

Bavljenje konjičkim sportom kao izvannastavnim i izvanškolskim sportskim aktivnostima

Ivanković, Ena

Undergraduate thesis / Završni rad

2022

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Kinesiology Osijek / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Kineziološki fakultet Osijek**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:265:013734>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-04-17**



Repository / Repozitorij:

[Repository of the Faculty of Kinesiology Osijek](#)



Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku

Kineziološki fakultet Osijek

Preddiplomski sveučilišni studij Kineziologija

Ena Ivanković

**BAVLJENJE KONJIČKIM SPORTOM KAO
IZVANNASTAVNIM I IZVANŠKOLSKIM SPORTSKIM
AKTIVNOSTIMA**

Završni rad

Osijek, 2022.

Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku

Kineziološki fakultet Osijek

Preddiplomski sveučilišni studij Kineziologija

Ena Ivanković

**BAVLJENJE KONJIČKIM SPORTOM KAO
IZVANNASTAVNIM I IZVANŠKOLSKIM SPORTSKIM
AKTIVNOSTIMA**

Završni rad

Kolegij: Kineziološka rekreacija

JMBAG: 0267043688

e- mail: @kifos.hr (*Times New Roman, Lijevo poravnanje, 12 pt., mala slova*)

Mentor: doc. dr. sc. Dražen Rastovski

Sumentor: mag. cin. Jurica Lovrinčević, viši predavač

Osijek, 2022.

University Josip Juraj Strossmayer of Osijek

Faculty of Kinesiology Osijek

Undergraduate university study of Kinesiology

Ena Ivanković

**ENGAGEMENT IN EQUESTRIAN SPORTS AS
EXTRACURRICULAR SPORTS ACTIVITIES**

Undergraduate Thesis

Osijek, 2022

SAŽETAK: Cilj je ovog završnog rada prikazati pozitivne učinke bavljenja konjičkim sportom u smislu terapije i rekreacije kod djece s posebnim potrebama te prikazati utjecaj na motoričke, psihološke i socijalne funkcije. Rastući broj djece s teškoćama u razvoju zahtijeva novije i drugačije pristupe terapiji, a terapija pomoću konja (hipoterapija) doprinosi ne samo razvoju motoričkih funkcija već podučava dijete novim vještinama te znatno utječe na njegovo samopouzdanje, savladavanje straha i na njegovu interakciju s okolinom. Konj je najbolji terapeut za djecu s bilo kakvim vrstama teškoća upravo zbog svoje topline i društvenosti. Postoji više varijanti terapije pomoću konja, a svaka je određena za specifičnu vrstu teškoća pa tako razlikujemo hipoterapiju, zdravstveno-pedagoško jahanje, volтажiranje i sportsko jahanje. Terapijsko jahanje smatra se najboljom vrstom terapije jer utječe na razvoj motoričkih funkcija zbog toga što kretanje konja jako nalikuje hodu čovjeka. Konj svojim ritmom i pokretima prenosi podražaje na jahača te tako aktivira njegove mišiće.

Ključne riječi: terapija pomoću konja, rekreacija, djeca, posebne potrebe

Title of the paper: Engagement in Equestrian Sports as Recreation and Therapy for Children with Special Needs

ABSTRACT: The aim of this final paper is to show the positive effects of equestrian sports in terms of therapy and recreation for children with special needs and to show the impact on motor, psychological and social functions. The growing number of children with developmental disabilities requires new and different approaches to therapy, and equine-assisted therapy contributes not only to the development of motor functions, but also teaches the child new skills and significantly affects his self-confidence, curbing fear and his interaction with the environment. The horse is the best therapist for children with any kind of difficulties precisely because of its warmth and sociability. There are several types of equine-assisted therapy, and each one is determined for a specific type of difficulty, so we distinguish between hippotherapy, health-pedagogical riding, voltage training and sports riding. Therapeutic riding is considered the best type of therapy because it affects the development of motor functions due to the fact that the movement of a horse closely resembles the gait of a human. With its rhythm and movements, the horse transmits stimuli to the rider and thus activates his muscles.

Keywords: equine-assisted therapy, recreation, children, special needs

IZJAVA
O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI,
SUGLASNOSTI ZA OBJAVU U INSTITUCIJSKIM
REPOZITORIJIMA
I ISTOVJETNOSTI DIGITALNE I TISKANE VERZIJE RADA

1. Kojom izjavljujem i svojim potpisom potvrđujem da je _____ (navesti vrstu rada: završni / diplomski) rad isključivo rezultat osobnoga rada koji se temelji na mojim istraživanjima i oslanja se na objavljenu literaturu. Potvrđujem poštivanje nepovredivosti autorstva te točno citiranje radova drugih autora i referiranje na njih.
2. Kojom izjavljujem da sam suglasan/suglasna da se trajno pohrani i objavi moj rad u institucijskom digitalnom repozitoriju Kineziološkog fakulteta Osijek, repozitoriju Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku te javno dostupnom repozitoriju Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu (u skladu s odredbama Zakona o znanstvenoj djelatnosti i visokom obrazovanju „Narodne novine“ broj 123/03., 198/03., 105/04., 174/04., 2/07.-Odluka USRH, 46/07., 63/11., 94/13., 139/13., 101/14.-Odluka USRH, 60/15.-Odluka USRH i 131/17.).
3. Izjavljujem da sam autor/autorica predanog rada i da je sadržaj predane elektroničke datoteke u potpunosti istovjetan sa dovršenom tiskanom verzijom rada predanom u svrhu obrane istog.

