

SKIRTINGOS FIZINĖS NEGALIOS PLAUKIKŲ POŽIŪRIS Į KLASIFIKACIJOS SISTEMĄ IR GALIMYBĖ SIEKTI REZULTATŲ

Inga Kragnienė, Kęstutis Skučas, Nijolė Lagūnavičienė, Jūratė Požėrienė

Lietuvos kūno kultūros akademija, Kaunas, Lietuva

Inga Kragnienė. Lietuvos kūno kultūros akademijos reabilitacijos magistrė. Mokslinių tyrimų kryptis — taikomoji fizinė veikla.

SANTRAUKA

Klasifikacijos pagrindinis tikslas — garantuoti lygiavertį skirtingos fizinės negalios plaukikų dalyvavimą varžybose. Lygiavertiškumo įvertinimas labai sudėtingas procesas, dėl to vis dar tęsiasi mokslininkų diskusijos ieškant naujų tyrimo metodų, kaip išanalizuoti ir objektyviai vertinti skirtingos negalios plaukikų galimybę dalyvauti neįgaliųjų plaukimo varžybose. Dėl vis besitęsiančios klasifikacijos problemų diskusijos bei išsamesnių tyrimų trūkumo funkcinės plaukimo klasifikacijos sistemos tyrimai išlieka aktualūs ir reikšmingi. Straipsnyje nagrinėjamas funkcinės neįgaliųjų plaukimo klasifikacijos sistemos lygiavertiškumo klausimas.

Iškelta problema, ar plaukimo klasifikacijos sistema skirtingos negalios plaukikams leidžia lygiavertiškai varžytis ir siekti rezultatų. Atliktas tyrimas dviem šios problemos aspektais — išnagrinėtas neįgaliųjų plaukikų požiūris į klasifikacijos sistemą ir bandyta išsiaiškinti, kokia skirtingos negalios plaukikų galimybė dalyvauti varžybose.

Anketavimo metodu buvo tirti 32 neįgalūs plaukikai, eksperimentu ir testavimu — 21 tiriamasis. Tiriamieji suskirstyti į tris grupes. Pirmą grupę sudarė asmenys, patyrę amputaciją, antrą — asmenys po nugaros smegenų pažeidimų, trečią — asmenys, sergantys cerebriniu paralyžiumi.

Atlikus tyrimus išryškėjo teigiamas neįgaliųjų plaukikų požiūris į neįgaliųjų plaukimo klasifikacijos sistemą: didžioji dalis fiziškai neįgaliųjų plaukikų pasisako, kad įgalieji nedalyvautų neįgaliųjų varžybose, dauguma skirtingos negalios (asmenys, turintys nugaros smegenų pažeidimų, patyrę amputaciją, sergantys cerebriniu paralyžiumi ir kt.) plaukikų patenkinti klasifikacijos sistema, nemažai skirtingo negalios sunkumo laipsnio (S_5 — S_7 , S_8 — S_{10}) fiziškai neįgaliųjų plaukikų patenkinti klasifikacijos sistema ir savo pasiektu rezultatu. Aštuonių savaičių treniruočių programa teigiamai veikė visus S_4 klasės negalios plaukikų rezultatus. S_4 klasės skirtingos fizinės negalios plaukikų aerobinio pajėgumo rodikliai buvo panašūs.

Raktažodžiai: neįgaliųjų funkcinė klasifikacija, neįgaliųjų plaukimas, neįgaliųjų plaukikų aerobinė ištvermė.

ĮVADAS

Klasifikacijos pagrindinis tikslas — garantuoti lygiavertį skirtingos fizinės negalios plaukikų dalyvavimą varžybose. Lygiavertiškumo įvertinimas labai sudėtingas procesas, dėl to vis dar tęsiasi mokslininkų diskusijos ieškant naujų tyrimo metodų, kaip išanalizuoti ir objektyviai vertinti skirtingos negalios plaukikų galimybes dalyvauti neįgaliųjų varžybose. Naujų neįgaliųjų

klasifikacijos sistemų, mokslinių tyrimų, garantuojančių lygiavertį dalyvavimą varžybose, atsirado po 1992 metų. Kai kurie autoriai abejojo naujos klasifikacijos sistemos patikimumu. Jie teigė, kad naujoje klasifikacijos sistemoje yra per daug negalios tipų vienoje klasėje, dėl to varžybose nėra garantuojamas lygiavertis skirtingos negalios plaukikų dalyvavimas (Richter et al., 1992; McCann,

