Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

PREDSTAVLJANJE

Sport Istanbul je koordinator projekta, dok su partneri **Natator PK** (Zagreb – Hrvatska), **Inspire** (Malta) i **Sportska unija za osobe sa invaliditetom** (Beograd – Srbija). Projekat **„Sport4All“** podržala je Evropska komisija kroz Erasmus+ program u okviru Akcije za evropske neprofitne sportske događaje, sa budžetom od 200.000 evra.

Ciljevi našeg projekta su:

Da podrži smanjenje poteškoća sa kojima se suočavaju deca i mladi sa invaliditetom u učestvovanju u timskim igrama, sklapanju prijateljstava i uključivanju u fizičke aktivnosti.

Da podstakne uklanjanje ekonomskih, geografskih, kulturnih i društvenih barijera za uključivanje u sport.

Da doprinese fizičkom i mentalnom jačanju osoba sa invaliditetom kroz promociju socijalne inkluzije putem sporta.

Da podrži razvoj samopouzdanja i komunikacijskih veština kod dece i mladih sa invaliditetom pružajući im priliku da se bave timskim sportom sa svojim vršnjacima u međunarodnom okruženju.

Da razvije obrazovni model za obuku paraolimpijskih sportista, koji uključuje porodice dece i mladih sa invaliditetom, sportske trenere i sportske menadžere.

SADRŽAJ

UVOD 6
1. Definicija i pojam invaliditeta 7
2. Uzroci oštećenja vida 8
3. Opšte karakteristike osoba sa oštećenjem vida 8
4. Definicija i klasifikacija oštećenja vida 9
5. Fizička spremnost osoba sa oštećenjem vida 10
6. Slabovidi i sport 10
8. Doprinos Goalball-a slabovidim osobama 12
9. Paraolimpijske igre i slabovide osobe 13
9.1. Atletika 15
9.2. Biciklizam (Tandem) 15
9.3. Jahanje (paradresura) 16
9.4. Fudbal (B1 i B3 Fudbal) 16
9.5 Veslanje 17
9.6. Džudo 17
9.7. Alpsko skijanje 18
9.8. Jedrenje 18
9.9. Plivanje 19
9.10. Goalball 20
10. Istorijski razvoj Goalball-a 20
10.1. Dimenzije terena za Goalball 20
10.2. Oprema za goalball 22
10.3. Pravila igre goalball 25
11. Tehničke i taktičke studije u goalball- u 41
11.1. Tehnika orijentacije 41
11.2. Rad bez lopte 42
11.3. Kolektivne studije 44
11.4. Pozicije u odbrambenom prostoru 46

11.5. Vežbanje šutiranja 49
11.6. Strategija u goalball-u 51
12. Mere bezbednosti u sportovima za slabovide 52
13. Uloga roditelja u usmeravanju dece ka sportu 53
13.1. Izbor sporta za vaše dete 54
13.2. Izbor odgovarajućeg sporta 54
13.3. Određivanje sportskog programa za dete 55
13.4. Nakon početka bavljenja sportom 56
14. Preporuke za trenere u sportovima za slabovide 57
15. Očekivanja od sportskih menadžera u vezi sa učešćem osoba sa oštećenim vidom u sportu 58
REFERENCES 59

Slike

Slika 1 Dimenzije terena golbala -1 ..... **Error! Bookmark not defined.**
Slika 2 Dimenzije terena goalball-a-2 ..... **Error! Bookmark not defined.**
Slika 3 Gol za Golaball ..... **Error! Bookmark not defined.**
Slika 4 Lopta ..... **Error! Bookmark not defined.**
Slika 5 Studija orjentacije na terenu ..... **Error! Bookmark not defined.**
Slika 6 Kretanje bez lopte ..... **Error! Bookmark not defined.**
Slika 7 Kretanje bez lopte ..... **Error! Bookmark not defined.**
Slika 8 Pozicije u odbrani ..... **Error! Bookmark not defined.**
Slika 9 Vežbe šutiranja ..... **Error! Bookmark not defined.**

UVOD

Osobe sa oštećenjem vida zauzimaju posebno mesto među grupama sa invaliditetom. Iako se biološki ne razlikuju od drugih osoba sa invaliditetom (oim po senzornom aspektu), razlikuju se u pogledu čulnog i socijalnog razvoja. One se u velikoj većini oslanjaju na čulo dodira i sluha pri prikupljanju i obradi informacija iz spoljnog sveta.

Osobe sa invaliditetom suočavaju se s brojnim poteškoćama u svakodnevnom životu – ne samo fizičkim i prostornim, već i sa društvenim i ličnim predrasudama. U tom kontekstu, sport postaje moćno sredstvo za jačanje njihove sposobnosti suočavanja sa tim preprekama.

Sport doprinosi ne samo fizičkom razvoju, već i emocionalnom, duhovnom i društvenom osnaživanju osoba sa invaliditetom, poboljšava njihovu sposobnost komunikacije sa drugim ljudima i učešće u društvu, što za rezultat ima poboljšanje kvaliteta života.

Jedan od najvažnijih načina za socijalizaciju osoba sa invaliditetom jeste upravo – sport. Pored psihosocijalnih koristi, poznato je da sport donosi i brojne fiziološke, fizičke i motoričke promene. Smatra se da se nedostaci u fizičkom razvoju osoba sa oštećenjem vida, koji često počinju još u detinjstvu, mogu značajno ublažiti upravo bavljenjem sportom.

Ograničenja sa kojima se sreću slabovide osobe imaju za rezultat znatno razvijenija čula dodira i sluha. Ovo dalje vodi do potrebe za razvojem različitih životnih veština u poređenju sa drugim grupama osoba sa invaliditetom u njihovom okruženju.

Iako se na prvi pogled može činiti da slepilo predstavlja hendikep u odnosu na druge oblike invaliditeta, ono u nekim sportovima (kao što je goalball) može predstavljati prednost. Goalball je osmišljen upravo za osobe sa oštećenjem vida i predstavlja jedinstvenu priliku da kroz zvuk i osećaj uđu u svet takmičenja. Ovaj sport donosi važne mentalne, fizičke, pedagoške i društvene koristi. Pored toga što pomaže u procesu socijalizacije, goalball ima i veliku psihološku vrednost jer unosi smisao u živote osoba koje se često osećaju isključeno.

Bez obzira na stepen oštećenja vida, kretanje, vežbanje i učestvovanje u sportu doprinose zadovoljstvu i povećavaju životnu motivaciju. Goalball omogućava osobama sa oštećenjem vida da se okupe sa ostalim članovima zajednice sa istim invaliditetom, da se međusobno povežu i ostvare socijalnu interakciju – što je jedna od osnovnih svrha sporta.

Pored toga, sport omogućava slepim osobama da na istom mestu razmenjuju svoja iskustva i probleme sa drugim osobama sa invaliditetom, što doprinosi razvijanju pozitivnog stava prema sebi, podstiče kreativnost, umanjuje osećaj usamljenosti, širi njihov socijalni krug i omogućava dostojanstveniji život.

Cilj ovog projekta je da se kreira informativni vodič o sportu goalball, koji je specifičan za slepe osobe, namenjen predstavnicima institucija, organizacija, udruženja i nevladinih organizacija koje deluju u oblasti sporta; sportskim klubovima i savezima; akademskoj zajednici; kao i porodicama osoba sa invaliditetom. Opšti cilj projekta je da skrene pažnju na goalball i predstavi ga široj javnosti. Još jedan cilj projekta jeste da se doprinese širenju ovog sporta i ljubavi prema

njemu među učesnicima i publikom, kroz adekvatnu edukaciju nastavnika fizičkog vaspitanja i trenera koji rade sa slepim osobama, uključujući i roditelje.

Projekat “Sport4All”, čiji je koordinator Spor Istanbul iz Istanbulske opštine, pripremljen je 2023. godine i prihvaćen od strane Evropske komisije u okviru neprofitnih evropskih sportskih događaja koje podržava Erasmus+. Ostali partneri projekta su PK Natator (Zagreb, Hrvatska), Inspire (Malta) i Udruženje za sport osoba sa invaliditetom Srbije (Beograd). Ovaj vodič je jedan od rezultata pomenutog projekta, a dodatni ciljevi njegove izrade su predstavljanje goalballa na međunarodnom nivou, kreiranje jedinstvenog goalball modula koji obuhvata sve partnerske zemlje, primena tog modula širom Evrope i dodavanje novog informativnog vodiča u literature.

---

1. Definicija i pojam invaliditeta

U svetu postoji izvesna konfuzija oko definisanja invaliditeta. Pojam invaliditeta se razlikuje od zemlje do zemlje, pa čak i među zakonima, organizacijama, institucijama i pojedincima. Svaka instanca ga definiše prema sopstvenom pristupu i perspektivi.

Bez obzira na to koliko definicija može biti tačna, smatra se da nijedna nije potpuno sveobuhvatna. Ipak, kad god je potrebno konretno definisanje, ono bi moralo biti inkluzivno i tumačeno u korist svih osoba sa invaliditetom.

Svetska zdravstvena organizacija (SZO) invaliditet definiše sa aspekta efekta bolesti I stavlja focus na zdravlje, dok Ujedinjene nacije (UN) i Međunarodna organizacija rada (MOR) imaju društveno zasnovan pristup.

Na osnovu univerzalnih definicija, invaliditet se može opisati kao:

„Osoba koja ima teškoće u prilagođavanju društvenom životu i zadovoljavanju svakodnevnih potreba zbog gubitka fizičkih, mentalnih, duševnih, čulnih ili socijalnih sposobnosti u odredjenom stepenu, stečenih rođenjem ili tokom života, i kojoj su potrebne zaštitne, rehabilitacione i savetodavne usluge.“

Današnja naučna literatura pokazuje da se koncept invaliditeta pomera sa medicinskog ka društvenom modelu U tom smislu, invaliditet ne bi trebalo posmatrati ni kao potpuno medicinski, ni kao potpuno društveni koncept. Kada se posmatra iz ovakve perspektive, balansirani pristup kroz posmatranje efekata koje ima različiti invaliditet dobija na značaju.

Invaliditet se tako sve više razume kao dinamičan pojam, zavisan od odnosa između osobe i njenog okruženja. Ukoliko osoba ne može da pristupi prostoru, aktivnosti ili prevaziđe mentalne i društvene prepreke – tada postaje društveno isključena. Poslednjih godina, kao rezultat zdravstvenih i društvenih istraživanja javlja se tranzicija u društveni model kroz koji se invaliditet definiše ne kao fizička prepreka individue već prepreka od strane društva u celini.

Druga definicija kaže da je to „Nemogučnost obavljanja, završetka ili ostavljanja nedovršene funkcije koja je normalna za pojedinca, zavisno od starosti, pola, socijalnih is kulturnih faktora“. Pri tom nedostajuća funkcija nije ograničena na jednu aktivnost već postaje jedna od uloga koje čine život. Iako je fizički invaliditet vezan za jedan deo tela, njegov uticaj se ne ograničava na taj deo već se širi i na ostale delove života pojedinca pa i na društvo u celini. Ova promena u konceptu invaliditeta uzima se u obzir i pri donošenju zakona i pravila i u samom društvenom pristupu ka osobama sa invaliditetom. Sa došenjem ovih pravila, odgovornost onih koji pružaju javne usluge se povećava.

---

2. Uzroci oštećenja vida

Oštećenje vida može nastati iz više različitih razloga. Ovi razlozi mogu biti povrede, trovanje, tumor, dijabetes, glaukom, katarakta, trahom, bolesti oka i odvajanje mrežnjače. Najčešći uzroci koji dovode do oštećenja vida pojedinaca su prenatalni, perinatalni i postnatalni.

Prenatalni uzroci uključuju nasledne genetske bolesti, infekcije pre i u toku trudnoće kao i loša ishrana u trudnoći. U toku porodjaja, uzroci mogu biti kasni i otežani porodjaj iz različitih razloga kao što su prekid dotoka kiseonika u mozak novorodjenčadi koje ostaje u porodjajnom kanalu predugo i porodjaj u ne-sterilnom okruženju. Post natalni uzroci uključuju manjak vitamina A (suve oči) kod dece mladje od 4 godine, bolesti groznice (rubela, meningitis), nezgode pri igranju sa oštrim predmetima, vazdušne puška, oružje i ostale eksplozivne naprave, opekotine, trovanje, električni udar i nesreće u igranju.

3. Opšte karakteristike osoba sa oštećenjem vida

Zbog nedostatka vida, slepe i slabovide osobe često izbegavaju da leže na stomaku, puze i okreću se – što su važne fizičke aktivnosti za razvoj. Iz ovog razloga, slabovide osobe trebaju biti motivisane da ovakve pokrete koriste kroz igre. Neke od poteškoća sa kojima se slabovide osobe susreću u razvoju slobode kretanja su poteškoće u snalaženju sa pojmovima pravaca kao što su levo, desno, gore, dole. Ove osobe imaju problem sa koordinacijom sve dok ne dobiju adekvatan trening koji će im pomoći da prebrode ove prepreke. Primer mogu biti razne igre vezane za davanje u praćenje instrukcija vezanih za davanje pravaca.

Pored gore pomenutih možemo navesti i sledeće karakteristike slabovidih osoba:

- ✓ Pored klasičnog zaostatka u razvoju javlja se i zaostatak u razvoju kognitivnih sposobnosti.
- ✓ Nemogućnost savladjivanja situacija koje zahtevaju abstraktno razmišljanje.
- ✓ Jedna od stvari koje slabovide osobe imaju problem da nauče je prostorna orijentacija.

- ✓ Informacije o prostoru u kome se nalaze dobijanju uz pomoć čula dodira.
- ✓ Nedostatak nastao oštećenjem ili gubitkom vida kompenzuju kroz druge senzorne organe.

- ✓ Slabovide osobe imaju unapredjenu sposobnost za fokus, koncentraciju i bolje primećuju sitne detalje.
- ✓ Pokazuju interesovanje za muziku u društvenim aktivnostima.
- ✓ Iako nemaju intelektualne teškoće i zaostalost u razvoju njihova sposobnost samostalnog kretanja je ograničena.
- ✓ Slabovide osobe ne treba posmatrati kao osobe kojima je potrebna zaštita, zahtevne osobe, osobe koje treba sažaljevati ili bespomoćne osobe.
- ✓ One nisu ni malo različite o ostalih ljudi. One takodje imaju osećanja i očekivanja kao i svi ostali.
- ✓ Slabovide osobe su sposobne za učenje i usvajanje znanja samo uz pomoć različitih metoda. Za njih ne postoji nikakva prepreka u korišćenju istih škola, radnih mesta i mesta za zabavu sa ostalim ljudima. Tačnije, može se reći da se slabovide osobe karakterno ne razlikuju od ostalih.

---

4. Definicija i klasifikacija oštećenja vida

Postoje dve široko prihvaćene definicije slabovidosti (slepi i slabovidi). Jedna definicija je pravna a druga obrazovna. Dok je pravna prihvaćena od strane medicine i ustanova socijalnog osiguranja, obrazovna se koristi u planiranju obrazovnih programa za slabovide.

Prema pravnoj definiciji, slepa osoba se definiše osoba čije je vidno polje manje od 20 stepeni ili ima oštrinu vida manju od 20/200 ili manje što predstavlja 1/10 normalnog vida. 20/200 znači da osoba može videte nešto samo ako je na udaljenosti od 6 metara ili bliže dok osoba sa normalnim vidom može ovo videti na udaljenosti od 60 metara. Drugim rečima, ako neko ono što osoba sa normalnim vidom vidi na 6 metara vidi na 60 centimerara ili manje ili ne može da vidi uopšte smatra se slepom osobom prema pravnoj definiciji. Osoba sa normalnim vidom koja može da vidi koliko i kroz ključaonicu se takodje definiše kao slepa. Kao što se može videti, osoba koja se definiše kao slepa vidi objekte kao senke, može da vidi samo delove ili ne može da ih vidi uopšte.

Prema pravnoj definiciji, slabovide osobe su one kojima je oštrina vida izmedju 20/70 i 20/200 sa svim korekcijama. Ovo znači da osoba sa normalnim vidom može videte nešto na 60 metara a slabovida osoba izmedju 6 i 21 metar. Dete sa oštećenim vidom može delimično da vidi objekte oko tako što će im prići blizu ili ih približiti bliže a stvari iz svog okruženja vidi kao da gleda kroz mutno i zamagljeno staklo

Postoje tri kategorije slabovidosti:

- ✓ Osobe koje nikada nisu videle,
- ✓ Osobe sa slabim vidom,
- ✓ Osobe sa oštećenjem vida.

Slepe (osobe koje nikada nisu videle): Osoba kojoj je vid na oba oka manje od 1/10 i čije je vidno polje manje od 20 stepeni sa svim korekcijama i koja ne može koristiti svoj vid u obrazovanju ili drugim aktivnostima.

Slabovide osobe: Osobe čiji je vid izmedju 1/10 i 3/10 sa svim korekcijama i koje ne mogu koristiti vid u obrazovanju ili drugim aktivnostima bez specijalnih načina i pomagala.

Osobe sa oštećenim vidom: Osoba sa oštećenjem vida koje negativno utiče na obrazovanje osobe pored svih korekcija. Ova definicija uključuje sve slabovide i slepe osobe.

---

5. Fizička spremnost osoba sa oštećenjem vida

Fizička spremnost je ključna za obavljanje osnovnih pokreta: hodanje, trčanje, skakanje, skakutanje, hvatanje, bacanje i sl. Opšte je poznato da bavljenje sportom, rekreacija i fizička aktivnost imaju pozitivan uticaj na fizičko i fiziološko zdravlje. Ograničeno učešće slabovidih osoba u sportskim aktivnostima vodi do slabe fizičke spreme i ograničene motorne funkcije. Sposobnost slabovidih osoba da obavljaju svakodnevne životne aktivnosti, orijentacija u prostoru, fizička sprema i fiziomotorne sposobnosti mogu se unaprediti kroz fizičko obrazovanje i bavljenje sportom. Izostanak ovih aktivnosti vodi do problema koji su specifični za slabovide osobe. U poredjenju sa osobama sa normalnim vidom one se ne razlikuju u vidu mišićne snage i izdržljivosti ali je njhova kardiovaskularna izdržljivost manja i imaju manji aerobni kapacitet od osoba sa normalnim vidom. Oni takodje zahtevaju poseban program za razvoj fizičke sposobnosti. Neki od problema koji se javljaju zbog ograničene fizičke aktivnosti su loša postura i gojaznost. Drugi problemi su smanjeni kapacitet pluća i smanjena mišićna snaga. Regularno bavljenje fizičkom aktivnošću u ovim slučajevima može poboljšati njihovu sposobnost za samostalno kretanje, što kasnije vodi unapredjenju motornih sposobnosti potrebne za svakodnevne aktivnosti.

6. Slabovidi i sport

Sa stanovišta osoba sa invaliditetom, sportom se smatra bilo koja aktivnost, organizovana ili spontana koja vodi unapredjenju fizičkog i mentalnog zdravlja, socijalizaciji, zabavi, takmičenju ili pobedjivanju u takmičenju. U sladu sa tim, sport obuhvata aktivnosti koje direktno pozitivno utiču na zdrav razvoj osoba u smislu fizičkog, mentalnog i duhovnog razvoja i imaju glavnu ulogu u razvoju iskrenosti, poštovanja i moralnih normi a sve to kroz usvajanje znanja, veština i zdravih navika. Sa druge strane, sport se definiše kao fizička aktivnost koja doprinosti razvoju snage, izdržljivosti, dobroj posturi tela, fleksibilnosti, balansu i neuromuskularnim veštinama. Sport doprinosti kako fizičkom razvoju tako i duhovnom, emocionalnom i socijalnom razvoju. Sport reflektuje promene u ponašanju osoba sa invaliditetom kroz njihovo razumevanje samih sebe, povećanje motivacije, unapredjenje kvaliteta društvenog života i zadovoljstvo koje pružaju

prethodno navedeni. Oni kroz ove aktivnosti stvaranju nova prijateljstva, bolje upoznaju svoju okolinu i razvijaju bolju komunikaciju.

Neki od faktora rizika za osobe sa invaliditetom su godine, pol, nivo obrazovanja i nivo mesečnih primanja, životne navike koje utiču na zdravlje, nivo socijalne pomoći koju dobijaju i fizičke kakteristike okruženja. Svakodnevno bavljenje sportom predstavlja alat kojim se eliminišu ili imanjuju ovi rizici. Svetska Zdravstvena Ogranizacija (SZO) kaže da se osobe sa invaliditetom mogu baviti sportom nakon odredjivanja nivoa ograničenja sa kojima se susreću kroz fizičke i funkcionalne testove i posmatranje u toku bavljenja sportom. Tvrdi se da će bilo koja osoba sa invaliditetom koja se redovno bavi sportom, bez obzira na nivo invaliditeta osobe čiji je nivo odredjen pomenutim fizičkim i fukcionalnim testovima, iskusiti značajna unapredjenja i da će se osećati bolje zdravstveno, fizički, duhovno, mentalno, osećati se bolje u društvu i unaprediti samopouzdanje. U skladu sa tim, cilj sporta za osobe sa invaliditetom je da održi učešće u aktivnostima i sam sport na najvišem nivou. Konačno, bez obzira na nivo ograničenja, bitno je da pojedinac učestvuje u aktivnostima čak i da bude u istom timu sa osobama koje su fukcionalnije od njega samog. Kako bi se maksimalno povećalo učešće osoba sa invaliditetom u sportu, posebno bi trebalo da podrška dolazi od porodica i prijatelja ovih osoba. Relevantne institucije (javne i privatne institucije, nevladine organizacije, udruženja, fondacije, sportski klubovi, federacije i univerziteti) treba da povećaju mogućnosti za osobe sa invaliditetom da se bave sportom kreiranjem adekvatnih programa. Pored toga, specijalni edukatori, nastavnici fizičkog vaspitanja i sporta, sportski treneri, učitelji, vodiči, fizioterapeuti i konsultanti koji rade sa osobama sa invaliditetom trebaju podsticati pojedince da učestvuju u sportskim aktivnostima.