Ime i prezime studenta/studentice:

JMBAG: 0267043688

e-mail za kontakt: ena.ivankovic22@gmail.com

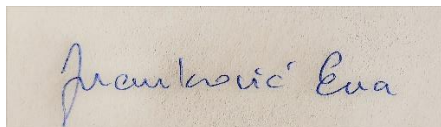
Naziv studija: Kineziološki fakultet Osijek

Naslov rada: Bavljenje konjičkim sportom u smislu rekreacije i terapije kod djece s posebnim potrebama

Mentor/mentorica završnog / diplomskog rada: Dražen Rastovski

U Osijeku, _____ godine

Potpis



SADRŽAJ

1. UVOD	1
2. DJECA S POSEBNIM POTREBAMA	3
2.1 Specifičnosti djece s teškoćama u razvoju.....	4
2.2 Društveni razvoj djece s teškoćama.....	5
3. TERAPIJSKO JAHANJE.....	6
3.1 Povijest terapijskog jahanja	7
3.2 Hipoterapija, zdravstveno-pedagoško jahanje, sportsko jahanje i voltažiranje....	9
3.3 Ciljevi terapijskog jahanja.....	13
3.4 Metodika terapijskog jahanja.....	15
4. UTJECAJ BAVLJENJA KONJIČKIM SPORTOM NA DJECU S POSEBNIM POTREBAMA	16
4.1 Utjecaj terapijskog jahanja na psihološke funkcije	16
4.2 Utjecaj terapijskog jahanja na motoričke funkcije	17
4.3 Utjecaj terapijskog jahanja na socijalne funkcije	18
5. ZAKLJUČAK	19
6. LITERATURA	20

1. UVOD

U posljednja dva desetljeća, stručnjake za javno zdravstvo te odgojitelje i učitelje najviše je zabrinjavao stalno rastući broj djece s posebnim potrebama. Prema procjenama Centra za kontrolu i prevenciju bolesti, jedno od sedmero djece ima neki oblik invaliditeta, što ozbiljno opterećuje javne resurse i uzima veliki danak obiteljima — kako iz emocionalne tako i iz financijske perspektive. Većina djece s teškoćama u razvoju ima poteškoće u samo jednom funkcionalnom području, dok psihosocijalni problemi prevladavaju u svakoj dobi, a u nekim slučajevima u kombinaciji s drugim funkcionalnim poteškoćama.

Nastojeći pomoći djeci s posebnim potrebama i poteškoćama u razvoju, proizašle su različite varijante terapija koje su specifično osmišljene upravo za njih. Jedno od takvih alternativnih rješenja koje je nastalo posljednjih godina te zaplijenilo pozornost javnosti jest terapija uz pomoć konja. Naime, ona se pokazala posebno učinkovitom za djecu s posebnim potrebama te iz nje proizlaze brojne prednosti kojima se nastoji maksimalno povećati potencijal djece kroz razvojnu terapiju, obrazovanje i rekreaciju. Prema mišljenju stručnjaka i osoba s invaliditetom, dobrobiti terapije s konjima su neosporne. S jedne strane, čin jahanja pruža fizikalnu terapiju, a s druge strane, šetnja s konjem, bliski kontakt i timarenje pružaju emocionalnu terapiju. Terapijsko jahanje uglavnom se usmjerava na osjetilne aktivnosti, neverbalnu i verbalnu komunikaciju te razvoj pro socijalnog ponašanja u svakom smislu. Ova vrsta terapije ima značajan utjecaj na djecu s teškoćama u razvoju, a ona se u fizičkom smislu očitava u regulaciji tonusa, mobilizaciji zglobova, pravilnom držanju i hoda, jačanju dišnog, krvožilnog i mišićnog sustava te brojnim drugim aspektima. Terapija pomoću konja uspješno umanjuje strah od kretanja, a napredak je vidljiv i u povećanju uspješnosti u nošenju vlastite težine. MacKinnon i suradnici prvi su koristili kvalitativne i kvantitativne instrumente koji služe za mjerenje psihosocijalnih te fizičkih učinaka programa terapijskog jahanja, a prema statistici, jedan od najznačajnijih rezultata pokazao se upravo na području hvata (Vidović, 2019). Isto tako, brojnim istraživanjima pokazalo se da osim socijalnog i fizičkog aspekta, terapijsko jahanje uvelike utječe i na mentalno zdravlje djece, potiče samosvijest, povećava samopouzdanje, pomaže u otkrivanju vlastitih i tuđih emocija, uči dijete nekim dobrim životnim navikama te ih integrira u zajednicu i svakodnevni život.

U ovome radu prikazat će se utjecaj terapije s konjima i bavljenja konjičkim sportovima na motoričke, psihološke i socijalne funkcije kod djece s posebnim potrebama. U početnim poglavljima opisat će se specifičnosti djece s posebnim potrebama te će se naglasak staviti na

njihov socijalno razvoj. Zatim će se pojasniti i definirati terapijsko jahanje, hypoterapija, zdravstveno-pedagoško jahanje i voltižiranje. U radu će se još iznijeti i povijesni pregled terapijskog jahanja te njegovi ciljevi, metodika i posebnosti.

2. DJECA S POSEBNIM POTREBAMA

„Djeca s teškoćama u razvoju su djeca s trajnijim posebnim potrebama, a odnose se na urođena i stečena stanja organizma, koja prema svojoj prirodi zahtijevaju poseban stručni pristup kako bi se omogućilo izražavanje i razvoj sačuvanih sposobnosti djeteta i time što kvalitetniji daljnji odgoj i život“ (Mikas i Roudi, 2012).

Takva djeca, koja imaju jasnije izražene teškoće u razvoju u odnosu na vršnjake, trebaju poseban tretman i posebnu pedagošku pomoć. S obzirom na njihove poteškoće, dolazi do kategorizacije djece kako bi dobili što bolju pomoć stručnjaka za specijalni odgoj i obrazovanje, no također nose i negativne strane iz razloga što pokazuju samo jednu dimenziju djetetova razvoja i ne pružaju dovoljno informacija o djetetu u cjelini, s obzirom na to da postoje velike individualne razlike među djecom (Kostelnik, 2004).

Sam pojam teškoća u razvoju zapravo označava različita prirođena te stečena oštećenja različite vrste ili stupnja, poput oštećenja vida ili sluha, govorne komunikacije, mentalne retardacije, invaliditeta, različitih oštećenja mozga koja se mogu utjeloviti u otežanoj sposobnosti kretanja, oštećenjima mišića i živaca ili oštećenjima u komunikaciji i nesposobnosti svladavanja društvenih vještina, odnosno autizmu (Mikas i Roudi, 2012). Osobe s teškoćama u razvoju najčešće zahtijevaju rad sa stručnjacima te se s njima provode razni odgojno-obrazovni zadatci, kao što su aktivnosti koje potiču senzomotorni razvoj, zadatci koji su većinom vezani uz komunikaciju te razvoj govora, zadatci kojima se nastoji potaknuti samostalna briga, kao i zaštita od mogućih opasnosti u okolini te zadatci koji su vezani uz socijalizaciju djece (Blažević i Kolman, 2010).

