

# Pregled uspjeha hrvatskih paraolimpijaca u plivanju

---

**Sinovčić, Dino**

**Undergraduate thesis / Završni rad**

**2020**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Split, Faculty of Kinesiology / Sveučilište u Splitu, Kineziološki fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:221:309901>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-02-27**



*Repository / Repozitorij:*

[Repository of Faculty of Kinesiology, University of Split](#)



SVEUČILIŠTE U SPLITU  
KINEZIOLOŠKI FAKULTET

(Stručni studij / smjer sportski trener )

**PREGLED USPJEHA HRVATSKIH  
PARAOLIMPIJACA U PLIVANJU**

ZAVRŠNI RAD

**Student:**

Dino Sinovčić

**Mentor:**

prof. dr. sc. Goran Gabrilo

Split, 2020.

## Sadržaj:

1.	UVOD .....	5
2.	CILJ RADA .....	7
3.	TEMA .....	8
3.1.	Početak i razvoj sporta za osobe s invaliditetom u svijetu .....	8
3.2.	Plivanje paraolimpijsko .....	10
3.3.	Početak i razvoj sporta za osobe s invaliditetom u Hrvatskoj .....	12
3.4.	Klasifikacija.....	14
3.5.	Sportske kategorije .....	15
3.5.1.	Fizička oštećenja.....	15
3.5.2.	Vizualna oštećenja .....	16
3.6.	Opis dijagnoza.....	17
3.6.1.	Mišićna distrofija .....	18
3.6.2.	Ataxia.....	18
3.6.3.	Hypertonia .....	19
3.6.4.	Ahondroplazija.....	20
3.6.5.	Atetoza .....	20
3.6.6.	Dysmelia .....	21
3.6.7.	Amputacija.....	22

3.6.8.	Arthrogyposis .....	23
3.6.9.	Oštećenje vida.....	24
3.7.	Nastupi hrvatskih sportaša u plivanju na velikim natjecanjima (PI.ICP SP,IPC,IPC EP.MI) .....	25
3.8.	Najuspješniji plivači HPO-A.....	31
3.8.1.	Mihovil Španja.....	31
3.8.2.	Dino Sinovčić .....	34
3.8.4.	Ana Sršen.....	37
3.8.5.	Ante Rađa .....	38
3.8.6.	Sanja Milojević.....	40
4.	ZAKLJUČAK .....	41
5.	LITERATURA .....	44

## **SAŽETAK**

U ovom završnom radu prikazana je povijest svjetskog paraolimpizma kao i počeci razvoja sporta osoba s invaliditetom u Hrvatskoj. Nadalje u drugom dijelu tekstu opisana je struktura klasifikacije koja je jako bitna za paraolimpijsko plivanje. Klasifikacija se sastoji od 10 kategorija fizičkog oštećenja, 3 kategorije oštećenja vida te jedna kategorija mentalnog oštećenja. U nastavku rada opisane su najčešće dijagnoze fizičkog oštećenja koje se javljaju u paraolimpijskom plivanju. Kao glavni cilj rada analizirani su najveći uspjesi hrvatskog paraplivanja te biografije najuspješnijih hrvatskih plivača s invaliditetom u povijesti.

## **ABSTRACT**

This final paper presents the history of world paralympics as well as the beginnings of the development of the sport of persons with disabilities in Croatia. Furthermore, the second section describes the classification structure that is very important for Paralympic swimming. The classification consists of 10 categories of physical impairment, 3 categories of visual impairment and one category of mental impairment. The most common diagnoses of physical impairment occurring in paralympic swimming are described below. The main goal of this paper is to analyze the greatest achievements of Croatian paraswimming and the biography of the most successful Croatian swimmers with disabilities in history.

## 1. UVOD

Važnost bavljenja sportom je višestruka, a benefiti su vidljivi kroz sve segmente antropološkog statusa (Vuković i Trivun, 2002). Međutim, za populaciju osoba s invaliditetom, sport ima još veći značaj. Naime, za osobe s invaliditetom ne predstavlja samo korist, nego nužnost.

Uključivanje u sport može omogućiti pojedincu s invaliditetom koristi koje proizlaze iz bavljenja sportom. Sportaš će razviti i održavati zdravstvene, motoričke i funkcionalne kapacitete na znatno višem nivou, koje su kod osoba s invaliditetom od posebnog značaja (Donato, Tench, Glueck, Seals, Eskurza i Tanaka, 2003). Nadalje, mogućnosti spajanja i razvijanja prijateljstva unutar sportaševе lokalne, sportske okoline, razviti će i njihove socijalne komponente koje su nerijetko narušene kod osoba s invaliditetom. (Baciu i Baciu, 2015). Uključivanje u programe sa standardnim sportašima može izazvati pozitivno i društveno prihvatljivo ponašanje. Također, uključenje u sport može pružiti socijalizaciju unutar većih grupa, koje mogu dovesti do jače motivacije i povećane samodiscipline, kao rezultat timske motivacije (Baciu i Baciu, 2015). Zajedničko djelovanje unutar sportski grupa je fenomen gdje sportaši koji treniraju s onima boljih sposobnosti, djeluju motivirajuće na osobe s invaliditetom u cilju još predanijeg angažmana (Groff, Lundberg, Zabriskie, 2009). Za posrednu procjenu kvalitete življenja osoba s invaliditetom važni su čimbenici: kvaliteta zdravstvene skrbi, edukacija, zapošljavanje i ekonomska neovisnost osoba s invaliditetom, prilagodba stanovanja, prilagođenost okoliša i transporta, stjecanje samosvijesti i samopouzdanje o vlastitim mogućnostima, sudjelovanje u svim aktivnostima i sadržajima obiteljskog i društvenog života, te trajna senzibilizacija javnosti za tu problematiku (Groff, Lundberg, Zabriskie, 2009). U literaturi se mogu razlikovati tri važna pristupa: kvaliteta života povezana sa zdravstvenim aspektom, kvaliteta života ekonomskog blagostanja te generalna kvaliteta života (Čorić i Ljubotina, 2013). Upravo sport pomaže u ostvarenju većine od gore navedenih čimbenika važnih za kvalitetniji život osobe s invaliditetom. Sport je također, jako bitan za osobe koje dožive iznenadnu ozljedu koja ih prikuje za invalidska kolica ili trajno naruši njihovu homeostazu i život kakav su poznavali do tad. Takav šok ostavi velike posljedice na pojedinca, koje često prati i psihološka

problematika vezana uz završetak jednog načina života, i besmisli života u kolicima (Egede, 2007). Kroz sportske aktivnosti osoba s invaliditetom uči kako savladati subjektivni neurofizički umor, odnosno dominantni simptom u ranim fazama rehabilitacije, naročito kod fraktura, paraliza i amputacija. Važno je da osoba shvati da joj vježbanje koristi i da osjeća napredak liječenja pokretom (Groff, Lundberg, Zabriskie, 2009). Svaki napredak jača organizam i osposobljava osobu s invaliditetom za ponovno preuzimanje mjesta u društvu, povratak obitelji i bivšem načinu života.

Plivanje je sport koji ima višestruke koristi za ljudski organizam, kako s aspekta motorike i funkcionalnih sposobnosti, tako i s aspekta poboljšanja psihosomatskog statusa (Sheard i Golby, 2006). Povijest nas uči o važnosti savladavanja plivačke vještine, gdje se često pismenost i sposobnost nekog društva ocjenjuje prema plivačkoj sposobnosti građanstva (Yang i Wang, 2010.). Plivanje pospješuje razvoj cjelokupnog antropološkog statusa (Gabrilo, Orlović, i Miličić, 2017; Maglischo, 2003; Šitić, Gabrilo, i Perić, 2015). Kada govorimo o plivanju kao aktivnosti za osobe s invaliditetom, možemo zaključiti kako je upravo plivanje optimalna aktivnost u većini slučajeva invaliditeta zbog specifičnosti fluida u kojoj se ta aktivnost odvija. Prividan gubitak težine zbog sile uzgona znatno olakšava kretanje, što stvara idealne preduvjete za aktivnosti osoba s invaliditetom. Upravo je plivanje aktivnost koja se najčešće koristi za prvi susret osoba s invaliditetom s aktivnim načinom života, te dovodi do značajnog napretka cjelokupnog antropološkog statusa pojedinca (Kenal i Knappe, 1996). Vrhunski paraolimpijski sport je upravo u službi popularizacije aktivnog načina života osoba s invaliditetom, a kako je plivanje najpopularniji i najoptimalnija aktivnost za tu specifičnu populaciju, uspjeh plivača paraolimpijaca je znatno važnija.

## **2. CILJ RADA**

Cilj ovog rada je prezentirati najvrijednije rezultate plivanja kod osoba s invaliditetom u Hrvatskoj. Također, rad prikazuje povijeni razvoj paraolimpijskog plivanja, a ujedno i razvoj Hrvatskog para. Nadalje, rad će analizirati klasifikacijske kategorije u paraolimpijskom plivanju i prikazati kratke biografije hrvatskih paraplivača.