7. Sportska Klasifikacija Osoba sa Invaliditetom

Sportsku klasifikaciju slabovidosti možemo podeliti u dve grupe: oni koju mogu malo da vide i oni koji ne mogu ni malo. Konceptualno, osobe koje mogu malo da vide imaju ogromnu prednost u poredjenju sa osobama koje ne mogu ni malo. Organizacije poput Međunarodnog paralimpijskog komiteta **(MPO)** i Međunarodne federacije sportova za slepe **(MFSS)** koriste različite nivoe oštećenja vida kako bi omogućile sportistima da se takmiče na ravnopravan način. Najčešće korišćena klasifikacija je ona razvijena od strane MMFSS i ima tri nivoa (B1-B2-B3).

B1 Klasifikacija: “LogMAR vizuelna oštrina manja od 2.60.” “Sportisti u ovoj kategoriji ili ne mogu da percipiraju svetlost ili, čak i ako to čine, ne mogu da identifikuju oblik ruke na bilo kojoj udaljenosti ili u bilo kom pravcu.”

B2 Klasifikacija: LogMAR je definiše – “vizuelna oštrina između 1.50 i 2.60 i/ili vizuelno polje manje od 10 stepeni u prečniku”. “Sportisti moraju biti u stanju da percipiraju i prepoznaju oblik ruke, ali to mogu učiniti na udaljenosti ne većoj od 2/60. Njihovo vizuelno polje je manje od 5 stepeni.

B3 Klasifikacija: “ LogMAR vizuelna oštrina između 1.40 i 1.00 i/ili vizuelno polje manje od 40 stepeni. “Sportisti u ovoj klasifikaciji moraju biti u stanju da prepoznaju oblik ruke između 2/60 i 6/60, a njihovo vizuelno polje varira između 5 stepeni i 20 stepeni.”

8. Doprinos Goalball-a slabovidim osobama

Slabovide osobe imaju ograničene mogućnosti kretanja. Ova ograničenja se najbolje vide u oraničenom razvoju motorile kod ovih osoba. Neki od primera problema sa kojima se suočavaju su poremećaj posture, nedovoljan razvoj mišića, loša ravnoteža i poremećaj veštine hodanja. Razlozi zbog kojih su ovakve poremećaji češći kod slabovidih nego kod osoba sa normalnim vidom su to što se slabovide osobe generalno manje kreću, imaju običaj da budu statične i manjak vizuelnih stimulanasa. Kao glavni krivac za ovo veruje se da su teškoće u korišćenju svojih tela zbog nemogućnosti da vide.

Biti slabovid ne znači nemogućnost bavljenja sportom. Sabovide osobe imaju I mentalne benefite od bavljenja sportom a uz to i njihovo samopouzdanje raste. Posmatranjem je utvrdjeno da raste njihova mišićna snaga i izdržljivost kroz sport. Ovim putem oni unapredjuju i svoju posture, poboljšavaju svoj hod, trčanje i plivanje. Takodje, fizičko vaspitanje moće rezultirati razvojem zdravog i aktivnog tela dobre mišićne koordinacije a ima i društvene i emocionalne benefite kao što su bolje samopouzdanje pojedinca i bolja prihvaćenost od strane osoba sa normalnim vidom. Uzimajući u obzir sve benefite koje sport ima za pojedinca, lako je razumeti koliko je sport bitan u daljem životu pojedinca, uklapanju u društvenu zajednicu kao nezavisnosnog pojedinca. Učešće porodice u sportskom obrazovanju dece sa invaliditetom je jako bitno. Medjusobna saradnja doprinosti stvaranju bliske veze izmedju trenera i porodice kao i obrazovanje same porodice kroz ovaj proces.

Za slabovide osobe, goalball je alat za društvenu aktivnost, i podržava stvaranje prijateljstava, poverenja i zajedničke zabave. Goalball je sport koji kombinuje strategiju, snagu i brzinu. U isto vreme, ovaj sport unapredjuje izdržljivost, mišićnu snagu, pokretljivost, koncentraciju, slušnu pažnju i zdravlje slabovidih osoba. Goalball doprinosi procesu rehabilitacije pojedinaca tako što im pomaže da kontrolišu osećanja kao što su agresija, ljutnja i ljubomora koji proizilaze iz njihovog invaliditeta i tretmana koji imaju od strane društva. Budući da je goalball grupni sport

on pruža pojedincima šansu sa okupljanje sa, kako pojedincima sa istom vrstom invaliditeta, tako i sa drugima. Ovaj sport je jako bitan za osobe sa invaliditetom kako bi razvili i održali naviku bavljenja fizičkom aktivnošću. Fizička aktivnost i sport su bitni za sve ljude ali posebno za slabovidu decu i odrasle kada se uzmu u obzir njihove psihološke, socijalne i društvene koristi. Goalball eliminiše stidljivost kod slabovidih osoba i ima veliki uticaj na poboljšanje sposobnosti ovih osoba da se kreću samostalno i zadovolje svoje osnovne potrebe. Takodje, Goalball pruža višestruke koristi u iznalaženju rešenja za adaptaciju u društvo i strah od usamljenosti sa kojim se suočavaju deca i mladi ljudi sa invaliditetom. U ovim slučajevima, koriste se specijalni trening programi prilagodjeni za pojedince sa različitim nivoima vida. U cilju procesa rehabilitacije sprovode se četiri faze fizičkog vaspitanja. U prvoj fazi ovog programa je prilagodjeno fizičko vaspitanje, u drugoj fazi, korektivno fizičko vaspitanje, u trećoj razvojno fizičko vaspitanje i u četvrtoj, fizičko vaspitanje kroz igre.

U životima slabovide dece jako je bitno sprovoditi treninge kroz igru zajedno sa sportskim treninzima. Kroz sportski trening, slabovida osoba analizira ponašanje spojih protivnika i nastavlja borbu u utakmici prateći pravila. Kroz igru, pojedinac razvija svoje kritičko razmišljanje, kooperaciju, sposobnost rešavanja problema, komunikaciju, koncentraciju, kreativnost i bolju svest o svetu oko sebe.

Goalball doprinosi razvoju mišića i kostiju osobe sa invaliditetom u pojedinačnim ili grupnim vežbama, razvija funkciju srca i pluća i obezbedjuje fleksibilnost, izdržljivost i koordinaciju. Posmatranjem je utvdjeno da osobe sa invaliditetom koje nisu u mogućnosti da učestvuju u dovoljno često u treninzima goalball-a značajno zaostaju u razvoju pokretljivosti i veština koje su esencijalne za normalan razvoj i rast u poredjenju sa onima koji dovoljno često treniraju. Kao rezultat neaktivnosti osoba sa invaliditetom javljaju se gojaznost, srčane bolesti, poremećaj pažnje, slabi refleksi, poremećaj koordinacije i slabost.

Bitno je pravilno usmeravati osobe sa invaliditetom u sportove koji su pogodni za njihov tip invaliditeta uz pomoć eksperata koji su prošli sportsku obuku za osobe sa invaliditetom i pod nadzorom izabranog lekara, fizioterapeuta i psiholoških savetnika i obezbedjivanjem aktivnog učešća porodica.

9. Paraolimpijske igre i slabovide osobe

Paraolimpijske igre su internacionalni sport sa više grana u kome učestvuju sportisti sa različitim tipom invaliditeta. Reč Paraolimpijske (eng. Paralympic) dobijena je kombinacijom Engleske reči „paralyzed“ što znači paralizovan i „Olympic“ što znači Olimpijske. Paraolimpijske igra, baš kao i Olimpijske igre podeljene su u Zimske i Letnje igre i dešavaju se na svake 2 godine. Paraolimpijske igre sadrže većinu igara sa Olimpijskih igara i veoma su slične Olimpijskim igrama osim što učesnici moraju da koriste posebnu opremu dizajniranu baš za Olimpijske igre.

Ovo takmičenje je pokrenuo Ser Ludvig Gutman u Engleskoj 1948 godine za veterane Drugog Svetskog Rata i ovaj momenat predstavlja rodjenje internacionalnih Paraolimpijskih igara. Godine 1960-e, igre u stilu Olimpijskih igara za osobe sa invaliditetom organizovane su po prvi put u Rimu. Posle ovih igara, iste godine uspostavljena je Radna Grupa za Sport za Osobe sa Invaliditetom u sklopu Svetske Federacije Veterana kako bi analizirala problema vezane za sport za osobe sa invaliditetom. Zahvaljujući ovome, osnovana je Medjunarodna Sportska Organizacija za Invalide za Osobe sa Invaliditetom i igre u Stouk Mandevilu su otvorene za učešće osoba sa različitim grupama invaliditeta kao što su slabovidost, osobe sa amputiranim delovima dela, cerebralna paraliza i paraplegičari koji nisu mogli da učestvuju u Igrama zbog njihovog tipa invaliditeta.

Na zvaničnoj startnoj fazi Paraolimpijskih igara, 16 zemalja članica Medjunarodne Sportske Organizacije invalida 1978 godine sprovele su inicijativu da uključe sportiste sa oštećenim vidom, osobe sa amputiranim delovima tela i cerebralnom paralizom u Paraolimpijske Igre u Arnhemu, Holandija 1980 godine. Cilj ove inicijative bio je da u budućnosti sve osobe sa invaliditetom mogu učestvovati u Paraolimpijskim igrama. Nakon ovoga, medjunarodnih organizacija za osobe sa invaliditetom kao što su Medjunarodno udruženje za sport is rekreaciju dece sa cerebralnom paralizom (CPISRA) i Medjunarodna sportska federacija za slepe (IBSA) osnovane su izmedju 1978 i 1980-e godine i traže članstvo u Medjunarodnoj Sportskoj Organizaciji za Invalide (IOSD).

Kasnije, ove 4 medjunardne organizacije osnivaju Medjunarodni Koordinacioni Komitet za Sport za Invalide u Svetu (ICC) 1982 godine zbog potrebe za koordinacijom Paraolimpijskih Igara u različitim situacijama.

Danas, Paraolimpijske igre predstavljaju treće najveće sportsko takmičenje na svetu po prodaji karata posle Olimpijskih igara i Fifinog svetskog prvenstva u fudbalu. Odlukama donešenim 2001 godine, grad domaćin Olimpijskih igara takodje je domaćin i Paraolimpijskih igara koje se organizuju u danima nakon Olimpijskih igara.

Slabovide osobe mogu lako učestvovari u različitim granama sporta kada je sport prilagodjen njima. Iako su grane sporta kao što su kuglanje, kriket, rolbol, streljaštvo, streličarstvo, jahanje, alpsko skijanje, jedrenje i penjanje u zatvorenom prostoru prilagodnjene za slabovide osobe i sprovode se lokalno u pojedinim delovima sveta, svetski prepoznati sportovi koji imaju veliku popularnost su atletika, goalball, fudbal, dizanje tegova, džudo, tandem biciklizam, šah i plivanje.

Medjunarodna sportska federacija za slepih (IBSA) ima 16 grana sporta kao što su alpsko i nordijsko skijanje, streljaštvo, atletika, jahanje, goalball, fudbal, dizanje tegova, džudo, streličarstvo, kuglanje sa 9 i 10 čunjeva, šah, tandem biciklizam, torball i plivanje. Ovi sportovi su zvanično uvršćeni u program aktivnosti slabovidih osoba i dogadjaji u ovim sportovima se medjunarodno organizuju. Medju ovih 16 grana sporta, atletika, jahanje, goalball, fudbal, džudo, skijanje, veslanje, tandem biciklizam, jedrenje i plivanje su Paraolimpijski sportovi u kojima slabovide osobe mogu da učestvuju. Ovi sportovi i njihov opis je biće predstavljeni u nastavku.

9.1. Atletika

Uključivanjem atletike, koja je grana sporta koja se dugo vremena praktikuje kod muškaraca i žena sa invaliditetom, u telo Medjunarodne sportske federacije slepih (IBSA) od 1981. godine, ona je dobila organizovanu strukturu i postala jedna od najrasprostranjenijih sportskih grana koje se praktikuju u preko sedamdeset zemalja.

Takmičenja se organizuju u svim tradicionalnim granama atletike kao što su 100 m, 200 m, 400 m, 800 m, 1500 m, 5000 m, bacanje kugle, bacanje diska, bacanje koplja, skok u vis, skok u dalj i troskok osim skoka sa preponama i skoka sa motkom, u sladu sa „Pravilima takmičenja u atletici“ koja su usvojili Medjunarodna atletska federacija (IAAF), Medjunarodni paraolimpijski komitet (IPC) i Medjunarodna sportska federacija slepih (IBSA). Svi sportisti sa nivoom vida B1, B2 i B3 mogu da se bave ovim sportovima. Dok priznata pravila takmičenja u atletici važe za sportiste nivoa B3, različite izmene u pravilima su uvedene za nivoe B1 i B2. Najistaknutije medju ovim rešenjima je davanje sportistima nivoe B1 i B2 mogućnost da se takmiče sa vodičem bez oštećenog vida.

Atletika je jedna od paraolimpijskih sportskih grana i održava se kao sportska grana u kojoj sportistkinje i sportisti mogu učestvovati na Paraolimpijskim igrama koje se organizuju jednom svake četiri godine. Štaviše, svetska prvenstva u atletici i regionalna prvenstva se organizuju svake dve godine, a nacionalna prvenstva se organizuju godišnje. Pored toga, postoje međunarodni maratoni, polumaratoni i trke na 10 km koje se tradicionalno održavaju u različitim regionima sveta.

U Republici Turskoj, takmičenja koja organizuje federacija otvorena su za sve sportske klubove za slabovide osobe i pojedinačne licencirane sportiste. Svi sportisti su obavezni da učestvuju na takmičenjima sa licencama za koje su im vize izdate u tekućoj sezoni. Sportisti na čijim licencama ne piše „atletika“ ili na čijim licencama postoje brisanja, prepravke ili izmene neće moći da učestvuju na takmičenjima.

9.2. Biciklizam (Tandem)

Biciklizam je relativno nova sportska grana za sportiste i sportistkinje sa invaliditetom. Osobe sa oštećenim vidom su prvi put počele da se takmiče u biciklizmu početkom 1980-ih. Kategorije za cerebralnu paralizu i amputirane udove bile su uključene u Međunarodne igre za osobe sa invaliditetom 1984. godine. Ove tri grupe invaliditeta, koje su se takmičile odvojeno do Paraolimpijskih igara 1992. godine, postigle su izuzetne rezultate i u trkama na stazi i u drumskim trkama.

Tandem biciklizam, kao što i sam naziv govori, podrazumeva „dupli bicikl“ koji voze dve osobe. Postavljanjem jedne osobe sa normalnim vidom na prednji deo bicikla i njegovim/njenim vođstvom, vožnja bicikla postaje moguća za osobu sa oštećenim vidom. Dakle, sportista sa

oštećenim vidom, bez potrebe da usmerava bicikl sedeći na zadnjem sedištu bicikla, može da se bavi ovim sportom samo okretanjem pedala.

Osobe sva tri nivoa vida, B1, B2 i B3, mogu da učestvuju u drumskim trkama zajedno sa svojim partnerima. Kod muškaraca, dužina trke se kreće između 100 i 130 km, a kod žena, referentna dužina se kreće između 50 i 70 km. U trkama u kojima učestvuju žena i muškarac, dužina se kreće između 60 i 85 km. Pored trka po dužini, Međunarodna sportska federacija za slepe(IBSA) organizuje i trke po vremenu. Pređena dužina na takvim trkama je 4 km za muške timove i 3 km za ženske timove i mešovite žensko-muške timove. Štaviše, dužina na sprint trkama po vremenu, koje počinju startom iz stojećeg položaja, je 1 km za mešovite timove i 500 m za žene.

Tandem biciklizam je najrasprostranjenija sportska grana koju praktikuju slabovide osobe u celom svetu, a održavaju se na Paraolimpijskim igrama - koje se organizuju jednom u četiri godine , Svetskom prvenstvu u atletici, Evropskom prvenstvu u atletici - koje se organizuje jednom u dve godine , državnom prvenstvu - koje se organizuje svake godine - i regionalnim turnirima koji se organizuju na svakom kontinentu.

9.3. Jahanje (paradresura)

Konjički sport je prvi put uključen u Letnje paraolimpijske igre 1984. godine učešćem sportista u klasifikaciji za cerebralnu paralizu. A na Letnjim paraolimpijskim igrama 1992. godine, svi ostali sportisti sa invaliditetom dobili su pravo učešća na igrama. Takmičenje i jahača sa invaliditetom i slabovidih jahača u istom timu prvi put je realizovano na Letnjim paraolimpijskim igrama 1996. godine. Sportisti mogu da se takmiče u preskakanju prepona, dresuri i slobodnom hodanju uz muziku. Ekipna takmičenja se realizuju u timovims od 3 ili 4 osobe. Procene se vrše prema veštinama jahanja učesnika. Grane su podeljene u pet različitih klasa. U klasifikaciji za para dresuru, pol jahača se ne uzima u obzir jer je konjički sport među mešovitim takmičenjima. Međunarodnu klasifikaciju u konjičkom sportu sprovodi Međunarodna federacija za konjički sport (FEI). Prema navedenoj klasifikaciji, osobe koje imaju ravnotežu, pokrete nogu i koordinaciju biraju se među osobama koje imaju oštećenje vida, uznapredovalo oštećenje vida i koje su potpuno slepe, a takve osobe se obučavaju kao jahači.

9.4. Fudbal (B1 i B3 Fudbal)

Fudbal za slabovide u kom se takmiče samo muškarci podeljen je u dve grupe a klasifikacija se vrši prema nivou vida igrača. Iako se u obe grupe igra sa 5 igrača, i to 1 golman sa normalnim vidom i 4 slabovida igrača u polju, postoje razlike u pravilima. Najbitnije razlika je u tome što se B1 fudbal, koji se inače zove „5 na 5“ na Paraolimpijskim igrama, zove „fudbal“ budući da se igra napolju. B2 i B3 se zovu „futsal“ budući da se igra na tvrdoj podlozi. Dok su u B1 fudbalu slabovide osobe u obavezi da nose povez preko očiju u B2 i B3 one to nisu. Fudbal B1 se igra na pravougaonoj podlozi dužine 40 m i širine 20 m i uglavnom je veštačka trava podloga. B2 i B3 fudbal se igra na parketu ili sintetičkoj podlozi. Golovi se sastoje od dve vertikalne cevi (stative) na jednakoj udaljenosti od obe ivice terena i horizontalne cevi (prečke)

pričvršćene za stative. Razmalk izmedju dve stative je 3 m a visina stative od poda 2 m. Težina lopte koja se koristi je najviše 540 g i najmanje 510 g na početku utakmice. Dok se u B1 fudbalu koristi lopta sa zvoncem koje pravi zvuk unutra, ovakva lopta nije neophodna u B2 i B3 fudbalu.

Fudbal za slabovide je pre inicijalno počeo na privatnim školama koje u svojoj ponudi imaju treninge za slabovide a danas predstavlja jedan od napopularnijih sportova na svetu za slabovide osobe. Prvo državno takmičenje (5 na 5) održano je 1986. godine u Spaniji. Fudbal za slepe se pridružuje Medjunarodnoj sportskoj federaciji za slepe 1996. godine zajedno sa osnivanjem fudbalskog podkomiteta. Prvi posao pomenutog komiteta bio je da ažurira postojeća i odobrena pravila igre.

Prva takmičenja pod palicom Medjunarodne sportske federacije slepih (IBSA) odigrala su se po utvrdjenim pravilima i bila su Evropsko prvenstvo organizovano u Barseloni u Španiji 1997. godine i Južnoameričko prvenstvo organizovano u Asunsionu u Paragvaju. Fudbal, koji svoj početak beleži na Paraolimpijskim igrama u Atini 2004. godine, širi se u više od 30 zemalja do 2009. godine. Od tada se redovno organizuju međunarodni turniri, baš kao što su kontinentalna i svetska prvenstva i svetske igre, koje su zvanične organizacije Međunarodne federacije za slepe sportove (IBSA). Štaviše, B1 fudbal takođe učestvuje na Paraolimpijskim igrama koje svake četiri godine organizuje Međunarodni paraolimpijski komitet (IPC) odmah nakon Olimpijskih igara.

9.5 Veslanje

Iako je veslanje bilo uključeno u program Paraolimpijskih igara 2005. godine, prva takmičenja su održana na Paraolimpijskim igrama u Pekingu 2008. godine. U ovom sportu, sportisti se takmiče na mirnoj vodi na stazi od 2000 metara sa čamcima različitih dužina, u skladu sa veličinom tima. Veslanjem upravlja Međunarodna veslačka federacija (FISA).

Klasifikaciju skulera mora odobriti Međunarodna veslačka federacija (FISA) pre Svetskog prvenstva u veslanju ili Paraolimpijskih igara. Klasifikacija se vrši tako što se skuleri sličnog nivoa raspoređuju u grupe na osnovu fizičkih sposobnosti skulera sa invaliditetom, i na taj način se osigurava da se sportisti takmiče na jednakim nivoima koliko god je to moguće. Ako je sportista sa invaliditetom (fizičkim ili vizuelnim) klasifikovan i izabran za jednu od dole navedenih FISA sportskih klasa, onda je on/ona pogodan/na za takmičenje:

PR1 muški jednosed (PR1M1x)
PR1 ženski jednosed (PR1Wx)
PR2 mešoviti dubl (PR2Mix2x)
PR3 mešoviti četverac sa kormilom (PR3Mix4+)

PR1 - U ovu klasu su uključeni skuleri sa minimalnom ili bez funkcije trupa koji upravljaju čamcem funkcijama ruku i ramena. Skuler ima slabu ravnotežu pri sedenju, što zahteva da budu vezani za čamac/sedište.