Djeca koja imaju teškoće u razvoju pripadaju krugu djece s posebnim potrebama te ona traže poseban tretman i potpunu angažiranost njihovih odgojitelja. Pojam „posebna potreba“ usko se veže uz potrebe koje djeca s teškoćama u razvoju imaju pri funkcioniranju u svakodnevnim situacijama, odnosno uz ono što narušava njihovu kvalitetu života u bilo kojem smislu. To se ponajviše odnosi na zadovoljavanje osnovnih životnih potreba, obrazovanje, odgoj, zdravstvenu skrb i na integraciju osobe u društvenu zajednicu (Mikas i Roudi, 2012).

2.1 Specifičnosti djece s teškoćama u razvoju

Uzimajući u obzir podatke Državnog pedagoškog standarda predškolskog odgoja i naobrazbe, djecom s teškoćama u razvoju smatraju se:

- djeca oštećenoga vida;
- djeca oštećenoga sluha;
- djeca s poremećajima govorno-glasovne komunikacije;
- djeca s promjenama u ličnosti uvjetovanim organskim čimbenicima ili psihozom;
- djeca s poremećajima u ponašanju;
- djeca s motoričkim oštećenjima;
- djeca sa smanjenim intelektualnim sposobnostima (djeca s mentalnom retardacijom);
- djeca s autizmom;
- djeca s višestrukim teškoćama u razvoju;
- zdravstvene teškoće i neurološka oštećenja (dijabetes, astma, bolesti srca, alergije, epilepsija i slično).

Teškoće u razvoju dijele se u dvije kategorije – lakše i teže. Tako se lakšim teškoćama u razvoju smatraju slabovidnost, naglušost, otežana glasovno-govorna komunikacija, promjene u osobnosti djeteta uvjetovane organskim čimbenicima ili psihozom, poremećaji u ponašanju i neurotske smetnje (agresivnost, hipermotoričnost, poremećaji hranjenja, enureza, enkompreza, respiratorne afektivne krize), motorička oštećenja (djelomična pokretljivost bez pomoći druge osobe) te djeca sa smanjenim intelektualnim sposobnostima (laka mentalna retardacija).

S druge strane, u teže teškoće u razvoju ubrajaju se sljepoća, gluhoća, potpuni izostanak govorne komunikacije, motorička oštećenja (mogućnost kretanja uz obveznu pomoć druge osobe ili elektromotornoga pomagala), djeca sa smanjenim intelektualnim sposobnostima (umjerena, teža i teška mentalna retardacija), autizam, višestruke teškoće (bilo koja kombinacija navedenih težih teškoća u razvoju te međusobne kombinacije lakših teškoća u razvoju ili bilo koja lakša teškoća u kombinaciji s lakom mentalnom retardacijom). (Mikas i Roudi, 2012)

2.2 Društveni razvoj djece s teškoćama

Promatrajući s povijesnog aspekta odnos prema djeci s teškoćama u razvoju mijenjao se i transformirao tijekom godina te pratio društveni napredak. Djecu s teškoćama u razvoju sve se više nastojalo integrirati u društvo i sustav odgoja i obrazovanja te je iz tog proizašla i ideja zajedničkog školovanja djece s teškoćama u razvoju i djece bez razvojnih teškoća. Iako se to čini kao najbolja opcija, takva integracija nije u potpunosti predviđena za svako dijete s teškoćama. Upravo se zato treba dobro procijeniti bi li integracija pojedinog djeteta bila povoljna za njegovu situaciju ili bi njegov razvoj zbog toga još više patio ili bio nešto manje uspješan. Iz tog razloga postoje brojni specijalizirani vrtići i škole koji u nekim slučajevima predstavljaju povoljniju okolinu za dijete. Ukoliko se procjeni da bi inkluzija u redovitu odgojnu skupinu bolje djelovala na dijete, tada se provodi postupak integracije (Mikas i Roudi, 2012).

U kontekstu odgoja i obrazovanja djece s teškoćama u razvoju postoji nekoliko različitih varijanti - segregacija, integracija i inkluzija. Segregacija djece s teškoćama u razvoju primarno se odnosi na njihovo odvajanje iz društvene sredine te smještanje u posebne odgojne skupine ili ustanove ovisno o njihovim primarnim oštećenjima, a to se većinom odražava na skupine djece s autističnim poremećajima, Downovim sindromima ili cerebralnim paralizama. „Izdvajanje ove djece u posebne odgojno-obrazovne skupine ima određenih prednosti prvenstveno stoga jer su pedagoške, zdravstvene i ostale aktivnosti organizirane s djecom koja imaju istu razvojnu teškoću pa je program edukacije u potpunosti njima prilagođen“ (Mikas i Roudi, 2012).

Kada se govori o socijalizaciji djece s teškoćama u razvoju, vrlo važnu ulogu treba pridati prosocijalnom ponašanju i empatiji ostale djece u okolini koja nemaju nikakvih teškoća u razvoju. Prosocijalno ponašanje odražava se pomaganjem i međusobnim dijeljenjem s drugima te bi ono trebalo biti bitan faktor u socijalizaciji djece s posebnim potrebama. Isto tako, empatija, odnosno emocionalno razumijevanje i uvažavanje svojih i tuđih osjećaja, bitan je čimbenik procesa integracije djece s posebnim potrebama u njihovu okolinu (Špelić, Zuliani, Krizmanić, 2009).

3. TERAPIJSKO JAHANJE

Terapijsko jahanje može se najjednostavnije objasniti uz više sličnih definicija, a Blažević i Kolman (2010) navode da ono podrazumijeva upotrebu konja i raznih aktivnosti koje su usmjerene i organizirane za osobe s invaliditetom u svrhu postizanja određenih terapijskih ciljeva koji mogu biti kognitivni, fizički, emocionalni, socijalni, odgojno-obrazovni i bihevioralni. Drugim riječima, terapijsko jahanje svojevrsna je uporaba konja uz pomoć kojeg se nastoje postići terapijski učinci poput spoznajnih, emocionalnih, fizičkih, socijalnih i edukacijskih kod osoba s različitim vrstama i oblicima teškoća i poremećaja.

Šuvak (2001) objašnjava terapijsko jahanje kao oblik konjaništva koji je namijenjen te prilagođen osobama s posebnim potrebama kako bi se poboljšala kvaliteta njihovog života te postigli razni terapijski ciljevi koje takve aktivnosti mogu ponuditi. Bitni su faktori organizacija, provođenje i nadziranje terapijskog jahanja, a za to je zadužen educirani instruktor jahanja te, po potrebi, određeni medicinski stručnjaci.