### 3. TEMA

#### 3.1. Početak i razvoj sporta za osobe s invaliditetom u svijetu

Povijest Paraolimpijskih igara i paraolimpijskog pokreta veže se uz ime njemačkog neurologa Ludwiga Guttmanna. Sin židovskog ugostitelja smatran je jednim od najboljih neurokirurga u Njemačkoj. Nakon što je počeo progon židova, Guttmann je zajedno sa suprugom i dvoje djece početkom 1939. pobjegao u Englesku. Pet godina kasnije u bolnici Stoke Mandeville osnovao je Centar za ozljede leđne moždine i uveo revoluciju u tretman cerebralne paralize. Brzo je shvatio da je tjelesna aktivnost jako važna za osobe s invaliditetom. Zbog toga je 28. srpnja 1948. godine, na dan otvaranja Olimpijskih igara u Londonu, organizirao prve Igre na kojima su nastupile ekipe iz njegove bolnice. Na livadi, ispred bolnice Stoke Mandeville, 16 natjecatelja u kolicima nadmetalo se u streljaštvu. Guttmannov entuzijizam se širio i postupno su uvedeni novi sportovi : atletika, košarka u kolicima, mačevanje, snooker, stolni tenis i plivanje. Kada je 1952. godine pukovnik J.S. Keyser , medicinski direktor Vojno rehabilitacijskog centra u nizozemskom Doornu, na igre poslao četiri nizozemska ratna veterana paraplegičara, one su postale međunarodne. Uslijedile su godine kada se broj sudionika sve više povećavao, pa se postavilo pitanje prilagođenih borilišta, smještaja i sredstava. U svibnju 1957. godine u Parizu je na inicijativu Svjetske udruge veterana održan prvi sastanak stručnjaka za sport osoba s invaliditetom, na kojem su se svi složili da je došlo vrijeme da tehnički stručnjaci usklade međunarodna sportska pravila za osobe s ozljedama leđne moždine. Iduće godine Guttmann je s Antoniom Magliom, direktorom Spinalnog centra talijanske instituta, razgovarao o mogućnosti da se Igre Stoke Mandeville 1960. godine održe u Rimu, gradu koji je međunarodni olimpijski odmor odabrao za domaćina Olimpijskih igara te godine. Ideju su podržale talijanske vlasti i postignut je dogovor da se igre Stoke Mandeville održe u „Vječnom Gradu“ (prema Gizdić i Lugarić, 2014, str. 9). U Rimu je nastupilo 400 sportaša iz 23 zemlje. Na prvim Paraolimpijskim igrama (POI) nastupili su samo natjecatelji s ozljedama kralježnice, a tako je bilo i na Paraolimpijskim igrama u Tokiju (1964.) Tel Avivu (1968.) i Heidelbergu (1972.). Na Paraolimpijskim igrama 1976. godine u Torontu su prvi put nastupile osobe s amputacijama te slijepi i slabovidni sportaši, da bi

na sljedećim igrama 1980. u Arnhemu sudjelovali i sportaši s cerebralnom paralizom. Na Paraolimpijskim igrama u Atlanti 1996. godine uključuju se i sportaši s intelektualnim teškoćama. Od ljetnih POI u Seoulu 1988. i Zimskih POI u Tignes- Albertvilleu 1992. godine, Paraolimpijske igre održavaju se na istoj lokaciji kao i Olimpijske. Danas su POI najveći sportski događaj za sportaše iz pet različitih skupina invaliditeta i cilj im je isticanje sportskih postignuća, a ne invaliditeta. Pokret je drastično narastao od svojih prvih dana: od 400 sportaša iz 23 zemlje u Rimu do 4342 sportaša iz 159 zemlje u Rio de Janeiru 2016. godine. Riječ „paraolimpijski“ proizlazi iz kombinacije triju riječi: latinskog priloga „par“ koji znači „sličan“ ili „isti“, grčkog prefiksa „para“ koji znači „do“ ili „uz“, i riječi „olimpijski“.

Zimske paraolimpijske igre (ZPI) su međunarodna više sportska natjecanja, gdje sportaši s tjelesnim invaliditetom natječu na snijegu i ledu. To uključuje sportaše s invaliditetom u pokretu, amputacije, sljepoću i cerebralnu paralizu. Prve zimske paraolimpijske igre održane su u švedskom Ornskoldsviku 1976. godine. Sportaši su se natjecali u samo dvije sportske discipline – alpskom i nordijskom skijanju za slabovidne i amputirane sportaše, ali i sanjkanje na ledu kao probni događaj. Sudjelovalo je 198 sportaša iz 16 zemalja. Podrijetlo Zimskih paraolimpijskih igara su slične ljetnoj paraolimpijadi. Ozlijeđeni vojnici koji su se vratili iz Drugog svjetskog rata tražili su sport kao put liječenja. Sepp Zwicknagl, predvodnik snježnih sportova za sportaše s invaliditetom, bio je australski skijaš koji je eksperimentirao sa skijanjem pomoću proteza. Njegov rad pomogao je napredak tehnoloških dostignuća za osobe s invaliditetom koje su željele sudjelovati u zimskim sportovima. Napredak je bio spor, a 1974. godine održano je prvo službeno svjetsko skijaško natjecanje za osobe s invaliditetom. Od francuskog Albertvillea se ZPOI (Zimske paraolimpijske igre) održavaju na istim borilištima kao I ZOI (Zimske olimpijske igre).

- *50 godina športskog saveza invalida grada Splita ( Hrvoje Kujundžić, 2017.)*
- *Pola stoljeća Hrvatskog paraolimpizma ( Jurica Gizdić, Denis Lugarić 2014.)*

### 3.2. Plivanje paraolimpijsko

Plivanje je jedan od originalnih paraolimpijskih sportova i preraslo je u drugi najpopularniji po gledanju TV gledatelja. Poput mnogih kolega, od rehabilitacije se razvio u sport visokih performansi, koji su sportaši s tjelesnim, vidnim ili intelektualnim oštećenjima prakticirali širom svijeta. Na prvim paraolimpijskim igrama u Rimu 1960. godine plivači s ozljedom leđne moždine natjecali su se u pet klasa u samo dvije discipline - 25m i 50m - u leđnom stilu, prsnom i slobodnom. Otvorena mješovita štafeta s medaljama uvedena je u Tokiju u Japanu 1964. godine, a više događanja dodano je i na igrama 1968. u Tel Avivu, uključujući 100 m slobodno i dodatne tri štafete. Leptir je prvi put uveden na Paraolimpijskim igrama u Torontu 1976., gdje su također uključeni i plivači sa slabovidnošću.

U Arnhemu 1980. godine debitirala je amerikanka Trischa Zorn, koja je osvojila sedam zлата u ženskim disciplinama s oštećenjem vida i postala najuspješnija paraolimpijka u povijesti sporta. Zorn je na paraolimpijskim igrama osvojila 32 zlatne, devet srebrnih i pet brončanih medalja do umirovljenja nakon Atene 2004.

Također je došlo do pomaka u klasifikaciji u para-sportu općenito, s medicinskog sustava na funkcionalni pristup. U funkcionalnom sustavu fokus je na utjecaju koji sportaševa oštećenja utječu na njegove sportske performanse.

Plivanje je i dalje bilo popularni dio programa tijekom 1990-ih i 2000-ih, gdje se odvijala daljnja racionalizacija klasifikacije i događaja. Natjecanja za sportaše s intelektualnim teškoćama prvi su put uključena u Atlanti 1996. godine. Međutim, oni su uklonjeni nakon što je u Sydneyu 2000. godine zbog istrage španjolske košarkaške reprezentacije izazvao suspenziju svih sportaša s intelektualnim teškoćama do Londona 2012. godine.

Sport je tijekom godina stvorio mnoge zvijezde velikih imena. Osim Zorna, plivači poput Eleanor Simmonds iz Velike Britanije i Brazilca Daniela Dias postali su imena domaćinstava zbog svojih izuzetnih nastupa.

Vremena su također popravila. Na primjer, svjetski rekord u muškom 50 m slobodnom stilu S12 smanjio se za 1,81 sekundu od 2004. Najbrži paraolimpijac na svijetu, Ukrajinac Maksym Veraksa, drži trenutno najbolje mjesto u ovom događaju od 22,99 sekundi.

Na Paraolimpijskim igrama u Londonu 2012. godine 604 plivača iz 74 zemlje natjecalo se u 148 utrka . (World Para Swimming, n.d.)

