољшава рад кардиореспираторног система и врши превенцију појаве постуралних поремећаја. Поред тога игра има веома важну улогу и у социјализацији деце.

Приликом одабира игара за децу са инвалидитетом потребно је игру прилагодити могућностима деце. То прилагођавање подразумева да се изврши процена дететових способности за учествовање у организованим играма. Процена подразумева утврђивање нивоа моторичких вештина и моторичких способности, као и грубе моторичке функције. Такође, потребно је проценити и когнитивне способности деце односно њихове могућности схватања начина извођења и правила одређене игре. С тим у вези игре које се бирају за децу са инвалидитетом морају бити прилагођене њиховим способностима да те игре могу и да изведу. На пример, уколико припремамо игру у којој има елементарних облика кретања (различитих скакања, кретања четвороношке, трчања итд.), а при томе имамо дете у колицима које не може да хода, онда овакву игру или не користимо или извршимо потребне модификације. За децу са тежим облицима

инвалидитета игре и активности које се планирају морају бити такве да имају функционалну вредност у свакодневном животу те деце. То подразумева да активност која се спроводи у игри треба да омогући развој вештина које дете може да користи и у свакодневном животу, а које ће им омогућити већу самосталност у обављању свакодневних задатака. Током организације и спровођења игара за децу са инвалидитетом постоје одређене потешкоће или проблеми који се јављају у односу на врсту инвалидитета. Те потешкоће су различите као и предлози њиховог решења.

Код деце са интелектуалним инвалидитетом један од проблема су смањене когнитивне способности. Због тога ова деца имају тешкоћа у разумевању правила комплекснијих игара, те се као могуће решење намеће упрошћавање правила игре. На пример у кошарци се може избацити правило дупле лопте, грешке у корацима и вођењу лопте. Грешке се у почетку могу занемарити, али како деца напредују у игри, касније се нека од тих правила могу поново увести.

Код деце са церебралном парализом и сличним неуромишићним оштећењима један од проблема су тешкоће при ходању, које подразумевају коришћење количца. Због тога се дешава да се ова деца искључују из физичких активности. Пракса је показала да у многим активностима, као што су штафетне игре, деца са церебралном парализом могу успешно да учествују са осталом децом. Могућа модификација може бити да се за дете са церебралном парализом скрати путања кретања при извођењу штафете или се у супарничкој екипи повећа број учесника за једног. Код деце са оштећењем вида недостатак чула вида представља проблем схватања и разумевања на који начин треба да се реализује одређена игра. Такође, проблем представља осећај положаја у простору приликом играња као и контакт са реквизитима. Могућа решења су обележавање простора за игру, места за старт и циљ. То се може постићи постављањем конопца пре којег се лепи самолепљива трака, као када се обележава простор у голбалу. Такође, потребно је да се користе реквизити који су озвучени, као што су лопте са звонцима унутар њих и слично. Деца оштећеног слуха имају потешкоће у праћењу вербалних објашњења и инструкција везаних за игру. Могућа решења су да се уз вербалне инструкције демонстрира начин извођења игре. Такође, наставници који раде са овом децом требало би да спорије изговарају речи и да гледају директно у дете, јер су многа деца са оштећењем слуха научила да читају речи са усана. Могу се користити једноставни знаци рукама или телом, а пожељно је и да наставник научи одређене речи гестуалног говора који су везани за елементе одређених игара. Игре за децу са инвалидитетом могу се између осталог поделити и у односу на врсту инвалидитета. Тако могу да постоје игре за децу са интелектуалним инвалидитетом, са сензорним инвалидитетом, затим за децу са вишеструким или тежим облицима инвалидитета и тако даље.

