

KINEZIOLOŠKI FAKULTET

Milka Caltanella

**RAZLIKE U OBRASCIMA TJELESNE
AKTIVNOSTI ŠKOLSKE DJECE S
INTELEKTUALNIM TEŠKOĆAMA I
NJIHOVIH VRŠNJAKA BEZ
INTELEKTUALNIH TEŠKOĆA**

DOKTORSKI RAD

Mentor:

izv.prof.dr.sc. Lidija Petrinović

Zagreb, 2025

SAŽETAK

Svrha : Nezarazne bolesti, često povezane s nezdravim stilom života i nedostatkom tjelesne aktivnosti, glavni su uzrok smrti u svijetu. Djeca s intelektualnim teškoćama posebno su ugrožena zbog niže razine tjelesne aktivnosti, što povećava rizik od pretilosti i kardiometaboličkih bolesti. U Hrvatskoj nedostaju podaci o njihovoj stvarnoj tjelesnoj aktivnosti. Cilj istraživanja je utvrditi koliko su djeca s intelektualnim teškoćama fizički aktivna tijekom školskog dana, nakon nastave i vikendom, te kako različiti oblici školovanja utječu na njihovu aktivnost. Rezultati bi trebali pomoći u razvoju učinkovitijih programa za zdraviji način života ove skupine.

Metode: U istraživanju je sudjelovalo 175 učenika podijeljenih u tri skupine: djeca s intelektualnim teškoćama u centrima za odgoj i obrazovanje, djeca s teškoćama u redovnim školama, te djeca bez teškoća. Svi su nosili multisenzorne uređaje Sensewear Armband najmanje 10 sati dnevno tijekom tri radna dana i jednog vikenda radi praćenja tjelesne aktivnosti, koja je klasificirana prema intenzitetu (nizak, umjeren, visok). Provedena su i antropometrijska mjerenja (visina, težina, ITM, postotak masnog tkiva). Podaci su analizirani softverom SenseWear 8.0, koristeći neparametrijske statističke testove i Spearmanovu korelaciju za ispitivanje odnosa između tjelesne aktivnosti i tjelesnih pokazatelja.

Rezultati: Djeca s intelektualnim teškoćama u redovnim školama (RPP) bila su starija i imala viši postotak masnog tkiva u odnosu na djecu iz centara za odgoj i obrazovanje (COO) i djecu bez teškoća, dok su djeca bez teškoća bila viša od obje skupine s teškoćama. U školskom danu, učenici bez teškoća provodili su više vremena sjedeći nego učenici iz COO, dok druge razlike nisu bile značajne. Tijekom slobodnog vremena, učenici bez teškoća također su pokazali višu razinu sedentarnog ponašanja u usporedbi s COO grupom. Za vikend nije bilo značajnih razlika u sjedilačkom ponašanju među skupinama.

Zaključak: Glavni rezultat istraživanja pokazuje da djeca bez teškoća provode više vremena u sedentarnom ponašanju. Nisu utvrđene značajne razlike u razini tjelesne aktivnosti između djece s intelektualnim teškoćama i njihovih vršnjaka, neovisno o dobu dana ili vrsti škole. Međutim, kod djece s teškoćama uočena je povezanost između tjelesne aktivnosti i tjelesnih pokazatelja, što naglašava važnost praćenja njihove tjelesne aktivnosti i sastava te potrebu za daljnjim istraživanjima.