PR2 - U ovu klasu su uključeni skuleri koji su u stanju da funkcionalno koriste ruke i trup, ali nemaju funkcije nogu za pomeranje sedišta.

PR3 - U ovu klasu su uključeni skuleri koji su u stanju da pomeraju sedište funkcijama nogu. Sportisti sa oštećenim vidom su takođe uključeni u ovu klasu.

9.6. Džudo

Jedina razlika između džudo takmičenja za slabovide osobe i drugih džudo takmičenja je u tome što strunjača ima teksturu koja označava područje i zone takmičenja. Takmičenja u džudou su počela da se organizuju prema pravilima koje je propisala Međunarodna džudo

federacija (IJF) od Paraolimpijskih igara u Atini 2004. godine, kada su i žene uključene. Džudo je u program Paraolimpijskih igara dodat u Seulu 1988. godine. Džudo je sportska grana pogodna samo za slabovide sportiste od svih grupa invaliditeta. Da bi slabovidi sportisti mogli da se takmiče u ovoj grani, potrebno je da imaju vid manji od 10% ili ograničeno vidno polje sa uglom od 40 stepeni. Crveni krug na rukavima džudo uniforme označava da je sportista potpuno slep. Sportistkinje sa oštećenim vidom takmiče se u 6 kategorija telesne težine a muškarci sa oštećenim vidom takmiče se u 7 kategorija telesne težine nezavisno od svog invaliditeta. Sportisti sa oštećenim vidom su klasifikovani kao B1, B2 i B3 u paraolimpijskom džudou.

B1: Potrebno je da svetlost ne bude vidljiva nijednim okom, ili uprkos tome što se svetlost vidi, potrebno je da oblik ruke ne bude prepoznat ni sa jedne udaljenosti ili pravca.

B2: Potrebno je da oblik ruke bude prepoznat sa dubinom fokusa od 2/60 i/ili iz vidnog polja manjeg od 5 stepeni.

B3: Takmičari u ovoj klasi moraju imati dubinu fokusa između 2/60 i 6/60 i/ili vidno polje veće od 5 stepeni i manje od 20 stepeni.

9.7. Alpsko skijanje

Ova sportska grana adaptirana iz alpskog skijanja za sportiste sa invaliditetom nastala je i razvila se naporima vojnika sa invaliditetom u Nemačkoj i Austriji tokom i posle Drugog svetskog rata. Para alpsko skijanje bilo je jedna od glavnih sportskih grana na prvim Zimskim paraolimpijskim igrama održanim 1976. godine. Para alpskim skijanjem upravljaju Međunarodni paraolimpijski komitet (IPC) i Međunarodna skijaška i snoubord federacija (FIS).

Klasifikacije u para alpskom skijanju su podeljene u 3 grupe prema statusu invaliditeta: stojeći, slepi i sedeći. U para alpskom skijanju razvijen je kros sistem kako bi sportisti mogli da se takmiče na fer način na istom takmičenju uprkos različitim funkcionalnim nivoima skijanja i medicinskim problemima tri klasifikacione grupe. Skijaši sa oštećenjem vida dobijaju smernice od vidiča duž staze kako bi koristili potrebne oznake za određivanje rute koju treba pratiti. Neki sportisti koriste mono-skije, sedeće-skije ili ortopedsku opremu za podršku prilagođenu njihovim potrebama. Para alpsko skijanje je podeljeno u 3 klase. To su:

Sportska klasa B1: Skijaši u ovoj sportskoj klasi mogu biti slepi ili imati veoma slab vid. Na primer, nivo vida je takav da sportista neće moći da vidi slovo „E“ (15x15 cm) sa udaljenosti od 25 cm. Od njih se traži da nose zaštitne naočare tokom takmičenja.

Sportska klasa B2: Ovaj profil sportske klase pokriva sportiste sa boljim vidom od sportista koji se takmiče u klasi B1. Sportisti u klasi takođe ne mogu da vide slovo „E“ sa udaljenosti od 4 m. Sportisti sa vidnim poljem manjim od 10 stepeni ispunjavaju uslove za ovu sportsku klasu.

Sportska klasa B3: Ovaj profil sportske klase definiše sportiste koji imaju najmanje oštećenje vida u para-alpskom skijanju. Podobni sportisti imaju vidno polje manje od 40 stepeni ili slab vid. U para-alpskom skijanju, sportisti sa oštećenjem vida skijaju zajedno sa vodičem. Vodič skija ispred sportiste i glasovno usmerava sportistu.

9.8. Jedrenje

Paralimpijski jedriličarski sportovi postali su centar pažnje jedriličara sa invaliditetom početkom 1980-ih, a prvo međunarodno takmičenje u jedrenju za sportiste sa invaliditetom organizovano je u Švajcarskoj. Godine 1988. osnovan je Međunarodni komitet za jedrenje za osobe sa invaliditetom (IHSC). Paralimpijski sportovi jedrenja prvi put su se izvodili

kao sportski performansi na Svetskim paraolimpijskim igrama 1990. godine kako bi se podstakle osobe sa invaliditetom da se bave jedriličarskim sportovima. Međunarodni komitet za jedrenje za osobe sa invaliditetom (IHSC), koji je priznala Međunarodna jedriličarska federacija (ISAF) 1991. godine, iste godine je imenovan za Međunarodnu fondaciju za jedrenje za osobe sa invaliditetom (IFDS). Paralimpijski sport je izvođen kao sportski performansi na Paraolimpijskim igrama u Atlanti 1996. godine, a puni status paraolimpijskog sporta stekao je tokom Paraolimpijskih igara u Sidneju 2000. godine. Nakon Paraolimpijskih igara u Tokiju 2020. godine, Međunarodni paraolimpijski komitet (IPC) je odlučio da izuzme paralimpijske sportove jedrenja. Kampanje, prijave i napori koji su se uloženi nakon ovog razvoja događaja da jedrenje ponovo dobije paraolimpijski status na Olimpijskim igrama u Los Anđelesu 2028. godine, Australijskom jedrenjačkom sportu 2032. godine i Paraolimpijskim igrama u Brizbejnu ostali su bez konačnih rezultata.

Paraolimpijsko jedrenje je sportska grana u kojoj učestvuju sportisti sa gubitkom udova, insuficijencijom udova, cerebralnom paralizom, oštećenjem vida, povredama kičmene moždine i nerava i drugim fizičkim invaliditetom. Sportisti se takmiče u tri grane bez obzira na pol. Jedrenje u čamcima sa kobilicama za jednu i tri osobe otvoreno je za većinu grupa invaliditeta. Takmičenja u čamcima sa kobilicama za dve osobe posebno su dizajnirana za sportiste sa teškim invaliditetom. Sportske klasifikacije variraju u zavisnosti od formata takmičenja u para jedrenju. Jedriličari se takmiče sami ili kao posade od dve ili tri osobe. Jedriličari su klasifikovani prema sportskoj klasi od 1 do 7, pri čemu 7 podrazumeva najmanji invaliditet, a 1 podrazumeva veoma teški invaliditet. Sportisti sa oštećenim vidom pripadaju sportskoj klasi 7 i moraju imati oštećenje vida ekvivalentno B3.

TPB sportska klasa znači da sportista mora da ispunjava samo minimalne kriterijume invaliditeta za jedrenje. Stoga, svi sportisti sedam sportskih klasa, uključujući i sportiste sa oštećenim vidom, mogu se takmičiti u TPB sportskoj klasi.

TPA sportska klasa podrazumeva sportistu sa veoma teškim oštećenjem ekvivalentnim sportskim klasama 1 i 2. Na primer, sportisti sa potpunom tetraplegijom ili dvostrukom amputacijom iznad lakta spadaju u TPA sportsku klasu.

Dvosed čamac sa kobilicom

Jedan sportista mora biti bodovan za TPA sportsku klasu, a drugi mora biti bodovan za TPB sportsku klasu i jedan od takmičara mora biti žena.

9.9. Plivanje

Međunarodna sportska federacija za slepe (IBSA) definiše granu plivanja kao „granu koja se praktikuje dugi niz godina jer otelotvoruje faktore rivalstva, fizičke spremnosti i zabave za pojedince svih uzrasta“. Pravila koja se primenjuju na takmičenjima u plivanju konfigurisala je Međunarodna sportska federacija za slepe (IBSA) i ona su prilagođena osobama sa oštećenim vidom i zasniva se na pravilima Međunarodne plivačke federacije (FINA).

Sportisti i sportistkinje sa nivoom vida B1, B2 i B3 mogu da učestvuju u takmičenjima u plivanju, što je paraolimpijska grana. Među sportistima kojima je dozvoljeno da učestvuju u takmičenjima u različitim grupama prema nivoima vida, oni sa nivoom B1 moraju da učestvuju u takmičenjima noseći potpuno zatamnjene naočare za plivanje radi takmičenja pod jednakim uslovima.

Za razliku od sportista sa vidom, postoje vodiči koji vide, nazvani „taperi“, ili udarači koji daju signale sportistima da prilagode tempo ili da se bezbedno kreću unutar bazena. Mesta gde takvi vodiči moraju da stoje i pravila ponašanja tokom takmičenja određeni su pravilima. U

plivačkom sportu održavaju se međunarodna takmičenja koja organizuje Međunarodna sportska federacija za slepe (IBSA), kao i Paraolimpijske igre. Da bi sportisti mogli da učestvuju na ovim takmičenjima, potrebno je da ispune unapred određene kvote (vreme završetka takmičenja).

9.10. Goalball

Goalball, za razliku od ostalih sportskih grana za slabovide osobe, je grana posebno dizajnirana za slabovide osobe, za razliku od grana nastalih adaptacijom sportskih grana koje već izvode osobe bez invaliditeta. Štaviše, goalball je igra koju slabovidi sportisti nivoa B1, B2 i B3 igraju u dva tima od po tri osobe u dva poluvremena od po 10 minuta. U svakom timu postoje najviše tri zamene. Goalball se generalno igra u zatvorenim sportskim objektima. Teren za goalball je širine 9 m i dužine 18 m. Teren od 18 metara se prvo deli na dva (9 m + 9 m), a zatim se svaki od 9 metara deli na tri dela dužine 3 metra. Golovi su dužine 9 m i visine 130 cm. Golaball se igra loptom od 250 g u koju su umetnuta zvona. Goalball ima tri značajne osnovne karakteristike. Prvo, igra se loptom koja tokom kretanja proizvodi zvuk poput zvečke zbog zvončića u njoj, pa se položaj i mesto lopte mogu odrediti slušanjem. Drugo, igra se na terenu sa taktilnim oznakama, a igrač koji dodiruje takve taktilne oznake rukama i nogama može da percipira svoje mesto na terenu i pravac u kom je okrenut. Treće, svi igrači nose crne naočare, pa se time obezbeđuje da svi igrači imaju jednake uslove, a eliminišu se nepovoljnosti slepih ili slabovidih igrača. Da bi zvončići unutar lopte mogli da usmeravaju igrače, da bi se poboljšala njihova motivacija i da bi igrači mogli da odmah reaguju na loptu, sportski objekat mora biti potpuno tih tokom igre.

10. Istorijski razvoj Goalball-a

Goalball ima kratku istoriju. Golbol, sportska igra svojstvena slabovidim osobama, razvili su 1946. godine Hanc Lorencen iz Austrije i Sep Renidle iz Nemačke radi rehabilitacije veterana koji su izgubili vid tokom rata. Goalball je prvi put predstavljen svetu 1976. godine tokom Paraolimpijskih igara organizovanih u Kanadi. Nakon tog datuma, igra se na svim Paraolimpijskim igrama i na drugim prvenstvima. Poslednjih godina, goalbal se postepeno proširio u celom svetu. Prvo Svetsko prvenstvo u goalball-u organizovano je 1978. godine u Austriji i od tada se organizuje jednom svake četiri godine. Popularnost goalball-a postepeno je rasla od prvog svetskog prvenstva. Goalball se igra u zemljama članicama Međunarodne sportske federacije za slepe (IBSA).

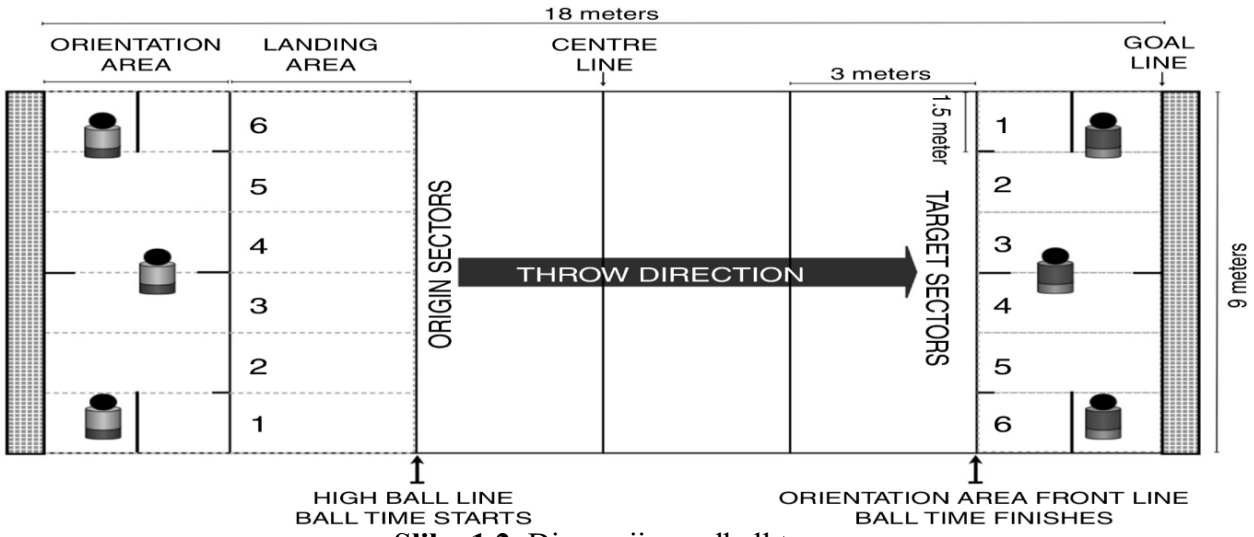
10.1. Dimenzije terena za Goalball

Teren za goalball je pravougaonog oblika, dužine 18 m (±0,05 m) i širine 9 m (±0,05 m). Teren je podeljen na šest delova od po 3 metra. Timski prostori dužine 6 m (±0,05 m) i širine 9 m (±0,05 m) nalaze se ispred gola sa obe strane terena. Timski prostori su podeljeni na dva jednaka dela dužine 3 m (±0,05 m) i širine 9 m (±0,05 m). Ovi delovi se nazivaju „prostor za orijentaciju“ i **„prostor za doskok**“. Prostor za orijentaciju je blizu gola, a prostor za **doskok** je daleko od gola. Timski prostori uključuju linije koje vode igrače.

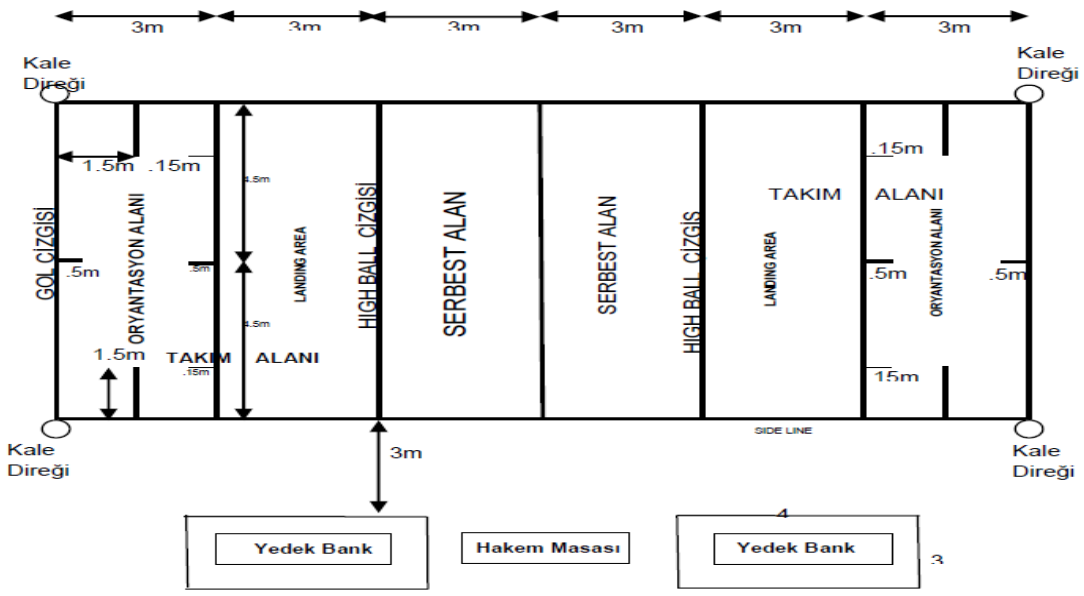
Neutralni prostor: Nalazi se na sredini terena. Ukupna dužina oba neutralna prostora je 6 m (±0,05 m), a njihova širina je 9 m (±0,05 m), i podeljeni su na dva jednaka dela središnjom linijom.

Sve linije terena: Širine su 0,05 m (±0,01 m) i moraju biti obeležene trakom. Radi orjentacije igrača, ispod trake mora biti kanap. Debljina kanapa je 0,003 m (±0,0005 m) i postavlja se ispod trake. Boja trake je u kontrastu sa loptom i podom, na način koji omogućava sudiji i publici da jasnije vide loptu i linije terena.

Pod: Površina terena mora biti glatka i mora je odobriti tehnički delegat Međunarodne sportske federacije za slepe (IBSA) (za turnire povezane sa IBSA). Drvo, plastika ili materijali tipa Taraflex podova moraju se koristiti za Paraolimpijske igre, Svetsko prvenstvo i sva ostala prvenstva.



Slika 1.2. Dimenzije goalball terena



Slika 2. Dimenzije goalball terena

10.2. Oprema za goalball

Na takmičenjima povezanim sa Međunarodnomsportskom federacijom za slepe (IBSA), upotreba opreme koju je odobrila ova federacija je obavezna. Ta oprema su golovi, lopta i štitnici za oči. Detalji ove opreme su navedeni u nastavku.

10.2.1. Golovi

Moraju se koristiti golovi koje je odredila Međunarodna sportska federacija za slepe (IBSA) ili koje je odobrio njen tehnički delegat. Golovi koji se koriste na takmičenjima moraju ispunjavati dole navedene specifikacije.

✓ Širina golova mora biti 9 m (±0,05 m). Stative gola su visoke 1,3 m (±0,02 m), a dubina gola je najmanje 0,5 m (50 cm) (statve gola moraju biti van terena, ali moraju biti poravnate sa gol-linijom). Stative gola i prečka moraju biti okrugli ili ovalni, a njihov maksimalni prečnik ne sme prelaziti 0,15 cm. Stative gola moraju biti van terena, ali moraju biti poravnate sa gol-linijom.

Slika 3. Gol za goalball

10.2.2. Lopta

Lopta koja se mora koristiti je ona koju je odredila Međunarodna sportska federacija za slepe (IBSA) ili koju je odobrio njen tehnički delegat. Lopta koja se koristi u takmičenjima moraju zadovoljavati sledeće specifikacije:

✓ **Prečnik lopte**: Mora biti 24-25 cm.

✓ **Obim lopte:** Mora biti 75,5 cm-78,5 cm.

✓ **Težina lopte:** Mora biti 1,250 g (±50 g).

✓ **Otvori za zvuk:** Moraju biti 4 otvora na gornjoj hemisferi i 4 otvora na donjoj hemisferi, tako da se ne poklapaju.

✓ **Zvona unutar lopte**: Mora ih biti 2.

✓ **Sastav lopte:** Mora biti od prirodne gume i ne sme sadržati toksične komponente.

✓ **Tvrdoća prema normi DIN 53505:** Mora biti sertifikovana po Šoru A 80-85°.

✓ **Boja lopte:** Mora biti plava.

✓ **Površina lopte:** Mora biti izbočena.

Slika 5. Lopta za Goalball

10.2.3. Zaštitne naočare / Naočare i kontaktna sočiva

Moraju se koristiti zaštitne naočare koje je propisala Međunarodna sportska federacija slepih (IBSA) ili koje je odobrio tehnički delegat. Zaštitne naočare i oprema za oči koji se koriste na takmičenjima moraju zadovoljavati sledeće specifikacije:

✓ Zaštitne naočare moraju biti širine 12 cm.

✓ Zaštitne naočare moraju biti po modelu ski naočara.

✓ Zaštitne naočare moraju biti otporne na svetlost i potpuno crne.

✓ Igračima je strogo zabranjeno nošenje naočara ili kontaktnih sočiva.

✓ Svi igrači moraju nositi zaštitne naočare od prvog zvižduka bilo kog poluvremena utakmice do kraja tog poluvremena. Pored toga, igrač koji se menja može skinuti zaštitne naočare prilikom napuštanja terena nakon objave zamene.

✓ Zaštitne naočare moraju nositi i svi igrači tokom produžetaka. Svi igrači, bez obzira da li su na terenu ili ne, moraju nositi zaštitne naočare tokom slobodnih bacanja.

✓ Bilo koji deo ili različiti spoljni elementi postavljeni na glavu ne smeju ometati položaj ili funkciju zaštitnih naočara.

✓ Na svim dobro posećenim prvenstvima u goalball-u, oči svih sportista koji učestvuju na prvenstvu moraju biti pokrivene štitnicima za oči ili sličnim materijalom od strane osobe koju je imenovao tehnički delegat za golbol Međunarodne sportske federacije slepih (IBSA) ili osobe koju je imenovao tehnički delegat.

✓ Lokalni organizacioni odbor obaveštava timove šezdeset (60) dana pre početka turnira o tome koja marka ili vrsta štitnika za oči moraju da se koriste. Ako igrač mora da koristi drugačiji štitnik za oči, tim mora da dostavi lekarsko uverenje dve (2) nedelje unapred tehničkom delegatu turnira. Ako je igraču odobreno korišćenje alternativnog štitnika za oči, tim je dužan da obezbedi nabavku takvog štitnika za oči.