1.2 ИГРЕ ЗА ДЕЦУ СА ИНТЕЛЕКТУАЛНИМ ИНВАЛИДИТЕТОМ

У оквиру Специјалне олимпијаде развија се програм вежбања под називом „Млади спортисти”. Овај програм намењен је развоју моторичких вештина и способности, когнитивних и социјалних способности деце са интелектуалним инвалидитетом и без њега, старости од 2 до 7 година. Да би програм био успешан у раду са оваквом децом, примењују се различите игре за развој моторичких способности и вештина, при чему се води рачуна да игре буду прилагођене њиховим способностима. Програм вежби траје 8 недеља са учесталом вежбањем од 3 пута недељно. Сваке недеље ради се на развоју различитих моторичких вештина. Описаћемо и објаснити неке од игара које се примењују.

Назив игре: Ја сам шпијун

Циљ: Пронаћи различите спортске реквизите користећи различите начине кретања, чиме се развија снага и моторика уопште

Опрема: маркери на подлози, чуњеви, обручи, лопте и врећице са песком

Начин извођења: Наставник распореди по простору за вежбање наведене предмете. Затим изговара речи као што су: Спазио сам мојим очима црвени чуњ, где је црвени чуњ? Задатак деце је да заједно са наставником, а касније и самостално, крећући се на разне начине (ходајући уобичајено, на прстима, на петама, трчећи, скачући, пузајући итд.), проналазе различите предмете.

Назив игре: Игра са марамом

Циљ: Развој координације, препознавање делова тела и визуелног праћења

Опрема: марама за свако дете

Начин извођења: Наставник баца своју мараму а затим је ухвати рукама. Задатак деце је да то исто ураде и са својим марамама. Усложњавање игре подразумева да марама треба да се ухвати главом, подлактицама, коленом, стопалом, стомаком итд.

Назив игре: Мостови и тунели

Циљ: Развој снаге и моторичких способности уопште

Начин извођења: Наставник демонстрира и објашњава деци како да од свог тела направе тунел. Дете се налази у четвороножном положају. Из тог положаја подиже колена и труп тако да контакт са подлогом буде остварен само стопалима и длановима. Задатак друге деце које стоје поред јесте да се провуку кроз тунел четвороношке или пузећи. Након прављења тунела, наставник демонстрира деци како да направе мост. Дете седи са опруженим ногама и длановима ослоњеним на подлогу поред кукова. Из тог положаја подиже кукове високо на горе. Задатак друге деце је да прођу испод моста на различите начине. Игра се може играти у паровима или у мањим групама.

Назив игре: Пратите вођу и следите стазу

Циљ: Развој снаге, моторичких вештина и грубе моторике ходања и трчања

Опрема: маркери за подлогу, бубањ

Начин извођења: Наставник се налази испред деце која су поређана у колони. На његов знак крећу се у колони на начин који одређује наставник. Прво кретање се изводи марширањем уз замах рукама. Након тога наставник поставља маркере на подлози. Задатак деце јесте да се крећу између маркера у колони на начин кретања који одређује наставник. Кретање може бити: марширањем, трчањем, ходањем уназад.

Назив игре: Докораци у страну

Циљ: Развој моторичких вештина (ходање, трчање и извођења корака у страну) и способности праћење налога и имитације моторичког кретања

Опрема: маркери за кретање, краћа и дужа ниска клупица за равнотежу

Начин извођења: Деца имају задатак да се из стојећег положаја са спојеним стопалима на знак наставника изведу корак и докорак у леву страну тако што стопала постављају на маркер. Затим то исто изводе и у десну страну, а потом треба да се крећу кораком докораком у страну од једне до друге ознаке на подлози. Следеће што се може додати јесте кретање корако докораком по краћој а затим и дужој клупици за равнотежу.

Назив игре: Трчање и ношење

Циљ: Развој снаге, прецизности, брзине и грубе моторике ходања и трчања

Опрема: маркери кретања, обручи, лопте или врећице са песком

Начин извођења: У једном обручу се поставе лопте или вреће са песком. На поду се маркерима за кретање означи правац којим треба да се крећу деца. На половини тог правца постави се обруч у коме се налазе лопте или врећице са песком.