Plivanje je jedan od sportova koji su u programu Paraolimpijskih igara od početaka i prvih igara koje su se održane 1960. u Rimu, a gdje je u plivanju nastupilo ukupno 77 natjecatelja od toga 45 muških i 32 žene. Na svakim sljedećim igrama rasla je brojka natjecatelja u plivanju da bi sve kulminiralo u Rio de Janeiru 2016. godine na petnaestim igrama i do sada po svemu najuspješnijim Paraolimpijskim Igrama u povijesti gje je u plivanju nastupilo 600 natjecatelja od toga 340 muških i 260 ženskih. Na Paraolimpijskim igrama mogu nastupiti sportaši zemalja koje imaju osnovane nacionalne paraolimpijske odbore (NPC) čiji su paraolimpijski odbori punopravni članovi International Paralympic Committee (IPC). Za IPC u globalu možemo reći da na svojim natjecanjima okuplja natjecatelje sljedeće skupine invaliditeta: tjelesna oštećenja, slijepi i slabovidni te osobe s intelektualnim oštećenjima. Gluhonjeme osobe i osobe s oštećenjem sluha nastupaju na olimpijadi gluhih koja se održava isto svake četiri godine i to svake godine iza PI. Velika natjecanja koja su pod IPC om su: IPC regionalna prvenstva I IPC svjetska prvenstva. Članice IPC-a su još I svjetske federacije: IBAS (svjetska federacija sljepih I slabovidnih sportaša), CP ISRA ( svjetska sportska federacija osoba s cerebralnom paralizom), IWAS (svjetska sportska federacija osoba u kolicima I osoba s amputacijama). Sve te federacije kroz povijest održavaju svoja svjetska prvenstva I igre, ali rastom I razvojem IPC –a najvažnija, najkvalitetnija I najmasovnija IPC natjecanja u plivanju su PI, IPC svjetska I IPC regionalna prvenstva.

- *50 godina športskog saveza invalida grada Splita ( Hrvoje Kujundžić 2017)*
- *Pola stoljeća Hrvatskog paraolimpizma ( Jurica Gizdić, Denis Lugarić 2014)*

### 3.3. Početak i razvoj sporta za osobe s invaliditetom u Hrvatskoj

Sport osoba s invaliditetom u Hrvatskoj, počeo je organizacijom sportsko rekreativnih aktivnosti boraca II. Svjetskog rata, da bi u Zagrebu 8. rujna 1964. godine bio osnovan „Savez za šport i rekreaciju invalida Hrvatske“. Nakon proglašenja hrvatske samostalnosti, izvršni odbor Saveza za šport i rekreaciju invalida Hrvatske na sastanku održanom 30. kolovoza 1991. godine donio je odluku o obustavi sudjelovanja u radu Saveza za šport i rekreaciju invalida Jugoslavije te o opozivu delegata u predsjedništvu SSRI Jugoslavije.

Nakon razduživanja Hrvatskog športskog saveza SKF Jugoslavije 10. rujna 1991. godine, osnovan je Hrvatski olimpijski odbor u kojem je Savez za šport i rekreaciju invalida Hrvatske jedan od osnivača i punopravna članica. „Savez za šport i rekreaciju invalida Hrvatske“ član je Međunarodne sportske organizacije invalida. Od 8. svibnja 1992. te Međunarodne sportske organizacije sportova u invalidskim kolicima ( international Stoke Mandeville Whrrlchair Sports Federation) od 11. svibnja 1992.

6. svibnja 1993. godine „ Savez za sport i rekreaciju invalida Hrvatske“ odlukom skupštine, mijenja ime u Hrvatski športski savez invalida. Hrvatski športski savez invalida, član je Međunarodnog paraolimpijskog odbora (IPC) od 10. rujna 1993. i Europskog paraolimpijskog odbora (European Paralympic Committee – EPC) od 6. rujna 1998. godine. Odredbama Zakona o športu, Hrvatski športski savez invalida, od 28. listopada 2006. godine nastavlja djelovanje kao Hrvatski paraolimpijski odbor.

Hrvatski paraolimpijski odbor (HPO) je najviša nevladina nacionalna sportska udruga sportaša s invaliditetom, ustrojena prema paraolimpijskim standardima i načelima međunarodnog paraolimpijskog pokreta, koja u svom djelokrugu na odgovarajućoj razini potiče i promiče odgovarajući sport osoba s invaliditetom, odnosno sportsku aktivnost osoba s invaliditetom, usklađuje aktivnosti svojih članica, organizira i provodi sustav sportskih natjecanja osoba s invaliditeom, uređuje pitanja koja se odnose na registraciju sportaša osoba s invaliditetom, status sportaša i drugih sportskih djelatnika te stegovnu odgovornost sportaša i sportskih djelatnika, skrbi o unapređenju stručnog rada i osposobljavanju stručnih djelatnika te unapređenju sportskih dostignuća. Posljednjih godina

djelovanje HPO-a karakteriziraju intezivan razvoj i napredak, koji se prvenstveno očituje o povećanju broja članova, postizanju odličnih međunarodnih rezultata, organizaciji brojnih međunarodnih natjecanja, razvoju novih sportova i kvalitetnoj suradnji s međunarodnim i svjetskim udruženjima za sport osoba s invaliditetom. U organizaciju i sustav plivačkih natjecanja je uključen Hrvatski paraplivski savez (HPPS).

Hrvatska je prvi put na POI nastupila u Barceloni 1992. godine. Tada smo imali šest sportaša u tri sporta, a prvu brončanu medalju donijela nam je **Milka Milinković**. Nakon Barcelone uslijedila je Atlanta na kojoj je sudjelovalo pet hrvatskih predstavnika u dva sporta. Svake četiri godine naših predstavnika na igrama je bilo sve više. U Sydneyu 2000. je sudjelovalo 15 sportaša u pet sportova, u Ateni 2004. smo imali 17 sportaša u pet sportova, 2008. u Pekingu, Kini predstavljalo nas je 25 sportaša u pet sportova. Prije sedam godine u Londonu ponovljena je brojka hrvatskih sportaša predstavnika iz 2008, a u Rio de Janeiru bilo je 19 sportaša.

Hrvatska je do sada osvojila ukupno četrnaest medalja na Paraolimpijskim igrama od samostalnosti s time da je najplodonosnija 'žetva medalja' bila 2008.godine u Pekingu. Tada je **Darko Kralj** pobijedio u bacanju kugle i osvojio zlato. Srebro je osvojio **Branimir Budetić** u bacanju koplja dok su brončane medalje u bacanju kugle osvojili **Milka Milinković**, **Jelena Vuković** i **Mihovil Španja** u plivanju.

Na 14. Paraolimpijskim igrama u Londonu Hrvatski predstavnici su osvojili rekordnih pet odličja, četiri u atletici te jedno u plivanju. Srebrna odličja, u bacanju kugle je osvojio **Darko Kralj**, a u skoku u dalj **Zoran Talić**. U istoj disciplini **Mikela Ristoski** uzela je bronzu, dok je **Branimir Budetić** osvojio treće mjesto u bacanju koplja. **Mihovil Španja** je pak doplivao do bronce na 100 m leđno, što mu je četvrta paraolimpijska medalja u karijeri. Isti rezultat se ponovio 2016.godine u Rio de Janeiru s osvojenih 5 odličja.

- *Pola stoljeća Hrvatskog paraolimpizma (Jurica Gizdić, Denis Lugarić 2014)*
- *50 godina športskog saveza invalida grada Splita ( Hrvoje Kujundžić 2017)*

### 3.4. Klasifikacija

Da bi natjecanje bilo pošteno i ravnopravno, svi paraolimpijski sportovi imaju uspostavljen sustav koji osigurava da pobjedu određuju vještina, kondicija, snaga, izdržljivost, taktička sposobnost i mentalni fokus, isti faktori koji daju uspjeh u sportu za osobe bez tjelesnih oštećenja.

Taj se postupak naziva klasifikacija i njegova je svrha svesti na najmanju moguću mjeru utjecaj oštećenja na aktivnost (sportska disciplina). Zbog toga oštećenje nije dovoljno. Učinak tog oštećenja u sport mora se dokazati.

U svjetskom para plivanju sportaši su grupirani prema stupnju ograničenja aktivnosti koje je posljedica nedostatka. Te se skupine nazivaju „sportske klase“. Proces klasifikacije određuje koji sportaši mogu nastupiti u Svjetskom Para Plivanju i kako se sportaši grupiraju radi natjecanja.

Klasifikacija je specifična za sport jer oštećenje utječe na sposobnost bavljenja pojedinih sportova u različitoj mjeri. Kao posljedica toga, sportaš može ispuniti kriterije u jednom sportu, ali možda ne može zadovoljiti kriterije u drugom sportu.

Svjetsko para plivanje služi za tri skupine oštećenja - fizičko, intelektualno i vidno.



*Slika 1. Primjer fizičkog oštećenja*

### 3.5. Sportske kategorije

Nazivi sportske klase u plivanju sastoje se od prefiksa „S“ ili „SB“ i broja. Prefiksi označavaju plivačke stilove, a broj označava sportske kategorije.

Prefiksi znače:

- S: slobodni, leptir i leđni stil.
- SB: prsni stil
- SM: mješoviti stil. Prefiks "SM" dan je sportašima koji se natječu u mješovitom plivačkom stilu.



*Slika 2. Primjer fizičkog oštećenja*

#### 3.5.1. Fizička oštećenja

Postoji deset različitih sportskih klasa za sportaše s tjelesnim oštećenjem, brojeva 1-10. Što je niži broj, to je veći stupanj invaliditeta.



Sportaši s različitim oštećenjima natječu se jedni protiv drugih, jer se sportske klase dodjeljuju na temelju utjecaja invaliditeta na plivanje, a ne na samom oštećenju.