Slika 1. Dijete na konju

(Izvor: <https://www.terapijepomocukonja.info/intervencije-pomocu-konja/>)

„Naime, terapijsko jahanje nema samo rekreativni karakter, već snažan medicinski, sportski, odgojno-obrazovni i rehabilitacijski učinak. Rehabilitacijske programe terapijskog jahanja provode voditelji terapijskog jahanja i fizioterapeuti, a najčešći korisnici su djeca i odrasle osobe s različitim teškoćama: cerebralnom paralizom, intelektualnim teškoćama, down sindromom, autizmom, multiplom sklerozom, mišićnom distrofijom te problemima u ponašanju i učenju“ (Buljubašić-Kuzmanović, 2017).

Terapijsko jahanje, podvrsta aktivnosti uz pomoć životinja, također se koristi za liječenje osoba s fizičkim i mentalnim poteškoćama. Terapijsko jahanje definira se kao tretman jahanjem koji služi za poboljšanje držanja, ravnoteže i pokretljivosti uz razvijanje terapijske veze između pacijenta i konja. Ono stimulira više domena funkcioniranja i može biti prikladno za djecu s neurološkim poremećajima koja često imaju kombinaciju motoričkih, kognitivnih i socijalnih poteškoća (Bass i sur., 2009). Može se reći da terapijsko jahanje pruža multisenzornu stimulaciju koja je korisna za poboljšanje socijalnih, kognitivnih, relacijskih i motoričkih vještina djece s teškoćama u razvoju (Ghorban i sur., 2013).

3.1 Povijest terapijskog jahanja

Konji kao pomoćnici krenuli su se koristiti u terapijske i rehabilitacijske svrhe još unazad četiri stoljeća. Terapijsko jahanje dobilo je prva službena priznanja 1875. godine kada je francuski liječnik Cassaigni otkrio da jahanje može pomoći pri liječenju raznih oboljenja te donijeti velik broj pozitivnih terapijskih učinaka. Tada je najveći napredak primijećen kod bolesnika s neurološkim poremećajima, a rezultati terapije očitavali su se u boljem držanju tijela, poboljšanoj ravnoteži, boljoj pokretljivosti zglobova te boljem psihološkom stanju organizma. Jedan od većih koraka u novije doba predstavlja podvig Liz Hartel iz Danske, koja je 1952. godine na olimpijskim igrama u Helsinkiju osvojila srebrnu medalju za dresuru. Naime, ona je bolovala od dječje paralize, ali je, unatoč tome, u konkurenciji s mnogim mladim i zdravim osobama, osvojila drugo mjesto, osvijestivši veliku važnost upotrebe konja u terapiji. Time je terapija jahanjem dobila značajnu pozornost stručnjaka i ljudi koji se profesionalno bave konjima (Itković i Boras, 2002).

Ranih šezdesetih godina u Sjedinjenim Američkim Državama postojala su čak tri centra za terapijsko jahanje, od kojih je najpoznatiji Windrush. Osnivanjem Cheff Centera i North American Riding of the Handicapped, pokrenuto je masovno širenje terapijskog jahanja diljem

svijeta. Danas se u SAD-u može pronaći preko 660 centara, a njihov broj neprestano raste. U razvijenijim državama Europe centri za terapijsko jahanje formirani su u sklopu većih rehabilitacijskih ustanova, koje zatim pomažu manjim rehabilitacijskim centrima (Itković i Boras, 2002).



Slika 2. Windrush centar za terapijsko jahanje

(Izvor: <https://eventingnation.com/in-keeping-with-the-times-windrush-equestrian-foundation-announces-name-change/>)

Kada se govori o razvoju terapijskog jahanja u Hrvatskoj, ono se pojavljuje sredinom devedesetih godina. „Krila“ iz Zagreba i „MOGU“ iz Osijeka neke su od prvih udruga u Hrvatskoj koje su osnovale programe terapijskog. Osnovan je i Hrvatski savez za terapijsko jahanje 2001. godine te ta organizacija predstavlja vodeće tijelo svih ostalih konjičkih klubova i udruga koje se bave provođenjem terapijskog jahanja u Hrvatskoj. Savez aktivno nadgleda te doprinosi poboljšanju sveukupne kvalitete programa terapijskog jahanja u Republici Hrvatskoj, uzimajući u obzir da je njegova osnovna namjena za djecu s posebnim potrebama, odnosno djecu sa svim vrstama motoričkih, kognitivnih i emocionalnih teškoća, u svrhu rehabilitacije ili terapije. (Hrvatski savez za terapijsko jahanje, 2016). Trenutno postoji dvadesetak udruga i klubova iz Hrvatske koje skrbe za rehabilitaciju djece s teškoćama u razvoju i osobe s

invaliditetom, a provode se i razni partnerski projekti sa srodnim udrugama i organizacijama na državnoj i međunarodnoj razini. Evaluacije takvih projekata pokazuju iznimno uspješnu primjenu terapijskog jahanja kod čak 25 različitih dijagnoza i stanja korisnika u okviru medicinske i psihosocijalne rehabilitacije te odgojno-obrazovnih i pedagoških procesa (Buljubašić-Kuzmanović, 2017).

3.2 Hipoterapija, zdravstveno-pedagoško jahanje, sportsko jahanje i voltažiranje

Postoje razne podvrste terapijskog jahanja i konjičkih sportova u svrhu rehabilitacije ili rekreacije kod osoba s posebnim potrebama, a zbog široke namjene i oblika terapije, došlo je do raznih termina koji često zbunjuju.

Tri su temeljna područja koja indiciraju potrebu primjene konja u terapijske svrhe:

- medicina: terapija sa ciljem razvoja motorike invalidne osobe ili „hipoterapija“;
- pedagogija/defektologija: terapija sa ciljem razvoja osobnosti ponašanja, „pedagoško jahanje“, „defektološko jahanje“;
- sport: terapija u cilju rekreacije, takmičenja, razvoja motivacije i sl. ili rekreacijsko jahanje. (Itković i Boras, 2002)

U nastavku će se prikazati osnovne razlike između nekoliko njih:

1. Hipoterapija
2. Zdravstveno-pedagoško jahanje i voltažiranje
3. Sportsko jahanje

1. Hipoterapija

Hipoterapija je terapija s konjem i na konju, a pod tim se terminom podrazumijevaju fizioterapijski postupci kod kojih su invalidi, bolesnici i konj, sa svojim trodimenzionalnim pokretima, sudionici unaprijed osmišljenog medicinsko-terapijskog tretmana. Pritom je čovjek angažiran u procesu tjelesno, emocionalno, socijalno i duševno prilikom svih kretnji. Hipoterapijski tretman također ima neurofiziološku osnovu te ga mora propisati liječnik za svakog pacijenta individualno, s detaljno osmišljenim planom terapije. Niti jedan drugi tretman ne daje mogućnost invalidima s teškim oštećenjima motorike da se kreću u prostoru u

uspravnom položaju te da se usmjeravaju kako žele. Razlog tome je trodimenzionalno ljuljanje konjskih leđa kod pokreta konja (gore-dolje; desno-lijevo; naprijed-natrag), a rezultat je rotacija zdjelice i trupa jahača. Kada sjedi na leđima konja, invalid mora neprestano reagirati na pokrete konja, dočaravajući stvarno kretanje, unatoč tome što su mu noge nepokretne. Snagom mišića trupa on se uspravlja protiv sile teže te dobiva osjećaj stabilnog simetričnog položaja tijela. Upravo zbog neprekidnog njihanja ispruženih nogu i mobiliziranja kukova, hipoterapeuti moraju paziti na položaj zdjelice od koje se pokreti usmjeravaju prema trupu i udovima. Istovremeno su angažirani i veliki zglobovi, odnosno ramena i kukovi, stoga je gruba i fina motorika udova olakšana (Itković i Boras, 2002). Šuvak (2004) pak navodi da je za hipoterapiju od velike važnosti da je konj u pokretu dok je jahač na njemu te da se jahanje odvija bez sedla. Zbog takve strategije terapije od jahača se očekuje neprestana suradnja i komunikacija s konjem. Usred hipoterapije dolazi do izoštravanja osjećaja za ravnotežu te svih oblika motorike, dok se pokreti konja prenose na osobu koja se nalazi na leđima konja. Prelazeći na tijelo jahača, ti pokreti invalidima pomažu u opuštanju njihovih mišića te poboljšavaju cirkulaciju.



Slika 2. Terapija pomoću konja

(Izvor: <https://www.konji.hr/rad-i-zabava/jahanje/terapija-pomocu-konja-2dio.php>)

2. Zdravstveno-pedagoško jahanje i voltažiranje

Zdravstveno-pedagoško jahanje prije svega se odlikuje odgojnom funkcijom. Ovaj pojam podrazumijeva psihološke pedagoške, rehabilitacijske, fizioterapijske, i socio-integrativne ponude tretmana putem terapijskog jahanja. U središtu je terapije individualni napredak osobe preko medija konja, koji vrlo povoljno utječe na njezin razvoj, zdravstveno stanje i ponašanje.

Voltažiranje se uglavnom definira kao vid pedagoškog jahanja koji u središtu ima jahanje radi procesa ophođenja s konjem. Voltažiranje je u potpunosti usmjereno ka razvoju i poboljšanju emocionalnog, duševnog, tjelesnog i socijalnog stanja pacijenta.

Najčešće su indikacije za provođenje terapije zdravstveno-pedagoškog jahanja i voltažiranja nepredvidljivo i upadljivo asocijalno ponašanje, česte duševne smetnje, kao i poremećaj osjetila, slaboumnost, problemi kod učenja, problemi s opažanjem ili govorom te emocionalni ili socijalni problemi. Navedena stanja dovode do smanjenja socijalizacije i samopouzdanja, plašljivosti, slabosti i pomanjkanja volje, nedostatka socijalne prilagođenosti, sklonosti agresiji, frustracija, smanjene tolerancije, te hiperaktivnosti. Terapija započinje stvaranjem emocionalnog kontakta s konjem, zatim se planiraju vježbe zdravstveno-pedagoškog jahanja, a osoba se usmjerava na grupu i njezinu dinamiku. Kod pedagoškog jahanja i voltažiranja, konja možemo gledati kao „ko-terapeuta“ koji svakoga prihvaća onakvog kakav je, bez ikakvih predrasuda te spontano reagira na postupke jahača (Itković i Boras, 2002).

Itković i Boras (2002) navode da su zdravstveno-pedagoško jahanje i voltažiranje vrlo složeni terapijski postupci te dijele njihove ciljeve u tri različite skupine:

- a) područje motorike
- b) emocionalno-spoznajno područje
- c) socijalno područje.



Slika 3. Terapija pomoću konja

(Izvor: <https://www.konji.hr/rad-i-zabava/jahanje/terapija-pomocu-konja-2dio.php>)

3. Sportsko jahanje

Sportsko jahanje invalida predstavlja terapija koja ima različite ciljeve ovisno o potrebi, kao što su rekreacija, takmičenja, razvoj motivacije i slično. Takva vrsta bavljenja s konjem može biti isključivo rekreativna, ali i dovesti jahača do sportskih natjecanja. Glavna svrha sportskog jahanja invalida jest njegova socijalna integracija jer jahanje se smatra jedinim sportom u kojem su invalidi na istoj razini sa zdravim ljudima zahvaljujući konju. Kada se govori o jahanju, ista pravila i zahtjevi vrijede za zdrave ljude i invalide, a invalidi mogu kompenzirati svoje poteškoće uz pomoć posebno napravljenih sedla, uzda ili stremena. Kako ne bi došlo do još većih zdravstvenih problema, invalid treba provjeriti svoju sposobnost za jahački sport kod liječnika. Ukoliko ne postoje kontraindikacije, osoba se može početi baviti ovim sportom. Isto tako, teški invalidi koji nemaju udove postižu zavidne rezultate u jahanju te to ne predstavlja apsolutno nikakvu zapreku u ovom sportu. (Itković i Boras, 2002)



Slika 4. Sportsko jahanje

(Izvor: <https://www.poslovnih.hr/hrvatska/savrsena-sinergija-izmeu-dva-bica-sportsko-jahanje-kao-odmak-od-svakodnevnog-stresa-322393>)

3.3 Ciljevi terapijskog jahanja

Kao osnovni cilj terapijskog jahanja najčešće se navodi poboljšanje kvalitete života osoba s teškoćama koje se očituju na fizičkom, emocionalnom i socijalnom planu osobnosti. Terapijsko jahanje obično se provodi vani, u čistom okolišu i na svježem zraku. Njegova je osnovna svrha otkrivanje otvorenih mogućnosti i sposobnosti osoba s teškoćama, poticanje takvih osoba te smanjivanje njihovih nedostataka u bilo kojem smislu. Kako bi se to moglo postići, potrebno je cjelovito sagledati sliku, odnosno promatrati duh i tijelo kao jednu cjelinu te shvatiti da su unutrašnjost i vanjština međusobno uvjetovani (Krmepotić, 2003).