Од тог обруча се поставе маркери кретања који воде до другог обруча који представља мету у коју треба убацити лопте. Деца су поређана један иза другог, на знак наставника.

Назив игре: Клупица за равнотежу

Циљ: Развој равнотеже, координације, снаге, моторних вештина, свесности о свом телу

Опрема: клупица за равнотежу и конопац

Начин извођења: Наставник показује различите начине прелажења клупице за равнотежу. Прво сви ученици прелазе преко клупице наизменичним корацама. Након тога прелазе клупицу тако што се крећу постављајући стопало једно испред другог, при чему треба да иду споро како би задржали равнотежу.

Назив игре: Замка стопалима

Циљ: Развој координације, моторних вештина (шутирање и заустављање лопте), свесности о свом телу и адаптивних способности (праћење инструкција, опонашање моторичких радњи)

Опрема: лопте различитих димензија и материјала

Начин извођења: Инструктор објашњава деци да ће сада да користе своју ногу (стопала) да хватају (заустављају) лопту. Дете треба да стави стопало на лопту, затим да је рола одржавајући равнотежу. Након тога лопту треба да шутне према инструктору или другом детету. У почетку се задатак изводи тако што деца шутирају лопту која стоји у месту. Када то савладају, онда имају задатак да зауставе лопту која долази до њих постављајући стопало на лопту.

Назив игре: Скочи

Циљ: Развој координације, снаге ногу, моторних вештина, свесности о свом телу и адаптивних способности

Опрема: клупица за равнотежу или конопац, подни маркери кретања

Начин извођења: Дете има задатак да закорачи на клупицу за равнотежу, да савије колена (почучне) и затим да скочи на подни маркер. Како дете усавршава скок, потребно је отежавати скок удаљавањем маркера на који треба да се скочи.

Назив игре: Котрљање и хватање

Циљ: Развој координације, флексибилности, моторних вештина (котрљања и хватања лопте) и свесности о свом телу

Опрема: лопте

Начин извођења: Деца су у пару по двоје. Седе на подлози један наспрам другог са ногама у разножењу тако да им се стопала додирују. Имају задатак да лопту која се налази између њих котрљају један према другом и да је хватају. Како напредују, добијају следећи задатак да котрљају лопту из клечећег положаја а затим и из стојећег.

Назив игре: Скочи високо

Циљ: Развој координације, експлозивне снаге ногу, свесности о свом телу

Опрема: подни маркери, врећице са пасуљем, чуњеви, лопте, обручи, клупица за равнотежу и степери

Начин извођења: Реквизити треба да буду распоређени по сали. Први задатак деце јесте да пробају да скоче на различите реквизите. Други задатак је да покушају да прескоче постављене предмете.

Назив игре: Велика лопта

Циљ: Развој координације, равнотеже, свесности о свом телу, проприоцепције, координација очи – руке, опонашање моторичких радњи

Опрема: већа лопта (лакша пилатес лопта, лопта за плажу, балон)

Начин извођења: Инструктор стоји испред детета лицем окренут према њему. У рукама држи лопту коју полако пружа према детету. Први задатак детета јесте да очима прати кретање лопте. Следећи задатак је да дете ухвати лопту из руку инструктора када их овај потпуно испружи према детету. Трећи задатак је да дете ухвати лопту коју му инструктор баца из близине. Мењати брзину кретања руку инструктора у зависности од способности деце.

Назив игре: Хватање лопте

Циљ: Развој координације, моторичких вештина (хватања и бацања лопте), свесности о свом телу, имитирање моторичких радњи

Опрема: већа лопта (лакша пилатес лопта, лопта за плажу)

Начин извођења: Инструктор клекне на колена на удаљености од отприлике три метра од детета. Баца лопту лагано према детету које треба да је ухвати. У зависности од способности детета инструктор мења удаљеност, брзину и висину бацања лопте коју дете треба да ухвати.