Da bi procijenili utjecaj oštećenja na plivanje, klasifikatori procjenjuju sve funkcionalne tjelesne strukture pomoću bodovnog sustava i traže od sportaša da dio klasifikacije provedu u vodi kako bi mogli vidjeti utjecaj invaliditeta na izvedbu odnosno samo plivanje.

Ukupni broj bodova tada određuje sportske klase sportaša. Zbog različitih zahtjeva slobodnog i prsnog stila, plivačima se često dodjeljuju različite S i SB sportske klase.

SM sportska klasa (mješoviti stil) izračunava se iz S (slobodnog) i SB (prnosp) stila. (British swimming, n.d.)

### 3.5.2. Vizualna oštećenja

Sportaši s oštećenjem vida natječu se u tri sportske klase od S / SB11 do S / SB13.

S / SB11: Ovi sportaši imaju vrlo nisku oštrinu vida i / ili nemaju percepciju svjetlosti.

S / SB12: Sportaši imaju veću oštrinu vida od sportaša koji se natječu u sportskoj klasi S / SB11 i / ili vidnog polja radijusa manjeg od 5 stupnjeva.

S / SB13: Sportaši imaju minimalno oštećenje vida koji ispunjavaju uvjete za paraolimpijski sport. Imaju najveću oštrinu vida i / ili vidno polje radijusa manjeg od 20 stupnjeva.

Kako bi se osiguralo pošteno natjecanje, sportaši u S / SB11 sportskoj klasi moraju nositi pocrnjene naočale za plivanje.

Da bi se osigurala sigurnost, svi plivači S / SB11 moraju koristiti svjetlosni znak za start, plivači u sportskim klasama S / SB12 i S / SB13 mogu birati žele li ih koristiti. (British swimming, n.d.)



*Slika 3. Primjer oštećenja vida*

### 3.5.3. Mentalna oštećenja

Plivači S14 imaju intelektualni poremećaj, što obično dovodi do toga da sportaši imaju poteškoće s prepoznavanjem uzoraka, sekvenciranjem i pamćenjem ili imaju sporije vrijeme reakcije, što utječe na sportske performanse općenito.

Štoviše, plivači S14 pokazuju veći broj udaraca u odnosu na brzinu plivanja od plivača bez mentalnih oštećenja. (British swimming, n.d.)

- <https://www.britishswimming.org/performance/para-swimming/classification/>

### 3.6. Opis dijagnoza

POSTOJI VIŠE RAZLIČITIH FIZIČKIH VRSTA OŠTEĆENJA:

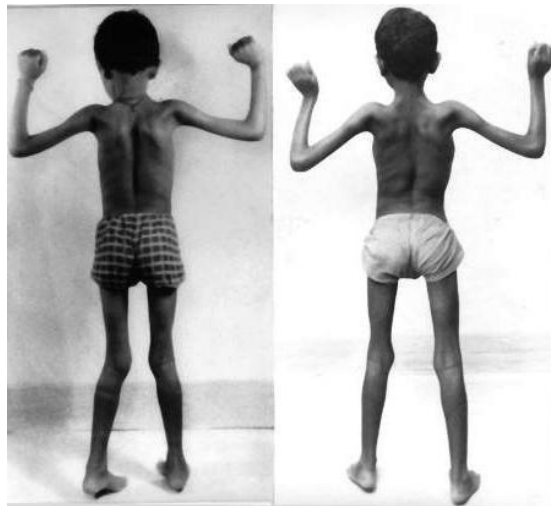
- Mišična distrofija
- Ataksija
- Hipertonija
- Ahondroplazija
- Atetoza
- Dysmelia
- Amputacija
- Arthrogryposis
- Oštećenje vida

### 3.6.1. Mišićna distrofija

To su nasljedna neupalna oboljenja, koja karakterizira postupno slabljenje mišića.

#### *DYSTROPHIA MUSCULORUM PROGRESSIVA (DUCHENNE)*

Ovo je zloćudan oblik mišićne distrofije. Bolesnici rijetko dožive više od 15- 20 godina, a obično umiru zbog kardiorespiratornih komplikacija uzrokovanih osnovnom bolešću. Dijete otežano ustaje iz čučućeg položaja, a pritom se nerijetko služi rukama kojima se 'penje' po svojim natkoljenicama. Karakteristična je simetrična vizualna hipertrofija lisnog mišića na nogama. Nesigurni su pri hodu, gegaju se, brzo se umaraju, teško s penju uza stube, spotiču se, a nerijetko padaju i na ravnom. Razvojem bolesti, zbog slabosti mišića ekstenzora i abduktora kuka, razvija se fleksorna kontraktura kukova- postaju sve ovisniji o kolicima. Bitno je da se fizička aktivnost kod ovih oboljenja ne forsira iz razloga što dolazi do izrazitog umaranja mišića.



*Slika 4. Mišićna distrofija*

### 3.6.2. Ataxia

Ataksija je neurološki znak koji se sastoji od nedostatka dobrovoljne koordinacije mišićnih pokreta koji može uključivati abnormalnost hodanja, promjene govora i abnormalnosti u pokretima očiju. Ataksija je klinička manifestacija koja ukazuje na disfunkciju dijelova živčanog sustava koji koordiniraju kretanje, kao što je mozak. Ataksija može biti

ograničena na jednu stranu tijela, što se naziva hemijataksija. Nekoliko je mogućih uzroka za ove obrasce neurološke disfunkcije. Dystaxia je blagi stupanj ataksije. Friedreichova ataksija ima abnormalnost u hodu kao simptom koji se najčešće prikazuje.



*Slika 5. Ataxia*

### 3.6.3. Hypertonia

Hipertonija se u literaturi koja se odnosi na oštećenje središnjeg živčanog sustava, točnije lezije gornjih motornih neurona, koristi sinonim za spastičnost i krutost. Oslabljena sposobnost oštećenih motornih neurona da reguliraju silazni put uzrokuje neuredne kičmene reflekse, povećanu ekscitabilnost mišićnih vretena i smanjenu sinaptičku inhibiciju. Te posljedice rezultiraju u nenormalno povišenom mišićnom tonusu simptomatskih mišića.



## *Slika 6. Hypertonia*

### 3.6.4. Ahondroplazija

Ahondroplazija je najčešći oblik patuljastog rasta. Odlikuje se jako skraćenim kostima udova, a kosti trupa su najčešće normalne dužine dok je lubanja povećana, dok inteligencija ostaje normalna. Nastaje zbog nedovoljnog rasta i okoštavanja hrskavice. Poremećaj je izražen već pri rođenju. Postoji mogućnost smanjenog opsega pokreta u zglobovima koji uz manju dužinu udova može stvarati probleme u svakodnevnom funkcioniranju. Visina tijela nikad ne prelazi 130 centimetara. Značajno je da zglobna hrskavica nije oštećena i bolesnici nemaju problema vezanih za zglobove. Djeca s ahondroplazijom u prvim godinama života sklona su čestim upalama srednjeg uha, što može uzrokovati oslabljen ili čak gubitak sluha. Zbog malog prsnog koša ova djeca ponekad mogu imati i respiratornih problema.

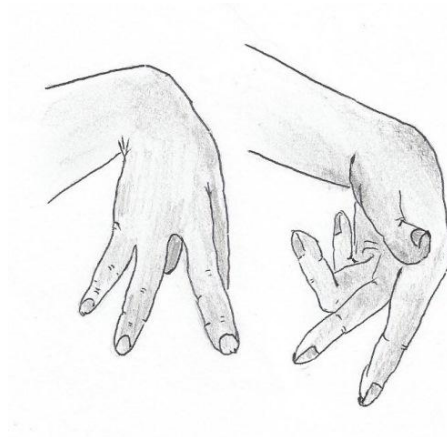


*Slika 7. Ahondroplazija*

### 3.6.5. Atetoza

Atetoza je simptom koji karakteriziraju spori, nehitični, iskrivljeni, zglobni pokreti prstiju, ruku, nožnih prstiju i stopala, a u nekim slučajevima ruku, nogu, vrata i jezika. Pokreti tipični za atetozu ponekad se nazivaju i atetoidni pokreti. Lezije u mozgu najčešće su izravni uzrok simptoma, posebno corpus striatum. Ovaj se simptom ne pojavljuje sam i često je popraćen simptomima cerebralne paralize, jer je često posljedica ove bolesti.

Liječenje atetoze nije baš učinkovito, a u većini slučajeva jednostavno je usmjereno na upravljanje nekontroliranim pokretom, a ne na sam uzrok.



*Slika 8. Atetoza*

### 3.6.6. Dismelia

Anomalija ekstremiteta izazvana promjenama (oštećenjima) u trudnoći i nasljeđem.

Može biti prisutna na jednom ili više ekstremiteta, većeg ili manjeg stupnja – od manjeg broja prstiju do potpunog ne funkcioniranje jednog ili više ekstremiteta.