10.2.4. Uniforme

Moraju se koristiti uniforme koje je odredila Međunarodna sportska federacija slepih (IBSA) ili koje je odobrio njen tehnički delegat. Uniforme koje se koriste na takmičenjima moraju biti usaglašene sa sledećom specifikacijom:

✓ Broj svakog igrača mora biti trajno pričvršćen na prednjoj i zadnjoj strani uniformi.

✓ Brojevi moraju biti visoki 18 cm (±1 cm) ili ih mora odobriti tehnički delegat.

✓ Brojevi moraju biti u rasponu od jedan (1) do devet (9).

✓ Brojevi ne smeju biti zaklonjeni od pogleda sudije ili pomoćnih sudija. Nepoštovanje ovog pravila rezultira timskom kaznom za odugovlačenje igre od strane tima.

✓ Imena zemalja i sportista mogu biti napisana na poleđini uniformi i iznad ili ispod broja uniforme. Veličina slova ne sme prelaziti 7 cm (±0,5 cm) osim ako tehnički delegat ne odobri drugačije.

✓ Uniforme, materijali i štitnici ne smeju viriti više od 10 cm iz bilo kog dela tela.

✓ Na Paraolimpijskim igrama, dresovi, pantalone i čarape koje nose igrači u timu moraju biti identični i moraju ispunjavati sve standarde oglašavanja koje zahteva Međunarodni paraolimpijski komitet (IPC). Nepoštovanje ovih standarda dovodi do sprečavanja početka utakmice.

✓ Prema Međunarodnoj sportskoj federaciji slepih (IBSA) dresovi, pantalone i čarape koje nose svi sportisti u timu na Svetskom prvenstvu u goalball-u moraju biti identični i moraju ispunjavati sve standarde oglašavanja koje zahteva Međunarodna sportska federacija slepih (IBSA).

✓ Timovi moraju imati rezervne uniforme za slučaj krvarenja kod bilo kog igrača iz bilo kog razloga i za slučaj da su uniforme umrljane krvlju. Timovi moraju zameniti uniformu umrljanu krvlju uniformom identičnog dizajna i boje.

✓ Pored toga, timovi moraju imati dve odvojene uniforme, kao domaći i gostujući tim. Boje ovih uniformi moraju biti potpuno različite.

10.3. Pravila igre goalball

Pravila igre goalball-a odredila je Međunarodna sportska federacija slepih (IBSA) i podeljena su na pravila koja se odnose na izgradnju tima, pravila pre početka utakmice, pravila posle početka utakmice, pravila koja se odnose na prekršaje u toku igri, pravila koja se odnose na lične kazne, pravila koja se odnose na timske kazne, pravila na kraju utakmice i pravila koja se odnose na potpisivanje i protestovanje na rezultat, a detalji ovih odeljaka dati su u nastavku.

10.3.1. Pravila koja se odnose na izgradnju tima

✓ Na početku svake utakmice, svaki tim mora da se sastoji od tri (3) startera i najviše tri (3) rezerve. Ako tim ne izađe na utakmicu sa tri (3) startera, smatra se da je izgubio utakmicu. Utakmica se završava ako bilo koji tim ostane sa jednim igračem.

✓ Na klupi svakog tima mogu biti najviše tri (3) pratioca. Ukupan broj pojedinaca na klupi tima ne može biti veći od 9, uključujući tri startera na terenu. Nepoštovanje ovog pravila rezultira timskom kaznom za odugovlačenje igre od strane tima.

✓ Tokom bacanja novčića, sudija mora biti obavešten o igraču koji nije na spisku tima. Igrač mora nositi karakterističnu uniformu koju mu je obezbedio organizacioni odbor. U suprotnom, nije mu dozvoljeno da sedi na klupi tima. Nepoštovanje ovog pravila rezultira timskom kaznom za odugovlačenje igre od strane tima.

10.3.2. Pravila pre početka utakmice

➢ **Bacanje novčića**

✓ Predstavnik tima mora biti na pravom mestu u pravo vreme za bacanje novčića. Nepoštovanje ovog pravila rezultira gubitkom mogućnosti da tim izabere da baci ili vrati loptu ili da bude desno ili levo od sudijskog stola. Ako se nijedna od ekipa ne pridruži bacanju novčića, prva ekipa (tim A) na zapisniku mora da započne sa leve strane sudijskog stola.

✓ Pre ulaska ekipe na teren za igru, predstavnik tima mora da popuni listu sa postavom sa imenima i brojevima igrača, kao i imenima trenera i pratilaca kojima je dozvoljeno da budu prisutni na klupi tokom utakmice. Ako list sa postavom ekipe nije popunjen, mora se koristiti list sa postavom od prethodne utakmice. Ako list sa postavom nije dostupan, ime tima i spisak učesnika se dobijaju iz prijavnog formulara podnetog na zahtev organizacionog odbora za turnir.

✓ Pre izvođenja penala kojima se određuje pobednik, predstavnik tima mora popuniti list sa postavom koji je dao sudija i vratiti ga sudiji pre bacanja novčića. Nepoštovanje ovog pravila rezultira gubitkom prava timova da se odluče za stranu u napadu ili odbrani. List sa postavom tima određuje redosled igrača. Ako listovi sa postavom oba tima nisu prisutni, prvi tim (tim A) na zapisniku mora da izvede početni udarac.

✓ Bacanje novčića mora izvršiti sudija ili drugo službeno lice koje odredi tehnički delegat.

✓ Tim koji osvoji bacanje novčića može da se odluči za to da bude u napadu ili odbrani, ili da se odluči za stranu (desnu ili levu) za početni udarac. Preostala opcija pripada drugom timu.

✓ Timovi menjaju strane na početku drugog poluvremena. Početni udarac u drugom poluvremenu izvodi tim koji je bio u odbrani u prvom poluvremenu.

✓ Samo igrači navedeni u listi sa postavom mogu da igraju. Svi igrači na spisku za postavu moraju biti na terenu ili u prostoru za rezervne igrače do početka utakmice. Nepoštovanje ovog pravila rezultira timskom kaznom za odugovlačenje igre.

➢ Zagrevanje

✓ Igračima je dozvoljeno da se zagrevaju na strani koju brane. Timu nije dozvoljeno da baca loptu na stranu drugog tima.

✓ Tokom zagrevanja, ako bilo koji tim baci loptu na stranu drugog tima, sudija će izdati upozorenje. Ako isti tim baci loptu na stranu drugog tima po drugi put, to rezultira timskom kaznom za nesportsko ponašanje tima. Svako bacanje na protivničku stranu rezultira timskom kaznom za nesportsko ponašanje tima i može prouzrokovati diskvalifikaciju igrača ili trenera.

➢ Trajanje igre

✓ Trajanje utakmice je 24 minuta podeljeno na dva poluvremena od po 12 minuta.

✓ Mora postojati interval od najmanje pet (5) minuta između kraja utakmice i početka sledeće utakmice. Na Paraolimpijskim igrama i Svetskim prvenstvima, mora biti najmanje 15 minuta između kraja utakmice i početka sledeće utakmice.

✓ Zvučno upozorenje se daje pet (5) minuta pre početka utakmice. Dodatno, zvučno upozorenje se daje 90 sekundi pre početka svakog poluvremena.

✓ 90 sekundi pre početka utakmice, igrači koji učestvuju u igri u bilo kom poluvremenu, moraju biti spremni i okrenuti licem ka golu radi kontrole štitnika za oči i jastučića za oči. Nepoštovanje ovog pravila rezultira timskom ili ličnom kaznom za timsko ili lično odugovlačenje igre.

✓ Trajanje pauze na poluvremenu je 3 minuta.

✓ Sva ekipa i igrači moraju biti spremni za početak kada sudija pored stola označi „vreme“ ili kada se čuje zvučni signal. Nepoštovanje ovog pravila rezultira timskom ili ličnom kaznom za timsko ili lično odugovlačenje igre.

✓ Kada vreme istekne, smatra se da je bilo koje poluvreme igre završeno.

10.3.3. Pravila nakon početka meča

➢ **Protokol igre**

✓ Sudija počinje igru tako što traži od svih da isključe mobilne telefone i budu tihi dok je lopta u igri tokom utakmice. Sudija, pre nego što da znak „igra“, kaže „tišina, molim“ i baca loptu ekipi koja treba da izvede početni udarac. Sudija baca loptu igraču najbližem središnjoj liniji. Zatim, nakon tri zvižduka kaže „igra“.

✓ Sat za igru 10-o sekundni period se pokreću komandom „igra“. Merenje 10 sekundi počinje od trenutka kada igrac dotakne loptu.

✓ Sudija zviždi i završava bilo koje poluvreme objavljujući „prvo poluvreme“, „kraj utakmice“, „produženi“, „slobodna bacanja (penali)“ ili „serija penala“. Ovo upozorenje se daje da bi se igrači obavestili o završetku poluvremena i informisali da mogu da dodiruju svoje štitnike za oči kako bi obezbedili da nisu u kaznenom okviru pre kraja poluvremena. U periodu između „penala“ i „serije penala“, igračima nije dozvoljeno da dodiruju svoje štitnike za oči.

✓ Sat za igru i 10-o sekundni tajmer (osim penala) se zaustavljaju kada sudija dune u pištaljku i ponovo pokreću kada on/ona da znak „igra“. Sat za igru se zaustavlja tokom poena

✓ Orijentaciona linija od 1,5 metara gde je lopta izašla van terena za igru od strane sudije ili korner sudije. Sudija će zatim reći „tišina, molim“ i duniti u pištaljku jednom, a tajmeri „igra“ i 10-o sekundni tajmer će početi da mere na ovu komandu.

✓ Ako lopta pređe spoljnu liniju terena tokom šuta, sudija će dunuti u pištaljku i reći „aut“ a sat za meč će biti zaustavljen. Tajmer od deset sekundi će biti zaustavljen, a vreme će biti resetovano. Loptu će sudija ili korner sudija spustiti na orijentacionoj liniji od 1,5 metara protivničkog tima sa strane sa koje je izašla. Sudija će zatim reći „tišina, molim“, „zviznuti“ i reći „igra“. Vreme Igre i tajmer od 10 sekundi će se ponovo pokrenuti kada sudija kaže „igra“.

✓ Ako lopta izađe van aut linije iz timskog prostora, sudija zviždi u pištaljku i kaže „blokirano“. Sudija će tada reći „aut“. Igra i tajmer od 10 sekundi će se zaustaviti. Loptu će postaviti centralni sudija ili korner sudija sa na orijentacionu liniju od 1,5 metara protivničkog tima sa strane sa koje je izašla van terena. Sudija će zatim reći „tišina molim“, dunuti u pištaljku i reći „igra“. Igra i tajmer od 10 sekundi će ponovo početi kada sudija kaže „igra“.

✓ Kada se sat za igru zaustavi i sudija ili korner sudija spuste loptu nazad na orijentacionu liniju od 1,5 metara, sudija će reći „tišina molim“, dunuti u pištaljku i reći „igra“ čak i ako nijedan član tima ne pokuša ponovo da pokupi loptu.

✓ Neće biti pomoći u usmeravanju igrača na terenu. Ako se u bilo kom trenutku od sudije zatraži da usmeri igrača, nepoštovanje ovog pravila rezultiraće ličnom kaznom i kaznom za odugovlačenje igre.

✓ Nakon dosuđivanja penala, igračima može dati uputstva sudija ili korner sudija.

✓ Ako bačena lopta padne u timski prostor, a da ne dodirne nijednog odbrambenog igrača i igrači je ne mogu pronaći, smatra se „mrtvom loptom“. U tom slučaju, sudija će dunuti u pištaljku i reći „mrtva lopta“. Sudija će zatim ispustiti loptu ispred linije za orijentaciju od 1,5 m igrača odbrambene ekipe. Zvižduk za mrtvu loptu će se takođe oglašavati kada lopta udari u stativu gola i padne u timski prostor ili slobodni prostor, a da ne dodirne nijednog odbrambenog igrača. Zvižduk se neće oglašavati dok lopta ne bude potpuno nepokretna.

✓ Član ekipe može napustiti teren za igru samo tokom zvanične pauze u igri (npr. da potraži medicinsku pomoć ili podesi opremu) nakon što zatraži dozvolu od sudije. Ovaj član ekipe se ne sme vratiti u igru do kraja tog poluvremena. Nepoštovanje ovog pravila rezultiraće kaznom za „odugovlačenje igre“ koja će se izreći ekipi.

✓ Zvanični tajm-aut za brisanje terena ako sudija smatra da će bezbednost igrača biti ugrožena. Brisanje terena se vrši samo tokom zvaničnog tajm-auta tokom igre.

➢ **Postizanje poena**

✓ Gol se računa kad god lopta potpuno pređe gol-liniju. Sudija će dva puta zviznuti i objaviti postizanje gola. Sat za igru će se zaustaviti kada sudija prvi put zviždi. Gol koji je postigao sudija ili korner sudija koji ubacuje loptu u igru se ne računa.

✓ U kaznenim situacijama kada je sat za igru zaustavljen, ako cela lopta pređe gol-liniju, gol će se računati.

✓ Ako se maska za oči odbrambenog igrača skine ili odvoji zbog bačene lopte, igra se nastavlja dok lopta ne bude kontrolisana, ne izađe iz odbrane ili ne bude postignut gol.

✓ Ekipa sa najviše golova po isteku vremena biće proglašena pobednikom.

✓ Utakmica će se odmah završiti ako jedna od ekipa vodi sa 10 golova razlike.

➢ **Timska pauza**

✓ Svaki tim ima pravo na četiri (4) tajm-auta od četrdeset pet (45) sekundi tokom regularnog vremena igre za taktičke pripreme. Najmanje jedan timski tajm-aut mora biti iskorišćen u prvom poluvremenu, u suprotnom će biti poništen. Kada se uzme tajm-aut, oba tima imaju koristi od njega.

✓ Svaki tim ima pravo na 1 tajm-aut tokom svakog produžetka. Svi tajm-auti koji nisu iskorišćeni tokom regularnog vremena igre biće poništeni.

✓ Tim koji je u posedu lopte može zatražiti tajm-aut. Bilo koji tim može zatražiti tajm-aut tokom bilo kog zvaničnog zvižduka u igri.

✓ Zahtev za tajm-aut podnosi trener ili bilo koji član tima koji poziva sudiju „tajm-aut“ i/ili daje znak rukom. Bilo koji član tima može zatražiti tajm-aut znakom rukom pre nego što tim stekne kontrolu nad loptom. Međutim, tim mora da sačeka da lopta bude pod hjihovom kontrolom pre nego što usmeno zatraži tajm-aut. Nepoštovanje ovog pravila rezultiraće „timskom kaznom“ ili „nedozvoljenom taktikom“.

✓ Prihvatanje tajm-auta od strane sudije biće potvrđeno pozivom na tajm-aut i izgovaranjem imena tima koji uzima tajm-aut. Svakome iz prostora klupe za rezervne igrače biće dozvoljen ulazak na teren.

✓ Drugi sudija će pokrenuti tajmer od 45 sekundi i daće zvučno upozorenje 15 sekundi pre kraja tajm-auta i drugo zvučno upozorenje na kraju tajm-auta. Svi članovi tima, osim igrača na terenu, moraju biti u prostoru klupe za rezervne igrače na kraju tajm-auta. Nepoštovanje ovog pravila rezultiraće timskom kaznom za odugovlačenje igre.

✓ Kada se oglasi zvučni signal od 15 sekundi, sudije će uzviknuti „15 sekundi“.

✓ Zamena se može izvršiti pre kraja tajm-auta. Ako tim zatraži zamenu pre kraja tajm-auta, timu će biti odobrena i zamena i tajm-aut. Na kraju tajm-auta od 45 sekundi, sudija će objaviti zamenu i postupak zamene će početi. Ako ekipa zatraži zamenu nakon tajm-auta: timski penal - odugovlačenje igre.

✓ Nakon što je tim zatražio tajm-aut, mora da završi barem jedan šut pre nego što može da dobije drugi tajm-aut ili zamenu.

✓ Ako tim zatraži više od četiri (4) tajm-auta tokom regularnog vremena igre, ili više od tri (3) u drugom poluvremenu, ili više od jednog (1) tajm-auta tokom produžetka, zahtev će biti odbijen i odmah će biti izrečen penal za odugovlačenje igre.

✓ Nakon što sudija kaže „tišina molim“, svi u prostoru klupe za rezerve moraju da prestanu da daju taktičke instrukcije, u suprotnom će biti dodeljena timski penal za „nedozvoljenu taktiku“.

➢ **Sudijski tajm-aut**

✓ Sudija može dati zvaničnu pauzu u bilo kom trenutku kada smatra da je potrebno.

✓ Ako je sudija svirnuo zvanični tajm-aut za ekipu u posedu, loptu mora da kontroliše golmanski sudija. Na kraju zvaničnog tajm-auta, korner sudija mora da spusti loptu 1,5 m ispred linije za orijentaciju igrača.

✓ Ne postoji vremensko ograničenje za sudijsku pauzu.

✓ Tokom sudijske pauze ekipe u prostoru klupe za igrače mogu da daju taktičke instrukcije dok sudija ne kaže „tišina, molim“. Nakon što sudija kaže „tišina, molim“, davanje taktičkih instrukcija sa klupe za igrače mora da prestane. Ako se ovo ne poštuje, ekipa će biti kažnjena timskom kaznom.

➢ Medicinski tajm-aut

✓ Medicinski tajm-aut traje najviše četrdeset pet (45) sekundi. U slučaju povrede ili bolesti, sudija će odobriti medicinski tajm-aut. Nakon 45 sekundi, sudija će se konsultovati i odlučiti da li igrač može da nastavi igru.

✓ Drugi merilac vremena koji ne meri tajm-aut od 10 sekundi započeće merenje medicinskog tajm-auta od 45 sekundi.

✓ Zvučno upozorenje biće dato 15 sekundi pre kraja medicinskog tajm-auta i na kraju tajm-auta.

✓ Ako sudija smatra da povređeni igrač nije spreman za igru nakon četrdeset pet (45) sekundi, taj igrač se zamenjuje medicinskom zamenom. Isti igrač može ući u igru ako trener zahteva normalnu zamenu.

✓ Tokom medicinskog tajm-auta, najviše jednoj osobi iz prostora klupe tima je dozvoljeno da uđe na teren bez dozvole sudije. Osoba koja ulazi na teren mora biti u prostoru klupe tima na kraju medicinskog tajm-auta. Upozorenje od 15 sekundi se daje pre kraja tajm-auta. Ako više od jedne osobe iz prostora klupe tima uđe na teren bez dozvole sudije ili ako osoba koja ulazi na teren nije u prostoru klupe tima na kraju medicinskog tajm-auta, dosuđuje se penal za odugovlačenje igre. Ako više od jedne osobe iz prostora klupe tima uđe na teren bez dozvole sudije, odmah se dosuđuje penal za odugovlačenje igre i ekipi nije dozvoljeno da koristi pravo na medicinski tajm-aut od 45 sekundi. Ako povređeni igrač nije u mogućnosti da nastavi igru, mora se izvršiti medicinska izmena pre izvođenja penala. U ovom slučaju, protivnički trener ne može da bira odbranu.

➢ Protokol prilikom povreda koje krvare

✓ Ako sudija primeti da igrač krvari zbog povrede, biće pozvan medicinski tajm-aut. Igrač će biti udaljen sa terena i neće mu biti dozvoljen povratak na teren dok se krvarenje ne zaustavi, mesto krvarenja ne zatvori i, ako je potrebno, dres ne promeni. Ako se krvarenje ne može zaustaviti, mesto krvarenja ne može da se zatvori i dres ne može da se promeni tokom medicinski opravdanog tajm-auta, potrebna je medicinska zamena.

✓ Ako je igrač zamenjen zbog krvarenja, medicinski opravdana zamena će biti prihvaćena i igrač će biti uključen u igru ako trener zahteva zamenu i sudija vidi da igrač ispunjava potrebne uslove.

✓ Neophodno je da se sve kontaminirane površine pravilno očiste pre početka utakmice.

✓ Ako igrač nema rezervni dres sa istim brojem, dozvoljeno mu je da nosi dres sa drugim brojem (koji ne koristi nijedan igrač tima). Ovo mora biti prijavljeno sudiji, koji mora da objavi izmenu. Ovaj dres mora biti iste boje kao dres koji koriste ostali igrači tima.

➢ **Izmene u timu**

✓ Svaki tim ima pravo na četiri (4) zamene tokom utakmice. Najmanje jedna zamena mora biti izvršena u prvom poluvremenu utakmice, u suprotnom se gubi pravo na tu zamenu.

✓ Svaki tim ima pravo na jednu (1) zamenu tokom svakog produžetka. Zamene koje nisu korišćene tokom regularnog dela igre biće poništene.

✓ Isti igrač može biti zamenjen više puta.

✓ Zamena se može zahtevati dok je tim u posedu lopte. Bilo koji tim može zahtevati zamenu kada je sat za igru zaustavljen.

✓ Zamenu može zahtevati bilo koji član tima koristeći ručne signale i/ili reči (izmena). Bilo koji član tima može zahtevati „zamenu“ ručnim signalom pre nego što tim ima kontrolu nad loptom. Međutim, tim mora sačekati da lopta bude pod kontrolom pre nego što se zamena zatraži usmeno. Nepoštovanje zahteva će rezultirati „timskom kaznom“ ili „nedozvoljenom taktikom“.

✓ Zamena počinje tako što sudija objavi ime tima koji traži zamenu.

✓ Nakon što sudija objavi zamenu, tim koji traži zamenu uklanja tablu sa brojem igrača koji napušta igru i igrača koji ulazi u igru. Nepoštovanje ovog pravila rezultiraće timskom kaznom za odugovlačenje igre.

