

**FOND ROZVOJE VYSOKÝCH ŠKOL
2009**

**Řešení projektu FRVŠ
79/2009/F5/d**

Sport osob s mentálním postižením

Doc. PhDr. Pavel Tilinger, CSc.

Univerzita Karlova v Praze
Fakulta tělesné výchovy a sportu

Obsah

| | |
|---|----|
| Úvodní slovo | 3 |
| 1. Pojem mentální / intelektové postižení (mentální retardace) | 6 |
| 2. Historie a současnost sportu IP ve světě - organizace INAS-FID a SOI. | 10 |
| 2.a INAS-FID. | 11 |
| 2.b SOI. | 15 |
| 3. Současné možnosti pohybových aktivit a sportu nabízené společenskými organizacemi osobám s intelektovým postižením v České republice - Český svaz mentálně postižených sportovců | 20 |
| 4. Současné možnosti pohybových aktivit a sportu nabízené společenskými organizacemi osobám s intelektovým postižením v České republice - České hnutí speciálních olympiád | 25 |
| 5. Úspěchy českých sportovců (ČSMPS) a významné události ve vývoji sportu intelektově postižených (INAS-FID, IPC, Paralympijské hry, Global Games) | 33 |
| 6. Využití pohybových aktivit jako vhodné náplně volného času a prevence společensky nežádoucích aktivit mládeže, rozvoje charakteru jedince | 44 |
| 7. Základní cíle sportovní přípravy dětí a mládeže s intelektovým postižením | 49 |
| 8. Systém sportovního tréninku a specifika tréninku osob s intelektovým postižením. Srovnání sportovních aktivit intelektově postižených s nepostiženými | 51 |
| 9. Podmínky způsobilosti osob s mentálním postižením pro mezinárodní sport (licence, umožňující start na soutěžích INAS-FID a IPC) | 58 |
| 9.a Rozhodnutí Valného shromáždění IPC o návratu intelektově postižených na soutěže IPC, včetně paralympijských her ze dne 21. 11. 2009. | 67 |
| 10. Srovnání sportovní výkonnosti intelektově postižených s nepostiženými ve vybraných sportech | 69 |
| 11. Motorická výkonnost a kvalita života osob s mentální retardací | 75 |

Videosekvence – pouze na webu – v elektronické podobě

Úvodní slovo

V souvislosti s nově zaváděnými studijními programy na UK FTVS je od r. 2006 nově realizován i studijní obor Tělesná výchova a sport v kombinaci – Tělesná výchova se speciální pedagogikou. Obdobně je i v ostatních studijních oborech nabízených fakultou věnována stále větší pozornost sportu handicapovaných. Zde je většinou sport handicapovaných rozuměn převážně jako sport tělesně postižených (vozíčkáři, amputaři apod.). Naše úsilí je směřováno k formování předmětu, který by se věnoval zatím ve srovnání s ostatními handicapem nedostatečně prezentovanému a podporovanému sportu intelektově postižených (IP, mentálně postižených - MP, mentálně retardovaných - MR). Je známo, že statistiky uvádí 2 – 3 % osob s mentálním postižením v populaci. Předmětem našeho zájmu by měli být nejen sportovci s lehkým mentálním postižením (IQ 50-55 až 70-75), se kterými se setkáváme především ve sportu organizace INAS-FID a ČSMPS, ale i sportovci s vyšším stupněm postižení, převážně sportující v SOI a ČHSO. Koncipování obsahu předmětu koresponduje s myšlenkami obsaženými v „Evropské Chartě sportu pro všechny: zdravotně postižené osoby“.

Předpokládali jsme, že konkrétním výstupem z tohoto projektu bude naplnění tematického plánu konkrétním obsahem – učebním textem, využitelným nejen v přípravě budoucích tělovýchovných pedagogů, ale i jako příručka pro trenéry intelektově postižených sportovců v konkrétní sportovní praxi. Materiály by mohly být rovněž využity pro systém celoživotního vzdělávání na FTVS UK. Původní představy o tematickém plánu byly mírně modifikovány.

Pracovní materiály - tematický plán jako výsledek pracovního úsilí při sestavování předmětu „Sport osob s mentálním postižením“ (témata pro přednášky či seminární diskuse) jsou řazeny následujícím způsobem:

1. Pojem mentální / intelektové postižení (mentální retardace)
2. Historie a současnost sportu IP ve světě - organizace INAS-FID a SOI
 - 2.a INAS-FID
 - 2.b SOI

3. Současné možnosti pohybových aktivit a sportu nabízené společenskými organizacemi osobám s intelektovým postižením v České republice - Český svaz mentálně postižených sportovců
4. Současné možnosti pohybových aktivit a sportu nabízené společenskými organizacemi osobám s intelektovým postižením v České republice - České hnutí speciálních olympiád
5. Úspěchy českých sportovců (ČSMPS) a významné události ve vývoji sportu intelektově postižených (INAS-FID, IPC, Paralympijské hry, Global Games)
6. Využití pohybových aktivit jako vhodné náplně volného času a prevence společensky nežádoucích aktivit mládeže, rozvoje charakteru jedince
7. Základy sportovní přípravy dětí a mládeže s intelektovým postižením
8. Systém sportovního tréninku a specifika tréninku osob s intelektovým postižením. Srovnání sportovních aktivit intelektově postižených s nepostiženými
9. Podmínky způsobilosti osob s mentálním postižením pro mezinárodní sport (licence, umožňující start na soutěžích INAS-FID a IPC)
- 9.a Rozhodnutí o účasti intelektově postižených na soutěžích IPC a paralympijských hrách ze dne 21. 11. 2009
10. Srovnání sportovní výkonnosti intelektově postižených s nepostiženými ve vybraných sportech ((Součástí kapitoly 10 jsou videosekvence – záznamy z vrcholných sportovních aktivit IP sportovců – z Global Games 2009 – které jsou součástí řešení projektu a lze je nalézt na webové stránce < www.ftvs.cuni.cz > spolu s celým řešeným projektem.))
11. Motorická výkonnost a kvalita života osob s mentální retardací

Teoretické lekce by měly být doplněny semináři a hospitacemi na trénincích a soutěžích IP sportovců s následnými semináři a vlastní aktivitou studentů v oblasti vedení sportovních aktivit IP sportovců jako trenérů či cvičitelů, resp. cvičných učitelů TV u skupin takto handicapovaných jedinců, zakončené rovněž semináři – rozbory zkušeností praktikujících u IP v trénincích plavání, atletiky, tenisu, stolního tenisu, basketbalu, resp. dalších sportů.

I když se autor projektu zabývá sportem mentálně postižených více než 15 let je mu zřejmé, že to, co předkládá, je pracovní verze, byť dlouhodobě promyšlená a dílčím způsobem prověřená. Pociťuje určitou nevyváženost tematiky a jejího zpracování co do obsahu i

rozsahu. Domnívá se však, že předložené představuje dobrý úvod, na kterém bude možné a nutné dále pracovat.

Povinností řešitele grantového projektu je poděkovat všem, kteří se podíleli na sestavení tohoto materiálu. Mezi tyto zejména patří:

Pavel Svoboda, Alena Erlebachová, Miloš Heyduk, Pavel Hampl, Roman Lukavský, Jiří Jerhot, Karel Humhal, Zdeněk Hus, Hana Urbanová, Alena Lejčarová, Jiří Suchý. U každé kapitoly jsou uvedeni i spoluautoři, kteří se podíleli na zpracování.

Děkuji i všem sportovcům, s nimiž jsem měl možnost sdílet účast na sportovních kláních u nás v ČR, v Evropě, Americe, Africe, Asii i v Austrálii i na jejich trénincích a více či méně se seznámit s jejich životními osudy. Byli to plavci, atleti, fotbalisté, basketbalisté, cyklisté, tenisté, stolní tenisté a futsalisté. V tomto smyslu děkuji především skupině tenistů, se kterými jsem měl a doposud mám možnost již více než 6 let několikrát týdně trénovat a sdílet s nimi souboje nejen s tenisovým uměním, ale i s obtížemi každodenního všedního života.