*Slika 9. Dismelia*

### 3.6.7. Amputacija

Amputacija je kirurški zahvat kojim se odstranjuje dio uda u koštanom području, a dezartikulacijom se odstranjuje dio ili cijeli ud u području zgloba. U populaciji iznad 60 godina glavni uzrok amputacije donjih udova jesu bolesti krvnih žila koje zajedno s dijabetesom čine više od 80% svih uzroka zbog kojih se u oboljelih poduzima amputacija. U dječjoj i mladenačkoj dobi najčešći uzrok amputacija i to u 90% slučajeva jest ozljeda, a zatim tumori i prirođene deformacije. Amputacije na gornjim udovima najčešće su uzrokovane ozljedom, a u djece prirođenom anomalijom. Izbor razine amputacije vrlo je odgovoran i danas vrijedi pravilo da se amputacija mora učiniti što perifernije. Teži se postići što duži bataljak, cilindričan na potkoljenici, koničan na natkoljenici, dobro pokriven mekim tkivom, koštani dio pokriven mišićima, dobro opteretiv i bezbolan. Idealan bataljak ima očuvanu senzibilnost, dobru motoriku i urednu pokretljivost zglobova. Fantomski osjećaj imaju gotovo svi bolesnici u kojih je obavljena amputacija i to je osjećaj prisutnosti amputiranog dijela uda. Fantomska bol je rijetka i obilježena je jakim grčevitim bolima u izgubljenom ud.



*Slika 10. Amputacija noge*

### 3.6.8. Arthrogryposis

Termin arthrogryposis složen je od grčkih riječi »arthron« što znači zglob i »grypos« što znači savinut, iskrivljen. U novije vrijeme koristi se naziv multiple kongenitalne kontrakture ili arthrogryposis označava se pri rođenju vidljivo stanje ograničene pokretljivosti zglobova u vrlo raznolikih bolesti. Definicija: - neprogresivna prirođena bolest koja je određena slabo razvijenim i kontrahiranim mišićima, simetričnim položajem udova, deformacija zglobova te zadebljanim kontrahiranim zglobnim čahurama. Osjetilni je sustav na udovima očuvan, a inteligencija je normalna. Pojava je bolesti sporadična, a način nasljeđivanja nije poznat. Bolesnici imaju karakterističan klinički izgled – rameni zglob je aduciran i u unutrašnjoj rotaciji, lakatni je zglob češće u ekstenziji nego u fleksijskom položaju, a ručni je zglob u položaju fleksije i ulnarne devijacije. Na donjim udovima kukovi su u izraženoj fleksiji i abdukciji, te u vanjskoj rotaciji i mogu biti luksirani, koljena su često fiksirana u fleksiji ili pak hiperekstendirana, dok je za stopala karakteristično da su u položaju rigidnog equinovarusa.



*Slika 11. Arthrogryposis*



### 3.6.9. Oštećenje vida



*Slika 12. Međunarodni znak za osobe s oštećenjem vida*

Općenito govoreći razvoj motorike ovisi s jedne strane o maturaciji organskih sustava a s druge strane o vježbanju. Motoričke aktivnosti novorođenčadi većinom su refleksne prirode, ali kasnije viši kortikalni centri preuzimaju kontrolu pokreta. Kod slijepe djece postoje i objektivna ograničenja u vježbanju motorike. Za slijepu djecu okolina ima manju stimulativnu vrijednost nego za djecu normalnog vida, u slijepe djece ne postoji mogućnost vidne imitacije i kod njih ne postoji vizuomotorička koordinacija.

Za razliku od djece normalnog vida, djeca oštećenog vida ne vole ležati potrbuške, a ako i leže rjeđe podižu glavu i ramena zbog nedostatka vidnih podražaja.

Slijepa djeca i djeca s vrlo malim ostatkom vida nemaju prilika za vježbanje rotatornih pokreta, radi nedostatka vidne stimulacije. Iako to donekle kompenziraju sluhom, ti pokreti su mnogo rjeđi. Bez vidne stimulacije usporen je i razvoj fine motorike i mobiliteta.

Slijepo dijete ne puže ili ne hoda ili ne pruža ruke prema predmetima, ako oni ne emitiraju zvukove ili šumove. Upravo zvukove i šumove treba iskoristiti u razvoju motorike slijepog djeteta. Treba ga vježbati da povezuje zvukove s predmetima koji su njihovi izvori, kako bi ga zvukovi stimulirali da se prema njima kreće. To povezivanje nastupa dosta kasno (krajem 1. god.) pa pokreti hvatanja i fine motorike u slijepog djeteta zaostaju.

U slijepog djeteta nema vidne imitacije, pa je u tom pogledu njegova motorika znatno siromašnija. U motoričkom razvoju slijepe djece vidnu imitaciju preuzima taktilno-

kinestetička imitacija, kojom djete preko pasivnih pokreta uči ispravno obavljanje određene radnje. Zaostajanje u mobilitetu mogu uzrokovati i nedovoljno razvijena slika tijela (body image) i položaja tijela u prostoru. Slijepu djecu treba vježbati da tijelo drže uspravno.

Točnu i sigurnu kontrolu vertikalnosti, koja je potrebna za dobar mobilitet, kongenitalno slijepa djeca ne posjeduju, pa ih u tome treba od ranog djetinjstva poučavati.

Slijepo djete treba od najranije dobi učiti orijentaciji u prostoru, te da se služe rukama, sluhom i osjetom mirisa. Za razvoj mobiliteta vrlo su važne pokretne igre (posebno sport).

- *Pojmovnik medicinskih izraza ( Jasna Lulić Drenjak )*



*Slika 13. Primjer osobe s oštećenjem vida*

### 3.7. Nastupi hrvatskih sportaša u plivanju na velikim natjecanjima (PI.ICP SP,IPC,IPC EP.MI)

Na svim tim natjecanjima pogotvo od vremena samostalnosti Hrvatske naši plivači imali su zapažene rezultate.

Na PI osvojene su četiri brončane medalje ( 3 Atena i 1 London – sve Mihovil Španja ).

#### **2004. ATENA**

- Bronca 100 m leđno
- Bronca 200 m mješovito
- Bronca 400 m slobodno

## **2012. LONDON**

- Bronca 100 m leđno

Na IPC Svjetskom prvenstvu redom su osvajane sljedeće medalje

## **1998. CHRISTCHURCH**

Ana Sršen

- srebrno 100 m prsno

## **2002. MAR DE PLATA**

Ana Sršen

- bronca maraton ( 5 KM )

Mihovil španja

- srebro 100 m leđno
- bronca 400 m slobodno

## **2006. DURBAN**

Mihovil Španja

- bronca 100 m leđno

## **2009. RIO DE JANEIRO (25 m )**

Mihovil Španja

- zlato 100 m leđno
- zlato 200 m mješovito

Kristijan Vincetić

- bronca 100 m delfin
- bronca 400 m slobodno

Sanja Milojević

- zlato 400 m slobodno

## **2010. EINDHOVEN**

Mihovil Španja

- zlato 400 m slobodno
- zlato 100 m prsno
- srebro 100 m leđno
- srebro 200 m mješovito

## **2015. GLASGOW**

Kristijan Vincetić

- srebro 100 m delfin

## **2017. MEXICO CITY**

Kristijan Vincetić

- bronca 100m delfin

Ante Rađa

- bronca 100m leđno

## **2019. LONDON**

Dino Sinovčić

- Zlato 100 m leđno

Na IPC Europskim prvenstvima redom su osvajane sljedeće medalje

## **1999. STOCKHOLM**

Ana Sršen

- Srebro 100 m prsno

Mihovil Španja

- Srebro 400 m mješovito

## **2001. BRAUNSCHWEIG**

Ana Sršen

- Srebro 100 m slobodno
- Bronca 100 m prsno

Mihovil Španja

- Zlato 400 m slobodno

## **2009. REYKJAVIK**

Mihovil Španja

- Zlato 100 m prsno
- Zlato 200 m mješovito
- Srebro 100 m leđno
- Srebro 400 m slobodno

Kristijan Vincetić

- Zlato 400 m slobodno
- Bronca 100 m delfin

Dino Sinovčić

- Bronca 100 m leđno

## **2011. BERLIN**

Mihovil Španja

- Zlato 200 m mješovito
- Srebro 50 m delfin
- Srebro 400 m slobodno
- Srebro 100 m leđno
- Bronca 100 m prsno

Kristijan Vincetić

- Srebro 400 m slobodno

Sanja Milojević

- Zlato 5000 m
- Srebro 400 m slobodno

## **2014. EINDHOVEN**

Kristijan Vincetić

- Bronca 100 m delfin
- Srebro 400 m slobodno

## **2016. FUNCHAL**

Kristijan Vincetić

- Srebro 400 m slobodno
- Bronca 100 m delfin

## **2018. DUBLIN**

Dino Sinovčić

- Zlato 100 m leđno

Izvor : Hrvatski paraolimpijski odbor , hrvatski paraplivački savez.