1994; Richter, 1994). Nauja plaukimo klasifikacijos tyrimų banga pastebima ir pastaraisiais metais. Dauguma mokslininkų pasisako už tai, kad būtų atliekama daugiau tyrimų ir peržiūrėta klasifikacijos sistema (Green, 1993; Hainey, 1994; Riding, 1994). Šių autorių tyrimo duomenimis, yra pažeidžiami pagrindiniai fizikos, biomechanikos, fiziologijos, mokslo principai skirstant neįgalius plaukikus į klases. Daugiausia tyrimų atlikta nagrinėjant, kokius rezultatus pasiekia skirtingų tipų ir negalios sunkumo laipsnio plaukikai (Deviss, 1996; Daly, Valandewijck, 1999). Šiuo tikslu tiriama neįgalių plaukikų varžybinė veikla, vertinama, kokios negalios plaukikai dažniausiai laimi medalius parolimpinėse žaidynėse. Kiti autoriai nagrinėja klasifikacijos sistemą biomechanikos aspektu, t. y. kaip skirtingos negalios plaukikai įvairiais plaukimo būdais atlieka plaukimo technikos veiksmus, posūkį, startuoja (Daly, Valandewijck, 1999; Daly et al., 2001). Tačiau mažai nagrinėta klasifikacijos problema treniruotumo, aerobinio pajėgumo aspektais. Todėl tyrimai, nagrinėjantys aerobinio pajėgumo rodiklių kaitą, fizinės negalios aspektu yra aktualūs.

Mažai tyrinėtas pačių neįgaliųjų požiūris į klasifikacijos sistemą, galimybė dalyvauti varžybose. Tokie tyrimai padėtų išsamiau išsiaiškinti funkcinės plaukimo klasifikacijos sistemos galimybes, leidžiančias siekti geresnių rezultatų skirtingos negalios sportininkams varžantis toje pačioje klasifikacijos klasėje. Neaptikta tyrimų, nagrinėjančių, kaip atskiros treniruotės programos veikia tos pačios klasės, bet skirtingos negalios sportininkų galimybes treniruotis ir siekti rezultato.

Dėl vis besitęsiančios klasifikacijos problemų diskusijos ir išsamesnių tyrimų trūkumo funkcinės plaukimo klasifikacijos sistemos tyrimai išlieka aktualūs ir reikšmingi.

Tyrimo tikslas — nustatyti ir įvertinti skirtingos fizinės negalios plaukikų požiūrį bei galimybę dalyvauti neįgaliųjų varžybose, aerobinio pajėgumo rodiklių, plaukimo rezultatų kaitos aspektais.

Tyrimo objektas — skirtingos fizinės negalios plaukikų požiūris į klasifikacijos sistemą, treniruotųjų rezultatų, aerobinio pajėgumo rodiklių kaita.

TYRIMO METODIKA IR ORGANIZAVIMAS

Naudoti šie tyrimo metodai: anketinė apklausa, testavimas, eksperimentas, matematinė statistinė analizė.

Anketavimo metodu nagrinėtas neįgalių sportininkų požiūris į neįgalių plaukikų klasifikacijos sistemą. Tyrimo metu naudotos neįgaliųjų plaukimo klasifikacijos sistemos anketa (Williams, 1994). Anketoje pateikti klausimai apie neįgaliųjų pažeidimo tipą, klasifikacijos klasę, klasifikacijos nustatymo procedūrą, pasitenkinimą savo klase, galimybę dalyvauti neįgaliųjų plaukimo varžybose ir siekti rezultatų konkrečioje klasifikacijos klasėje, požiūrį į mažiausios negalios asmenų ir įgaliųjų dalyvavimą neįgaliųjų varžybose. Pasitenkinimas neįgaliųjų plaukimo klasifikacijos sistema buvo vertinamas nuo 1 iki 5 balų. 1 balas skiriamas už patį blogiausią įvertinimą, 5 balai — už patį geriausią.