Došlić (2015) navodi sljedeće ciljeve terapijskog jahanja:

- razvijanje statične i dinamične ravnoteže (pri sjedenju i u pokretu)

- poboljšanje držanja tijela i razvoj svijesti o svojem tijelu u prostoru
- poboljšanje okulomotorne koordinacije – pokret slijedi vidne podražaje
- poboljšanje osjećaja za smjer (desno, lijevo)
- pružanje mogućnosti za samostalno kretanje jahača
- istegnute i pokrenute mišiće, osobito mišiće zdjelice i nogu
- jačanje mišića trupa i donjeg dijela nogu
- razvijanje svijesti o drugima (ljudima i konjima)
- razvijanje osjećaja odgovornosti prema drugima
- razvoj osjećaja za timski rad
- rušenje jahačevih zaključaka o vlastitim ograničenjima
- mogućnost rješavanja i prevladavanja problema
- razvijanje sposobnosti planiranja i izvršavanja zadanih ciljeva i zamisli
- pružanje mogućnosti jahaču da iskusi novu okolinu, stvari, mirise i zvukove
- razvijanje rječnika, matematičkih znanja potrebnih za život
- razvijanje komunikacijskih vještina
- poboljšanje samodiscipline
- poboljšanje samopouzdanja i samopoštovanja
- razvijanje socijalne i emocionalne kompetencije.

Prema Šuvak (2004) osnovni su ciljevi terapijskog jahanja opuštanje spazama, jačanje mišićnog tonusa po potrebi, jačanje dišnog, krvožilnog i mišićnog sustava, regulacija balansa i položaja tijela, razvoj koordinacije i fine motorike, upoznavanje novih situacija i osoba koje pomažu za procjenu vlastite vrijednosti i značaja te jačanje samopouzdanja. Blažević i suradnici (2009) kao ciljeve terapijskog jahanja navode regulaciju tonusa, ravnotežu, ritam, simetriju, uspravno držanje, trening, učenje čovjekovog hoda te mobilizaciju zglobova. Osim toga, navode svjesnost vlastitog tijela i okoline, svjesnost okoline duboki senzibilitet, razvoj samopouzdanja, razvoj identiteta, sposobnost razvijanja odnosa, socijalnu komunikaciju, poticanje i harmonizaciju pacijenta i interakciju pacijenata s okolinom.



Slika 5. Terapijsko jahanje

(Izvor: <https://www.konji.hr/rad-i-zabava/jahanje/terapija-pomocu-konja-2dio.php>)

3.4 Metodika terapijskog jahanja

Što se tiče metodskog postupka terapijskog jahanja, on se obično ostvaruje posebno osmišljenim redoslijedom, odnosno po fazama. Uvijek je bitno da se prvo usvoji trenutna faza pa se tek tada prelazi na sljedeću. Veliku važnost u terapijskom jahanju imaju i osnovni metodički principi kojih je potrebno pridržavati se. Preporučljivo je provođenje terapijskog jahanja sa svakim korisnikom dva puta tjedno.

Postoji više varijanti metodike terapijskog jahanja, no sve imaju sličan redoslijed radnji. Faze terapijskog jahanja prema Došliću (2015) teku ovako:

- | | |
|--|--|
| 1. Upoznavanje s konjem | 7. Samostalno jahanje u kasu |
| 2. Demonstrativno jahanje | 8. Jahanje u paru s drugim konjem |
| 3. Sjedenje s djetetom na konja | 9. Samostalno jahanje bez drugog konja u pratnji |
| 4. Samostalno jahanje uz vođenje konja | 10. Galopiranje. |
| 5. Samostalno jahanje u hodu | |
| 6. Jahanje u kasu uz pratnju | |

Prema Šuvak (2004) redoslijed radnji u terapijskom jahanju izgleda ovako:

- | | |
|--------------------|--|
| 1. Čišćenje | 5. Vježbe |
| 2. Uzjahivanje | 6. Igre |
| 3. Zagrijavanje | 7. Sjahivanje |
| 4. Jahaće vještine | 8. Skrb o konju i opremi nakon treninga. |

Postoje razni oblici terapijskog jahanja te se djeca s posebnim potrebama mogu uključiti u njih ovisno o vrsti njihovog tjelesnog oštećenja. Bitna je suradnja liječnika i fizioterapeuta koji prije izrade individualiziranog programa moraju pregledati pacijenta i odrediti najpovoljniju metodu terapije ovisno o njegovu zdravstvenom stanju. Dakle, terapijski ciljevi uvijek se postavljaju individualno za svakog pacijenta, odnosno za svako dijete. Na samom početku terapije, dijete prvo treba stupiti u kontakt s konjem i upoznati životinju tako što će ju hraniti ili timariti. Terapijsko jahanje može se provoditi individualno ili u grupama s nekoliko osoba. U situacijama kada pacijent ne može samostalno jahati i prilagoditi se kretnjama konja, tada iza njega na konju sjedi fizioterapeut koji mu pomaže u održavanju ravnoteže, odnosno odvija se zajedničko terapijsko jahanje ili sujahanje.

4. UTJECAJ BAVLJENJA KONJIČKIM SPORTOM NA DJECU S POSEBNIM POTREBAMA

4.1 Utjecaj terapijskog jahanja na psihološke funkcije

Osobe s teškoćama u razvoju, a posebice djeca, često se susreću s emocionalnim problemima i strahom od neuspjeha. Do toga najčešće dolazi iz razloga što nemaju dovoljno samopouzdanja, a to automatski smanjuje i njihove šanse za uspjeh. Iako su tjelesne poteškoće lakše uočljive, one emocionalne i psihološke je puno teže prepoznati.

Djetetu s poteškoćama nije nimalo jednostavno istimariti konja, staviti sedlo ili koordinirati vlastite pokrete te to zahtijeva puno samopouzdanja. Nakon toga dijete treba pojahati i početi upravljati konjem, što je još zahtjevnija radnja. Upravo zato je rad s konjima preporučljiv za sve vrste teškoća jer ne samo da će se tada osoba fizički bolje osjećati već će to za nju biti novo i vrlo ohrabrujuće iskustvo koje će eliminirati strah i povećati samopouzdanje. Naime, rad s konjima osobama može pomoći pri kontroliranju njihovih strahova te razlikovanju i osvješćivanju istih. Neke osobe su vrlo plašljive naravi te ju tada treba puno ohrabrivati kako bi uopće dodirnula konja, no čim osjeti toplinu i nježnost životinje, to će znatno utjecati na umanjenje straha. Također, osim jahanja, osobe s teškoćama susrest će se i s brigom o životinji te će te vještine prenijeti i u vlastitu okolinu i svakodnevni život. Nijedna sprava za vježbanje ne može imati toliki utjecaj na osobu poput konja te će on kao terapeut učiniti puno više za dijete s teškoćama te mu, između ostalog, dati velike količine samopouzdanja i ambicije (Krmpotić 2003).