Na Mediteranskim igrama Hrvatski sportaši nastupaju od naše samostalnosti, s time da treba naglasiti kako je paraolimpijsko plivanje prvo uključeno kao pokazni sport na Mediteranskim igrama 1993. godine u Francuskoj, te je kao pokazni sport zadržano u Italiji 1997. godine gdje Ana Sršen osvaja broncu u disciplini 100 m slobodno. Na Mediteranskim igrama paraolimpijsko plivanje sudjeluje samo u disciplini 100 m slobodno i to u otvorenoj kategoriji. 2001. godine u Tunisu imamo 3 sportaša i Ana Sršen i ovaj put osvaja srebro, a četiri godine kasnije u Španjolskoj imamo 4 sportaša a Ana Sršen osvaja broncu. 2009 u Italiji i 2013 u Turskoj naši sportaši ne ovajaju medalje, ali svi redom su nastupili u finalima. U Italiji smo imali tri sportaša, a u Turskoj četiri.

Uz sve nabrojene osvajače medalja treba spomenuti i sve finaliste velikih natjecanja od najranijih godina nastupa naših sportaša, a to su : Roko Mikelin Opara, Zoran Stojanović, Nataša Sobočan, Ferdinand Major, Tomi Brajša, Antun Brzak, Matija Grebenić, Kristijan Mamić, Paula Novina, Ana Majsec, Karlo Knežević.



*Slika 14. Bivši paraplivači*



*Slika 15. Hrvatska reprezentacija u paraplivanju*

### 3.8. Najuspješniji plivači HPO-A

#### 3.8.1. Mihovil Španja

Mihovil Španja rođen je 20. travnja 1984. godine u Dubrovniku. Najtrofejniji je hrvatski sportaš s invaliditetom od neovisnosti. S plivanjem je započeo zbog dječje paralize, u dobi od svega jedne i pol godine starosti. S napunjenih šest godina upisuje školu plivanja u Plivačkom klubu „Jug“ iz Dubrovnika. Mihovil je unatoč tjelesnom nedostatku pokazao zavidnu vještinu plivanja, pa je od 12. do 14. godine života trenirao vaterpolo u



Vaterpolskom klubu „Jug“, da bi se 1998. godine opet aktivno uključio u plivanje i postao najmlađi član hrvatske plivačke reprezentacije osoba s invaliditetom. Od tada se gotovo ni s jednog plivačkog natjecanja nije vratio bez medalje.

Na svom prvom velikom natjecanju, IPC Europskom prvenstvu u njemačkom Braunschweigu, osvaja srebrnu medalju u disciplini 400 m slobodno, dok dvije godine kasnije postaje europski prvak u istoj disciplini, s novim rekordom europskih prvenstava. Premijeru na Paraolimpijskim igrama imao je 2000. godine u Sydneyu, gdje je nastupio kao najmlađi član reprezentacije, a sa 16 godina i tri finala ujedno je bio i najuspješniji. Na IPC Svjetskom prvenstvu za plivače s invaliditetom prvi put je nastupio 2002. u Mar de Plati, u Argentini, gdje je osvojio srebrnu i brončanu medalju u disciplinama 100 m leđno i 400 m slobodno. Najzapaženije rezultate postigao je na Paraolimpijskim igrama 2004. godine u Ateni, gdje se okitio s tri brončane medalje u disciplinama 100 m leđno, 400 m slobodno i 200 m mješovito.



*Slika 16. Mihovil Španja hrvatski paraolimpijac osvajač 4 medalje na paraolimpijskim igrama*

Na IPC Svjetskom prvenstvu, održanom 2006. godine u Južnoafričkoj Republici, bio je brončani na 100 m leđno, dok u Reykjaviku na Europskom prvenstvu osvaja čak četiri medalje. To je njegov najveći uspjeh na prvenstvima Starog Kontinenta. U disciplinama 100 m prsno i 200 m mješovito osvojio je zlatne medalje, a u disciplinama 400 m slobodno i 100 m leđno osvajač je srebrenih medalja. Na IPC Svjetskom prvenstvu u 25- metarskim bazenima, održanom u Rio de Janeiru, Španja je 30.studenog 2009. godine u disciplini 100 m leđno osvojio zlatnu medalju. U istoj je disciplini dva puta rušio svjetski rekord: prvi put u kvalifikacijama kada je tu dionicu isplivao za 1:12, 17, što je za 2 sekunde i 30 stotinki brže od starog svjetskog rekorda, te u finalu s vremenom 1:11, 14, čime je svoj rekord popravio za sekundu i 3 stotinke. Na istom se prvenstvu 1.prosinca 2009. okitio novom zlatnom medaljom, ovog puta u disciplini 200 m mješovito, te s vremenom 2:34,31 postao vlasnik svjetskog rekorda. Nakon dvije zlatne medalje, 2. prosinca 2009. u Rio de Janeiru osvojio je i srebrenu medalju u disciplini 100 m mješovito te s rezultatom 1:13, 40 oborio europski rekord. Najveći uspjeh za IPC Svjetskim prvenstvima ostvario je u Eindhovenu 2010. , osvojivši dvije zlatne i dvije srebrene medalje, uz dva nova svjetska rekorda u disciplinama 100 m prsno i 400 m slobodno. Na paraolimpijskim igrama u Londonu 2012. godine osvojio je brončanu medalju na 100 m leđno i postao hrvatski sportaš s najvećim brojem paraolimpijskih medalja od neovisnosti. U karijeri je ukupno osvojio 26 medalja na europskim i svjetskim prvenstvima i Paraolimpijskim igrama, uz 16 oborenih svjetskih rekorda, čime je postao najtrofejniji sportaš u povijesti hrvatskog sporta osoba s invaliditetom. Najboljim sportašem s invaliditetom proglašen je 2000., 2001., 2002., 2004. i 2005. godine od strane Hrvatskog športskog saveza invalida, dok je istu titulu ponio 2009. i 2010. godine od strane Hrvatskog paraolimpijskog odbora. Dobitnik je Državne nagrade za sport „Franjo Bučar“2004.,a odlikovan je i Redom Danice hrvatske s likom Franje Bučara i Redom hrvatskog pletera.

- *Pola stoljeća Hrvatskog paraolimpizma ( Jurica Gizdić, Denis Lugarić 2014)*

### 3.8.2. Dino Sinovčić

Dino Sinovčić rođen je 16. lipnja 1992. godine u Splitu. Od rođenja mu je dijagnosticirana bolest Arthrogryposis multiplex congenita, koju karakterizira višestruka kontraktura zglobova. Arthrogryposis multiplex congenita može nastati uslijed neurogenih, miopatski poremećaja vezivnog tkiva. U Dininu slučaju bolest je zahvatila samo donje udove, dok u drugim slučajevima može zahvatiti cijelo tijelo. Do sada je Dino napravio 15 operacijskih zahvata, sve u svrhu poboljšanja zdravstvenog statusa.

Sportom se počeo baviti 2004. godine kao rekreativni plivač zbog poboljšanja zdravstvenog statusa. Već iduće godine postaje član Plivačkog kluba Mornar Split te shvaćajući da bez problema može pratiti tempo drugih plivača, počinje s ozbiljnim treninzima. Godine 2006. priključuje se novoosnovanom Plivačkom klubu za osobe s invaliditetom Cibal, u kojem pod stručnim vodstvom prof. Slobodana Glavčića sve do danas odrađuje treninge.



*Slika 17. Dino Sinovčić hrvatski paraolimpijac svjetski prvak*

Kao član plivačke reprezentacije od 2005. sudjeluje na međunarodnim natjecanjima. Iza sebe ima pet nastupa na europskim prvenstvima i četiri na svjetskim prvenstvima, kao i

nastup na Paraolimpijskim igrama u Rio de Janeiru. Kao najveći uspjeh na europskim prvenstvima Dino ističe osvajanje prvog mjesta na Europskom prvenstvu u Dublinu 2018. godine i osvajanje trećeg mjesta na Europskom prvenstvu na Islandu 2009. godine u disciplini 100 metara leđno. Na IPC svjetskim prvenstvima nastupio je 5 puta a najveći uspjeh mu je osvajanje prvog mjesta na Svjetskom prvenstvu u Londonu 2019. godine u disciplini 100 metara leđno. Na Paraolimpijskim igrama 2016. godine u Rio de Janeiru osvaja peto mjesto sa isplivanim osobnim rekordom. Osvajanjem zlatne medalje na Svjetskom prvenstvu u Londonu, Dino je automatski osigurao nastup na Paraolimpijskim igrama u Tokyu 2020. godine te tako postao prvi sportaš s invaliditetom koji je osigurao nastup na igrama. Dobitnik je Državne nagrade za sport „Franjo Bučar“ 2018. godine. Kao veliki ljubitelj sporta i vrhunski sportaš, u želji da svoje znanje i iskustvo podijeli s budućim sportašima s invaliditetom upisuje Kineziološki fakultet s ciljem stjecanja što kvalitetnijih kompetencija za radu u sportu. Dino uvijek u razgovorima govori da se može uspjeti upornim radom te da samo treba vjerovati.