✓ Na turnirima gde su potrebni štitnici za oči, igrač koji učestvuje u igri mora imati štitnik za oči i biti spreman za proveru kada sudija objavi zamenu. Svako odugovlačenje igrača ili trenera rezultiraće timskom kaznom.

✓ Tajm-aut se može zatražiti pre nego što se zamena završi. Ako tim koji vrši izmenu zatraži tajm-aut pre nego što se izmena završi, smatra se da je izvršio izmenu i uzeo tajm-aut.

✓ Nakon što je završena izmena u timu, isti tim mora da napravi bar jedan šut da bi zatražio novu izmenu ili tajm-aut. Izmena se smatra završenom kada igrač stupi na teren. Nepoštovanje ovog pravila rezultiraće kaznom za odugovlačenje igre.

✓ Nakon što sudija objavi ime tima i broj igrača koji izlazi, igrač koji izlazi može skinuti masku i otići do klupe tima. Korner sudija može pomoći igraču koji izlazi i uzeti igrača koji će ući i ostaviti ga kod stative blizu klupe tima. Ako igrač koji izlazi dodirne svoju masku pre nego što sudija objavi ime tima i broj igrača koji izlazi, biće kažnjen kaznom za masku.

✓ U kaznenim situacijama, zamene se mogu vršiti i za druge igrače osim za kažnjenog igrača.

✓ Tokom zamene, oba tima mogu da daju taktičke instrukcije sa klupe dok sudija ne kaže „tišina, molim". Ako tim nastavi da daje taktičke instrukcije nakon komande „tišina, molim", tim će dobiti timsku kaznu zbog nedozvoljene taktike.

✓ Tokom poluvremena, između regularnog vremena i produžetaka, i između oba poluvremena u produžecima zamene se ne računaju u dozvoljene tri zamene ekipe. Timovi moraju da obaveste stolnog sudiju o svim zamenama tokom poluvremena. Stolni sudija će objaviti zamenu pre početka poluvremena. Ako tim ne obavesti stolnog sudiju o svojoj zameni pre poluvremena, taj tim će biti kažnjen timskom kaznom - odugovlačenjem igre.

✓ Ako tim zatraži više od četiri (4) zamene tokom regularnog vremena igre, ili više od tri (3) u drugom poluvremenu, ili više od jedne (1) u produžetku, zahtev će biti odbijen, a tim koji je zatražio biće kažnjen kaznom za odugovlačenje igre.

➢ **Medicinske zamene**

✓ Medicinske izmene se neće računati kao jedna od četiri (4) dozvoljene izmene u igri.

✓ U slučaju dva prekida zbog povrede istog igrača tokom igre i produžetaka, igraču neće biti dozvoljeno da uđe u igru do kraja poluvremena prema sudijinoj odluci. Novi medicinski prekid za istog igrača tokom preostalog poluvremena igre zahteva hitnu medicinsku zamenu i igraču neće biti dozvoljeno da uđe u igru do kraja poluvremena.

✓ Nakon objave medicinske zamene, sudija odlučuje da li će igrač nastaviti igru. Ako nakon četrdeset pet (45) sekundi sudija odluči da igrač neće nastaviti, igrač mora biti zamenjen. Igrač se može vratiti u igru na uobičajeni zahtev trenera za zamenu.

✓ Tim može nastaviti da daje taktičke instrukcije igračima na terenu tokom medicinske zamene sve dok sudija ne da komandu „tišina molim". U slučaju nepoštovanja: dosuđuje se timski penal za nedozvoljenu taktiku.

➢ **Lopta preko (Ball Over)**

✓ Ako loptu zaustavi odbrambeni igrač i ona pređe (a) sredinu terena ili (b) bočnu liniju neutralne zone, sudija zviždi u pištaljku i kaže „lopta preko (Ball Over) ". Lopta se vraća protivničkoj ekipi koja je ima u posedu.

✓ Orijentaciona linija od 1,5 m gde lopta uđe na teren za igru od strane sudije ili korner sudije. Sudija kaže „tišina, molim“, zviždi u jednom u pištaljku i kaže „igra“.

✓ Ako lopta pogodi stativu gola i izađe preko sredine terena ili bočne linije neutralne zone, sudija zviždi jednom u pištaljku i kaže „lopta preko (Ball Over) “.

✓ Ako lopta pogodi predmet na terenu, sudija zviždi jednom u pištaljku i kaže „lopta preko (Ball Over) “.

✓ Ako igrač potpuno prenese loptu preko sredine terena, sudija zviždi jednom u zviždaljku i kaže „lopta preko (Ball Over) “.

✓ Ovo pravilo se ne primenjuje kod slobodnih bacanja ili penala.

10.3.5. Pravila u vezi sa ličnim kaznama

U slučaju ličnog prekrsaja , sudija će dunuti u pištaljku i objaviti naziv prekrsaja, broj igrača i ime tima. Igrač koji je dobio kaznu braniće penal. Ako igrač nije u mogućnosti da brani zbog povrede, tim koji izvodi udarac će izabrati jednog od dva preostala igrača na terenu da brani. U slučajevima kazne uzrokovane odbranom, udarac će biti ponovljen, osim ako nije postignut gol. Ako igrač koji izvodi penal postigne autogol, gol se neće računati već će se smatrati gubitkom poseda lopte. Ako se dogodi još jedan prekršaj tokom penala, drugi penal će biti izveden nakon prvog. Ako tim koji izvodi penal ne želi da ga izvede, to mora da naznači kapiten tima signalom ruke i/ili usmeno govoreći „penal odbijen“. Kada se igra ponovo pokrene, ekipa koja ne želi da izvede penal imaće posed lopte. Sat za igru će se zaustaviti u svim situacijama za izvođenje penala.

➢ **Kratka lopta (Short Ball)**

✓ Kada bačena lopta stane ispred timskog prostora odbrambene ekipe, naziva se kratka lopta. Dosuđuje se penal. (Short Ball).

➢ **Visoka lopta (**High Ball**)**

✓ Nakon što lopta napusti ruku igrača, mora dodirnuti tlo u igračevom timskom prostoru (6 m) barem jednom. U suprotnom, igrač koji je bacio loptu dobija visoku loptu. Dosuđuje se prekrsaj za loptu odnosno penal za protivničku ekipu.

➢ **Duga lopta (Long ball)**

✓ Lopta mora dodirnuti tlo barem jednom u slobodnoj zoni, u suprotnom će lopta biti duga i igrač će biti kažnjen penalom.

➢ **Maske za oči**

✓ Ako igrač namerno dodirne svoju ili tuđu masku za oči tokom igre bez dozvole sudije, igrač koji je dodirnuo masku biće kažnjen kaznom za masku.

✓ U slučaju kazne, igrač udaljen sa terena ne sme dodirnuti svoju masku za oči, u suprotnom će biti dosuđena penal za masku za oči.

✓ Ako igrač koji napušta teren tokom zamene dodirne i/ili skine masku pre nego što sudija objavi zamenu i ime tima, dodeljuje se penal za masku.

✓ Kazna za zaštitne naočare može se dosuditi nakon upozorenja od strane ili sudije ili merioca vremena od 10 sekundi. Merilac vremena od 10 sekundi će signalizirati kaznu sudiji koristeći unapred određeni zvuk kako bi označio kaznu od 10 sekundi. Stolni sudija će odlučiti o kazni nakon što razgovara o detaljima sa meriocem vremena od 10 sekundi pre provere zaštitnih naočara ili jastučića za oči.

➢ **Nedozvoljena odbrana**

✓ Tokom prve odbrane sa loptom, ako telo odbrambenog igrača dodirne timski prostor (orijentacioni i srednji prostor), smatra se da je igrač nedozvoljeno branio.

✓ Kada odbrambeni igrač izvrši „nedozvoljenu odbranu“, sudija dozvoljava da se igra nastavi. Ako se postigne gol, neće se dosuditi kazneni udarac.

➢ **Lično odugovlačenje igre**

✓ Igrači moraju biti spremni da započnu bilo koje poluvreme utakmice po uputstvima sudije.

✓ Igrači ne smeju primati pomoć ni od koga osim od svojih saigrača na terenu, osim ako se ne desi situacija koju je dosudio sudija ili korner sudija nakon kaznene situacije.

✓ Ako sudija utvrdi da bilo koji igrač namerno odugovlači igru, dosudiće se lična prekrsaj za odugovlačenje igre, tj.penal.

➢ **Lično nesportsko ponašanje**

✓ Ako sudija utvrdi da se igrač ponašao nesportski, može mu dosuditi kaznu za „lično nesportsko ponašanje“. Pored toga, svaki igrač kome je dodeljena lična kazna za nesportsko ponašanje tokom igre može biti isključen iz igre. Svaki igrač koji je isključen iz igre zbog bilo kakvog nesportskog ponašanja ne može igrati u narednoj utakmici turnira. Svako nesportsko

ponašanje može rezultirati isključenjem iz igre ili udaljenjem sa terena. Kazna predatavlja penal za protivnicku ekipu.

✓ Ako je igrač isključen iz igre, sudija mora to prijaviti tehničkom delegatu takmičenja. Ako tehnički delegat, zajedno sa žalbenom komisijom, to odobri, igrač može biti isključen iz sledećeg kola takmičenja. Ovo mora biti prijavljeno Podkomitetu za goalball Međunarodne sportske federacije slepih (IBSA) na kraju turnira u pisanom izveštaju tehničkog delegata. Ako se žalbeni odbor ne može sastati i doneti odluku o tom pitanju, dotični igrač ne može učestvovati ni u jednoj daljoj utakmici na turniru dok žalbeni odbor ne donese odluku o tom pitanju.

✓ Igrač koji je isključen iz igre zbog ličnog nesportskog ponašanja može biti zamenjen drugim igračem u istoj utakmici. Ova zamena se smatra jednom od dozvoljenih zamena.

✓ Svaki namerni fizički napad igrača na sudiju ili službeno lice pre ili tokom utakmice rezultiraće momentalnim isključenjem igrača i napuštanjem terena. Tim koji izvodi penal bira jednog od igrača na terenu da brani. Ako se incident dogodio pre početka utakmice, protivnički tim može izabrati bilo kog igrača sa spiska za odbranu.

✓ Lopta mora biti nederfomisana kada napusti ruku bacača, u suprotnom će biti dosuđena penal za lično nesportsko ponašanje.

✓ Strogo je zabranjeno igraču da koristi bilo koju supstancu koja povećava ili smanjuje prijanjanje površine lopte. Takvo ponašanje će se smatrati kaznom za „lično nesportsko ponašanje“.

✓ Lična kazna za nesportsko ponašanje biće izrečena ako bilo koji igrač namerno pokuša da pokvasi loptu trljajući je o bilo koju površinu.

✓ Ako je lopta namerno šutnuta dok igrač stoji nakon početnog kontakta sa loptom, igrač će dobiti „ličnu kaznu za nesportsko ponašanje“.

✓ Ako sudija smatra da bi bilo koji udarac van terena mogao nekome naneti štetu, dodeliće igraču ličnu kaznu za nesportsko ponašanje.

✓ Igrač ne sme podešavati i dodirivati štitnike za oči ni na koji način bez dozvole sudije. U suprotnom, ovaj igrač će biti udaljen iz igre zbog nesportskog ponašanja. U tom slučaju može se izvršiti zamena. Ova zamena se smatra jednom od dozvoljenih zamena.

➢ **Buka u toku igre**

✓ Penal će biti dosuđen ako igrač napravi buku tokom ili nakon bacanja lopte koja sprečava odbrambeni tim da prati loptu.

✓ Svaka prekomerna buka će biti definisana kao životinjski zvuci. Bučno gaženje nogama, bučno udaranje rukama ili pesnicama, glasno pljeskanje rukama, zviždanje, pevanje, škripanje patikama, coktanje, nepotrebno i besmisleno pričanje i vikanje se smatraju bukom.

10.3.6. Pravila u vezi sa timskim penalom

✓ U slučaju timskih penala, sudija treba da dune u pištaljku i kaže „timski penal“ i objavi ime tima. Tim koji izvodi penal bira igrača na terenu koji će braniti penal. Ovo pravilo se primenjuje na sve timske penale. Ako je timu dosuđen penal pre početka utakmice, tim koji izvodi penal može izabrati bilo kog igrača sa spiska protivničke ekipe da brani. Pravilo igre se primenjuje na sve kazne i ako igrač koji izvodi penal napravi prekršaj, gol se neće računati i tim će biti kažnjen ličnom ili timskom kaznom. Ako se dogodi prekršaj od strane odbrane, a gol se ne postigne, udarac će biti ponovljen. Ako igrač koji izvodi penal postigne autogol, gol se neće računati, ali će se smatrati gubitkom poseda lopte i ona će pripasti protivničkom timu. Ako tim koji izvodi penal ne želi da izvede penal, signaliziraće rukom i/ili će odbiti izjavom „penal odbijen“. Kada se igra ponovo pokrene, ekipa koja ne želi da izvede penal imaće posed lopte.

➢ **10 sekundi**

✓ Nakon što lopta prvi put dodirne odbrambeni tim, tim će imati 10 sekundi da doda loptu preko središnje linije.

✓ Ukoliko dođe do tajm-auta, zamene ili blokiranja nakon što lopta prvi put dodirne odbranu i tim ima posed lopte (u kontroli igrača ili dok igrači tima dodaju loptu jedni drugima), tajmer od 10 sekundi će biti zaustavljen sudijskim zviždukom i igra će se nastaviti tamo gde je stala nakon što sudija svirne pištaljkom i da komandu „igra“. Preostalih 10 sekundi će se koristiti da tim doda loptu preko središnje linije ili korner linije.

✓ Ako se začuje zvižduk za „blokiranje“ nakon odbrane, tajmer od 10 sekundi se zaustavlja i kada se lopta vrati u igru, sudija kaže „tišina molim“, zviždi u pištaljku i daje komandu „igra“. Tajmer od 10 sekundi se nastavlja nakon komande „igra“.

✓ Period od 10 sekundi će biti resetovan tokom tajm-auta (poluvremena).

✓ Tajmer od 10 sekundi će se resetovati nakon gola.

✓ Tajmer od 10 sekundi će se resetovati na kraju bilo kog poluvremena.

✓ Tajmer od 10 sekundi će se resetovati u situacijama sa prekršajem.

✓ Sat koji meri 10 sekundi će početi da računa vreme nakon što odbrana prvi put dodirne loptu, bez obzira na to da li tim ponovo stekne posed.

✓ Tajmer od 10 sekundi će obavestiti sudiju kada vreme pređe 10 sekundi pre nego što lopta pređe središnju liniju ili korner liniju.

➢ **Odugovlačenje igre od strane tima**

✓ Igrači koji počinju bilo koje poluvreme moraju biti spremni za početak igre radi provere maske za oči 90 sekundi pre sudijine komande.

✓ Tim ne sme da se ponaša na način koji sprečava nastavak igre.

✓ Sudije moraju biti obaveštene o svim zamenama izvršenim tokom poluvremena, na kraju regularnog dela igre i pre produžetaka.

✓ Tim ne sme da zahteva više od četiri (4) tajm-auta ukupno tokom regularnog dela igre, ili više od tri (3) u drugom poluvremenu, ili više od jednog (1) tajm-auta tokom produžetaka.

✓ Tim ne može da zahteva više od četiri (4) zamene ukupno tokom regularnog dela igre, ili više od tri (3) u drugom poluvremenu, ili više od jedne (1) u produžetku.

✓ Nakon odobrenja sudije, trener mora biti spreman da objavi brojeve igrača koji će izaći i ući u igru. Nakon objave zamene, igrač mora biti spreman za proveru maske za oči i štitnika za oči.

➢ **Nesportsko ponašanje tima**

✓ U slučaju prekršaja pravila na terenu tokom zagrevanja, ako tim baci loptu na protivničku polovinu tokom zagrevanja, biće upozoren od strane sudije. Ako isti tim drugi put baci loptu u protivničku polovinu, biće kažnjen timskom kaznom - nesportsko ponašanje. Svaki šut u protivničku polovinu rezultiraće „timskom kaznom za nesportsko ponašanje“ i može rezultirati uklanjanjem igrača ili trenera sa utakmice.

✓ Svi igrači i predstavnici tima moraju se ponašati džentlmenski.

✓ Svako nesportsko ponašanje, po mišljenju sudije, može rezultirati isključenjem iz igre ili uklanjanjem sa terena i/ili uklanjanjem iz takmičenja. Sudija mora dati zapisnik o incidentu tehničkom delegatu takmičenja na dalju odluku. Ako tehnički delegat smatra da je to potrebno, tim može biti uklonjen iz takmičenja na turniru. Tehnički delegat Međunarodne sportske federacije slepih (IBSA) mora to prijaviti IBSA podkomitetu za goalball.

➢ **Davanje nedozvoljenih taktika**

✓ Dosudjivanje nedozvoljene taktike mogu izvršiti obe sudije ili sudija za 10 sekundi, obaveštavajući sudiju za stolom o ovoj situaciji. Sudija za 10 sekundi šalje signal za penal centralnom sudiji koristeći unapred određeni zvuk kako bi označio kaznu od deset (10) sekundi. Sudija za stolom razgovara o detaljima kazne za „nedozvoljeno taktičko pozivanje“ sa sudijom za 10 sekundi pre penala.

➢ **Buka**

✓ Svaka prekomerna buka koju napravi bilo koji član ofanzivnog tima nakon što je lopta šutnuta biće kažnjena.

✓ Svaka prekomerna buka biće definisana kao životinjski zvuci. Prekomerno udaranje nogama, prekomerno udaranje rukom ili pesnicom o zemlju, prekomerno pljeskanje rukama, zviždanje, pevanje, škripanje patikama, coktanje, nepotrebno i besmisleno pričanje i vikanje spadaju u buku.

10.3.7. Pravila na kraju utakmice

➢ **Produžetak**

✓ Ako je rezultat nerešen na kraju utakmice gde treba odrediti pobednika, ekipe će igrati dva (2) perioda od po tri (3) minuta.

✓ Između kraja regularnog vremena i prvog produžetka biće pauza od tri (3) minuta. Tokom ove pauze, bacaće se novčić da bi se odredilo koja ekipa će šutirati ili braniti i koja ekipa će početi na kojoj strani.

✓ Prvi tim koji postigne gol proglašava se pobednikom.

✓ Ako je potreban drugi produžetak, ekipe će promeniti strane tokom pauze od tri (3) minuta.

➢ **Slobodna bacanja i penali**

✓ Ako je rezultat i dalje nerešen na kraju produžetaka, pobednika određuju penali. Pravila igre važe tokom svih penala.

✓ Na utakmici gde se pobednik mora odrediti, trener dobija rang listu za penale tokom bacanja novčića pre utakmice. Rang lista se upisuje u listu izvodjača kao „zapisnik-skor lista“ i mora da sadrži sve prisutne igrače.

✓ Broj penala određuje se minimalnim brojem igrača na listi postava.

✓ Pre penala, baca se novčić da bi se odredilo koja će ekipa prva šutirati. Tokom bacanja novčića, trener predaje rang listu koja mu je data tokom bacanja novčića. Igrači šutiraju i brane premarasporedu na ovoj rang listi.

✓ Svi igrači moraju nositi maske za oči i ostati na klupi dok ih sudija ne pozove. Maske za oči moraju ostati na njima dok se penali ne završe.

✓ Prvi igrači sa spiska postave oba tima ulaze na teren u pratnji sudije i postavljaju se na zadnju centralnu liniju, a svaki igrač šutira jedan šut. Sudija najavljuje igrača, njegovo ime i broj, i objavljuje ko će prvi šutirati.

✓ Igrači povređeni tokom penala uklanjaju se sa rang liste, a igrači se pomeraju naviše po redosledu. Višak igrača protivničkog tima uklanjaju se sa najnižeg ranga po redosledu.

✓ Tim koji pobedi u bacanju novčića bira da li će šutirati ili braniti u prvom bacanju. Drugo bacanje novčića omogucava biranje strane.

✓ Ako tim koji izvodi šut dobije ličnu ili timsku kaznu (penal), šut se računa, ali se ne računa kao gol i ne rezultira drugom penalom. Ako se lična ili timska kazna (penal) dogodi tokom odbrane, šut se ponavlja, ali ako se postigne gol, šut se ne ponavlja i gol se priznaje.

✓ Ovaj niz će se ponavljati dok minimalni broj igrača ne dobije priliku da šutira i brani jednom. Konačan rezultat utakmice će biti objavljen kada jedan od timova postigne više golova od preostalih šuteva.

✓ Tim koji postigne više golova biće proglašen pobednikom.

✓ Ako igrač koji izvodi penal postigne autogol, to se neće računati kao gol već će se smatrati izgubljenom loptom.

➢ **Penal serije**

✓ Ako je rezultat i dalje nerešen nakon slobodnih udaraca, serija penala će odrediti pobednika. Pravila igre važe za sva izvođenja penala.

✓ Igrači koji učestvuju u slobodnim udarcima takođe će biti uključeni u penale prema rang listi.

✓ Pre izvođenja penala, ponovo će se baciti novčić da bi se odredilo ko će prvi šutirati. Nakon svaka dva izvođenja penala, tim koji prvi šutira će se promeniti.

✓ Prvi igrači na listi postava iz svakog tima ulaze na teren u pratnji sudije i postavljaju se na zadnju centralnu liniju, a svaki igrač šutira jednom. Sudija najavljuje igrača sa njegovim imenom tima i brojem i objavljuje koji će igrač prvi šutirati.

✓ Tim koji pobedi u bacanju novčića bira da šutira ili brani u prvom delu. Posle svakog dela, tim koji baca prvi će se promeniti. Ova procedura će se nastaviti dok se ne odredi pobednik.

✓ Rangiranje će se ponavljati dok minimalni broj igrača ne bude imao priliku da šutira i brani jednom. Pobednik će biti proglašen kada jedan od timova postigne više golova nego što je broj preostalih šuteva.