V Praze v prosinci 2009

Pavel Tilinger

1. Pojem mentální / intelektové postižení (mentální retardace)

(Na zpracování se autorsky podíleli: Pavel Tilinger a Alena Lejčarová)

Světová zdravotnická organizace používá v 10. revizi Mezinárodní klasifikace nemocí (1992) termín mentální postižení (MP), stejně jako americká psychiatrická asociace ve 4. revizi diagnostického a statistického manuálu duševních poruch (2000). V současnosti se však celosvětově stále více preferuje užívání termínu intelektové postižení (např. Winnick, J. P., 2005). Jde o postižení charakterizované podstatným omezením jak v intelektových schopnostech, tak v adaptivním chování vyjádřeném v koncepčních, sociálních a praktických adaptivních dovednostech a vzniká před 18. rokem života.

- (http://www.aamr.org/policies/faq_mental_retardation.shtml, 2008).

Snížení intelektových schopností je možné třídit podle jeho stupně, který je pomocí psychologické diagnostiky inteligence určen srovnáním schopností daného jedince s normou. Průměrný výkon je charakterizován hodnotou 100 a hranice MP je stanovena při IQ 70, tj. dvě směrodatné odchylky od průměru.

Klasifikace stupňů mentálního postižení / retardace (MR) se v průběhu času různě mění vzhledem k měnícím se poměrům vzdělávání a civilizace. V současné době platí stále klasifikace MR dle 10. revize Mezinárodní klasifikace nemocí.

| | | |
|------|--------------------|---|
| F 70 | lehká MR | IQ 69 - 50 |
| F 71 | středně těžká MR | IQ 49 - 35 |
| F 72 | těžká MR | IQ 34 - 20 |
| F 73 | hluboká MR | IQ 20 a níže |
| F 78 | jiná MR | Tato kategorie by měla být použita pouze tehdy, když stanovení stupně intelektové retardace pomocí obvyklých metod je zvláště nesnadné nebo nemožné pro přidružené senzorycké nebo somatické poškození, např. u slepých, hluchoněmých, u jedinců s těžkými poruchami chování nebo u tělesně postižených osob. |
| F 79 | nespecifikovaná MR | MR je prokázána, není však dostatek informací pro zařazení osoby do některého z uvedených stupňů MR. |

Je nutné zmínit se ještě o skupině dětí, jejichž inteligence se označuje v rámci širší normy za podprůměrnou (v rozpětí IQ 70-85, dříve označováno jako slaboduchost). Tvoří významný podíl mezi žáky ZŠ praktických. Podle Procházkové (1998) je těchto dětí v populaci asi 13%,

a i když podle současných kritérií nejde o MR, jsou výrazně handicapovány v plnění požadavků základní školy a většinou zde selhávají.

Zařazování jednotlivců do kategorií se řídí výsledky dosaženými v testech inteligence, přičemž je zdůrazňováno, aby IQ byl měřen standardizovaným testem a byl vyšetřovanému předkládán vždy v takových podmínkách, v nichž lze získat údaje co nejspolehlivěji. Bez použití standardizovaných prostředků musí být vyhodnocení považováno pouze za provizorní odhad. Vyjádření stupně MR v IQ tedy není možno brát jako základ k posuzování osobnosti, je jen orientačním hodnocením rozumových schopností.

MR je spojena s určitým poškozením, odchylnou strukturou nebo jen porušenou funkcí, odchylným vývojem CNS. Na etiologii MR se podílí řada činitelů, které se podle působení projevují jako faktory exogenní a endogenní, podle povahy jako faktory organické (biologické) a sociální. Značná část však nebyla dosud přesně rozpoznána. Podrobné studie posledních let prokázaly, že MR nemívá jednotnou příčinu, většinou vzniká součinností vrozených a environmentálních faktorů. Mezi nejčastěji uváděné patří genové mutace a chromozomální aberace, v prenatalním období jsou to infekce, záření, hypoxie, anoxie plodu, působení toxických látek, úrazy matky. V perinatálním období jsou příčinami abnormality plodu, abnormality porodních cest a porodu. V postnatálním období to bývají infekce, záněty mozku a úrazy.

K charakteristice MR jedince neodmyslitelně patří jedinečnost jeho osobnosti a jedinečnost jeho individuálního postižení. Každý MR je originální jedinec vyznačující se specifickými zvláštnostmi jak biologické, psychické, tak i sociální povahy a individuálně se liší od druhého.

MR postihuje všechny složky osobnosti; platí, že čím hlubší je MR, tím větší je i postižení jednotlivých složek. S celkovým poškozením neuropsychického vývoje souvisí řada zvláštností v jednotlivých stránkách osobnosti. Poškození se týká procesů poznávacích, postihuje vnímání, pozorování, pozornost, představitost, paměť i myšlení, zasahuje sféru emocionální a volní, ovlivňuje adaptabilitu i chování postiženého.

Kvalitním výchovným vedením lze do značné míry jednotlivé složky osobnosti osoby s MR příznivě ovlivnit a dosáhnout u nich velmi dobrých výsledků.

V současné době neexistuje přesný statistický údaj o výskytu osob s MR u nás ani v zahraničí. Obecně se udává odhad kolem 2-3% populace. Co se týče hloubky postižení, pohlaví a jednotlivých věkových skupin, není MR rovnoměrně zastoupena. Procházková (1998) uvádí 80% výskyt lehké MR v celkovém počtu MR, 12% u středně těžké MR, 7% u těžké MR, 1% u hluboké MR. Větší výskyt je u mužů. Nejvíce osob s MR, které vyžadují speciální péči, je

ve věku 0-16 let, později jejich počet klesá díky sociální adaptaci a dosažení dalšího stupně intelektuálního vývoje.

Význam sportu pro mentálně postižené

Soutěžení a reprezentace nejsou rozhodně jediným a hlavním cílem sportu mentálně postižených. Tím je především nabídka sportovních aktivit co největšímu okruhu zájemců, poskytnutí možnosti soutěžit s rovnocenným okolím (Svoboda, Tilinger, 2001). Poměřit se tak, že sportovci prokáží sami sobě, rodině a okolí výkonnost, získají touhu po zlepšení výkonů, po vítězství. Sport umožňuje získat nové kamarády, zvýšit sebevědomí, přispívá k orientaci ve světě a v neposlední řadě pomáhá také sportovcům s MP učit se trávit volný čas smysluplně a pozitivně. Úspěchy a vazba na sportovní aktivity pomáhají získávat úctu a podporu okolí. Tím se sport stává rovněž významným prostředkem prevence sociálně patologických jevů a trestné činnosti.

Literatura

- American Association on Mental Retardation. Mental Retardation: Definition, Classification And Systems Of Supports. 9th Ed. Washington, DC : Author, 1992.
- DEPAUW, K. P. et . all. (1993) Paralympics for the mentaly handicapped. Palaestra, 9, č.2, S. 59-64.
- DEPAUW, KAREN P. GAVRON, SUSAN J. (2005) Disability Sport. 2nd Edition. Champaign, Il.: Human Kinetics. ISBN13: 9780736046381,
- HORVAT, MICHAEL, BLOCK, MARTIN E., KELLY, LUKE E. (2007) Developmental and Adapted Physical Activity Assessment. Champaign, Il.: Human Kinetics. ISBN13: 9780736051071.
- KABELE, J., ŠIMICE, J. (1990) Historie paraolympiád. Acta Universitatis Carolinae Gymnica, č. 2, s. 79 – 93.
- KENNEDY SHRIVER, E. (1986) Special Olympics. In BUNDESVEREINIGUNG LEBENSHILFE FÜR GEISTIG BEHINDERTE e. V. (Hrsg.). Sport geistig Behinderter: ergänzbares Handbuch zu Bewegung, Spiel u. Sport. Marburg : Bundesvereinigung Lebenshilfe für Geistig Behinderte. ISBN 3-88617-016-0.
- KVAPILÍK, J., ČERNÁ, M. (1990) Zdravý způsob života mentálně postižených. Praha : Avicenum,.
- Mezinárodní klasifikace nemocí.(1992) 10. revize : Duševní poruchy a poruchy chování : Popisy klinických příznaků a diagnostická vodítka. Praha : Psychiatrické centrum.