Eksperimento metodu siekta ištirti aštuonių savaitių aerobinės ištvermės plaukimo programos poveikį neįgaliųjų plaukimo rezultatams (1 lent.). Eksperimento metu buvo tiriami trijų fizinės negalios grupių neįgalieji — iš viso 21 tiriamasis. Iš jų 7 — sportininkai, turintys nugaros smegenų pažeidimų, 7 — sergantys cerebriniu paralyžiumi, 7 — patyrę amputacijų. Visi tiriamieji vykdė 8-ių savaitių programą (1 lent.). Programa buvo sudaryta remiantis M. Lepore, G. William ir S. Stekens

Aštuonių savaitių aerobinės ištvermės plaukimo programos turinys	Valandų skaičius per savaitę	Valandų skaičius per 8 savaites
Fizinis rengimas	2	16
Aerobinė ištvermė	1,25	10
Anaerobinė ištvermė	0,5	4
Greitumas	0,25	2
Greitumo ištvermė	0,5	4
Jėgos ištvermė	1,00	8

1 lentelė. Aštuonių savaitių neįgaliųjų plaukimo treniruotės programa

2 lentelė. Aštuonių savaitių eksperimento rezultatai

Sportininkai	Patyrę įvairių amputacijų		Sergantys cerebriniu paralyžiumi		Patyrę nugaros smegenų pažeidimų	
	Prieš eksperimentą	Po eksperimento	Prieš eksperimentą	Po eksperimento	Prieš eksperimentą	Po eksperimento
25 m plaukimo	48,65	42,52	48,92	45,25	47,24	44,03
50 m plaukimo	104,25	93,22*	106,25	98,44	103,00	96,14
100 m plaukimo	222,28	210,29*	222,56	218,26	220,42	215,45

Pastaba. * — $p < 0,05$, statistiškai patikimas skirtumas tarp patyrusių amputacijas ir kitų grupių tiriamųjų rodiklių.

(2007) autorių tyrimais (1 lent.). Tiriamieji per savaitę treniravosi tris kartus po dvi valandas — vieną kartą treniruoklių salėje ir du kartus baseine.

Rezultatų kaitai nustatyti buvo naudojami greičio (25 m plaukimo), jėgos išvermės (50 m plaukimo) ir išvermės (100 m plaukimo) testai.

Matematinės statistinės analizės būdu duomenys apdoroti naudojant *Microsoft Office Excel* programą. Apskaičiuoti grupių aritmetiniai vidurkiai, jų paklaida. Skirtumo tarp tiriamų grupių rodiklių reikšmingumas vertintas naudojant Studento kriterijų (*t*). Procentinės išraiškos duomenų statistinis patikimumas vertintas naudojant *chi* kvadrato kriterijų (χ^2). Statistiškai patikimas skirtumas laikytas tada, kai $p < 0,05$ (2 lent.).

Anketavimo metu tirti 32 fizinę negalią turintys plaukikai. Tiriamieji iš šių miestų: Vilniaus, Kauno, Klaipėdos, Šiaulių, Marijampolės, Druskininkų, Rokiškio, Ukmergės. Tai sudarė visus Lietuvoje kultivuojančių šias sporto šakas fiziškai neįgalių asmenų, kurie bent kartą per metus dalyvauja varžybose, atvejus. Tiriamieji buvo suskirstyti į tris grupes pagal negalios tipą ir plaukimo klasifikacijos klasę. Pagal negalios tipą: 12 plaukikų, turinčių nugaros smegenų pažeidimų; 10 — sergančių cerebriniu paralyžiumi, 10 — patyrusių amputacijų. Pagal klasifikaciją: S1—S4 klasės plaukikų — 9, S5—S7 — 10, S8—S10 — 13. Tiriamųjų amžius — nuo 16 iki 47 metų, iš jų 9 moterys ir 23 vyrai.

REZULTATAI

Anketinės apklausos duomenimis, dauguma neįgalių Lietuvos plaukikų nesutinka, kad varžybose kartu dalyvautų įgalūs plaukikai. Nemažai visų klasifikacijos klasių, negalios sunkumo laips-

nio ir plaukimo būdų plaukikų pasisako už tai, kad nenorėtų dalyvauti varžybose kartu su įgaliais plaukikais. Tačiau rekreacinėje veikloje jie norėtų dalyvauti karu su įgaliaisiais.

Skirtingo negalios tipo fiziškai neįgaliųjų pasitenkinimo savo klasifikacijos klase tyrimas parodė, kad labiausiai patenkinti „kitų“ kategorijų atstovai ir „amputantai“. Daugiausia nepatenkintų asmenų tarp patyrusių nugaros smegenų pažeidimų ir sergančių cerebriniu paralyžiumi.