- *50 godina športskog saveza invalida grada Splita ( Hrvoje Kujundžić 2017)*

### 3.8.3. Kristijan Vincetić

Rođen je u Osijeku 12. svibnja 1991. godine. Od svoje sedme godine član je Plivačkog kluba Dubrava Zagreb. Nastupa u disciplinama 100 m i 400 m slobodno, te 100 m leptir. Natječe se u kategoriji S9- amputacija jednog ekstremiteta. Prvi trener bio mu je Robert Vočanec, dok s današnjim trenerom prof. Igorom Berislavićem surađuje od 2008. godine. Postigao je svjetski rekord na 1500 m slobodno i 800 m slobodno 2015. godine u Rijeci. Osvojio je mnogobrojne medalje i postigao izvrsne rezultate uključujući Svjetska i Europska prvenstva, Otvorena prvenstva, Svjetske igre, Svjetski kup i prvenstva Hrvatske. Na IPC europskim prvenstvima nastupio je pet puta, a na svjetskim prvenstvima sedam puta. Na IPC Europskom prvenstvu 2009. Godine na Islandu postaje europski prvak u disciplini 400 m slobodno te osvaja brončanu medalju u disciplini 100 m delfin. Dvije godine kasnije na IPC Europskom prvenstvu u Berlinu osvaja srebrnu medalju u discipline 400 m slobodno. 2014. Godine na IPC Europskom prvenstvu u Eindhovenu osvaja dvije

medalje i to srebrnu medalju u discipline 400m slobodno te brončanu medalju u discipline 100m delfin. Na IPC Europskom prvenstvu 2016. Godine u Funchalu osvaja opet dvije medalje i to srebrnu medalju u disciplini 400m slobodno te brončanu medalju na 100m delfin.

Na IPC Svjetskom prvenstvu u 25- metarskim bazenima, održanom u Rio de Janeiru, Vincetić se 2009. godine u disciplinama 100 m delfin i 400 m slobodno okitio brončanim medaljama. Godinu dana poslje na IPC Svjetskom prvenstvu u 50- metarskim bazenima, održanom u Eindhovenu osvaja brončanu medalju u disciplini 100 m delfin. Na IPC Svjetskom prvenstvu u 2015.godine u Glasgowu osvaja brončanu medalju u disciplini 100 m delfin. 2017.godine u Mexico Cityju osvaja brončanu medalju na 100 m delfin. Na IPC svjetskom prvenstvu 2013. godine u Montrealu i 2019. godine u Londonu osvaja peto mjesto u disciplini 100 m delfin.

Nastupio je na POI u Pekingu i osvojio 10. mjesto u disciplini 100 m leptir, a isti rezultat postigao je na POI u Londonu, te 10. mjesto u disciplini 400 m slobodno. Nastup na POI Rio de Janeiro 2016. ostvario je osvojenim trećim mjestom na 7. IPC Svjetskom prvenstvu u Glasgowu. Važno je napomenuti kako je na POI u Pekingu bio najmlađi član hrvatske paraolimpijske ekspedicije te jedan od 5 najmlađih sudionika paraolimpijade.

Dobitnik je godišnje Državne nagrade za sport "Franjo Bučar" za 2015. godinu. Najuspješniji je sportaš s invaliditetom grada Zagreba za 2011. godinu, 2010. i 2009. Dobitnik je nagrade Luka Ritz – "Nasilje nije hrabrost". Nagradu je zaslužio jer je svojim primjerom pridonio afirmaciji moralnih vrijednosti i međusobnom poštovanju prema učenicima. Ustrajno se i hrabro borio s ograničenjima svoje invalidnosti, te je postigao velike uspjehe i rezultate na više područja.

Dobio je zlatno odličje i posebna nagradu na Smotri INOVA mladi 2010. godine. Najuspješniji je sportaš Plivačkog kluba Dubrava za 2009. godinu.

- <http://www.pkdubrava.hr/>
- <https://www.sportilus.com/sportopedia/kristijan-vincetic/>



*Slika 18. Kristijan Vincetić hrvatski paraolimpijac europski prvak I svjetski rekorder*

#### 3.8.4. Ana Sršen

Ana Sršen rođena je u Dubrovnik, 24. prosinca 1973. Hrvatska je plivačica koja se natjecala u disciplinama 100 m slobodno, 400 m slobodno i 100 m prsno. Natjecala se u kategorijama osoba s invaliditetom. Kad je imala 12 godina Ani Sršen je zbog sarkoma amputirana noga. Počela je trenirati plivanje a s ozbiljnijim natjecanjima je započela 1995. godine. Ana Sršen je 2000. pokrenula obuku neplivača i plivačku školu za djecu s posebnim potrebama kroz Plivački klub Natator iz Zagreba. Prva je vrhunska sportašica s invaliditetom u Hrvatskoj. Višestruka je državna prvakinja u kategoriji S 9. Ana Sršen osvajačica je brojnih medalja s raznih međunarodnih plivačkih natjecanja. Najveće je uspjehe postizala na svjetskim i europskim plivačkim prvenstvima. Na svjetskom plivačkom prvenstvu 1996. godine Ana je u disciplini 100 m prsno osvojila srebrnu medalju, a na svjetskom prvenstvu 2002. koje se održavalo u argentinskoj Mar del Plati u disciplini duge staze (5 km) osvojila je brončanu medalju. Na europskom plivačkom prvenstvu 1997. godine Ana Sršen je u disciplini 100 m prsno osvojila srebrnu medalju, a u disciplini 100 m slobodno brončanu. Na europskom plivačkom prvenstvu 2001. u njemačkom Braunschweigu u disciplini 100 m slobodno Ana osvaja još jednu srebrnu, a u disciplini 100 m prsno i brončanu medalju. Na XIV Mediteranskim igrama u Tunisu 2001.,

Ana je u disciplini 100 m slobodno osvojila srebrnu medalju, a na XV Mediteranskim igrama u španjolskoj Almeriji u istoj disciplini je osvojila brončanu medalju. Veliki je to uspjeh s obzirom da se natjecala u mješovitoj kategoriji s plivačicama koje su imale manji stupanj invaliditeta. Ana Sršen je bila sudionica na četiri Paraolimpijade i to u Atlanti 1996., Sydneyu 2000., Ateni 2004. i Pekingu 2008. U Atlanti je osvojila 4. mjesto u disciplini 100 m prsno, a u Ateni je bila također četvrta u disciplini 400 m slobodno. Od 1998. do 2005 Ana Sršen je na raznim natjecanjima šest puta rušila svjetske i tri puta europske rekorde. Ana Sršen je 1997. dobila državnu nagradu za šport "Franjo Bučar". 2008. godine je dobila priznanje Zagrebačkog športskog saveza osoba s invaliditetom. (Tuđan, 2019)



*Slika 19. Ana Sršen hrvatska paraolimpijka osvajačica medalje na svjetskim prvenstvima*

- <http://natator.hr/>

#### 3.8.5. Ante Rađa

Ante Rađa rođen je 6. veljače 1995. godine u Splitu. Od rođenja mu je dijagnosticirana bolest Arthrogryposis multiplex congenita, koju karakterizira višestruka kontraktura zglobova. Arthrogryposis multiplex congenita može nastati uslijed neurogenih, miopatski

poremećaja vezivnog tkiva. U Antinom slučaju bolest je zahvatila samo donje udove, dok u drugim slučajevima može zahvatiti cijelo tijelo. Do sada je Ante napravio 10 operacijskih zahvata, sve u svrhu poboljšanja zdravstvenog statusa.

Sportom se počeo baviti 2004. godine kao rekreativni plivač zbog poboljšanja zdravstvenog statusa. Već iduće godine postaje član Plivačkog kluba Mornar Split te shvaćajući da bez problema može pratiti tempo drugih plivača, počinje s ozbiljnim treninzima. Godine 2006. priključuje se novoosnovanom Plivačkom klubu za osobe s invaliditetom Cipal, u kojem pod stručnim vodstvom prof. Slobodana Glavčića odrađivao treninge. Danas trenira pod vodstvom prof. Damira Radića te se nada nastupu na Paraolimpijskim igrama u Tokiju 2020.

Kao član plivačke reprezentacije od 2005. sudjeluje na međunarodnim natjecanjima. Iza sebe ima četiri nastupa na europskim prvenstvima i tri na svjetskim prvenstvima. Kao najveći uspjeh karijere Ante ističe osvajanje brončane medalje na Svjetskom prvenstvu u Mexico Cityju 2017. godine u disciplini 100 m leđno.