- MILLER O. (2001) Lehká mentální retardace v pedagogickopsychologickém kontextu. Olomouc: PeF Univerzity Palackého v Olomouci, 87 s.
- PROCHÁZKOVÁ, M. (1998) Mentální retardace. In VÍTKOVÁ, M., aj. Integrativní speciální pedagogika. Brno : Paido.
- SVOBODA, P., TILINGER, P. (2001) Sport mentálně postižených v České republice. In TILINGER, P., RYCHTECKÝ, A., PERIČ, T. (editoři) Sport v České republice na začátku nového tisíciletí. Sborník příspěvků Národní konference, díl 1. Praha : UK FTVS, s. 429 – 432. ISBN 80-86317-12-9.
- URBANOVÁ, H. (1999) Sport a pohybové aktivity osob s mentálním postižením : diplomová práce. Praha : UK FTVS, 98 s.
- WINNICK, J. P. (editor).(1995) Adapted physical education and sport. 2nd ed. Champaign : Human Kinetics, 460 p. ISBN 0-87322-579-1.
- WINNICK, J. P. (editor) (2005) Adapted Physical Education and Sport. 4th Edition. Champaign, Il.: Human Kinetics. ISBN13: 9780736052160.

Další zdroje:

- URL: <<http://www.aamr.org/>> [citováno 2009-12-04]
- URL: <<http://www.specialolympics.org>> [citováno 2009-12-04]
- URL: <<http://www.inas-fid.org>> [citováno 2009-12-04]
- URL: <<http://www.paralympic.cz>> [citováno 2009-12-04]
- URL: <<http://www.handicapsports.cz>> [citováno 2009-12-04]
- URL: <<http://www.special.cz>> [citováno 2009-12-04]

2. Historie a současnost sportu IP ve světě - organizace INAS-FID a SOI

Sport handicapovaných je záležitostí historicky nepříliš starou, i když užívání pohybových aktivit či cvičení pro léčbu a rehabilitaci bylo používáno již ve staré Číně před 5 000 lety. Je rovněž známo, že ve starověkém Řecku a Římě lidé s úspěchem využívali léčebné a rehabilitační hodnoty pohybových aktivit.

Skutečné odborné využívání tělesné výchovy či pohybových aktivit pro specifické potřeby osob s postižením je záležitostí posledních 150 let. Vývoj v 19. a v 1. polovině 20. století je podle Winnicka (2005) charakterizován jako postup od léčebně orientovaných pohybových aktivit k tělesné výchově, kde stále větší význam získávají sportovně orientované pohybové aktivity a důraz je kladen na celkový rozvoj jedince.

Pro sportovní aktivity osob s MP bylo revolučním krokem založení Special Olympics v šedesátých letech minulého století. Tento počín je nerozlučně spjat se jménem rodiny Kennedyových, nadací Josepha P. Kennedyho Jr. a organizačními aktivitami Eunice Kennedyové – Shriverové. Původně pouze americké aktivity se postupně rozšířily v celosvětové hnutí Special Olympic International, zahrnující dnes více než milion pravidelně aktivních mentálně postižených sportovců ve více než 160 zemích světa.

Jinou, neméně důležitou, kapitolu sportu osob s MP představují aktivity řízené Mezinárodní sportovní federací pro osoby s postižením intelektu - INAS-FID (International Sports Federation for Persons with Intellectual Disability), která byla založena v roce 1986 a v současnosti sdružuje národní organizace z 86 zemí všech kontinentů.

Prvním pokusem o uspořádání celosvětových her osob s MR byla organizace 1. paralympijských her pro MP sportovce v Madridu (DePauw, 1993), (jako neoficiální součást paralympiády v Barceloně) s účastí 1400 sportovců ze 74 zemí, včetně českých sportovců.

Za významné datum je považován rok 1996, kdy sportovci s MP poprvé oficiálně soutěžili na paralympijských hrách (v Atlantě). MP sportovci byli i na zimních POH v Lillehammeru v roce 1994, Naganu 1998 i na letních POH v Sydney 2000. Po rocích kdy nebyli MP sportovci na paralympijských hrách je čeká obnovená premiéra v roce 2012.

2.a INAS-FID

Mezinárodní sportovní federace pro osoby s intelektovým postižením (International Sports Federation for People with an Intellectual Disability) (<http://www.inas-fid.org/>)

Co představuje INAS-FID

INAS-FID byl založen v roce 1986 s cílem vytvořit možnosti pro sportovce s intelektovým postižením na poli sportovního soutěžení v oblasti soutěžního sportu, v oblasti vrcholového sportu, jako jsou Olympijské hry, při respektování pravidel soutěžení používaných mezinárodními sportovními federacemi (např. pro atletiku jsou využívána pravidla IAAF, pro basketbal pravidla FIBA, apod.)

Národní členské organizace (může být pouze jedna za stát) jsou rozděleny na 5 regionálních oblastí – Afriku, Ameriku, Asii / jižní Pacifik, Evropu a severní Afriku /Střední východ.

Terminologie

Vedle pojmu intelektové postižení (intellectual disability) se rovněž používají pojmy jako mentální postižení (mental handicap), mentální nedostatečnost (mental deficiency), mentální retardace (mental retardation), a (ve Spojeném Království) problémy učení (learning disability). Tyto a mnohé další vyjadřují věcně to samé.

Filozofie INAS-FID

Filozofie INAS-FID je založena na principu normalizace. To znamená, že osoby s intelektovým postižením jsou členy společnosti se stejnými právy, příležitostmi a povinnostmi jako kdokoliv jiný. Oni nejsou nic speciálního, ale mají specifické potřeby, právě tak jako staří, mladí, nevidomí, tělesně postižení mají specifické potřeby.

Ve sportu to znamená, že jednotlivci s intelektovým postižením mají právo účasti ve sportu dle jejich výběru na úrovni schopností, kterých dosáhli. To může být místní, národní, regionální nebo mezinárodní úroveň účasti.

Demokratická struktura INAS-FID

Valné shromáždění národních členů se koná každé dva roky. Valné shromáždění je institucí, která přijímá všechna rozhodnutí a která také volí členy výkonného výboru.

Výkonný výbor je zodpovědný za chod organizace mezi valnými shromážděními. Záležitosti sportu jsou řízeny řediteli sportů. Tito ředitelé jsou členy technické komise a jsou voleni, vybírání vedoucími týmů a trenéry na mistrovstvích světa.

Význam sportu pro osoby s intelektovým postižením

Sport je klíčovou součástí života světové populace. Sport nabízí jedincům s intelektovým postižením stejné hodnoty, potěšení a uspokojení. Navíc, sport je velmi cenný prostředek, pomocí něhož mohou být získávány a osvojovány sociální, tělesné (kondiční) a psychologické schopnosti.

Sport významně přispívá k rozvoji dobrého zdraví. Sport může transformovat život jedinců s intelektovým postižením, dávat mu nové stimuly, pocit úspěchu, vlastní ceny, výkonu a sounáležitosti. Sport také může změnit život rodičů a celé rodiny. Schopnost, nikoliv handicap, je katalyzátorem změn. Sportovci s intelektovým postižením, soutěžící na vrcholové úrovni, jsou nejen vzorem pro ostatní, ale také napomáhají k odstraňování předsudků a ignorance ze strany většinové společnosti, které velmi negativně ovlivňují životy osob s intelektovým postižením.