Назив игре: Котрљање лопте

Циљ: Развој координације, моторичких вештина (хватања и бацања лопте), свесности о свом телу, имитирање моторичких радњи

Опрема: чуњеви и лопте различитих димензија и тежине

Начин извођења: Два чуња се поставе тако да представљају стативе гола. Свако дете треба да седне са раширеним ногама (сед разножно) између којих држи лопту. Задатак детета је да котрљајући лопту постигне гол, односно да лопта прође између чуњева. Поставити подни маркер на место где дете треба да седне. У почетку раздаљина између детета и гола треба да буде што мања а касније се може повећавати. Прво се лопта котрља из седећег положаја, затим из позиције клечања на коленима и на крају из стојеће позиције. Деца могу да седе један наспрам другог тако да се гол налази између њих. На тај начин стално наизменично котрљају лопту један према другом, те могу стално као у огледалу да виде како се изводи задатак и смањује се време чекања на извођење.

Назив игре: Бацање лопте са две руке изнад главе

Циљ: Развој координације и моторичке вештине хватања

Опрема: велика лопта (лакша лопта за пилатес, лопта за плажу)

Начин извођења: Дете треба да изведе искорак једном ногом и да подигне обе руке изнад главе држећи лопту. Након тога изврши замах рукама уназад ослањајући се више на задњу ногу, а затим преносећи тежину на предњу ногу врши замах рукама према напред и баца лопту. Вежба треба понављати велики број пута.

Назив игре: Бацање лопте једном руком што даље

Циљ: Развој координације и снаге

Опрема: лопта за тенис или сличне мале лопте, врећица са пасуљем, маркери за под, обруч и чуњеви.

Начин извођења: Маркери за под се постављају на међусобној удаљености од приближно 1 метра. Дете држи лоптицу и има задатак да баца лопту до првог маркера. Затим узима лопту и баца је до другог, потом до трећег. Следећи задатак је да лопту баца што даље према најудаљенијем маркеру. Након тога задатак је да се лоптицом постигне кош кога чини обруч који је постављен на два чуња. Раздаљина бацања зависи од способности сваког детета.

Назив игре: Ударац по лопти са стране

Циљ: Развој координације, снаге, брзине, моторичке вештине ударца по лопти

Опрема: лопта за плажу, лакша пилатес лопта, чуњеви, пластични рекет или пластична палица за бејзбол

Начин извођења: Лопта за плажу се поставља на чуњ. Дете стаје са стране поред чуња. Задатак је да замахом руку рекетом удари лопту. У почетку циљ је на техници ударца, а касније и на јачини.

Назив игре: Шутирање лопте што даље

Циљ: Развој координације, брзине, снаге, моторичке вештине шутирање лопте, имитације моторичког кретања

Опрема: лопта за плажу, лакша пилатес лопта, фудбалска лопта или пластична лопта, маркери за под

Начин извођења: Постави се већи број маркера на међусобној удаљености од око једног метра. Задатак детета је да лопту шутне што је могуће даље у правцу маркера. Даљина се мери бројем маркера које је лопта прошла након шута. Прво се лопта шутира из места, затим након ходања и на крају након трчања према лопти. У зависности од способности мењају се и лопте које се шутирају у односу на њихову величину и тежину.

Приликом извођења свих наведених игара и вежби, потребна је одговарајућа демонстрација као и вербална подршка коју пружа инструктор.

1.3 ИГРЕ И АКТИВНОСТИ ЗА ДЕЦУ И МЛАДЕ СА ТЕЖИМ ОБЛИЦИМА ИНВАЛИДИТЕТА

Постоји велики број игара и активности које се користе за развој моторичких способности код деце са тежим и вишеструким облицима инвалидитета и сметњама у развоју. Оне се могу поделити на игре и активности којима се развијају моторичке способности као што су равнотежа, флексибилност, снага и аеробна издржљивост, затим на активности којима се развија координација покрета око руку и ногу, као и на активности којима се развија способност оријентације и кретања у простору. Навешћемо и објаснити неколико игара и активности намењених развоју моторике код наведене категорије деце са тежим инвалидитетом.