*Slika 20. Ante Rađa paraolimpijski plivač osvajač brončane medalje na svjetskom prvenstvu*



### 3.8.6. Sanja Milojević

Sanja Milojević rođena 14. lipnja 1991. godine u Zagrebu. Od rođenja joj je dijagnosticirana cerebralna paraliza. Hrvatska je plivačica koja je nastupala u disciplinama 400 m slobodno te maraton na 5000 metara. Sportom se počela baviti 2000. godine zbog zdravstvenih razloga. Višestruka je državna prvakinja u kategoriji S9. Kao članica plivačke reprezentacije od 2007. godine sudjeluje na međunarodnim natjecanjima. Iza sebe ima dva nastupa na europskim prvenstvima i dva na svjetskim prvenstvima. Sanja Milojević je osvajačica je brojnih medalja s raznih međunarodnih plivačkih natjecanja. Na IPC Europskom prvenstvu 2011. godine u Berlinu osvaja srebrenu medalju u discipline 400 m slobodno te zlatnu medalju u maratonu na 5000 metara. Postigla je europski rekord u velikim bazenima u disciplini 800 m slobodno s rezultatom 9:53.08 te europski rekord u malim bazenima na 1500 metara s rezultatom 20:19,11 te je taj rekord još uvijek aktualan. Kao svoj najveći uspjeh u karijeri izdvaja osvajanje zlatne medalje na Svjetskom prvenstvu u Rio de Janeiru 2009. godine u malim bazenima u disciplini 400 m slobodno. Dobitnica je nagrade Hrvatskog paraolimpijskog odbora za najuspješniju sportašicu 2010. godine.



*Slika 21. Sanja Milojević paraplivačica osvjačica medalja na europskom prvenstvu*

- <http://natator.hr/sanja-milojevic-plivacica/>

#### **4. ZAKLJUČAK**

U ovom radu su prikazani najveći uspjesi hrvatskog paraplivanja, gdje je razvidno kako paraplivanje u Hrvatskoj ima zapažene rezultate, koji imaju vrijednost čak i na svjetskoj razini. Paraolimpijsko plivanje je jedan od temeljnih sportova Hrvatskog paraolimpijskog odbora, te ujedno i jedan od najuspješnijih sportova unutar sporta osoba s invaliditetom. Razvojem paraolimpijskog plivanja u Hrvatskoj, naročito osnivanjem većeg broja plivačkih klubova za osobe s invaliditetom, rasli su i vrhunski rezultati naših paraplivača. Međutim, ono što se dogodilo kao posljedica vrhunskih rezultata paraplivača je znatno važnije za ovu, nadasve specifičnu populaciju unutar društva. Naime, razvoj paraolimpijskog plivanja za posljedicu je imao osnivanje većeg broja klubova, a samim time i uključivanjem sve većeg

broja djece u sport. Upravo socijalizacija i integracija mladih osoba s invaliditetom u sport, kao posljedica vrhunskih paraplivačkih rezultata je najveći uspjeh paraplivanja. Popularizacija plivanja kod osoba s invaliditetom je najviše doprinijela društvu i populaciji osoba s invaliditetom, jer benefiti plivanja za osobe s invaliditetom su svekolike. Prvenstveno kroz očuvanje zdravstvenog statusa koji je ionako već narušen. Također, socijalna komponenta prihvaćanja osoba s invaliditetom je znatno veća u slučajevima aktivnog sudjelovanja u sportskih aktivnostima. Ujedno, osobno zadovoljstvo, samopouzdanje i samokontrola je na znatno višoj razini kod osoba s invaliditetom koje su uključene u neku vrstu sportske aktivnosti, nego kod osoba koje se ne bave sportskim aktivnostima.

Na posljetku, možemo zaključiti kako je plivanje za osobe invaliditetom višestruko korisno, jer osim što održava zdravstveni status na visokoj razini, daje toj populaciji jednu dodanu životnu komponentu. Sport osoba s invaliditetom, pa tako i plivanje, omogućuje socijalizaciju i integraciju u društvo, te olakšano prihvaćanje životne situacije u kojoj su se kao pojedinci zatekli. Također, sport za osobe invaliditetom ima poseban značaj, jer ih priprema za normalan, samostalan život u koji prije ili kasnije moraju krenuti.

Mišljenje autora ovog rada, koji je i sam paraplivač, je da sport osoba s invaliditetom ima veću važnost i utjecaj na samog pojedinca i njegov život, nego li je to slučaj kod klasičnog olimpijskog sporta. Upravo sport osoba s invaliditetom daje parasportašima osjećaj vrijednosti, dodatni razlog za borbu, te ruši predrasude. Sport će ih povezati s roditeljima, te i njima olakšati svakodnevicu i dati im osjećaj samostalnosti njihovog djeteta.

Zaključno, sport osoba s invaliditetom je temelj svakog kvalitetnog i socijalno osviještenog društva, jer korist društva od sporta osoba s invaliditetom je višestruka. Kao temeljni sport osoba s invaliditetom, trebao bi biti plivanje zbog svojih specifičnosti, gdje zahvaljujući uzgonu, plivači zapravo „lebde“. Upravo zbog tog zakona fizike, osobe s invaliditetom su znatno bliže osobama bez invaliditeta. Nažalost, ulaganja u sport osoba s invaliditetom u Hrvatskoj, pa tako i u paraplivanje, nije zadovoljavajuća. I to je segment na kojem bi ovo društvo zasigurno trebalo poraditi.



## 5. LITERATURA

Baciu, C., & Baciu, A. (2015). Quality of life and students' socialization through sport. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 209, 78-83.

British swimming. (n.d.). Classification. Preuzeto s <https://www.britishswimming.org/performance/para-swimming/classification/> (22.01.2020)

Čorić, Ljubotina. Kvaliteta života ratnih veterana s tjelesnim invaliditetom koji igraju sjedeću odbojku -Ljetopis socijalnog rada 20 (3), 387-414, 201

Donato, A. J., Tench, K., Glueck, D. H., Seals, D. R., Eskurza, I., & Tanaka, H. (2003). Declines in physiological functional capacity with age: a longitudinal study in peak swimming performance. *Journal of applied physiology*, 94(2), 764-769.

Egede, L. E. (2007). Major depression in individuals with chronic medical disorders: prevalence, correlates and association with health resource utilization, lost productivity and functional disability. *General hospital psychiatry*, 29(5), 409-416.

Gabrilo, G., Orlović, A., & MiliFčić, M. (2017). What makes greater impact on the swimming results, gliding elements or swimming elements? *Acta Kinesiologica*, 11(2), 90-92.

Gizdić, J. I Lugarić, D. (2014). *Pola stoljeća hrvatskog paraolimpizma*. Zagreb: Hrvatski paraolimpijski odbor.

Groff, D. G., Lundberg, N. R., & Zabriskie, R. B. (2009). Influence of adapted sport on quality of life: Perceptions of athletes with cerebral palsy. *Disability and Rehabilitation*, 31(4), 318-326.

Kenal, K. A., & Knappe, L. D. (1996). Rehabilitation of injuries in competitive swimmers. *Sports medicine*, 22(5), 337-347.

Kujundžić, H. (2017). *50 godina Športskog saveza invalida grada Splita*. Športski savez invalida grada Splita.

Maglischo, E. W. (2003). Swimming fastest: Human Kinetics.

Plivački klub Dubrava (n.d.). Kristijan Vincetić - priznanja, nagrade, rezultati. Preuzeto s <http://www.pkdubrava.hr/?chapter=kiki> (22.01.2020)

Sheard, M., & Golby, J. (2006). Effect of a psychological skills training program on swimming performance and positive psychological development. *International journal of sport and exercise psychology*, 4(2), 149-169.

Šitić, K., Gabrilo, G., & Perić, M. (2015). Postoje li razlike u plivačkoj izvedbi između dviju grupa studenata kod provođenja identičnog plivačkog programa kroz dva različita vremenska perioda. 5th International Scientific Conference - Contemporary Kinesiology, 627-635.

Tuđan, S. (2019, srpanj 14). Život je jedan i najviše o nama ovisi kako ćemo ga proživjeti'. *24 sata*. Preuzeto s <https://www.24sata.hr/lifestyle/zivot-je-jedan-i-najvise-o-nama-ovisi-kako-cemo-ga-prozivjeti-636508> - 24sata.hr (22.01.2020.)

Vuković, S., & Trivun, (2002) M. ANTROPOLOŠKI STATUS STUDENATA I REZULTATSKA USPJEŠNOST U PLIVANJU 1. UVOD.

World Para Swimming. (n.d.). Para swimming - Fast Facts. Preuzeto s <https://www.paralympic.org/swimming-fast-facts> (23.01.2020)

Yang, X., & Wang, X. (2010). Survey of Shenyang Middle School Students' Safety Awareness and Its Cultivation in PE Teaching [J]. *Journal of Shenyang Sport University*, 5.

Zimske paraolimpijske igre. (2019, listopada 26). 'Wikipedija, Slobodna enciklopedija. Dobavljeno 19:45, siječnja 23, 2020  
[iz/hr.wikipedia.org/w/index.php?title=Zimske\\_paraolimpijske\\_igre&oldid=5347591](http://hr.wikipedia.org/w/index.php?title=Zimske_paraolimpijske_igre&oldid=5347591).

1. <https://www.sportilus.com/sportopedia/kristijan-vincetic/>
2. <http://www.hpsoi.hr/plivaci>
3. <https://www.tportal.hr/sport/clanak/poruka-novinarima-ovo-hrvatske-paraolimpijce-posebno-nervira-20160530>
4. <http://natator.hr/sanja-milojevic-plivacica/>

## FOTOGRAFIJE

Arhiv HINA- e

Arhiv HPO- a

Arhiv Plivački klub Natator