✓ Ako se igrač povredi tokom penala, povređeni igrači se uklanjaju sa rang liste i igrači se pomeraju naviše po redosledu. Višak igrača protivničkog tima se uklanja po redu od najniže rangiranog.

✓ Ako igrač koji izvodi penal napravi penal, šut se računa, ali se ne računa kao gol i ne rezultira drugom kaznom. Ako dođe do penala iz odbrane, šut se ponavlja, ali ako je postignut gol, šut se ne ponavlja i smatra se golom.

✓ Ako igrač koji izvodi penal postigne autogol, to se neće računati kao gol, već će se smatrati izgubljenom loptom

10.3.8. Pravila u vezi sa potpisivanjem zapisnika i protestovanjem

✓ Odmah nakon završetka utakmice, treneri obe ekipe, obe sudije i zapisničar odgovoran za zapisnik potpisuju zapisnik i skor tablu za stolom. Ako trener ne potpiše zapisnik i tablu odmah nakon završetka utakmice, ne može prigovoriti na rezultat utakmice.

✓ Treneri moraju označiti da li će uložiti protest na utakmicu ili ne. Protest mora biti podnet u pisanoj formi direktoru turnira ili osobi koja ga/je zastupa u roku od pola sata nakon završetka utakmice, zajedno sa naknadom. Naknadu za protest će odrediti organizacioni odbor, ali neće biti manja od sto (100) evra.

✓ Prigovori koje menadžer tima uputi Međunarodnoj sportskoj federaciji slepih (IBSA) moraju biti napisani na engleskom jeziku na „obrascu za prigovor“. Prigovori takođe moraju navesti pravilo/pravila na koja se prigovara. Prigovori moraju da sadrže pogrešno primenjena pravila precizno definisana. Ne smeju se odnositi na prirodu mesta održavanja takmičenja ili imenovanje sudija.

✓ Tehnički delegat IBSA, direktor turnira ili imenovani predstavnik mora obavestiti podnosioce prigovora kada i gde će odbor za prigovore razmotriti prigovor. Svim učesnicima je dozvoljeno da podnesu kratku pisanu odbranu u prilog svom prigovoru.

✓ Organizacioni odbor će započeti snimanje videa 5 minuta pre početka meča i završiće snimanje videa 5 minuta nakon završetka meča.

✓ Bilo koji digitalni video snimak u prilog prigovora biće prihvaćen samo ako ga je snimio regulatorni odbor.

✓ Odluka žalbenog odbora je konačna. Oba tima će biti pismeno obaveštena najkasnije 30 minuta nakon što žalbeni odbor donese svoju odluku. Pisano obaveštenje biće kreirano u vezi sa svim delovima pomenutim u žalbi. Pisana odluka će sadržati obrazloženje odbora za svoju odluku. Svi rezultati žalbenog meča neće biti objavljeni dok žalbeni odbor ne donese svoju odluku.

✓ Ako se prigovor smatra validnim, depozit će biti vraćen. U suprotnom, (a) ako je turnir organizovala IBSA, depozit će ostati na računu IBSA i/ili (b) ako ga nije organizovala IBSA, depozit će ostati na računu organizacionog odbora.

11. Tehničke i taktičke studije u goalball- u

11.1. Tehnika orijentacije

➢ **Zadatak 1** - *Individualni napori pronalaženja lokacije:*

✓ Pronalaženje područja broj jedan,

✓ Pronalaženje područja tri i četiri u odnosu na region dva.

✓ Pronalaženje područja označavanjem lokacije područja (udaranjem područja rukom ili nogom),

✓ Pronalaženje određenog područja u sedećem položaju.

➢ **Zadatak 2** - *Aktivnosti pronalaženja lokacije koje sprovode grupe:*

✓ Pronalaženje područja broj dva iz područja broj jedan,

✓ Pronalaženje područja broj pet iz područja broj četiri,

✓ Samostalno pronalaženje određenog regiona,

✓ Pronalaženje područja stajanjem i hodanjem po goalball terenu,

Za poboljšanje veština kretanja:

✓ Tokom operacija pronalaženja lokacije, pažnju treba obratiti na gol i orijentacione linije.

✓ Učenik mora da pronađe svoju zonu i kaže u kom području se nalazi.

Za poboljšanje taktike:

✓ Važno je efikasno koristiti linije gola i orijentacije na treninzima i utakmicama.

Benefiti:

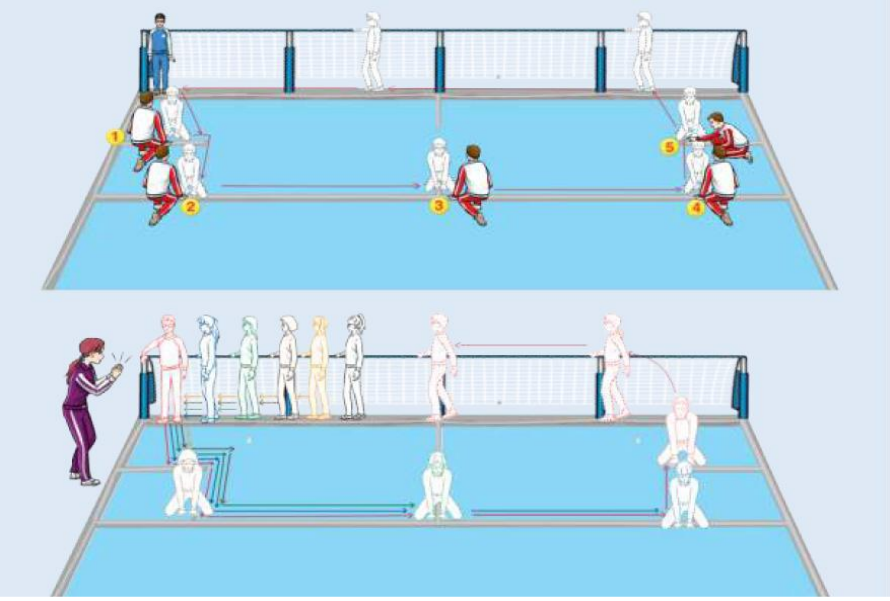
✓ Pored jačanja „desno-levo“ koncepata neophodnih sportistima da se orijentišu ka meti i kreću samostalno, olakšava im se razvoj tela kojim mogu samostalno upravljati i korišćenje tela u različitim položajima koji se razvijaju na takmičenjima.

✓ Stalno kretanje sportista tokom aktivnosti olakšava im brže dostizanje njihovih ciljeva na takmičenjima.

✓ Olakšava sportistima da imaju informacije o širini terana i da izvrše približne procene između svih meta unutar terena.

✓ Omogućava sportistima da se okreću u određenom pravcu i pronađu metu prateći zvuk pljeskanja ruku.

Igrač drži stativu gola iza polja broj jedan. Na komandu, on/ona pravi jedan korak napred i seda na polje broj jedan (uzdignuta linija od 1,5 metara). Ponovo na komandu, on/ona dolazi do ivice podignute linije od 1,5 metara (sa leve strane igrača) i pomera se 90 stepeni napred i seda na polje broj dva. Na komandu, on/ona prati podignutu liniju sa svoje leve strane i pronalazi polje broj tri („T“ dužine 50 cm) dodirujući ga. Na komandu, on/ona ponovo prati levu liniju i pronalazi polje broj četiri („T“ dužine 15 cm). Desna ruka je pozicionirana na „T“ u polju broj četiri. On/ona se vraća i pronalazi „T“ dužine 1,5 metara. Na komandu, ustaje, prati stativu gola desnom rukom i pomera se na polje broj jedan.



Slika: 6. Studija orijentacije na terenu

11.2. Rad bez lopte

➢ **Zadatak 1 -** *Rad uz fizičku pomoć:*

✓ Stićenje, zatvaranje ili proširivanje uskog prostora,
✓ Branjenje velikom površinom tela,
✓ Rad u sedećem položaju

➢ **Zadatak 2** - *Samostalan rad:*

✓ Samostalan rad,

✓ Ležanje sa stopalima spuštenim nadole,

✓ Prelazak u položaj riblje kosti iznenadnom komandom (ležeći na boku ispruženih ruku i nogu u obliku slova „V“ radi pokrivanja što veće površine) ,

Za poboljšanje veština kretanja:

✓ Telo treba da bude što je više moguće ispruženo i lopta treba da se očekuje,

✓ Kada su ruke ispružene, šake treba da budu otvorene i paralelne kako ne bi došle do prolaza lopte,

✓ Stopala treba da budu jedno iznad drugog, sa dovoljno velikim rastojanjem između njih da lopta može da prođe, a gornje stopalo treba da bude blago napred (kako lopta ne bi odskočila i prešla preko stopala).

Za poboljšanje taktike:

✓ Brza promena položaja,

✓ Brzo vraćanje u osnovni položaj nakon gubitka pozicije,

✓ Brzo izvođenje pokreta koji zahtevaju koordinaciju,

✓ Ne menjanje položaja ruku i stopala pre nego što se napad završi,

✓ Važno je predvideti pravac lopte dobrom koncentracijom.

Benefiti:

✓ Pored jačanja koncepata „desno-levo“ strana neophodnih sportistima da se orijentišu ka cilju i kreću samostalno, takođe olakšava razvoj koncepata integriteta tela i njegovu upotrebu u različitim položajima zahtevanim na takmičenjima.

✓ Stalno kretanje sportista tokom aktivnosti olakšava im brže dostizanje ciljeva na takmičenjima.

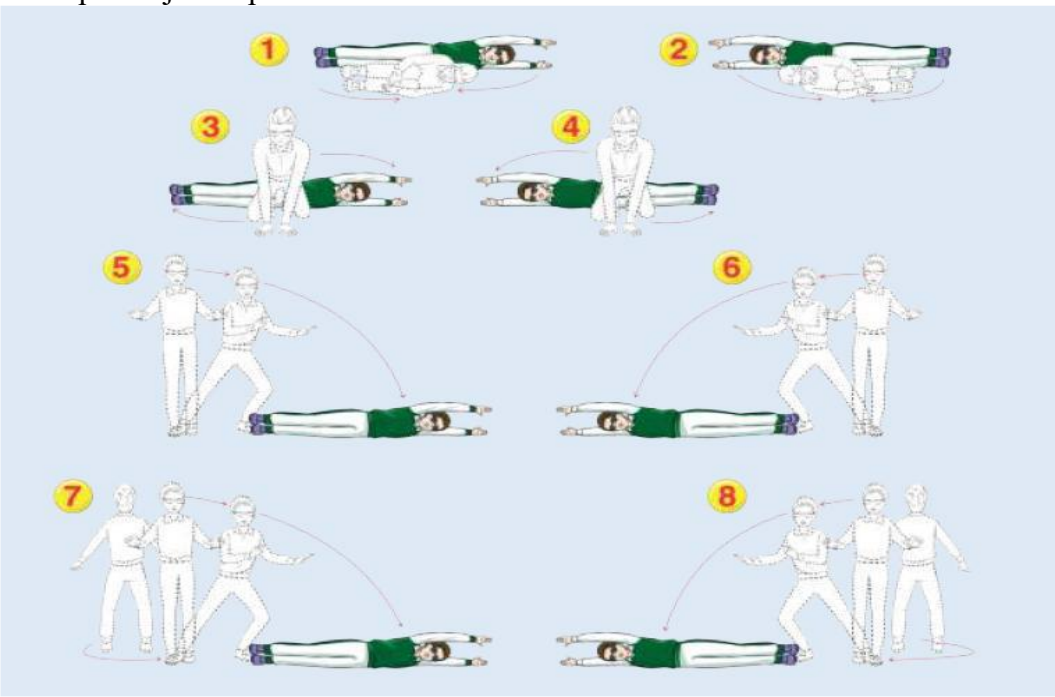
1. i 2. aktivnost: Lezite u položaj riblje kosti sa rukama na levoj i nogama na desnoj strani. Na komandu, privucite stopala ka stomaku i uhvatite kolena obema rukama. Na komandu, ispružite i stavite ruke jednu na drugu i napravite oblik riblje kosti (oblik slova V), obraćajući pažnju da je glava blago zabačena unazad, a gornje stopalo blago napred. Isti pokret se ponavlja u suprotnom smeru.

3. i 4. aktivnost: U osnovnom sedećem položaju (položaj sedenja na klupi), ispružite ruke ulevo i zauzmite ležeći položaj. Glava blago zabačena unazad, stopala jedno na drugom. Vodite računa da gornje stopalo bude blago napred. Isti pokret se ponavlja u suprotnom smeru.

5. i 6. aktivnost: Dok su stopala postavljena u širini ramena, levo stopalo se pomera u stranu

i položaj riblje kosti se postiže blagim spuštanjem na rame. Isti pokret se ponavlja u suprotnom smeru.

7. i 8. aktivnost: Dok je igrač u položaju okrenut leđima, okreće se na levo na komandu, korača ulevo i prelazi i ležeći položaj na boku u položaj riblje kosti. Ruke i stopala su zategnuta, glava je blago povučena unazad, stopala su razdvojena a gornje stopalo je blago istureno napred. Isti pokret se ponavlja u suprotnom smeru.



Slika:7. Kretanje bez lopte

11.3. Kolektivne studije

➢ **Zadatak 1** - *Rad uz fizičku pomoć:*

- ✓ Rad tamo gde jeste,
- ✓ Rad na širokom prostoru,
- ✓ Korišćenje dve ruke,
- ✓ Rad bez vremenskih ograničenja,
- ✓ Rad u sedećem položaju,

➢ **Zadatak 2** - *Izvođenje pokreta u parovima i grupama:*

- ✓ Rad na ograničenom prostoru,
- ✓ Korišćenje jedne ruke,
- ✓ Rad nedominantnom rukom,
- ✓ Rad u okviru određenog vremena,
- ✓ Rad u pokretu,
- ✓ Rad stojeći,
- ✓ Izvođenje drugih vežbi sa loptom na goalball terenu,

Za poboljšanje veština kretanja:

✓ Vežbe sa loptom treba raditi jednom i dve ruke,
✓ Lopta mora kontinuirano da se kotrlja po zemlji
✓ Trebalo bi prelazititi sa jednostavnih pokreta na složenije pokrete,
✓ U studijama treba naglasiti kvalitet pokreta, a ne trajanje,
✓ Ne treba prelaziti na vežbanje sledećeg pokreta dok se ne napravi dovoljan broj ponavljanja.

Za poboljšanje taktike:

✓ Brzo i tečno izvođenje više pokreta,
✓ Izvođenje rada u odgovarajućim položajima tela,
✓ Važno je unaprediti teške pokrete češćim ponavljanjem.

Benefiti:

✓ Olakšava jačanje koncepata „desno-levo“ neophodnih sportistima da se orijentišu ka cilju i kreću samostalno, i da koriste svoja tela u različitim položajima koji se zahtevaju u toku takmičenjima.

✓ Stalno kretanje sportista tokom aktivnosti olakšava im brže dostizanje svojih ciljeva na takmičenja.

1. Aktivnost: Igrač stoji sa stopalima u širini ramena i pruža desnu ruku u stranu i u njoj drži loptu, zatim loptu prebacuje u njegovu levu ruku i pruža je u levu stranu i na isti način ponavlja isti pokret levo-desno.

2. Aktivnost: Igrač stoji sa stopalima u širini ramena i vrti loptu oko struka.

3. Aktivnost: Igrač stoji, stopala u širini ramena, nagnut ka zemlji. Lopta se dodaje oko kolena iz ruke u ruku uz menjanje pravca.

4. Aktivnost: Igrač stoji, nagnut ka zemlji sa stopalima u širini ramena, i lopta se kotrlja oko stopala na zemlji napred-nazad i menja ruke.

5. Aktivnost: Igrač rotira loptu crtanjem osmice između nogu, sa stopalama u stojećem položaju, stopala široko razdvojena i telom nagnutim napred.

6. Aktivnost: Igrač stoji, stopala u širini ramena, dok je desno stopalo podignuto, desna ruka prebacuje loptu ispod desnog stopala u levu ruku, dok je levo stopalo podignuto, leva ruka prebacuje loptu ispod levog stopala u desnu ruku i pokret se ponavlja.

7 . Aktivnost: Igrač sedi sa raširenim stopalima i rotira loptu oko tela, menjajući ruke.

8 . Aktivnost: Igrač sedi sa raširenim stopalima, lopta je u desnoj ruci, levo stopalo se podiže i lopta se dodaje iz desne ruke u levu ruku ispod noge, zatim se desno stopalo podiže dok se lopta dodaje iz leve ruke u desnu ruku ispod noge. Pokret se ponavlja.

9 . Aktivnost: U sedećem položaju, držite loptu obema rukama. Zatim lezite na leđa, ispružite ruke sa loptom iznad glave i dodirnite tlo. Zatim, pređite u sedeći položaj i dodirnite loptu prstima na nogama (sedeći pokret sa loptom).
10. Aktivnost: Opružanje i grčenje sa loptom u položaju riblje kosti. Prilikom grčenja, kolena treba da budu privučena ka stomaku, a lopta treba da bude u kontaktu sa kolenima. Prilikom opružanja, stopala i ruke treba da budu zategnute sa loptom.

11. Aktivnost: Dok ležite na leđima skroz opruženi, lopta se stiska između stopala. Lopta stisnuta između stopala se podiže i prebacike nazad iznad glave. Pokret se ponavlja.

12. Aktivnost: Igrač sedi na zemlji sa razdvojenim stopalima, a trener dodaje loptu igraču ispred njega sa jedne strane. Igrač hvata loptu dodaje loptu treneru u krug sa suprotne strane.

Slika 8. Kolektivne studije

11.4. Pozicije u odbrambenom prostoru

➢ **Zadatak 1** - ***Rad uz fizičku pomoć;*** *Odbrana uz pomoć* saigrača, odbrana malog prostora,

✓ hvatanje lopte rukama,
✓ Odbrana od nadolazeće lopte,

✓ Dodavanje sa igracem u blizini.

➢ **Zadatak 2** - *Samostalan rad; odbrana bez pomoći* saigrača, Odbrana velikog prostora,

✓ Šutiranje okretanjem (tehnika rotacije),
✓ Odbrana od zakrivljene lopte,
✓ Komuniciranje poruke sa igračem u daljini.

Za poboljšanje kretanja:

✓ Odbrambeni stav treba zauzeti u skladu sa područjem terena u kojem se nalazite,
✓ U položaju posezanja za loptom, ruke i stopala treba ispružiti što je više moguće napred,
✓ Treba stvoriti veliki prostor telom,
✓ Ruke treba da budu paralelne, glava blago pozadi, stopala paralelno postavljena, gornje stopalo blago napred.

Za poboljšanje taktike:

✓ Brze promene pozicija,
✓ Komunikacija sa saigračima na terenu,
✓ Važno je dobro pratiti loptu i donositi brze i ispravne odluke.

Benefiti:

✓ Pored jačanja koncepata „desno-levo“ neophodnih sportistima da se orijentišu ka meti i kreću samostalno, takođe olakšava razvoj koncepata integriteta tela i korišćenje njihovih tela u različitim položajima koji se zahtevaju na takmičenjima.
✓ Stalno kretanje sportista tokom aktivnosti olakšava im brže dostizanje svojih ciljeva na takmičenjima.
✓ Olakšava sportistima da imaju svest o širini igrališta i da izvrše približna merenja između svih meta unutar terena.
✓ Kao rezultat napora sportista da prate zvuk zvonceta lopte omogućava im se da se kreću u pravom smeru i pronalaze metu za kratko vreme tokom takmičenja.

Pozicije u odbrambenom prostoru

1.Aktivnost: Igrač u zoni jedan zauzima položaj sa desnom nogom u stranu, levim kolenom na zemlji i obe ruke ispred sebe. Igrač u zoni tri zauzima položaj na kolenima, ruke u širini ramena ispred sebe, glava gleda napred (pozicija klupe). Igrač u zoni pet zauzima položaj sa levom nogom u stranu, desnim kolenom na zemlji, ruke u širini ramena i ispred sebe, glava gleda napred.