Назив игре: Изазов врећицама са пасуљем

Циљ: Развој равнотеже, флексибилности и идентификација делова тела

Реквизити: врећице са пасуљем за свако дете

Начин извођења: Деца се налазе распоређена у кругу тако да свако дете има по једну врећицу и да сви могу да виде инструктора који се налази у средини круга. Инструктор држи врећицу и поставља је на одређени део тела при чему се труди да му врећица не падне односно да одржава равнотежу. Треба кренути са постављањем на делове тела који имају већу површину и на начин на који врећица може лакше да се задржи а да не падне. У односу на наведено, врећица се прво поставља на главу, затим на длан који се подиже горе и доле, затим на раме, на леђа, на колена, на стопало које се подиже горе и доле.

Назив игре: Куглање телом

Циљ: Развој равнотеже, координације, свесности о свом телу

Реквизити: пластични чуњеви и струњаче укупне дужине 3 метра

Начин извођења: На једном крају струњаче постављају се чуњеви. Дете легне на други крај струњаче и има задатак да котрљајући се око уздужне осе обори постављене чуњеве. У зависности од способности деце чуњеви се могу приближити или удаљити. Деца која не могу да се окрећу могу да користе штап или рекет како би оборила чуњеве.

Назив игре: Кретање по путањи

Циљ: Развој прецизности и координације

Реквизити: креда или самолепљива трака

Начин извођења: Потребно је направити путању кретања помоћу две линије на међусобној раздаљини од 1,5 метра. Линије се могу нацртати кредом или самолепљивом траком. Задатак детета јесте да се креће од почетка до краја путање. При томе мора да води рачуна да се креће унутар означених линија. У зависности од способности детета и тежине инвалидитета ширина путање може бити мања или већа. Уколико је дете у колицима путања може бити широка 1,5 метар или већа. Облик путање може се такође мењати, од потпуно праве путање до путање која би била комплекснија са више цик-цак скретања лево и десно. Може се мерити број пута колико је дете прешло линије, а затим има задатак да у следећем кругу смањи број прелаза. Такође, може се мерити време проласка, са циљем да сваки следећи пут буде боље време проласка.

Назив игре: Седи и повуци

Циљ: Развој снаге

Реквизити: конопац дужине око 6 метара, стуб (чврст ослонац) на који би могао да се причврсти конопац

Начин извођења: Конопац се завеже за стуб, на висини отприлике 1,5 метра од подлоге. Дете седи у колицима и држи конопац са две руке. На знак инструктора има задатак да повлачећи конопац руком преко руке или на начин како може, дође до места где је конопац везан. У лакшим варијантама дете само држи чврсто конопац а инструктор га вуче према себи. Такође, инструктор може да лагано гура колица и на тај начин помогне детету да изведе задатак.

Назив игре: Не у мом дворишту

Циљ: Развој снаге, аеробне издржљивости, брзине

Реквизити: лопте различитих димензија (најбоље мале пластичне), самолепљива трака или креда

Начин извођења: По средини терена за игру означи се линија кредом или самолепљивом траком тако да дели терен на два једнака дела. У сваки део постави се једнак број лопти. Деца се поделе у две екипе са једнаким бројем такмичара. На знак инструктора деца треба све лопте из свог дела терена да што пре баце у терен противника. Деца имају право и да лопте које баца противник у њихово поље, баце назад у поље противника. На други знак инструктора игра се зауставља и победник је екипа која има мањи број лоптица у свом пољу. Деци у колицима је дозвољено, уколико не могу да бацају, да дођу до средишње линије и да лопту из свог крила испусте у поље противника. У тежим варијантама може се у пољима противника помоћу нацртаних кругова или постављањем обруча означити место где лоптице треба да се убаце.