Kada se radi o djeci s netjelesnim teškoćama poput autizma ili Downovog sindroma, tada se terapija posvećuje samom odnosu s konjem i osobama koje ih okružuju. Cilj je potaknuti druženja s konjem, sklapanje prijateljstva s ostalom djecom, instruktorima i volonterima te stjecanje jahačkih vještina. Njega konja, rad u štali, korištenje raznih alata, osedlavanje konja te čin jahanja jačaju pozornost kod djece, pamćenje, uče ih samokontroli i radu u grupama te jačaju samopouzdanje.

Rezultati brojnih istraživanja pokazali su da djeca izložena terapijskom jahanju pokazuju veću senzornu potragu, senzornu osjetljivost, društvenu motivaciju te manje nepažnje i distraktibilnog ponašanja te je to dovelo do zaključka da terapijsko jahanje može biti održiva terapijska opcija u liječenju djece s posebnim potrebama (Ghorban i sur., 2013). Nadalje,

prilikom terapijskog jahanja djeca se potiču na slobodno otkrivanje svojih emocija i tumačenje emocija druge djece što dovodi do poboljšanja emocionalnog razumijevanja i socijalnih vještina (Ghorban i sur., 2013).

4.2 Utjecaj terapijskog jahanja na motoričke funkcije

Terapijsko jahanje ima značajan utjecaj na razvoj motoričkih funkcija jer kretanje konja jako nalikuje hodu čovjeka. Konj svojim pokretima i ritmom prenosi podražaje na tijelo jahača te tako aktivira njegove mišiće. Jahanjem se simulira ljudski hod jer se aktiviraju upravo oni mišići koji zbog specifičnosti oštećenja jahača nisu aktivni. Sličnost gibanja konjske i ljudske zdjelice pri hodu poznata je već desetljećima. Naime, ljudska i konjska zdjelica vrlo se slično gibaju prilikom hodanja, a jahač sjedeći na konju osjeća ritmično gibanje zdjelice konja u hodu. Naravno, potreban je dobar trening terapijskog konja kako bi imao simetričan i ritmičan hod te tako prenosio gibanje na zdjelicu jahača i omogućio mu vježbanje trupa i zdjelice (Šuvak, 2001). Kada konj i jahač postanu kao jedno, tada više nema prostora za bilo kakvu napetost ili otpor jer se postiže međusobna suradnja i uživanje. Upravo se zato terapijsko jahanje provodi s osobama koje imaju različite i višestruke teškoće, kao što su ozljede kralježnice, mišićna distrofija, multipla skleroza, cerebralna paraliza, trauma glave, moždani udar, gluhoća, gluhosljepoća i druge (Krmpotić, 2003).

Terapije pomoću konja znatno utječu na razvoj motorike kod djece s teškoćama u razvoju upravo zbog trodimenzionalnog konjskog koraka. Problemi motoričkog funkcioniranja obično uključuju manjak snage, lošu ravnotežu i koordinaciju pokreta, lošu posturu, kroničnu bol, sporije senzorno procesuiranje, teškoće pri hodanju, sjedenju i stajanju te, kao i čitav niz raznih poteškoća u mobilnosti i kretanju. Tako brojne studije navode da postoji značajan napredak djece pri uspostavi posturalne kontrole i balansa, zatim u kontroli trupa pri sjedenju, poboljšanju koordinacije pokreta te povećanju samoefikasnosti. Također je dokazano da pokret konja pomaže djeci u učenju hodanja, skakanja i trčanja. Vrlo bitnu sastavnicu utjecaja konja na osobe s teškoćama predstavlja tjelesna temperatura konja, a ona je viša za jedan Celzijusov stupanj od ljudske temperature te se iz tog razloga pokazala vrlo korisnom u smanjenju povećanog mišićnog tonusa kod jahača sa spasticitetom. Takvim smanjenjem mišićnog tonusa te rotacijom zdjelice dolazi do izgradnje „centralnog tonusa trupa“. Zbog toga dolazi do gibanja gornjeg dijela tijela, pogled je usmjeren prema naprijed, a uspostavljena je i simetrija tijela. (Vidović,

2019). Blažević i Kolman (2010) još navode da temperatura konja, odnosno njegova toplina ima snažan utjecaj na opuštanje tijela jahača, što pomaže u pojačavanju kondicije, snage i fleksibilnosti jahača. Isto tako, jahanje stimulira i potiče taktilne osjećaje kroz osjet dodira i okolnih podražaja. Tijekom procesa jahanja, svi osjeti rade zajedno, odnosno integrirani su u jedno.

4.3 Utjecaj terapijskog jahanja na socijalne funkcije

Kao što terapija pomoću konja ima pozitivan učinak na psihološki i fizički aspekt, tako se ona odražava i na socijalno funkcioniranje djece s teškoćama. Izlaganje konju djeluje vrlo poticajno te se povećanje društvenog funkcioniranja djece s teškoćama u razvoju može pripisati nizu čimbenika. Multisenzorna priroda terapijskog jahanja pokazuje da je to iskustvo vrlo poticajan događaj koji je izravno povezan s fizičkom prisutnošću ili prirodnim kretanjem konja (Bass i sur., 2009). „Terapijsko jahanje pozitivno utječe na socijalni razvoj djece s teškoćama u razvoju, potiče razvoj dobrog odnosa prema sebi, drugima i zajednici te socijalno prihvatljivih oblika ponašanja“ (Buljubašić-Kuzmanović, 2017).