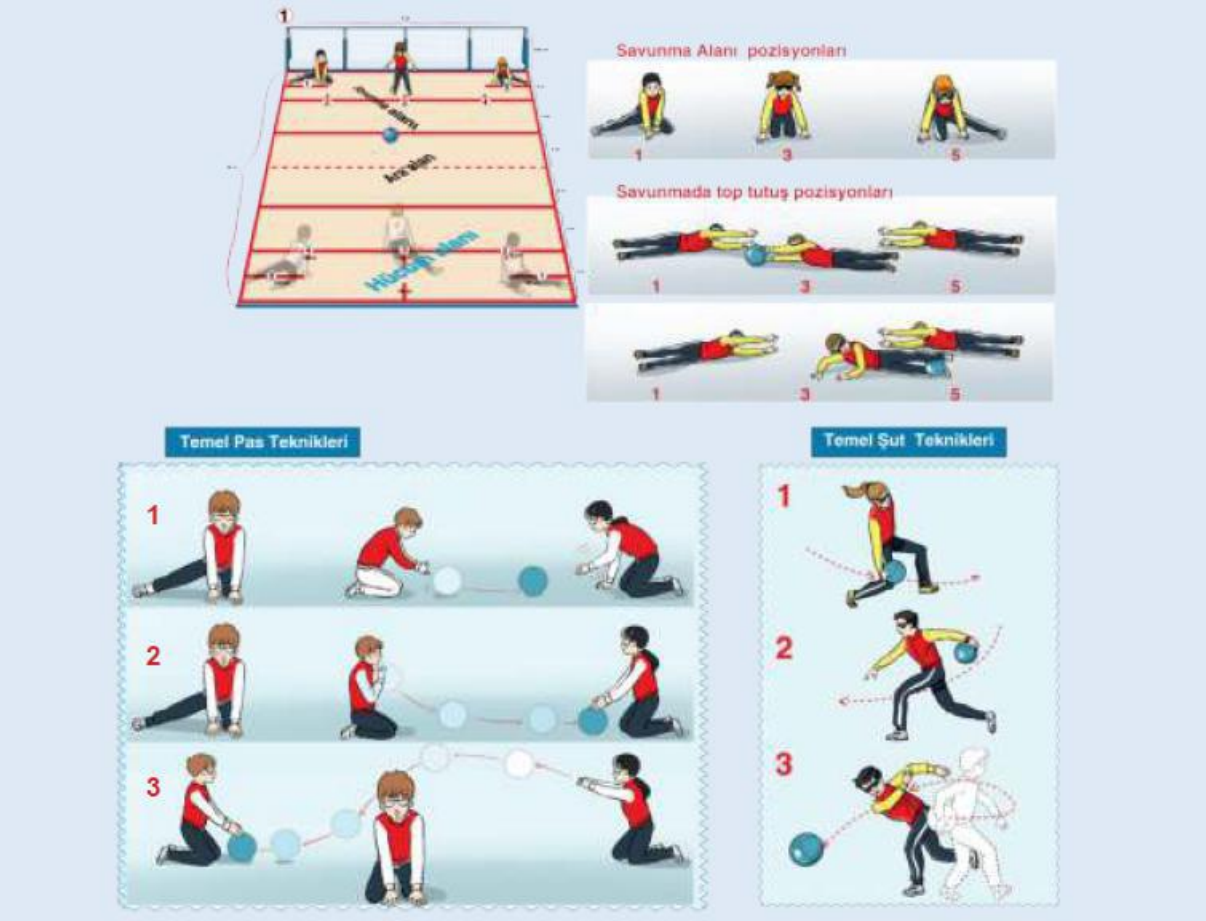
Pozicioniranje za kontrolu lopte u odbrani

2. Aktivnost: U položaju držanja lopte, ruke i stopala treba da budu u položaju okrenuti ka zidu na stranama, paralelne jedna drugoj i otvorene tako da gol lopta ne može proći između njih. Ruke treba da budu blago napred, a glava nazad (tako da lopta ne udari u glavu kada dođe). Goalball lopta, koja se nalazi iznad stopala, treba da bude blago napred kako bi se sprečilo njeno odbijanje.

Osnovne tehnike dodavanja

3. Aktivnost: Veoma je važno da igrači komuniciraju prilikom dodavanja u odbrambenom prostoru. Igrač koji će primiti dodavanje treba da obavesti svog partnera gde se nalazi udaranjem rukom o zemlju, pucketanjem prstima ili ispuštanjem zvuka. Igrač koji dodaje loptu može ili da je kotrlja po zemlji ili da je ispusti sa malo višeg položaja kako bi lopta proizvodila više buke i time olakšala partneru da je primi (1. i 2. slika vizuelni prikaz).

4. Aktivnost: Prilikom dodavanja iz prostora jedan u prostor pet ili iz prostora pet u prostor jedan, igrači takođe treba da pokažu saigračima gde se nalaze udaranjem rukama o zemlju, pucketanjem prstima ili ispuštanjem zvuka. Na ovaj način se rizik od grešaka minimizira. Igrač u prostoru tri treba da malo iskorači napred, jer će to sprečiti da nisko bačene lopte udare u njihovo telo i ne postignu gol.



Slika: 9. Odbrambene pozicije u odbrani

11.5. Vežbanje šutiranja

➢ **Zadatak 1** - *Šutiranje u određeno područje uz glasovnu podršku trenera/saigrača*;

✓ Šutiranje pravo,
✓ Igra na bočnim linijama,
✓ Šutiranje bez ciljanja u bilo koje određeno područje.

➢ **Zadatak 2** - *Šutiranje u određeno područje bez glasovne podrške trenera/saigrača;*

✓ Šutiranje sa rotacijom (okretom),
✓ Igra na sredini terena,
✓ Šutiranje lopte u određeno područje.

Za poboljšanje veština kretanja:

✓ Tokom šutiranja, ruka treba da bude ispružena što je više moguće unazad,

✓ Jedno stopalo treba da bude napred, a drugo pozadi,

✓ Prilikom šutiranja pravo, koleno treba da bude blizu tla,

✓ Prilikom korišćenja tehnike šutiranja sa okretom (rotacijom), mora se izvršiti rotacija od 360 stepeni,

✓ Tokom šuta, lopta ne sme biti bačena u srednje područje korakom previše napred u odbrambenom području,

✓ Lopta ne sme dodirnuti odbrambeno područje.

Za poboljšanje taktike:

✓ Brz napad,

✓ Šutiranje sa odbitkom lopte,

✓ Udarac sa distance,

✓ Važno je dobro odrediti tačke na kojim treba zaustaviti napad efikasnim korišćenjem linija orijentacije/pravca olakšanja.

Benefiti:

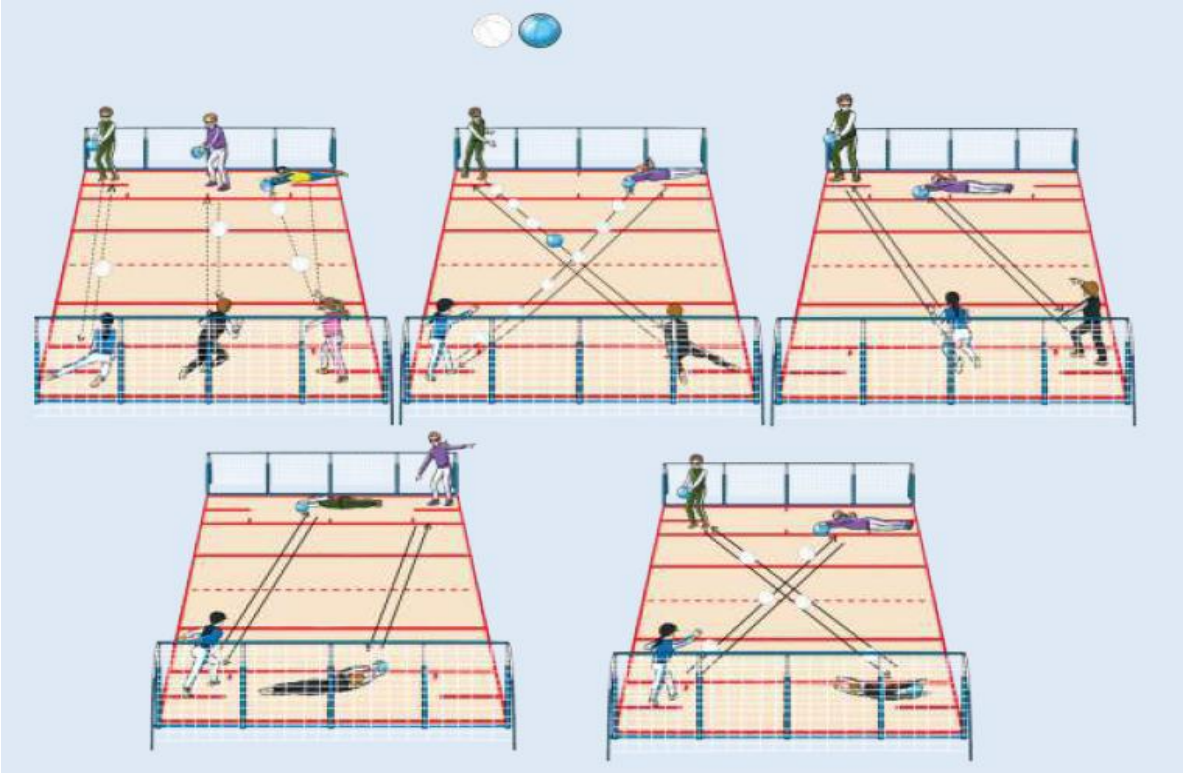
✓ Olakšava sportistima da nauče koncepte kao što su „napred, nazad, desno, levo, blizu, daleko, pravo i dijagonalno“ koji su neophodni za njihovu orijentaciju ka meti i njihovu sposobnost da se kreću samostalno i brzo reaguju na različito zahtevane položaje koji se razvijaju tokom takmičenja. Olakšava sportistima da budu bolje informisani o širini igrališta i da izvrše približna merenja između svih meta na terenu.

✓ Kao rezultat svojih grupnih, kolektivnih i vežbi bez lopte, sportisti prikupljaju informacije o području u kojem se nalaze slušajući zvukove na terenu, što im omogućava da odrede lokaciju, udaljenost i položaj stimulusa u okruženju.

✓ Kao rezultat napora sportista da prate zvuk kugle zvona, to im pomaže da se kreću u pravom smeru i pronađu metu za kratko vreme tokom takmičenja.

✓ Stalno kretanje sportista tokom aktivnosti olakšava im brže postizanje svojih ciljeva na takmičenjima.

1. Aktivnost: Igrači zauzimaju svoja mesta na terenu. Igrač u zoni jedan puca na igrača u zoni pet, igrač u zoni tri puca na igrača u zoni tri, a igrač u zoni pet puca na igrača u zoni jedan. Protivnički igrač pokušava da kontroliše loptu braneći. Igrač koji kontroliše loptu šutira, igrač koji šutira brani. U prvoj fazi, igrač koji se brani otkriva svoju lokaciju saigraču praveći zvuk. Vremenom se pravljenje zvuka isključuje.
2. Aktivnost: Igrač u zoni jedan puca na igrača u zoni pet, a igrač u zoni pet puca na igrača u zoni jedan (vežba unakrsnog šutiranja). Vežbe napada i odbrane se izvode dijagonalno.
3. Aktivnost: Igrač u zoni jedan puca na igrača u zoni tri, igrač u zoni tri puca na igrača u zoni jedan. Protivnički igrači se brane. Zatim se uloge menjaju.
4. Aktivnost: Igrač u zoni jedan puca na igrača u zoni pet, a igrač u zoni pet puca na igrača u zoni jedan (vežba unakrsnog gađanja). Vežbe napada i odbrane se izvode dijagonalno.
5. Aktivnost: Igrač u zoni pet puca na igrača u zoni tri, igrač u zoni tri puca na igrača u zoni pet. Protivnički igrači se brane. Zatim se uloge menjaju.



Slika 10. Vežba šutiranja

11.6. Strategija u goalball-u

Sposobnost strateškog osmišljavanja igre podrazumeva analizu snaga i slabosti i sopstvenog tima i tima protivnika, identifikovanje prilika i donošenje svesnih odluka kako bi se stekla konkurentska prednost. Savladavanje ovih veština zahteva intenzivan program treninga, saigrače istomišljenike i, što je najvažnije, dobrog trenera.
U goalball-u, odbrambeni tim obično postavlja zonsku odbranu. Igrač u sredini terena se naziva centar. Centar je glavni odbrambeni igrač. On igra ispred igračke zone i brani veći deo terena. Igrači desno i levo od centra se nazivaju krila. Krila su obično glavni ofanzivni ili igrači za bacanje. U odbrani, igraju iza, levo i desno od centra, kako bi branili svoju zonu. Tokom igre, centar obično zaustavlja loptu i dodaje je krilnom igraču. Kada krilo baca loptu, centar će se preorijentisati ka centru terena. Znajući da se bacač polako vraća na svoju odbrambenu poziciju ili da igrač možda nije na odbrambenoj poziciji, mnogi timovi će koristiti „brze lopte“ u nadi da će uhvatiti protivnika van pozicije. Zakrivljene lopte, spore i druge vrste lopti se ponekad bacaju u nadi da će iznenaditi drugi tim. Igrači mogu tiho menjati pozicije na krilima sa loptom, nadajući se da će iznenaditi odbrambeni tim bacanjem sa druge strane terena.

12. Mere bezbednosti u sportovima za slabovide

Osobe sa oštećenim vidom i slabim vidom dobijaju manje vizuelnih informacija iz okoline u poređenju sa osobama koje vide. Smanjen unos vizuelnih senzornih informacija dovodi do smanjenog ili usporenog motoričkog odgovora. Fizička aktivnost podržava fiziološki razvoj koordinacije između mišića, kostiju i nerava kod osoba sa oštećenim vidom. Stoga se smanjuje stopa invaliditeta. Zbog gubitka fizioloških funkcija izazvanog invaliditetom, neophodno je koristiti specijalnu opremu i preduzeti dodatne mere bezbednosti tokom fizičke aktivnosti. Ove mere predostrožnosti su:

✓ Za učenike sa oštećenim vidom, lepljenje obojenih i fluorescentnih traka na staklena vrata olakšava njihovu vidljivost.

✓ Učenici sa oštećenim vidom mogu imati poteškoća sa odvajanjem od zemlje prilikom skakanja sa dve noge. U ovom slučaju, vežbe skakanja treba izvoditi uz vođstvo vodiča.

✓ Upotreba materijala prikladnih za časove fizičkog vaspitanja (odeća, obuća itd.) i materijala koji će smanjiti rizik od povreda (kaciga, kanap vodič, maska za oči, štitnici za kolena, štitnici za laktove itd.) igraju važnu ulogu u sprečavanju mogućih povreda. Usadite potrebnu pažnju i ponašanje kod učenika u vezi sa ovim pitanjem.

✓ Mogu se koristiti pisani materijali koji objašnjavaju fizičku aktivnost na Brajevom pismu.

✓ Uklonite predmete koji mogu prouzrokovati povrede iz prostora za aktivnosti. Organizujte prostor tako da se učenik može kretati što je lakše moguće a da se ne udari u njih. U ovoj fazi, mogu se napraviti akcije poput pokrivanja oštrih uglova materijalima kao što je sunđer.

✓ Tokom aktivnosti, dajte zvučne signale kao što su objašnjenja, komande i pljesak rukama kako biste pomogli slepim učenicima da lociraju svoju lokaciju.

✓ Upoznajte učenike sa opremom koja će se koristiti u aktivnostima i vizuelnim/taktilnim stimulansima u okruženju i objasnite pravila igre kako bi se sprečile nezgode.

✓ Osigurajte da se ponavljanja fizičke aktivnosti planiraju u intervalima, jer fizička aktivnost traje dugo zbog odloženog motoričkog odgovora.

✓ Ako je potrebno, aktivnosti se mogu sprovoditi uz pomoć asistenta.

✓ Slepi učenici mogu izbeći skakanje tako što nikada ne napuštaju površinu zemlje. U ovom slučaju treba preduzeti mere predostrožnosti, organizovati oslonce za koje se učenici mogu držati i, ako je potrebno, naterati ih da vežbaju na trambolini sa vodičem.

✓ Detaljno objasnite salu u kojoj će slepi/slabovidi učenici obavljati fizičku aktivnost, opremu i samu aktivnost do detalja. Prošetajte učenike po sali i upoznajte ih sa lokacijama stakla i vrata, ulazima i izlazima, kao i sa lokacijama opreme. Upoznajte slepe učenike sa okruženjem i opremom dodirujući ih, a slabovide učenike vizuelno.

✓ Uverite se da svi učenici koriste kacige i vodilice tokom aktivnosti.

✓ Pošto će vidno polje učenika sa kataraktom ili problemima sa mrežnjačom biti narušeno, uverite se da su predmeti povezani sa aktivnošću unutar vidnog polja učenika.

✓ Važno je prvo upoznati učenike sa okruženjem, a zatim ne menjati mesta predmeta i stvari.

✓ Osigurajte da učenici sakupe predmete koje koriste tokom učenja i odlože ih po završetku.

✓ Uverite se da mesta predmeta nisu promenjena kako bi učenici mogli lako da ih dohvate i da ne udaraju u njih. Ako postoje predmeti koji su pomereni, informišite učenika.

✓ Treba koristiti posebnu sportsku opremu

✓ Posebno za albino učenike, zbog njihove visoke osetljivosti na svetlost i sunce, izbegavajte jako belo osvetljenje koje može izazvati refleksiju i odsjaj u zatvorenom prostoru. U aktivnostima na otvorenom, obavezno nositi šešir i naočare za sunce sa filterima.

✓ U svim aktivnostima, učenicima treba davati glasna objašnjenja i glasne komande u vezi sa temom.

✓ Važno je pokriti oštre i čvrste uglove.

✓ Neophodno je arhitektonsko uređenje sportskih prostora.

✓ Uverite se da su prozori na vratima u fiskulturnoj sali napravljeni od nelomljivog stakla.

✓ Fiskulturna sala treba da bude projektovana na način da učenici neće biti povređeni u slučajevima kao što su sudari (npr. prekrivanje zidova jastucima itd.).

13. Uloga roditelja u usmeravanju dece ka sportu

Možete usmeriti svoju decu da isprobaju različite sportove najviše jedan školski semestar kako bi mogli da se upoznaju sa svakim sportom. Možete ponuditi različite opcije i dozvoliti svojoj deci da ih otkriju. Na ovaj način, vaše dete će moći da pronađe sport u kojem će zaista uživati. Bavljenje sportom može biti prijatna aktivnost. Međutim, sport nije samo zabava. Zahvaljujući vežbama koje se ovde izvode, veštine koordinacije, motoričke sposobnosti i fizički razvoj će pružati značajne benefite pojedincima. Međutim, najvažnija korist od sporta je njegova korist za mentalno zdravlje vašeg deteta. Uspesi postignuti u sportskim aktivnostima pomoći će vašem detetu da poveća samopouzdanje. Sport će takođe vašem detetu unaprediti disciplinu, timski rad, veštine liderstva i saradnje, kao i naučiti ga kako da se nosi sa konceptima uspeha-neuspeha, stresa i takmičenja. Na ovaj način, deca će naučiti šta mogu da urade da bi bila uspešnija i videti šta im odlučnost i vežbanje mogu doneti. Da biste usmerili svoje dete ka sportu:

✓ Podstaknite svoje dete da se bavi sportom u kojem će uživati i kojim će se baviti tokom celog života.

✓ Pomozite mu da izabere sport iz različitih oblasti (individualni i timski sportovi). Objasnite prednosti i mane svakog sporta, ali pustite ga da donese konačnu odluku.

✓ Naučite pravila sporta koji je vaše dete izabralo. Igrajte se sa njim.

✓ Budite tačni na svim treninzima. Ako će vaše dete propustiti trening ili zakasniti, pozovite trenera unapred da ga obavestite.

✓ Ako dete zaista ne želi da nastavi sa ovim sportom, nemojte ga terati.

✓ Pokušajte da upoznate trenera vašeg deteta.

13.1. Izbor sporta za vaše dete

Bavljenje sportom može pomoći vašem detetu da stekne razne veštine. Bavljenje sportom je aktivnost koja može pružiti i zabavu i vežbanje koje su mu potrebne. Međutim, sportovi kojima se bave u detinjstvu kasnije se napuštaju u odraslom dobu. Stoga, roditelji bi trebalo da pomognu svojoj deci da izaberu sportske aktivnosti koje mogu nastaviti u odraslom dobu.

13.2. Izbor odgovarajućeg sporta

Kako možete pomoći svom detetu da izabere sport koji je pravi za njega? Mnoga deca učestvuju u raznim aktivnostima tokom osnovne škole. Međutim, oko 13. godine, deca kažu da prestaju da se bave sportom jer više ne uživaju u njemu toliko kao ranije. Kada pažljivo utvrdite interesovanja vašeg deteta, ove aktivnosti mogu nastaviti da budu njegova interesovanja tokom celog života. Stoga, razgovarajte sa svojim detetom o njegovim interesovanjima na početku i obratite pažnju na odgovore na sledeća pitanja:

✓ Zašto je zainteresovano za ovaj sport?

✓ Da li želi da unapredi svoje veštine ili da nauči nove?

✓ Da li više voli da bude sa starim prijateljima ili želi da upozna nove?

✓ Da li mu je cilj da poboljša svoje telo (da postane više, mišićavije itd.) ili želi da bude deo tima?

✓ Da li je on/ona zaista spreman/spremna da vežba?

Vi i vaše dete treba zajedno da procenite prednosti i mane timskih i individualnih sportova. Individualni sportovi zahtevaju od osobe da se takmiči sama sa sobom. S druge strane, rad sa timom omogućava rayvoj detetovih socijalnih vestina , kao što je boravak sa prijateljima, i njihovim fizičkim potrebama da se zadovolje kroz sport. Pored toga, rad sa grupom će detetu pružiti radost postizanja uspeha. Ako je takmičarski duh vašeg deteta jak, ono može više uživati u timskim sportovima. Međutim, ako ćete izabrati timski sport, morate biti realni uzimajući u obzir stepen invaliditeta vašeg deteta. Obratite pažnju na to da li vaše radno vreme odgovara rasporedu vašeg deteta. Takođe, pokušajte da uskladite fizičke karakteristike vašeg deteta sa sportovima koje će izabrati, jer postoje telesne strukture i fizičke karakteristike koje su pogodne za određene sportske aktivnosti. Naravno, fizička konstitucija vašeg deteta će se menjati kako raste, ali usmeravanje na sport za koji uopšte nije pogodan za njih može imati negativne posledice u pogledu njihove sreće i uspeha. Može biti korisno da dobijete informacije o ovoj

temi od nastavnika fizičkog vaspitanja ili trenera relevantnog sporta. Da bi vaše dete uživalo u sportu, korisno je znati koliko je zrelo.

✓ Da li se vaše dete može uklopiti u grupu?
✓ Da li može da komunicira?
✓ Da li može da sluša i prati uputstva kako bi naučilo nove veštine?
✓ Da li može da izdrži teškoće i poteškoće?

Još jedna stvar koju treba uzeti u obzir je uzrast deteta. Mala deca (5-7 godina) nemaju dovoljno koncentracije ili motoričkih veština da bi razumela pravila složenih sportova. Sport kao što je plivanje može biti pogodniji za decu ovog uzrasta. Deca između 7 i 9 godina možda još uvek nisu dostigla nivo fizičkog i psihološkog razvoja gde mogu da demonstriraju veštine kao što su praćenje uputstava, igranje i koncentracija u isto vreme. Može biti korisno za decu ovog uzrasta da se bave sportovima koji će ojačati njihovu koordinaciju ruku i očiju. Deca između 9 i 11 godina shvataju važnost sopstvenih uloga u timskim sportovima. Deca u ovom periodu mogu uživati i u složenijim igrama kao što je košarka. Konačna odluka treba da bude na vašem detetu pri izboru sporta. Roditelji često žele da njihova deca rade stvari koje nisu mogli da rade u svom detinjstvu. Morate zaustaviti ovaj instinkt. Stoga, objektivno objasnite detetu pozitivne i negativne karakteristike sporta, ali konačnu odluku treba da prepustite njima.