Назив игре: Пингпонг хокеј

Циљ: Развој кардиореспираторне издржљивости, визуелног праћења

Реквизити: пингпонг лоптице, цевчице за сок, радни сто или школска клупа, картонска кутија

Начин извођења: По дужини стола близу његових ивица поставе се картони исечени од картонских кутија. Картони представљају препреке како пингпонг лоптице не би могле да испадну са стола са стране. Ужи крајеви стола остају отворени и представљају голове. На тај начин добија се арена за игру. На једном и на другом крају стола налазе се играчи који у устима имају цевчицу за сок. Имају задатак да дувањем кроз цевчицу одувају пингпонг лоптицу на противничку половину и постигну гол. Игра је намењена деци која не могу да користе руке било да користе колица или не.

Назив игре: Напад балонима

Циљ: Развој координације око – рука

Реквизити: балони, конопац

Начин извођења: Надувати балоне тако да број балона одговара броју деце. Затим завезати сваки балон посебно и поставити их да висе тако да деца могу да их дохвате главом и рукама. Задатак сваког детета је да удари балон руком или главом на било који начин и у било ком правцу. У тежим варијантама од деце се може захтевати да ударе балон левом или десном руком. Такође, задатак може бити да се балон удари напред, назад, у леву или десну страну.

Назив игре: Витешка борба у колицима

Циљ: Способност бржег кретања у простору и прецизности кретања

Реквизити: чуњеви, лопте величине тако да могу да се поставе на чуњева, сунђерасти штапови за пливање

Начин извођења: На чуњева се постављају лопте. Сваком детету се за наслон за руке на колицима завеже сунђерасти штап. Чуњеви са лоптама се постављају у средини на једнакој даљини од сваког детета. Чуњ се може обележити одређеном бојом или марамом како би свако дете знало који је његов чуњ односно коју лопту мора да обори. На знак инструктора деца се колицима крећу према чуњевима са циљем да оборе лопту са свог чуња помоћу сунђерастог штапа. Победник је дете које прво обори чуњ. Игра се може користити и за децу која самостално користе електрична колица. Тежа варијанта подразумева постављање већег броја чуњева са лоптом које дете треба што пре да обори.

Назив игре: Луди чуњеви

Циљ: Развој аеробне издржљивости, брзине, осећаја за кретање у простору

Реквизити: већи број чуњева (око 20), сунђерасти штапови за пливање

Начин извођења: Деца стоје иза линије која означава старт. Чуњеви се распоређују насумично по целом простору за игру. На знак инструктора, деца треба што пре да оборе све чуњева. Чуњеви могу да се обарају рукама или сунђерастим штаповима преломљеним на пола. Када оборе све чуњева на знак инструктора треба да се врате на линију старта. На следећи знак инструктора имају задатак да што пре подигну оборене чуњева.

Назив игре: Јурке са марамама

Циљ: Развој брзине, агилности, координације, осећаја за кретање у простору

Реквизити: мараме, дуге чарапе или неки слични реквизити

Начин извођења: Деца стављају мараму у свој доњи део тренерке, тако да већи део мараме остаје да виси са спољашње стране и подсећа на реп животиње. Једно дете јури осталу децу. Када ухвати и извуче мараму од једног детета, игра се зауставља. Дете које је узело мараму поставља је на исти начин као и остала деца. Дете које је остало без мараме сада је онај који јури остале. У тежим варијантама деца треба да се крећу на различите начине које унапред одреди инструктор.

Назив игре: Напуни корпу

Циљ: Развој аеробне издржљивости, осећаја за кретање у простору

Реквизити: пластичне лоптице и слични предмети који су лаки за хватање, два обруча

Начин извођења: Лоптице или слични предмети поставе се насумично по целом простору за игру. На једном крају постави се један обруч а на другом крају други. На знак инструктора деца имају задатак да што пре покупе све реквизите и да их спусте у обруче. За децу која користе колица могу се користити чуњеви на које се постављају лоптице. За децу која имају проблем са хватањем могу се користити већи реквизити који се лакше скупљају а такође дозвољен је различит начин ношења реквизита до чуња.