Problémy, kterým čelí INAS-FID

Největším problémem jsou limitované představy, které někteří lidé mají o schopnostech osob s intelektovým postižením. Mnoho lidí chápe osoby s intelektovým postižením jako jedince neschopné provádět řadu činností, ale tito lidé mohou s podporou, tréninkem a pod odborným vedením dokázat mnohé.

Druhým velkým problémem jsou předsudky, které jsou výsledkem ignorance intelektového postižení.

Diference mezi INAS-FID a Special Olympic

Filozofií INAS-FID je přesvědčení, že osoby s intelektovým postižením mají právo participovat ve sportu dle jejich výběru a na úrovni odpovídající jejich schopnostem a možnostem. Tohoto může být dosaženo v „kategorizované“ (pásmové) soutěži organizované Special Olympic, nebo na otevřené soutěži, jako prosazuje INAS-FID.

„Kategorizovaná“ soutěž je soutěží mezi sportovci s přibližně stejným postižením. Proto např. může být disciplína 100 m konána pro 4 různé úrovně schopností, a proto mohou takto být vyhlášeni čtyři vítězové.

Úroveň schopností (na kategorie jsou sportovci rozděleni) je zjišťována v průběhu předsoutěžního období, před konáním hlavní soutěže.

Otevřená soutěž je soutěž stejně jako na Olympiádě. Volba (INAS-FID) otevřené soutěže je založena na principu normalizace. Účast v INAS-FID soutěžích je založena na výkonnosti sportovce, stejně jako ve sportu nepostižených.

INAS-FID je členem Mezinárodního paralympijského výboru (IPC). Soutěže INAS-FID se přísně řídí pravidly mezinárodních federací (pro atletiku pravidly IAAF, pro basketbal pravidly FIBA, atd.).

I když je filozofie a struktura Special Olympic a INAS-FID odlišná, obě tyto organizace hrají důležitou roli ve sportu osob s intelektovým postižením.

Obě organizace jsou k sobě ve vztahu nikoliv konkurenčním, ale doplňujícím se. Mnoho národních organizací, členů INAS-FID, nabízí ve svých zemích jak programy Special Olympic, tak i INAS-FID, v závislosti na přáních a schopnostech jejich sportovců.

INAS-FID a IPC

INAS-FID je jednou ze zakládajících organizací IPC, ale od doby, kdy řada nepostižených sportovců podváděla a předstírala intelektuální postižení na paralympijských hrách v Sydney v roce 2000, sportovci s intelektovým postižením byli vyloučeni z Paralympijských her, mistrovství světa IPC a regionálních mistrovství pořádaných IPC. Celé roky pracovali experti INAS-FID a IPC na zdokonalení systému, který by zabránil opakování takového podvádění. Výsledky tohoto úsilí přinesly návrat IP na paralympijské hry v roce 2012 (viz kap. 9.a).

Způsobilost sportovců k účasti na soutěžích INAS-FID a IPC

Aby byl sportovec způsobilý pro účast na těchto soutěžích, musí:

- splňovat kritéria intelektového postižení. INAS-FID a IPC přijaly mezinárodně uznávanou definici intelektuálního postižení (WHO, AAMR)
- předkládat důkazy působení jeho/ jejího intelektového postižení ve sportu
- být registrován v INAS-FID databázi prostřednictvím národní organizace
- splňovat kvalifikační standardy pro příslušnou soutěž.

INAS-FID a mezinárodní sportovní federace

INAS-FID má dobré vztahy s mezinárodními sportovními federacemi. Některé z nich všeobecně podporují rozvoj jejich sportu v INAS-FID, jako např. FIBA (basketbal) a UEFA

(fotbal v Evropě). INAS-FID podporuje spolupráci národních organizací s národními sportovními organizacemi nehandicapovaných.

Soutěžní sporty INAS-FID

INAS-FID nabízí sportovcům s intelektovým postižením účast na ME a regionálních mistrovstvích INAS-FID v individuálních sportech, jako jsou atletika, cyklistika, judo, klasické lyžování, sjezdové lyžování, plavání, stolní tenis a tenis, a v kolektivních sportech, jako jsou basketbal a kopaná (klasická v jedenácti i sálová – futsal). Ostatní sporty rovněž mohou přicházet v úvahu, mohou začít v kategorii rozvojových. Uvažuje se o volejbalu, vzpírání, nohejbalu, moderní gymnastice, apod. Nelze opomenout trochu mimo program INAS-FID stojící veslování, které bylo a je podporováno a rozvíjeno v rámci mezinárodní veslařské federace a čtyřka s kormidelníkem je paralympijskou veslařskou disciplínou.

Světová a regionální mistrovství INAS-FID jsou organizována členskými organizacemi na základě nabídkového řízení a přidělení (ze strany INAS-FID) ve čtyřletých cyklech. Členové INAS-FID se rovněž mohou zúčastňovat soutěží IPC, kde mají zpravidla vypsány své disciplíny v řadě individuálních sportů, a to na Paralympijských hrách a světových a regionálních mistrovstvích IPC.

2.b Světové hnutí Speciálních olympiád (SOI – Special Olympic International)

Program Speciálních olympiád (dále SO) pro osoby s MP založila ve 2. polovině šedesátých let v USA paní Eunice Kennedyová - Shriverová, sestra bývalého prezidenta J. F. Kennedyho. Posláním SO je poskytnout možnost celoročního sportovního tréninku a soutěží v různých druzích olympijských sportů osobám s MP ve věku 8 let a starším, vytvářet nepřetržité možnosti rozvoje fyzické zdatnosti, prokazovat odvahu, prožívat radost a podílet se na prezentaci talentu, schopností, dovedností a přátelství se svými rodinami, s ostatními sportovci i ve společnosti.

Cílem SO je pomoci všem osobám s MP nalézt cestu do společnosti tak, aby byly akceptovány, respektovány a aby jim byla dána možnost stát se platnými občany s lidskou důstojností. Prostřednictvím nabídky rovných příležitostí ve sportovním tréninku a soutěžích by jim měla být poskytnuta rovněž příležitost podílet se jako tvůrčí a respektovaní členové širší společnosti na rozvoji svých dovedností a talentu a dosahovat zlepšování veřejného mínění o své způsobilosti a specifických potřebách. Speciální olympiády jsou v tomto smyslu prostředkem ke zkvalitnění života osob s MP.

Cílem programu je umožnit co největšímu počtu osob s MP pravidelně sportovat a účastnit se sportovních soutěží bez ohledu na absolutní výkonnost. Tento program má velký význam pro integraci osob s MP, a to od nejnižšího stupně integrace v rámci nácviku určité konkrétní činnosti až po společenskou integraci, kdy sportovci s MP vstupují do veřejně uznávaných a oceňovaných rolí závodníků. Aby byl tento program, na rozdíl od jiných sportovních aktivit, otevřen bez ohledu na stupeň postižení, jsou sportovci zásadně rozdělováni do kategorií podle své výkonnosti a každému z nich se nakonec dostane ocenění a uznání. Vyhrát mohou i sportovci s těžkým stupněm postižení.

Mezinárodní program Speciálních olympiád má svá přesná pravidla, vyjadřující základní myšlenku SO, a své stálé orgány (od světových přes kontinentální až po národní). V současné době má přes 160 oficiálně akreditovaných národních členů. Posláním SO je nabídnout osobám s MP pravidelnou sportovní činnost během celého roku. Tato pravidelná odborně vedená sportovní aktivita osob s MP tvoří vlastní olympijský program a může v současnosti zahrnovat 19 letních (atletika, plavání, gymnastika, košíková, házená, odbíjená, kopaná, badminton, tenis, stolní tenis, softball, golf, kuželky, bocca, jezdeckví, vzpírání, cyklistika, jachting, bruslení na kolečkových bruslích) a 5 zimních (sjezdové lyžování, běžecké lyžování, krasobruslení, rychlobruslení, halový hokej) sportů.