Terapijsko jahanje provodi se najčešće u grupama s programom prilagođenim dobi i mogućnostima jahača. S obzirom na to da se radi o radu u grupi, kod djece se stvara osjećaj zajedništva te se ona međusobno povezuju. Unutar grupe dolazi do razmjenjivanja iskustva o različitim aktivnostima i interakcije među djecom, što doprinosi razvoju njihovih socijalnih odnosa i vještina. Značajnu ulogu pritom ima i instruktor, čiji je zadatak usmjeravati djecu te pružati mogućnost za zajedničke aktivnosti pomoću kojih će se djeca bolje upoznati i povezati. Isto tako, osim jahača i instruktora, važno je održavati interakciju s roditeljima djece i ostalim sudionicima terapijskog programa jer su djeca s posebnim potrebama jako vezana uz svoje roditelje. U sklopu terapijskog programa djeca će imati priliku za interakcijom sa širom zajednicom ljudi te će na taj način postati samostalnija i biti svjesnija sebe i svoje okoline (Blažević i Kolman, 2010).

5. ZAKLJUČAK

S obzirom na činjenicu da se u današnje vrijeme susrećemo sa sve većim brojem djece s posebnim potrebama, nastala je potreba za novim varijantama terapije koje bi pomogle djeci s teškoćama u razvoju te im pružale podršku na više različitih razina. Još nekoliko desetljeća unatrag osmišljene su terapije pomoću konja te su se pokazale vrlo učinkovitom za djecu s posebnim potrebama te iz nje proizlaze brojne prednosti kojima se nastoji povećati potencijal djece kroz razvojnu terapiju, obrazovanje i rekreaciju. Terapije s konjem ne pružaju samo fizikalnu terapiju već i razvoj psihološkog, emocionalnog i socijalnog aspekta kod djece. Postoje razne vrste terapije s konjem, ovisno o specifičnosti teškoća i ciljevima pa tako razlikujemo hipoterapiju, zdravstveno-pedagoško jahanje, voltažiranje i sportsko jahanje. Svima je u cilju djeci pružiti emocionalnu podršku, podučiti ih socijalnim vještinama te im dati jedinstveno iskustvo, istovremeno liječeći njihove teškoće i razne vrste invaliditeta. Rad s konjima preporučljiv je za sve vrste teškoća jer ne samo da će se tada osoba fizički bolje osjećati već će to za nju biti novo i vrlo ohrabrujuće iskustvo koje će eliminirati strah i povećati samopouzdanje. Naime, rad s konjima osobama može pomoći pri kontroliranju njihovih strahova te razlikovanju i osvješćivanju istih. Osim toga, terapijsko jahanje ima značajan utjecaj na razvoj motoričkih funkcija jer kretanje konja jako nalikuje hodu čovjeka. Konj svojim pokretima i ritmom prenosi podražaje na tijelo jahača te tako aktivira njegove mišiće. Jahanjem se simulira ljudski hod jer se aktiviraju upravo oni mišići koji zbog specifičnosti oštećenja jahača nisu aktivni. Kao što terapija pomoću konja ima pozitivan učinak na psihološki i fizički aspekt, tako se ona odražava i na socijalno funkcioniranje djece s teškoćama. U sklopu terapijskog programa djeca će dobiti priliku za interakcijom sa širom zajednicom ljudi te će na taj način postati samostalnija, razvijati svoje socijalne vještine i dobiti više samopouzdanja. Dakle, jahanje i druženje s konjem pozitivno utječe na sve aspekte ljudskog bića te je preporučljivo za sve osobe s teškoćama i u smislu rekreacije i terapije.

6. LITERATURA

1. Bass, M., Duchowny, C., Llabre, M. (2009). *The Effect of Therapeutic Horseback Riding on Social Functioning in Children with Autism*. Springer Science+Business Media, LLC.
2. Blažević, D. i Kolman, M. (2010). *Konjički šport i terapijsko jahanje: Priručnik za voditelje terapijskog jahanja*. Hrvatska olimpijska akademija i Hrvatski konjički savez, Zagreb.
3. Blažević, D., Gogić, D., Tonković, G., Maroević, S., Lesički, J., Krmpotić, J., Basar, D. (2009). *Program osposobljavanja i stručnog usavršavanja osoba za potrebe konjičkog športa i terapijskog jahanja*. HKS, Zagreb.
4. Buljubašić-Kuzmanović, V. (2017). *Utjecaj terapijskog jahanja na socijalni razvoj djece s teškoćama u razvoju*. *Školski vjesnik: časopis za pedagošku teoriju i praksu*, 66(2), 255-269.
5. Došlić, Z. (2015). „Metodske faze kod terapijskog jahanja“ (neobjavljeno djelo), u: Došlić, M. (2019). *Terapijsko jahanje kao metoda pomoći djeci s teškoćama*
6. Ghorban, H., Sedigheh, R.D., Marzieh, G. and Yaghoob, G. (2013). *Effectiveness of Therapeutic Horseback Riding on Social Skills of Children with Autism Spectrum Disorder in Shiraz, Iran*. *Journal of Education and Learning*, Vol 2, br.3, 79-84.
7. Itković, Z., Boras, S. (2002). *Terapijsko jahanje i rehabilitacijske znanosti*. Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja. 39(1), 73-82.
8. Kostelnik, M. J. (2004). *Djeca s posebnim potrebama: Priručnik za odgajatelje, učitelje i roditelje*. EDUCA, Zagreb.
9. Krmpotić, J. (2003). *Konji- terapeuti, učitelji i prijatelji*. Krila- terapijsko jahanje, Zagreb.
10. Mikas, D. i Roudi, B. (2012). *Socijalizacija djece s teškoćama u razvoju u ustanovama predškolskog odgoja*. *Paediatrica Croatica*, 56(1), 207-214.
11. Špelić, A., Zuliani, Đ., i Krizmanić, M. (2009). *Socijalizacija učenika s posebnim potrebama u razrednim sredinama*. U V. Kardum (ur.), *Međunarodni znanstveni skup: Škola po mjeri* (str. 175-195). Sveučilište Jurja Dobrile u Puli, Odjel za obrazovanje učitelja i odgojitelja, Pula.
12. Šuvak, D. (2001). *Konjaništvo za osobe s invaliditetom: priručnik za terapijsko jahanje*. Mogu-terapijsko jahanje, Osijek.

13. Šuvak, D. (2004). *Terapijsko jahanje: pedagoško preventivni program*. Udruga Mogu: Grafika, Osijek.
14. Hrvatski savez za terapijsko jahanje, preuzeto s: <http://hstj.hr/terapijsko-jahanje/> (23.7.2022.)
15. Vidović, A. (2019). *Utjecaj terapije pomoću konja na normalizaciju mišićnog tonusa i razvoj posturalnih reakcija*. Sveučilište u Zagrebu, Zagreb.