1.4 ИГРЕ И АКТИВНОСТИ ЗА ДЕЦУ СА ОШТЕЋЕНИМ ВИДОМ И СЛУХОМ

Када се говори о играма за децу са оштећеним видом и слухом, мисли се и на децу која су потпуно слепа и глува. Игре и активности које се користе за децу са сензорним оштећењима морају бити прилагођене њиховим способностима и начинима учења и усвајања моторичких вештина и способности. Циљ је да деца на најефикаснији начин схвате како одређени задатак у игри треба да се уради. У том смислу врши се модификација опреме и правила игара. Поред тога користе се и додатне методе преношења знања као што су тактилно истраживање и физичко вођење. Игре се такође прилагођавају и узрасту деце са којима је планирано вежбање. Описаћемо неке од игара које се могу користити у раду са овом популацијом деце, што има за циљ стварање методске основе у коришћењу и спровођењу ових игара.

Назив игре: Лопта у кутији или голу

Циљ: Развој мишићне снаге, издржљивости и тимског духа

Реквизити: две велике картонске кутије или чуњеви којима би се означили голови и две веће лопте за пилатес, телефон или сат са звоном

Начин извођења: На једном и другом крају простора за игру поставе се кутије које представљају голове у које треба да се откотрља пилатес лопта. Уместо кутија могу да се поставе по два чуња са једне и друге стране који представљају голове. Деца се поделе у два тима. Имају задатак да котрљајући лопту постигну гол пре противника из другог тима. Пре почетка игре деци са оштећеним видом треба дати могућност да опипају лопту и провести их од старта до гола да би стекли, колико год је могуће, осећај за простор по коме ће се кретати. У котрљању и гурању лопте треба да учествују 2 до 3 играча како не би дошло до саплитања. На месту где је гол треба поставити телефон или сат који звони како би деца са оштећењем вида имали оријентир у ком правцу треба да се крећу. Уместо сата са звоном може да стоји и дете из екипе које би их наводило у ком правцу треба да се крећу са лоптом.

Назив игре: Праћење балона са звонцем

Циљ: Развој координације, аеробне издржљивости, базичних моторичких вештина

Реквизити: балони са звонцима унутар њих

Начин извођења: Свако дете има по један балон са звонцем. Задатак је да шутне балон а затим да се креће према њему на унапред договорен начин, када стигне балон поново га шутне и настави са кретањем. Начини кретања могу бити различити, као што је уобичајено ходање, затим ходање на прстима, на петама, трчање, скокови са обе ноге, скокови на једној ноzi, жабљи скокови и четвороношке. Треба користити балоне светих и контрастних боја како би их деца која нису потпуно слепа лакше уочила. За децу која су глува и слепа дозвољена је помоћ инструктора или другог детета у лоцирању балона.

Назив игре: Штафета са лоптицама

Циљ: Развој координације, аеробне издржљивости, базичних моторичких вештина и образаца кретања

Реквизити: велика кутија, већи број лоптица, сат за звоном (алармом) или звоно

Начин извођења: Деца се налазе поређана у две колоне и свако дете има по лопту. На једнакој удаљености од обе колоне налази се инструктор са кутијом. Свако дете има свој број. За глуву децу могу се обезбедити папири на којима би писао број. На позив одговарајућег броја, дете се креће према кутији навођењем на основу укљученог звона на сату или звоњењем које врши инструктор. Када спусти лопту у кутију, враћа се назад у своју врсту при чему га гласовно наводи друго дете из врсте. Начини кретања су различити (ходања на прстима, на петама, докорачно ходање, трчање, скокови на једној или обе ноге). Глувој и слепој деци може да помогне друго дете у кретању. Такође као помоћ слепој деци може се користити конопац разапнут од старта до циља, који би све време додиривала руком приликом кретања.