Vyvrcholením programů SO jsou pak hry SO, které mohou být pořádány na různých úrovních - regionální, národní, mezinárodní, evropské a světové. Základní ideou her SO je nabídnout sportovcům s MP společenství vzájemné rovnosti, akceptování a respektování. Z této myšlenky vychází i principy a zásady, které musí být při hrách SO dodržovány, ať už se jedná o hry na jakékoli úrovni. Účast na hrách je umožněna všem sportovcům s MP, kteří jsou zapojeni do pravidelné sportovní činnosti ve sportovních klubech. Nejsou stanoveny výkonnostní limity, nikdo není z účasti na hrách předem vyloučen pro nesplnění výkonu. Základním kritériem výběru pro účast je celoroční aktivita a snažení jedince.

Celý program má vedle vlastní sportovní hodnoty také obrovský význam pro emotivní prožitky sportovců a jejich blízkých a pro uznání osob s MP širokou veřejností. Účast mentálně postižených na tradičních olympijských rituálech má pro tyto sportovce obzvláště smysl – je důležité, aby účastníci SO nesli pochodeň, a to nejen z důvodu symbolizování své účasti na hrách, ale i z důvodu demonstrace sounáležitosti všech sportovců.

Speciální olympiády mají svůj slib – Kéž vyhraji! Jestli se mi to nepodaří, ať jsem statečný ve svém úsilí! (Kennedy Shriver, 1986), logo a symbol. Olympijské symboly nesmějí být komerčně ani jinak zneužity.

Filozofie SO je založena na přesvědčení, že lidé MP jsou schopni, při vhodném vedení, učit se, prožívat radost a užitek z účasti v SO, ať už ve sportech individuálních či týmových.

Hry SO nechtějí být hrami pouze pro sportovně zdatné jedince, na druhé straně však nechtějí tyto sportovce z her vylučovat. Proto pojem kvalifikace či výběru zde dostává poněkud jinou náplň než obvykle: jde o to rozdělit závodníky do skupin na základě přibližně stejných pohybových dovedností a schopností (úroveň výkonnosti), aby každý měl stejnou šanci uspět. V každé takové skupině může být maximálně 8 závodníků. K důležité zásadě her patří i to, že odměňování jsou všichni účastníci. Pro slavnostní vyhlášení výsledků je připraveno 8 stupňů vítězů, závodníci na 1. - 3. místě jsou odměňováni medailemi, na 4. - 8. místě pak barevnou stužkou podle pořadí. Respektování těchto principů přispívá k tomu, že hry SO jsou hrami pohody, radosti a dobré nálady, na kterých vládne zdravý duch sportovního zápolení, kde neúspěch nevede ke smutku a traumatům, neboť radost z účasti je právě tak velká jako radost z vítězství.

Významné události v historii mezinárodních Speciálních olympiád

1963 - Paní Eunice Kennedy-Shriverová pořádá první jednodenní letní tábor pro děti a dospělé s MP ve svém domě v Marylandu, přičemž se projevila způsobilost účastníků provozovat různé druhy sportů a pohybových aktivit.

1964 - 1968 - Stovky soukromých organizací, finančně podporovaných Nadací Josepha Kennedyho, pořádají obdobné letní tábory.

1968 - V Chicagu na stadiónu Soldier Field jsou uspořádány 1. mezinárodní hry SO (atletika, halový hokej, plavání), kterých se zúčastnilo tisíc sportovců s MP ze 26 států USA a Kanady. Téhož roku je založen Special Olympic International (dále SOI) .

1971 - SOI získává oficiální souhlas Mezinárodního olympijského výboru k užívání názvu OLYMPIÁDA.

1977 – 1. mezinárodní zimní hry SO se konají ve Steamboat Springs (Colorado, USA). Účast více než 500 sportovců ze 35 států USA a Kanady. Sporty - sjezdové a běžecké lyžování a krasobruslení.

1985 - Program SO přijímá oficiální logo a symboliku.

1988 - Mezinárodní olympijský výbor (IOC) podepisuje dohodu mezi p. Sargentem a Eunice Kennedy Shriver, v níž IOC uděluje právo užívat název Speciální olympiáda.

1990 – 3. evropské hry v regionu Strathclyde (Skotsko). Účast 2 400 sportovců z 30 evropských zemí včetně Československa.

1991 – 8. letní světové letní hry SO se uskutečňují v Minneapolis/St. Paul (Minnesota, USA). Přes 6 000 sportovců z více než 100 zemí celého světa včetně Československa.

1993 - 5. světové zimní hry SO se konají poprvé mimo území USA ve Schladmingu a Salzburgu (Rakousko). 1 600 sportovců z více než 50 zemí soutěží v 5 sportech.

1995 - 9. letní světová SO - New Haven (Connecticut, USA). Účast více než 7 000 sportovců ze 143 zemí ve 21 sportech.

1997 - 6. světové zimní hry Speciálních olympiád – Toronto/Collingwood (Ontario, Kanada). Účast 2000 sportovců ze 73 zemí.

1999 - 10. letní světová SO v Raleigh, Durham a Chapel Hill (Severní Karolína, USA). Účast více než 7 000 sportovců ze 150 zemí.

2001 – 7. světové zimní hry SO v Anchorage (Aljaška, USA), 1800 sportovců ze 70 zemí světa soutěží v 7 zimních sportech.

2003 – 11. letní světová SO v Dublinu v Irsku.

2005 – 8. světové zimní hry SO

2007 – 12. letní světová SO v Šanghaji (Čína)

2009 – 9. světové zimní hry SO v Boise, Idaho, USA

2011 – 13. letní světová SO v Polsku

2013 – 10. světové zimní hry v Itálii

Zařazení sportovců do Speciálních olympiád

Hnutí Speciálních olympiád je přístupné osobám s MP, které dosáhly 8 let a které :

- byly diagnostikovány profesionálními odborníky jako osoby s MP
- mají kognitivní nedostatky a byly stanoveny jako osoby s MP v oficiálních měřeních
- mají poruchy v učení z důvodu kognitivních nedostatků a vyžadují speciálně upravené instrukce.

To znamená, že obvykle je akceptována míra úrovně IQ dle národních standardizací o mentální retardaci. Významné poruchy učení musí být založené na kognitivních poruchách, nikoliv na poruchách fyzických, poruchách emotivity a chování či specifických poruchách učení (dyslexie nebo řečové poruchy). Speciálně upravenými instrukcemi s intervencemi se rozumí speciální vzdělávací programy, založené na reparaci kognitivních poruch. Obvykle souvisejí s umístěním ve speciálním zařízení, ať už vzniká v instituci či doma.

Program SO je jediný sportovní program přístupný jedincům s kombinovanými vadami, pokud hlavním obrazem je postižení mentální. Tento sportovní program však musí respektovat zdravotní stav (s ohledem na bezpečnost sportovců) v souvislosti s některými specifickými problémy, jako je např. epilepsie, diabetes, atlantoaxiální syndrom u některých typů Downova syndromu, atd.

Světové hry Speciálních olympiád

Světové hry SO podléhají na základě akreditace u Mezinárodního olympijského výboru principům a tradicím olympijských her. Mezinárodní (světové) hry se uskutečňují v dvouletých cyklech, v nichž se střídají hry letní a zimní, vždy v následujícím lichém roce po olympijských hrách.