Skirtingos negalios fiziškai neįgaliųjų pasitenkinimo savo klasifikacijos klase tyrimas (anketinė apklausa) parodė, kad labiausiai patenkinti S₅—S₇ klasės tiriamieji, daugiausia nepatenkintų — tarp S₁—S₄ klasės atstovų. Labiausiai patenkinti savo rezultatu S₈—S₁₀ klasės tiriamieji, mažiausiai (tiek savo rezultatu, tiek klasifikacijos klase) — S₁—S₄ klasės neįgalieji (1 pav.).

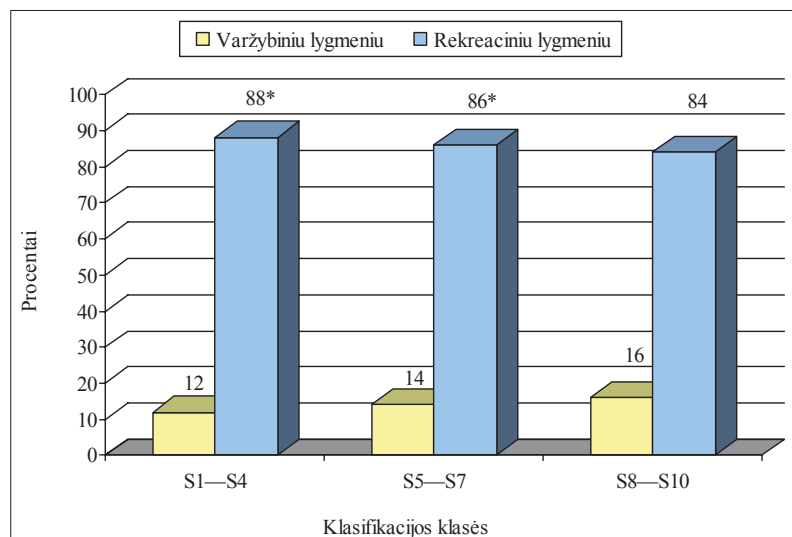
Aštuonių savaitių eksperimento duomenys parodė, kad visų tiriamų grupių rezultatai po eksperimento pagerėjo. Išsiskyrė tik sportininkų, patyrusių įvairių amputacijų, duomenys. Jų rezultatai daugiausia pagerėjo atliekant visus plaukimo testus (25, 50, 100 m plaukimo).

S₄ klasės plaukikų aerobinio pajėgumo testavimo rezultatai parodė, kad trijų skirtingų negalios tipų plaukikų (amputantų, asmenų, sergančių cerebriniu paralyžiumi, ir patyrusių nugaros smegenų pažeidimų) aerobinio darbingumo rodikliai buvo panašūs dirbant skirtingose energijos gamybos zonose.

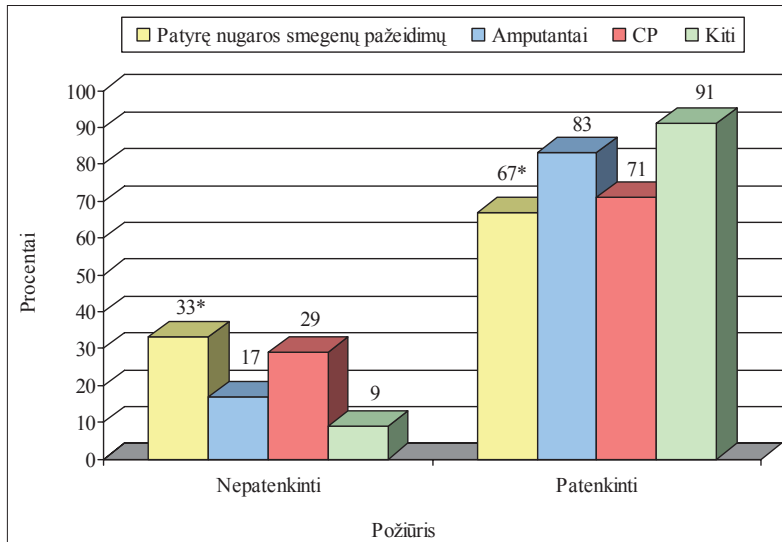
REZULTATŲ APTARIMAS

Neįgaliųjų plaukimo klasifikacijos sistemos apklausos tyrimo duomenys atskleidė: beveik visi Lietuvoje sportuojantys neįgalūs plaukikai pasisa-