Назив игре: Бацање лоптица у мету

Циљ: Развој прецизности и моторичке вештине бацања

Реквизити: струњача, напуњене врећице за бацање, лоптице, звонца, пластичне флаше пуњене каменчићима или сличним ситним предметима, балони са звонцима унутар њих

Начин извођења: На конопац развучен између два сталка завежу се различити предмети који могу да производе звук када се затресу као што су звонца, флаше пуњене каменчићима итд. На раздаљини од око 1,5 до 3 метра постави се струњача на коју дете стоји и која служи да не би дошло до прекорачења. Дете које изводи гађање има на струњачи неколико лоптица или врећица за бацање. Лоптицу баца у правцу постављених мета. Повратну информацију да је погодило мету дете има преко звука који производи сама мета приликом њеног поготка. Такође, пре самог гађања инструктор може затрести конопац како би дете на основу звука мета знало у ком правцу треба да гађа. У зависности од способности детета, раздаљина са које се гађа може се повећати или смањити.

Назив игре: Ја вежбам

Циљ: Развој снаге, аеробне издржљивости, координације

Реквизити: подни маркери кретања

Начин извођења: деца су распоређена по простору за игру тако да не дође до међусобног сударања приликом извођења задатака. Инструктор изговори: „Ја вежбам!“ Деца питају: „Шта вежбаш?“ Инструктор одговара: Ја вежбам: „Скокове на једној ноzi“. Деца имају задатак да изведу оно што је рекао и показује инструктор. Затим инструктор понавља исте речи, с тим што сада задаје друге задатке као што су: скокови са обе ноге, трчање у месту, чучњеви, преткон трупом, склекови, трбушњаци и тако даље. Подни маркери служе деци са оштећеним видом како би могли да се лакше оријентишу у простору и приликом извођења задатака као што су искораци унапред, уназад, у леву или десну страну.

ЛИТЕРАТУРА

1. Eminović, F., Čanović, D., & Nikić, R. (2011). *Fizička kultura 1, fizičko vaspitanje dece ometene u razvoju*. Beograd: Univerzitet u Beogradu, Fakulteta za specijalnu edukaciju i rehabilitaciju, CIDD.
2. Nemes, P., & Nemes, V., (2009). *Elementarne igre i njihova primena - drugo izdanje*. Beograd: IDEA.

3. Nemeć, V. (2019). Fizićko veŹbanje dece sa smetnjama u razvoju i invaliditetom. Beograd: Univerzitet Singidunum.
4. Višnjić, D., Jovanović, A.I., & Miletić, K. (2004) *Teorija i metodika fizićkog vaspitanja*. Beograd: Fakultet sporta i fizićkog vaspitanja.
5. Huettig, C., Auxter, D., & Pyfer, J. (2005). Gross Motor Activities for Young Children with Special Needs: A Supplement To: Auxter/Pfyer/Huettig, Principles and Methods of Adapted Physical Education and Recreation Tenth Edition. Boston: McGraw-Hill.
6. Lieberman, L. J., & Cowart, J. F. (1996). Games for people with sensory impairments: Strategies for including individuals of all ages. Champaign: Human Kinetics.
7. Canales, L., & Lytle, R. K. (2011). *Physical activities for young people with severe disabilities*. Champaign: Human Kinetics.
8. Favazza, P. C., Siperstein, G. N., Zeisel, S., Odom, S. L., Sideris, J.H., & Moskowitz, A. L. (2013). Young Athletes intervention: Impact of motor development. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 30(3), 235–253.
9. Special Olympics Young Athletes Activity Guide, Retrieved December 15, 2019 from Special Olympics: <https://media.specialolympics.org/resources/community-building/young-athletes/young-athletes-activity-guide/YoungAthletes-Activity-Guide-Print.pdf>
<https://resources.specialolympics.org/sports-essentials/young-athletes>