Světové hry se snaží uskutečňovat plný program. Mají zpravidla část ryze sportovní a část doplňkovou, která sestává z programu společenského, kulturního, rodinného, akademického (odborný, vzdělávací, výzkumný) programu pro asistenty (volontéry) a další. Tímto způsobem se snaží pomáhat šířit myšlenku her po celém světě a stimulovat národní programy. Rozvoj světových her je evidentní: od účasti 1 000 sportovců v roce 1968 po účast 7 000 sportovců ze 165 zemí v roce 2007.

Světové hry jsou uzpůsobeny tak, aby se mohli soutěžit účastnit sportovci všech úrovní. Jsou nominováni pouze ti sportovci, kteří se umístili na národních hrách na medailových místech. Special Olympic International (SOI) má zaveden systém tzv. akreditačních stupňů (stupně 1. - 4.). Na kvalitě i objemu národních programů, počtu začleněných sportovců a zapojení do systému SOI závisí zařazení do stupně akreditace, z něhož vyplývají pro národní hnutí

povinnosti, ale také výhody (přístup k informacím, počet hrazených míst při světových akcích, apod.). Česká republika má v současné době akreditační stupeň 3.

Literatura:

- DEPAUW, K. P. et al. (1993) Paralympics for the mentally handicapped. *Palaestra*, 9, č.2, s. 59-64.
- KABELE, J., ŠIMICE, J. (1990) Historie paraolympiád. *Acta Universitatis Carolinae Gymnica*, č. 2, s. 79 – 93.
- KENNEDY SHRIVER, E. (1986) Special Olympics. In BUNDESVEREINIGUNG LEBENSHILFE FÜR GEISTIG BEHINDERTE e. V. (Hrsg.). *Sport geistig Behinderter: ergänzbares Handbuch zu Bewegung, Spiel u. Sport*. Marburg : Bundesvereinigung Lebenshilfe für Geistig Behinderte, ISBN 3-88617-016-0.
- KVAPILÍK, J., ČERNÁ, M. (1990) *Zdravý způsob života mentálně postižených*. Praha : Avicenum.
- TILINGER, P. LEJČAROVÁ, A., URBANOVÁ, H., SVOBODA, P., ERLEBACHOVÁ, A. (2002) Sportovní aktivity osob s mentálním postižením. *Česká Kinantropologie* vol. 6, č. 1, s. 109 – 121. ISSN 1211-9261.
- PROCHÁZKOVÁ, M. (1998) Mentální retardace. In VÍTKOVÁ, M., aj. *Integrativní speciální pedagogika*. Brno : Paido.
- SMEDLEY G. (2002) Coaching people with learning disability. London: UKSAPLD.
- SVOBODA, P., TILINGER, P. (2001) Sport mentálně postižených v České republice. In Tilinger, P., Rychtecký, A., Perič, T. (editoři) *Sport v České republice na začátku nového tisíciletí*. Sborník příspěvků Národní konference, díl 1. Praha : UK FTVS, s. 429 – 432. ISBN 80-86317-12-9.
- URBANOVÁ, H. (1999) *Sport a pohybové aktivity osob s mentálním postižením*. Diplomová práce. Praha : UK FTVS, 98 s.
- URL <<http://specialolympics.cz/cz/index.htm>> [citováno 2009-12-4]
- URL <<http://www.inas-fid.org/>> [citováno 2009-12-4]
- WINNICK, J.P. (editor). (2005) *Adapted physical education and sport*. 4th ed. Champaign, Il.: Human Kinetics, 573 p. ISBN 0-7360-5216-X.

3. Současné možnosti pohybových aktivit a sportu nabízené společenskými organizacemi osobám s intelektovým postižením v České republice - Český svaz mentálně postižených sportovců

(Na zpracování se autorsky podíleli: Pavel Tilinger a Alena Erlebachová, Pavel Svoboda)

Název organizace je Český svaz mentálně postižených sportovců, o.s. Je specifickým sdružením samostatných sportovních oddílů i jednotlivců, tj. fyzických i právnických osob, které zajišťuje tělovýchovnou, sportovní a turistickou činnost sociální skupiny mentálně postižených sportovců. Sídlem svazu je Praha, Zátokova 100/2, P.O. box 40, 160 17, Praha 6 – Břevnov. Organizačně je volným členem Unie zdravotně postižených sportovců.

Je možno používat zkratku svazu ČSMPS, o.s. (Český svaz mentálně postižených sportovců, občanské sdružení). Svaz je dobrovolným a nezávislým sdružením otevřeným pro všechny organizace, které se chtějí podílet na jeho poslání. Činnost vyvíjí na demokratických zásadách při respektování nezávislosti, samostatnosti a nadřazenosti vnitřních struktur.

Svaz je právnickou osobou ve smyslu zákona č. 83/1990 Sb.

Posláním svazu je všestranně podporovat rozvoj tělesné výchovy, sportu a turistiky pro mentálně postižené sportovce všech věkových kategorií na území Čech, Moravy a Slezska a vytvářet podmínky pro činnost všech sdružených článků. V zájmu celkového rozvoje spolupracuje s dalšími organizacemi, které se touto činností zabývají, a ostatními orgány, i příslušnými ministerstvy, jež pečují o zdravotně postižené občany a rozvoj TV a sportu.

(<http://www.jlabs.cz/uzps/svazy/csmmps/data/stanovy.doc>)

Cíle a úkoly svazu

1. Vytvářet podmínky pro tělovýchovnou, sportovní a turistickou činnost oddílů v tomto svazu sdružených, hájit jejich zájmy, spolupracovat s ostatními svazy. Pomáhat při zapojení do činnosti dalším zájemcům o členství ve svazu .
2. Vést své členy a ostatní účastníky tělovýchovného procesu ve svazu k dodržování základních etických, estetických a mravních pravidel.
3. Sestavit rozpočet svazu, koordinovat rozdělení do jednotlivých oddílů, v rámci možností se podílet na zajištění finančních prostředků.
4. Dle požadavků oddílů a v rámci možností se podílet na pořádání sportovních soutěží.
5. Vytvářet též podmínky i pro výkonnostní i vrcholový sport s cílem reprezentace.
6. Hájit zájmy členů svazu

Členy svazu mohou být

Fyzické osoby (jednotlivci), právnické osoby (oddíly). Členství vzniká přijetím za člena rozhodnutím výkonného výboru ČSMPS. Do svazu může být přijat kterýkoliv oddíl či jednotlivec, který souhlasí s jeho posláním a stanovami. Jednotlivec (fyzická osoba) se může stát členem na základě své svobodné vůle.

Členové svazu mají tato práva

- a) účastnit se soutěží organizovaných svazem
- b) vysílat své zástupce na jednání valné hromady
- c) na finanční a materiální pomoc v rámci ekonomických možností svazu
- d) předkládat výkonnému výboru své návrhy a doporučení, týkající se řízení a práce svazu
- e) kdykoliv vystoupit ze svazu

Členy svazu jsou především mentálně postižení sportovci, jejich doprovodné osoby - bez rozdílu věku. Za mentálně postižené sportovce jsou pokládány osoby, které na základě pedagogicko-psychologického vyšetření, prokazujícího snížení rozumových schopností a navrhujícího vzdělávání dle speciálních vzdělávacích programů, jsou či byly vzdělávány a vychovávány ve školách a zařízeních pro mentálně postižené – základní škole praktické, základní škole speciální, praktické škole, odborném učilišti, ústavu sociální péče pro mentálně postižené či jiného zařízení podobného typu, nebo jsou integrovány a vzdělávány dle příslušných vzdělávacích programů na základních či středních školách, přestože pedagogicko-psychologické vyšetření potvrdilo snížení rozumové úrovně v rozsahu odpovídajícím vzdělávacím programům pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami.

Jestliže během vývoje mentálně postiženého sportovce dojde k rozvoji mentální úrovně, či změně vzdělávacího programu neodpovídajícího mentálnímu postižení, nemůže startovat na soutěžích Českého svazu mentálně postižených sportovců ani svaz reprezentovat.