1 pav. Neįgalių plaukikų požiūris į įgaliųjų dalyvavimą varžybose

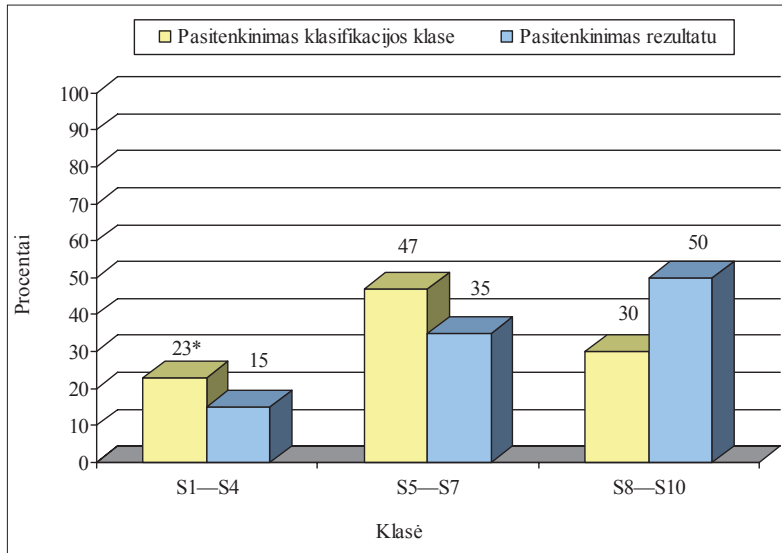


Pastaba. * — $p < 0,05$, skirtumas statistiškai patikimas.



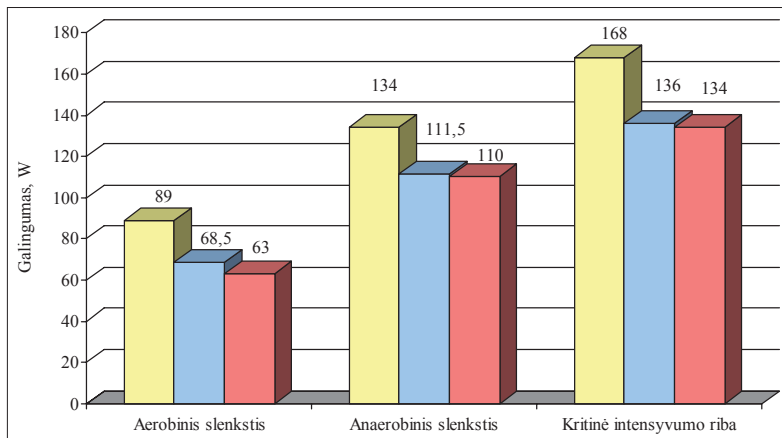
2 pav. Sportininkų pasitenkinimas savo klasifikacijos klase

Pastaba. * — $p < 0,05$, skirtumas statistiškai patikimas.



3 pav. Pasitenkinimas savo plaukimo rezultatu ir klasifikacijos klase

Pastaba. * — $p < 0,05$, skirtumas statistiškai patikimas.



4 pav. Darbo galingumas skirtingose energijos gamybos zonose

kė už tai, kad įgalieji neturėtų dalyvauti varžybose su neįgaliaisiais, o kartu dalyvautų tik rekreacinėje veikloje. Tai sutampa su kitų mokslininkų, nagrinėjusių požiūrį į neįgaliųjų klasifikacijos sistemą, tyrimų duomenimis (Wu, Williams, 1999).

Neįgaliųjų plaukimo sistema vienintelė iš neįgaliųjų sporto klasifikacijos sistemų, leidžiančių toje pačioje klasėje dalyvauti skirtingo negalios

tipo neįgaliesiems. Todėl buvo tirtas skirtingo negalios tipo neįgaliųjų pasitenkinimas klasifikacijos klase. Paaikškėjo, kad: labiausiai patenkinti neįgaliųjų plaukimo klasifikacijos klase neįgalieji, patyrę amputacijų, labiausiai nepatenkinti — turintys nugaros smegenų pažeidimų ir sergantys cerebriniu paralyžiumi (2 pav.). To priežastis galėtų būti: dauguma neįgaliųjų su amputuotomis galūnėmis turi

geresnes judėjimo galimybes — joda protezų ir kitų pagalbinių kompensacinių technikos priemonių pagalba, o asmenys, patyrę nugaros smegenų pažeidimų arba sergantys cerebriniu paralyžiumi, dažniausiai joda su vežimėliu. Tai patvirtina ir kitų tyrėjų gauti rezultatai (Green, 1993).