13.3. Određivanje sportskog programa za dete

Kada se vaše dete odluči za sport, biće potrebno utvrditi koji program će biti najkorisniji za njega/nju. Prvo, korisno je proveriti da li je program u koji ćete poslati svoje dete dovoljan u smislu bezbednosti. Na primer:

✓ Šta se radi u hitnim medicinskim slučajevima?
✓ Da li je trener prošao obuku za prvu pomoć?

Još jedan faktor koji treba uzeti u obzir je trener. U nekim timskim sportovima, treneri rade volonterski. Pre nego što vaše dete počne da se bavi sportom, trebalo bi da razgovarate sa trenerom i pokušate da procenite trenerov stav prema deci. Na primer, neki treneri mogu reći svom timu da mogu biti uspešni uz pozitivan stav i naporan rad. Ovo je dobar stav. Drugi trener može reći da nije važno da li deca pobeđuju ili gube, dovoljno je da daju sve od sebe. Ovo je takođe pozitivan stav.

Važno je da trener tretira svu decu jednako i da ih natera da igraju jednako. Takođe treba da obezbedi disciplinu u timu. Važno je da deca budu ohrabrena nakon sportskog događaja u kojem nisu baš dobro igrala. Takođe je važno da li trener poseduje odgovarajuće sertifikate o ovlašćenju za ovaj sport. Još jedno pitanje je da li trener preopterećuje decu i tera ih preko njihovih granica.

13.4. Nakon početka bavljenja sportom

Kada deca počnu da se bave sportom, bilo da je u pitanju individualni ili timski sport, postoji mnogo stvari koje treba da nauče, uključujući poraz i pobedu. U ranom uzrastu, mnoga deca ne obraćaju mnogo pažnje na rezultat, jer jednostavno uživaju u bavljenju sportom. Međutim, kako koncept „pobede“ postaje važniji u kasnijim godinama sugestija „Siguran sam da ćeš biti uspešniji sledeći put“ kako bi se stvorio pozitivan stav može pomoći deci da se lakše nose sa mogućim neuspesima. Ako roditelji mogu da razmotre pozitivan stav i ideju bavljenja sportom, deca će takođe imati zdraviji stav prema bavljenju sportom. Ako vaše dete želi da napusti sport kojim se bavi, prvo pokušajte da saznate zašto je nesrećno. Na primer, vaše dete možda ne voli svog trenera ili je možda uvređeno negativnom kritikom koju je trener dao tokom treninga. U tom slučaju, pokušajte da rešite probleme u odnosu između trenera i vašeg deteta. Ako je problem povezan sa veštinama vašeg deteta, razgovarajte sa trenerom i naučite i primenite dodatne vežbe koje možete raditi kod kuće. Ako je problem sam sport, vašem detetu će možda biti potrebno ohrabrenje, jer je sport neophodan za zdrav način života i fizički i mentalno. Takođe pomaže vašem detetu da stekne nove prijatelje i da se zabavi. Ali ključno je da uključite svoje dete u pravi sport. Evo šta možete da uradite:

✓ Uvek navijajte na pozitivan način. Nemojte vređati ili davati pogrdne komentare o protivničkom timu/igraču.

✓ Pohvalite svoje dete za njegov trud. Čak i ako nije dobro uradilo, recite mu da može bolje sledeći put.

✓ Ako se vaše dete ljuti i viče na protivničke igrače, pokušajte da mu pomognete da reši situaciju na pozitivan način. Izbegavajte negativne interakcije sa protivničkim igračima, trenerima ili roditeljima.

✓ Bez obzira na to koliko negativne komentare daje protivnički tim ili trener vašeg deteta, nemojte započinjati svađu; to će samo negativno uticati na vaše dete

✓ Ne omalovažavajte trenera vašeg deteta pred njim.

✓ Nemojte predstavljati da je neuspeh krivica organizatora i sudija.

✓ Uvek se ponašajte sportski. Ovo će postaviti pozitivan primer vašem detetu. Zapamtite, sportista podjednako i prirodno prihvata i uspeh i neuspeh.

13.5. Preporuke za roditelje u sportovima za slabovide

✓ Ako pojedinac uopšte ne vidi, naučite ga veštinama tako što ćete mu ih usmeno objasniti i raditi ih zajedno. Ako je moguće, pojedincu treba dozvoliti i pružiti mu priliku da dodirne materijale za trening rukama, kako bi veštinu koju želite da naučite bolje razumeo.

✓ Ako dete ima slab vid, pomozite mu da stekne veštine koristeći svoj vid.

✓ Ako vaše dete ima veštine koje može samostalno da radi, pogledajte kako može da ih radi. Možete ih koristiti kada podučavate veštinama koje će raditi u budućnosti. Podstaknite ga da samostalno radi, dajte mu vremena i priliku.

✓ Utvrdite koliko dobro vaše dete može da uradi veštinu ili zadatak i pomozite mu samo kada to ne može samostalno da uradi.

✓ Pokušajte da dete naučite samo jednoj veštini ili delu veštine tokom jedne prilike. Podučavajte sledeći težak deo veštine samo kada je prethodna veština ili lakši deo veštine u potpunosti savladan.

✓ Obavezno ga pohvalite kada savlada veštine (Dobro urađeno, Veoma dobro, itd.).

✓ Kada dete sa oštećenim vidom ceo dan ostaje kod kuće, to mu neće pomoći da se integriše u društvo. Kada dete sa oštećenim vidom ide u školu ili učestvuje u fizičkoj aktivnosti to će mu pomoći da se bolje integriše u društvo u kojem živi.

✓ Predmeti i prepreke ispod nogu o koje bi dete sa oštećenim vidom moglo da se spotakne ili udari, trebaju biti uklonjeni. Treba preduzeti mere koje će pomoći detetu da lako pronađe predmete.

✓ Uvek treba pokazati i naučiti mesto predmeta koji imaju fiksne lokacije, osim onih koji imaju različite lokacije.

✓ Što se ranije oštećenje vida leči (ranom operacijom ili lekovima), to je više moguće da dete napreduje.

14. Preporuke za trenere u sportovima za slabovide

✓ Trener treba da izbegava da se ponaša preterano zaštitnički i da dozvoli pojedincima da otkriju svoje talente.

✓ Trener treba da dozvoli osobama sa vidom u grupi da treniraju sa osobama sa oštećenim vidom tokom treninga. Međutim, treba voditi računa da osoba sa oštećenim vidom ne postane previše zavisna od osoba sa zdravim vidom.

✓ Trener treba da podstakne i ohrabri uspostavljanje društvenih odnosa između osoba sa zdravim vidom i osoba sa oštećenim vidom.

✓ Trener treba da koristi slušna pomagala i uređaje za proizvodnju zvuka tokom treninga.

✓ Trener treba da prenese informacije o treningu koji sprovodi svojim sportistima. Trebalo bi da izbegava upotrebu nejasnih reči i da bude oprezan da ne koristi često reč „slušaj“ prilikom prenošenja informacija.

✓ Trener treba da podstakne svoje sportiste da deluju samostalno i da ohrabri njihove napore.

✓ Trener mora da osigura da njegovi sportisti razviju pozitivan stav prema treningu i učestvuju u treningu.

✓ Trener treba da zna u kojim okruženjima njegovi sportisti imaju najbolji vid.

✓ Trener mora da se pobrine da se prevaziđe predrasuda koja nastaje među sportistima u vezi sa pitanjem „da li fizička aktivnost može imati negativan efekat?“.

✓ Trener mora da zna stepen vida svojih sportista i uzrast u kojem je došlo do gubitka vida sportista.

✓ Trener treba da sportistima sa oštećenim vidom da dodatno vreme da završe zadatak koji im je dao u željenom roku i da ispune zahteve zadatka. Ovo će pomoći da se pojača osećaj dostignuća kod pojedinca.

✓ Trener treba da odredi aktivnosti koje zanimaju njegove sportiste i da trening koji će odraditi bude zabavan uz te aktivnosti.

✓ Trener mora da učini da se sportisti osećaju uspešno.

✓ Trener mora da odredi modele treninga koje treba primeniti utvrđivanjem trenutnog nivoa učinka svojih sportista.

✓ Uvek će biti korisno za osobu sa oštećenim vidom ako trener naglas kaže šta je napisano na tabli o treningu koji treba obaviti.

✓ Posećujući porodice, trener će pokazati porodici da je posebno zainteresovan za decu sa oštećenim vidom i reći će porodici da želi da prihvati ovu decu u sportskoj aktivnosti, što će pomoći porodicama da prihvate svoju decu.

✓ Pozitivan stav trenera osigurava da sportisti dobijaju veću podršku, da se sportska oprema koristi pravilno i u skladu sa potrebama.

✓ Trener treba da podstakne osobe sa oštećenim vidom da učestvuju u svim aktivnostima na terenu. Ako nisu u mogućnosti da učestvuju u aktivnostima na terenu, trebalo bi da im se organizuju drugačije aktivnosti.

✓ Treneri treba da obezbede da sportisti sa oštećenim vidom imaju sopstvenu sportsku opremu i alate, kako bi razvili osećaj nezavisnosti.

✓ Trener mora da obezbedi efikasno korišćenje sistema podrške treningu kako bi sportisti mogli zdravo trenirati (jako svetlo, trake u boji, obeležavanje opasnih područja itd.).

✓ Neophodno je da kandidat za trenera, koji ima negativne i drugačije stavove prema osobama sa invaliditetom, pozitivno promeni svoje stavove kako bi program bio prilagođen sportistima sa invaliditetom i bio uspešan.

15. Očekivanja od sportskih menadžera u vezi sa učešćem osoba sa oštećenim vidom u sportu

Poznato je da su sportski menadžeri među profesijama koje su dale značajan doprinos povećanju sportskih aktivnosti za osobe sa oštećenim vidom poslednjih godina. Pored toga, sportski menadžeri su dali značajan doprinos upravljanju servisnim aktivnostima organizacija za

podršku sportistima sa oštećenim vidom. Sportski menadžeri bi trebalo da doprinesu učinku i fizičkom razvoju sportista i da pokažu stav i ponašanje potrebno za rešavanje problema sportiste. U tom pogledu, stav i ponašanje sportskih menadžera pozitivno utiču na uspeh i neuspeh sportista sa invaliditetom, njihove ciljeve i puteve koje slede u skladu sa tim ciljevima, kao i planove koje prave. U ovom kontekstu, ponašanja koja se očekuju od menadžera u pogledu učešća sportista sa invaliditetom i kontinuiteta u sportu navedena su u nastavku.

✓ Treba uložiti neophodne napore kako bi se osiguralo da su svi objekti pogodni za korišćenje od strane različitih grupa invaliditeta i da su pristupačni i da zadovoljavaju potrebe sportista i gledalaca bez diskriminacije.

✓ Pozitivna diskriminacija prema osobama sa invaliditetom koje žele da se bave sportom treba da se poveća i nastavi.

✓ Treba stvoriti odgovarajuće okruženje kako bi sportisti sa invaliditetom mogli da pripreme posebne objekte usmerene na performanse.

✓ Treba preduzeti neophodne mere kako bi se osiguralo da sportski objekti mogu da služe deci i mladima sa invaliditetom.

✓ Napori da se sportisti sa invaliditetom usmere ka sportskim granama koje odgovaraju njihovom nivou invaliditeta treba da se nastave i povećaju.

✓ Da bi se povećao broj sportista sa invaliditetom, sportske klubove treba podsticati da otvaraju sportske grane za osobe sa invaliditetom.

✓ Sportistima sa invaliditetom treba pružiti podršku od osoba sa različitim invaliditetom ili bez invaliditeta, kao što su vodiči, pratioci itd.

✓ Treba proširiti lokalne lige za sportiste sa invaliditetom.

✓ Treba poboljšati i povećati mogućnosti smeštaja za sportiste sa invaliditetom u skladu sa njihovim nivoom invaliditeta tokom kampovanja i takmičenja.

✓ Prilikom izgradnje sportskih objekata i u arhitekturi postojećih objekata, trebalo bi napraviti prepreke za mobilnost osoba sa invaliditetom i njihov pristup uslugama.

✓ Treba obučiti trenere i stručno osoblje sa dovoljno opreme za podršku sportistima sa invaliditetom u njihovom razvoju u smislu sportskih performansi.

✓ Trebalo bi kreirati standardne modele skrininga za selekciju talenata sportista sa invaliditetom.

REFERENCES

Aslan, C. S. (2013). B1 seviyesi görme engelliler A Milli Futbol Takımının fiziksel ve fizyolojik özellikleri. 5. Antrenman Bilimleri Kongresi: 02-04 Temmuz 2013 - Ankara: Bildiriler (S. 91). Ankara: Hacettepe Üniversitesi.

Avella, R. (s.f.). Caracterización deportiva. Documento sin publicar, sin fecha. Guía deportiva clasificación funcional Coldeportes

Ayket, M. (1976). Doğum Öncesi ve İlk Çocukluk Yıllarında Görme Gücüne Zarar Veren Nedenler ve Önleme Yolları, Ankara.

Baumgartner, T. A., Jackson, A. S., Mahar, M. T., & Rowe, D. A. (2003). Measurement for Evaluation in Physical Education. Education & Exercise Science. The Mc Graw Hill Companies, 6-15.

Constâncio, J. L. L. (2010). The visually impaired: Involvement in physical activity and sport. Revista Digital-Buenos Aires, 15, 146. Erişim: 10 Ekim 2015 tarihinde http://www.efdeportes.com/efd146/ the-visually-impaired-in-sport.htm adresinden erişildi.

Dursun, O. B., Erhan, S. E., Özhan Ibiş, E., Esin, I. S., Keleş, S. ve diğerleri. (2014). The effect of ice skating on psychological well-being and sleep quality of children with visual or hearing impairment. Disability and Rehabilitation, 37 (9), ss.1-7.

Federación de deportes de limitados visuales "Fedeliv" (2003). @COLParalimpico, @INSPIRE_COL, @IndeportesCordo.

Federación Internacional de Deportes Ciegos (IBSA) (2014). Sistema de Administración de IBSA Deportes – ICEA. http://www.ibsasport.org/ibsa/

Fişne, M. (2014). Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu futsal branşı Bl düzeyi oyun kuralları 2014-2017. 18 Ekim 2015 tarihinde http://www.gesf.org.tr/Data/Sites/1/media /haberdosyalar/ futsal-blkurallar%C4%B1-2014-2017.pdf adresinden erişildi.

Gaete, R. reflexiones sobre las bases y procedimientos de la teoría fundamentada. Valladolid, España. PDF. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?

Gavião, J., Pereira, M. y Pimentel, M. (2012). Os processos auto-organizacionais do goalball. Revista brasileira de ciências do esporte, 34() 741-760. Recuperado de la base de datos: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=401338570015

GESF. (2015). Türkiye'de Görme Engelliler Spor Branşları. 09.10.2015 tarihinde http://www.gesf.org. tr/ anasayfa adresinden erişildi.

Goalball UK. (2015). Goalball Oyun Kuralları. 09.10.2015 tarihinde http://www.goalball.co.uk/index. php?p=rules#objectives adresinden erişildi.

Hernández, B. y Fernández, Y. (2015). Metodología de la investigación.

Horton, J.K.(1988). Kırsal Alandaki Görmezlerin Toplum İçinde Rehabilitasyonu, Ankara.

https://elearning.reb.rw/course/view.php?id=1294

IBSA. (2015). Görme Engellilerde Spor Branşları. 09.10.2015 tarihinde http://www.ibsasport.org/ adresinden erişildi.

Jiménez, J. (2013). Análisis de los indicadores del rendimiento competitivo en goalball (doctoral dissertation, universidad de extremadura). Recuperado de: http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/572/tduex_2013_mu%c3%b1oz_jimenez.pdf?sequence=1

Letcher, K. (2006). Adapted physical education for the blind and visual impaired, 1-3. www.obs.org/parent/articles%20of%20interest/adapted_physical_education_for,

Ljungqvist, A., Jenoure, P., Engebretsen, L., Alonso, J. M., Bahr, R., Clough, A. ve diğerleri. (2009). The International Olympic Committee (IOC) consensus statement on periodic health evaluation of elite athletes. Br J Sports Med, 43, ss.631-643.

Lockette, K. F. ve Keys, A. M. (1994). Conditioning with other physical disabilities in: Physical and health caracteristics in conditioning with physical disabilities. USA: Human Kinetics.

Magno e Silva, M. P., Morato, M. P., Bilzon, J. L., Duarte, E. (2013a). Sports injuries in Brazilian blind footballers. Int J Sports Med, 34, ss.239-243.

Magno e Silva, M., Bilzon, J., Duarte, E., Gorla, J., Vital, R. (2013b). Sport injuries in elite paralympic swimmers with visual impairment. J Athl Train, 48, ss.493-498.

Magno e Silva, M.P., Winckler, C., Costa, E.S.A.A., Bilzon, J., Duarte, E. (2013c). Sports injuries in paralympic track and field athletes with visual impairment. Med Sci Sports Exerc, 45, ss.908-913.

Martínez, J. M. A. (1998). Motricidad, Autoconcepto e Integracion de Niños Ciegos. Editorial Universidad de Granada, Espana. (Alıntı: Constâncio J. L. L. (2010). The visually impaired: Involvement in physical activity and sport. www.efdeportes.com)

Mir, M. (2004). Discapacidad visual. In: M. C. Jórdan (Ed), Atletismo Adaptado Para Personas Ciegas Y Deficientes Visuales ss.15-27. Barcelona: Editorial Paidotribo. (Alıntı: Constâncio, J. L. L. (2010). The visually impaired: Involvement in physical activity and sport. www. efdeportes.com) Moura e Castro, J. (1994). Estudo da influência da capacidade de resistência aeróbia na orientação e mobilidade do cego. Lisboa: Secretaria Nacional de Reabilitação. (Alıntı: Constâncio, J. L. L. (2010). The visually impaired: Involvement in physical activity and sport. www.efdeportes.com) Moura e Castro, J. A. (1993). Estudo da influência da capacidade de resistência aeróbica na orientação e mobilidade do cego. Espaço, 1 (2), 11-21. (Alıntı: Constâncio J. L. L. (2010). The visually impaired: Involvement in physical activity and sport. www. efdeportes.com)

Özer, D. (2001). Engelliler için Beden Eğitimi ve Spor. Nobel Yayınevi, Ankara.

Ponchillia, P.E., Armbruster, J., & Wiebold, J., (2005). The national sports education camps project: Introducing sports skills to students with visual impairments through short-term specialized instruction. Journal of Visual Impairment & Blindness, November, 685 – 695.

Ponchillia, P.E., Strause, B., & Ponchilli, S. (2002). Athletes with visual impairments: Attributes and sports participation. Journal of Visual Impairment & Blindness, 96(4), 267-272.

Rogow, S. M. (1988). Helping the visually impaired child. New York: Teachers College Press.

Silva, M. A. (2000). Reabilitação, educação especial e atividade física. In: A recreação e Lazer da População com Necessidades Especiais. Actas do Seminário, Porto: Faculdade de Ciências do Deporto e Educação Física.

Sorensen, M. (1999). Physical activity for individuals with disabilities: Sensory impairments and psychosocial problems. In F. G. Garcia (Ed.), La Psicologia Del Reporte En España Al Final Del Milenio [Report on Psychology in Spain at the end of the Millennium]. Las Palmas, Spain: Publications Service, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.

Talmachev, R. A. (2003). Present-day sports activities among the blind and persons with poor vision in different countries of the world. Vestn Oftalmol., 119(1), ss.43-61.

Telford, C. W. ve Sawrey, J. M. (1988). O indivíduo exepcional. Rio de Janeiro: Guanabara. (Alıntı: Constâncio, J. L. L. (2010). The visually impaired: Involvement in physical activity and sport. www.efdeportes.com)

Usta, H. (1992). Bedensel Özürlü Olmanın Sebepleri, MEB Yayınları, İstanbul.

Ürgüp, S., Aslan, C.S., Karakollukçu, M. (2008). The Effects of body composition characteristics of men goalball players on their tournament achievement. 10th International Sports Science Congress: October 23-25 2008- Bolu: Proceedings, ss.723-725.

Velásquez, M. y Gómez, D. (2015). Proceso de desarrollo, implementación y proyección del goalball en Colombia, p. 18.

http://en.paralympic.beijing2008.cn/

http://www.paralympic.org/release/Main_Sections_Menu/index.html

http://news.bbc.co.uk/sport2/hi/other_sports/disability_sport/default.stm

http://www.bbc.co.uk/blogs/olympics/2008/07/remembering_joan_scruton.html

http://www.toof.org.tr

http://www.tsd.org.tr/

Rečnik pojmova

- **Bank Position** – Položaj u kojem su ruke i kolena na podu.
- **Diagonal** – Bočno, sa strane.
- **Defensive** – Odbrambeni, usmeren na odbranu.
- **Function** – Svrha ili uloga.
- **Curve** – Krivina ili nagib.
- **Command** – Naredba ili instrukcija za zadatak koji treba da se izvrši.
- **Coordination** – Skladno izvođenje više veština istovremeno.
- **Timeout** – Pauza ili period odmora.
- **Motorik Özellik** – Postojeća ili urođena sposobnost.
- **Object** – Fizički predmet ili stvar.
- **Orientation** – Prostorna orijentacija ili prilagođavanje prostoru.
- **Parallel** – Paralelno, u istom pravcu.

- **Play** – Početak igre.
- **Position** – Položaj osobe ili predmeta na određenom mestu.
- **Strategy** – Unapred određen put i metoda za postizanje cilja.
- **Medical** – Zdravstveni pojam.