ČSMPS organizuje:

Místní soutěže – v rámci oddílů

Regionální soutěže – na úrovni oblastí či krajů (regionů)

Mistrovství České republiky

Mezinárodní mistrovství České republiky

Mistrovství světa či mistrovství Evropy

Provozované sporty

Atletika, basketbal, cyklistika, florbal, kopaná, malá kopaná, lyžování, nohejbal, plavání, přespolní běh, stolní tenis, tenis.

U zrodu tohoto svazu stál dr. Josef Kvapilík, který v roce 1992, na základě kontaktů se světovým sportovním hnutím mentálně postižených, přistoupil na filosofii INAS-FMH (Mezinárodní sportovní federace osob s mentálním postižením, International Sports Federation for Persons with Mental Handicap) a zaregistroval ČSMPS jakožto občanské sdružení. Od svého vzniku je svaz členem Unie zdravotně postižených sportovců a Českého paralympijského výboru. Založení svazu umožnilo připravit takový strategický rozvoj sportu MP, který zpřístupnil sport všem zájemcům, a to na různých úrovních - od soutěží v rámci ústavu, školy či klubu, přes městské či regionální soutěže k soutěžím mistrovství České republiky. Na práci zakladatele svazu navázal v pořadí druhý předseda ČSMPS, o.s. dr. Pavel Svoboda, který vede svaz od listopadu 1996 až doposud.

Samostatnou kapitolu pro ty skutečně nejlepší představuje reprezentace České republiky na mezinárodních soutěžích. Již v roce 1992 se naši sportovci zúčastnili 1. paralympiády mentálně postižených v Madridu, do té doby pro nás nejrozsáhlejší akce. Od téhož roku se činnost ČSMPS postupně rozvíjí, roste členská základna, ustálil se systém soutěží, rozvíjí se mezinárodní spolupráce. Je potěšující, že počet účastníků regionálních i republikových soutěží nebyl zpočátku (a není) složen jen z registrovaných členů svazu, nýbrž všechny úrovně soutěží byly otevřeny i pro (prozatím) neregistrované sportovce.

V současnosti jsou otevřené pro neregistrované účastníky pouze regionální soutěže, na mistrovstvích České republiky je již vyžadována svazová registrace.

Členská základna má vzrůstající tendenci, rozšiřuje se i počet oddílů.

| | | |
|------|------------|-----------|
| 1995 | 740 členů | 10 oddílů |
| 1996 | 1218 členů | 14 oddílů |
| 1997 | 1468 členů | 15 oddílů |
| 1998 | 2058 členů | 20 oddílů |
| 1999 | 2206 členů | 21 oddílů |
| 2000 | 2335 členů | 21 oddílů |
| 2001 | 2461 členů | 22 oddílů |
| 2002 | 2667 členů | 22 oddílů |
| 2003 | 2781 členů | 28 oddílů |

| | | |
|------|------------|-----------|
| 2004 | 3057 členů | 33 oddílů |
| 2005 | 3453 členů | 35 oddílů |
| 2006 | 3649 členů | 38 oddílů |
| 2007 | 3672 členů | 40 oddílů |
| 2008 | 3736 členů | 41 oddílů |

Mnohé sportovní kluby jsou složeny z několika pododdílů. Zájem o činnost ve svazu neustále vzrůstá, ale nárůst členské základny se vedení ČSMPS snaží regulovat s důrazem na co největší kvalitu členské základny a organizace oddílů.

Struktura soutěží ČSMPS

Systém soutěží Českého svazu MP sportovců zahrnuje nabídku soutěží od oddílových, přes klubové, regionální až po soutěže v rámci České republiky a soutěže mezinárodní.

Nabídka se neustále rozšiřuje, ČSMPS organizuje soutěže nejen ve všech sportech, ve kterých se konají i mistrovství světa či Evropy INAS-FID, ale i sportech dalších. V současnosti se 20089 uskutečňuje celkem 12 mistrovství ČR (v závorce uveden rok konání prvního MČR organizovaného ČSMPS) a jedna celorepubliková turistická akce:

Lyžování (1994), florbal (1999), basketbal (1993), plavání (1992), atletika (1993), tenis (1996), cyklistika (1998), kopaná (1996), přespolní běh (1998), malá kopaná (1999), stolní tenis (1992), nohejbal (2006).

V systému regionálních a republikových soutěží jsou, na rozdíl od soutěží světových, pravidelně zavedeny kategorie A a B. Kategorie A je určena žákům, studentům a absolventům základních škol praktických (zvláštních škol), některým studentům praktických škol a odborných učilišť, kategorie B je určena sportovcům ze základních škol speciálních (pomocných škol), stacionářů a ústavů sociální péče. Sportovci kategorie B mohou v případě zájmu startovat v kategorii A, opačný postup není možný (Svoboda, Tilinger 2001).

Reprezentace

Na mezinárodní scéně se čeští sportovci představují pravidelně (pokud to rozpočet svazu a výkonnost sportovců umožní) na následujících akcích:

Global Games, Paralympiády, MS a ME v plavání, atletice, stolním tenise, basketbalu, kopané, futsalu, tenise, lyžování, cyklistice.

Kromě těchto klíčových akcí startují čeští sportovci pravidelně také na mezinárodních mistrovstvích, pořádaných zejména našimi sousedy.

I v organizování soutěží se již ČSMPS měl možnost představit ve velice dobrém světle: v roce 1999 bylo v Liberci uspořádáno MS INAS-FID v plavání a roce 2000 na Benecku ME INAS-FID v klasickém lyžování, v roce 2001 v Sušici ME INAS-FID v tenisu, 2002 v Liberci ME INAS-FID v plavání, 2005 v Liberci MS INAS-FID v plavání, v roce 2007 ME INAS-FID v halové atletice v Praze a v roce 2009 jsme pořádali Všesvětové hry – Global Games v Liberci.

Literatura

- SVOBODA, P. (1997) Sport – významný socializační a motivační prvek v životě mentálně postižených. In Tilinger, P., Perič, T. *Tělesná výchova a sport na přelomu století*. Sborník referátů z národní konference. Praha: FTVS UK, 1997, s. 325-327. ISBN 80-902147-2-X
- SVOBODA, P., TILINGER, P. (2001) Sport mentálně postižených v České republice. In Tilinger, P., Rychtecký, A., Perič, T. (editoři) *Sport v České republice na začátku nového tisíciletí*. Sborník příspěvků Národní konference, díl 1. Praha : UK FTVS, s. 429 – 432. ISBN 80-86317-12-9.
- TILINGER, P. LEJČAROVÁ, A., URBANOVÁ, H., SVOBODA, P., ERLEBACHOVÁ, A. (2002) Sportovní aktivity osob s mentálním postižením. *Česká Kinantropologie* vol. 6, č. 1, s. 109 – 121. ISSN 1211-9261.
- URL < <http://www.jlabs.cz/uzps/svazy/csmps/data/stanovy.doc> > [citováno 2009-12-4]
- URL < http://www.jlabs.cz/uzps/svazy/csmps/hlavni_stranka/ > [citováno 2009-12-4]

4. Současné možnosti pohybových aktivit a sportu nabízené společenskými organizacemi osobám s intelektovým postižením v České republice - České hnutí speciálních olympiád

České hnutí speciálních olympiád (dále jen ČHSO) je dobrovolnou zájmovou organizací, která sdružuje jednotlivce a kolektivy, zapojené do programu speciálních olympiád, a ostatní osoby a organizace, jež se rozhodly podporovat myšlenky programu.

Sídlo ČHSO je v Praze 1, Malá Strana, Všehrdova 440/7, poštovní adresa sídla (objektu) je Říční 6, 118 00, Praha 1. ČHSO působí na území České republiky.