Taikytas aštuonių savaičių aerobinės plaukimo treniruotės eksperimentas parodė, kad iš visų šios klasės tiriamųjų labiausiai rezultatai pagerėjo tu asmenų, kurie patyrė įvairių amputacijų (3 pav.). Šie duomenys tik dar kartą patvirtino pastebėjimą, kad prizines vietas užima ir geriausius rezultatus pasiekia neįgalūs sportininkai, patyrę įvairių amputacijų (Daly, Vanlandewijck, 1999). Taip galėjo atsitikti dėl to, kad šie asmenys neturi daugybės kitų su negalia susijusių problemų (koordinacijos sutrikimų, spazmiškumo), kurios smarkiai veikia galutinį plaukimo rezultatą. Daugelio tyrėjų, nagrinėjančių klasifikacijos problemas, nuomone, trūksta objektyvių vertinimo metodikų, leidžiančių nustatyti, kaip įvairūs negalios sukelti padariniai veikia rezultatą. Tyrimo duomenys dar kartą patvirtina faktą, kad dabartinė klasifikacijos sistema neįvertina visų negalios požymių klasifikuojant neįgalius plaukikus. Tyrimo duomenys parodė: plaukikai, sergantys cerebriniu paralyžiumi, pasiekė blogesnių rezultatų. Taigi cerebriniu paralyžiumi sergančių neįgalių plaukikų galimybė siekti rezultatų yra ribota dėl to, kad jie vandenyje išnaudoja didelį energijos kiekį (Daly et al., 2001).

Aštuonių savaičių aerobinės plaukimo programa patvirtino faktą, kad klasifikacijos sistema garantuoja skirtingos negalios plaukikų lygiateisiškumo principą toje pačioje klasifikacijos klasėje.

Aerobinio pajėgumo tyrimas parodė, kad skirtingo negalios tipo S₄ plaukikų aerobiniai pajėgumo rodikliai buvo panašūs (4 pav.). Šie duomenys dar kartą patvirtina: aerobinio pajėgumo požiūriu

klasifikacijos sistema garantuoja skirtingo negalios tipo (S₄) plaukikų lygiavertes dalyvavimo neįgaliųjų plaukimo varžybose galimybes.

Klasifikacijos sistema iš esmės suteikia lygiavertio dalyvavimo neįgaliųjų plaukimo varžybose ir rezultatų siekimo treniruočių metu galimybes, tik būtini išsamesni tyrimai, kurie galėtų paaiškinti amputantų rezultatų kaitą treniruotės procese.

Taip pat reikia tyrimų, nagrinėjančių plaukimo treniruotės poveikį skirtingos fizinės negalios plaukikų rezultatams. Tyrimai, įvairiapusiškai nagrinėjantys klasifikacijos sistemą biomechaniniu ir fiziologiniu požiūriu, galėtų padėti atrasti naujas, objektyvesnes skirtingos negalios plaukikų galimybių vertinimo metodikas.

IŠVADOS

Nustatytas teigiamas neįgalių plaukikų požiūris į neįgaliųjų plaukimo klasifikacijos sistemą:

- didžioji dalis fiziškai neįgalių plaukikų pasisako už tai, kad įgalieji nedalyvautų neįgaliųjų varžybose;
- dauguma skirtingos negalios plaukikų (asmenys, patyrę nugaros smegenų pažeidimų, amputacijų, sergantys cerebriniu paralyžiumi ir kt.) patenkinti klasifikacijos sistema;
- nemažai skirtingo negalios sunkumo laipsnio (S₅—S₇, S₈—S₁₀) fiziškai neįgalių plaukikų patenkinti klasifikacijos sistema ir savo pasiektu rezultatu.

Aštuonių savaičių aerobinės ištvermės treniruočių programa teigiamai paveikė visus S₄ klasės negalios tipo plaukikų grupės rezultatus. Geriausi plaukimo rezultatai nustatyti amputantų grupėje.

S₄ klasės skirtingos fizinės negalios plaukikų galimybės siekti rezultatų aerobinio pajėgumo kaitos aspektu buvo vienodos.

LITERATŪRA

Daly, D. J., Malone, L. A., Smith, D. J., Vanlandewijck, Y., Steadward, R. D. (2001). The contribution of starting, turning, and finishing to total race performance in male paralympic swimmers. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 18, 316—333.

Daly, D. J., Vanlandewijck, Y. (1999). Some criteria for evaluating the „fairness“ of swimming classification. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 16, 271—289.

Devis, R., Ferrara, M. (1996). Athlete classification: An explanation of the process. *Palaestra*, 12 (2), 38—44.

Green, A. (1993). *Recommendation Revision of the Functional Classification System [FCS] for Swimming*. Dickson, ACT, Australia: Author.

Hainey, T. (1994). Disability swimming and classification. In R. Steadward, E. Nelson, G. Wheeler (Eds.), *VISTA '93: The Outlook. Proceedings of the International Conference on High Performance Sport of the Athletes with Disabilities* (pp. 310—316). Edmonton: Alberta, Canada.

McCann, B. C. (1994). Sport performance potential in athletes with disabilities. In *Proceeding of the Second Paralympic Congress*. Edmonton: Alberta, Canada.

Leopore, M., William, G., Stekens, S. (2007). *Adapted Aquatics Programming*. Human Kinetics.

Richter, K., Adams-Mushett, C., Ferrara, M., McCann, B. (1992). Integration swimming classification: A faulted system. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 9, 5—13.

- Richter, K. (1994). Integrated classification: An analysis. In R. Steadward, E. Nelson, G. Wheeler (Eds.), *VISTA'93: The Outlook. Proceedings of the International Conferences on High Performance Sport for Athletes with Disabilities* (pp. 255—259). Edmonton: Alberta, Canada.
- Riding, M. (1994). Functional classification: A revolution and evolution. In R. Steadward, E. Nelson, G. Wheeler (Eds.), *VISTA'93: The Outlook. Proceedings of the International Conferences on High Performance Sport for Athletes with Disabilities* (pp. 289—293). Edmonton: Alberta, Canada.
- Williams, T. (1994). Disability sport socialization and identity construction. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 11, 14—31.
- Wu, S. L., Williams, T. (1999). Paralympic swimming performance, impairment, and the functional classification system. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 16, 251—270.

THE ATTITUDE OF PHYSICALLY DISABLED SWIMMERS TOWARDS THE SWIMMING CLASSIFICATION SYSTEM AND THEIR POSSIBILITIES TO ACHIEVE RESULTS

Inga Kragniėnė, Kęstutis Skučas, Nijolė Lagūnavičienė, Jūratė Požėrienė
Lithuanian Academy of Physical Education, Kaunas, Lithuania

ABSTRACT

The aim of the sport classification system is to ensure the competition to be eligible for individuals with different kinds of disability. It is very difficult to evaluate the eligibility of athletes with different types of disability to participate and to have equal opportunities to achieve best results in sports. Thus, researchers are still discussing the problems of the swimming classification system. Because of this ongoing discussion and recent scientific studies on the problems of the disabled swimming classification system, the shortage of such research remains a relevant and significant problem.

The problem of eligibility of the disabled swimming classification system was analyzed in the article. The authors raised a question whether the swimming classification system is eligible for swimmers with different kinds of disability to participate in competitions and to achieve the best results. Two aspects of this problem were analyzed — the attitude of disabled swimmers to the classification system and their abilities to participate in the swimming sport. Using the method of a questionnaire survey, 32 athletes were under research, the methods of testing and experiment were applied to 21 swimmers. The athletes participating in the experiment and testing were divided into three groups: the first group included amputee swimmers, the second group included spinal cord injured swimmers, the third group — those with cerebral palsy.

The research revealed the positive attitude of the swimmers with different kinds of disability (amputees, swimmers with spinal cord injury, swimmers with cerebral palsy) and different classification classes (S₅—S₇, S₈—S₁₀) towards the swimming classification system.

An eight-week training program had a positive effect on the performance results of athletes with all kinds of disability in class S₄. The values of aerobic performance of swimmers with different kind of disability in class S₄ were found to be similar.

Keywords: functional classification of the disabled, swimming of the disabled, aerobic endurance of disabled swimmers.

Gauta 2008 m. birželio 10 d.
Received on June 10, 2008

Priimta 2008 m. gruodžio 9 d.
Accepted on December 9, 2008

Inga Kragniėnė
Lietuvos kūno kultūros akademija
(Lithuanian Academy of Physical Education)
Sporto g. 6, LT-44221 Kaunas
Lietuva (Lithuania)
Tel +370 604 95492
E-mail i.kragniene@lkka.lt