ČHSO vychází z humanitárních ideálů sportování a integrace osob s mentálním postižením v návaznosti na ideje a činnost světového a evropského hnutí speciálních olympiád (Special Olympics Inc. - SOI), tj. zejména poskytovat příležitost celoročního sportovního tréninku a sportovních soutěží v různých sportech olympijského typu pro lidi s mentálním postižením ve věku osmi let a výše, dávat jim soustavnou příležitost rozvíjet tělesnou zdatnost, osvědčovat odvahu a odhodlání, prožívat radost, sdílet a rozvíjet dovednosti a přátelství se svými rodinami, ostatními sportovci Speciálních olympiád a celým společenstvím (Všeobecná pravidla Speciálních olympiád).

Hlavním cílem ČHSO je rozvíjet a uplatňovat tyto myšlenky v ČR v koordinaci s mezinárodními orgány speciálních olympiád, ve prospěch rozvoje osobnosti lidí s mentálním postižením, jejich integrace do společenského života a důstojné zapojení ČR do mezinárodního hnutí speciálních olympiád.

Posláním ČHSO je rozšiřovat základnu pro pravidelné a odborně vedené cvičení a sportování mentálně postižených a jejich zapojení do programu speciálních olympiád.

ČHSO se stává článkem SOI, přijímajícím v souladu se zákony ČR organizační i obsahové závazky, vyplývající z akreditace ČHSO v SOI. ČHSO se tímto zapojuje do činnosti SOI zejména ve smyslu vytváření podmínek pro reprezentaci ČR na evropských či světových speciálních olympijských hrách. ČHSO se tím nevzdává suverenity svého rozhodování a působení v souladu s respektováním specifiky podmínek v ČR.

Cíle a úkoly ČHSO

- iniciovat podporu českých státních orgánů, hospodářských, společenských a jiných organizací pro rozvoj tělovýchovné aktivity mentálně postižených a reprezentaci ČR na mezinárodních speciálních olympiádách

- popularizovat a propagovat sportování a integraci osob s mentálním postižením jak ve směru zaměření speciálních olympijských aktivit, tak i v souvislosti s celkovým zlepšením systému péče o osoby s mentálním postižením
- koordinovat cílevědomou i spontánní sportovní aktivitu mentálně postižených
- ve spolupráci se SOI a českými orgány a organizacemi vytvářet potřebné metodické, organizační a finanční předpoklady pro zapojení do těchto aktivit

Pro plnění těchto cílů v souladu s platnými právními předpisy vedle organizační a koordinační činnosti ve prospěch účasti ČR v programu speciálních olympiád ČHSO:

- shromažďuje a rozděluje dotace a dary
- pořádá sbírky a loterie
- vyhledává sponzory pro aktivity speciálních olympiád v ČR i zahraničí
- pořádá společenské a kulturní akce
- podle potřeby a možností vytváří placený aparát v nezbytně nutném rozsahu
- podle potřeby provozuje hospodářskou činnost ve prospěch mentálně postižených a cílů speciálních olympiád
- propaguje cíle ČHSO, za tímto účelem vydává vlastní tiskoviny. ČHSO se ve své činnosti řídí Pravidly SOI, svými Stanovami a platnými právními normami.

Členství ve ČHSO může být kolektivní, individuální a čestné. Mentálně postižení sportovci a další osoby, spojené s aktivitou v určitém kolektivu, se budou zpravidla zapojovat do ČHSO prostřednictvím kolektivního členství, aniž by toto členství vedlo ke změnám organizační výstavby jejich kolektivu. Počet zástupců kolektivu v ČHSO stanovuje Jednací řád.

Individuálními členy se stávají osoby, které mají odborné, morální a tvůrčí předpoklady k rozvíjení činnosti uvedených v čl. 2., jež zpravidla nejsou přímo vázány na jeden kolektiv, popřípadě mají vztahy k více kolektivům. Osobu, organizaci nebo instituci, která se mimořádným způsobem zasloužila o plnění cílů ČHSO, může valná hromada zvolit čestným členem. Čestné členství může být přiznáno i cizím státním příslušníkům, organizacím a institucím.

Členy ČHSO se stávají na základě vlastní projevené vůle účastníci ustavující valné hromady. Další členy ČHSO přijímá presidium ČHSO, které může tuto pravomoc delegovat na jiné orgány.

Individuální členové a určené zástupci kolektivních členů mají právo:

- účastnit se na zasedání valné hromady projednávání všech otázek, týkajících se hnutí s právem hlasovacím
- volit a být voleni do orgánů ČHSO
- podávat návrhy, stížnosti a vznášet dotazy orgánům ČHSO
- účastnit se akcí ČHSO a požívat členských výhod
- být informováni o záměrech a činnosti ČHSO

Povinnosti členů

Účastnit se práce ČHSO a plnit úkoly vyplývající ze svěřené funkce a členství v pracovních orgánech ČHSO, platit včas finanční příspěvky, pokud je jejich placení stanovené valnou hromadou, řídit se myšlenkami, zásadami a pravidly speciální olympiády, respektovat a dodržovat stanovy ČHSO.

Čestní členové jsou oprostěni od všech povinností řádných členů, přičemž požívají, s výjimkou volebního práva do orgánů ČHSO všech práv řádného člena. (<http://www.specialolympics.cz/cz/dokumenty/index.htm>)

Program speciálních olympiád pro mentálně postižené založila na sklonku 60. let 20. století v USA paní Eunice Kennedyová - Shriverová, sestra prezidenta Johna F. Kennedyho a uvedla tak v život myšlenku sportování jako prostředku rozvoje osobnosti a integrace lidí s mentálním postižením. Moderní společnost si zvykla posuzovat a hodnotit člověka především podle dosažených úspěchů a vítězství. Ve světle tohoto pohledu se lidé s mentálním postižením dostávají ne vlastní vinou do nepříznivé situace, a jestliže toto hodnocení platí obecně ve všech oblastech lidské činnosti, ve sportu se pak stává dosažení vítězství či sportovního rekordu, často za každou cenu, mnohdy bohužel jeho jediným smyslem. Ve srovnání s takovýmto pojetím sportu se setkáváme někdy s názorem, že SO mají více poslání sociální, než sportovní. Že je tento názor mylný, dokazuje i skutečnost, že Hnutí SO je uznáno Mezinárodním olympijským výborem a je oprávněno používat termín "Olympiáda".

Cílem SO je umožnit co největšímu počtu lidí s mentálním postižením pravidelně sportovat a účastnit se sportovních soutěží bez ohledu na absolutní výkonnost. Výkon je v SO chápán jako kategorie individuální, sportovci jsou při sportovních soutěžích rozděleni zásadně do skupin podle své výkonnosti a každému z nich se nakonec dostane ocenění a uznání. Vyhrát tak mohou i sportovci s těžkým stupněm mentálního postižení. Celý program SO má tedy vedle vlastní sportovní hodnoty velký význam sociální, kdy sportovci vstupují do uznávaných a oceňovaných rolí závodníků a v neposlední řadě přispívá i k obohacení citového života

mentálně postižených sportovců a jejich rodičů, kteří mnohdy poprvé v životě mohou se svým dítětem prožít pocit úspěchu a radosti.

Mezinárodní program SO (SOI) má svá přesná pravidla, vyjadřující základní myšlenky SO, a své stálé orgány od světových přes kontinentální až po národní. V současné době má přes 140 oficiálně akreditovaných národních členů. Posláním SO je nabídnout mentálně postiženým pravidelnou sportovní činnost během celého roku. Tato pravidelná odborně vedená sportovní aktivita mentálně postižených tvoří vlastní speciální olympijský program a může v současnosti zahrnovat 19 letních (atletika, plavání, gymnastika, badminton, košíková, volejbal, kopaná, házená, kuželky, bocce, vzpírání, jezdeckví, bruslení na kolečkových bruslích, cyklistika, jachting, softball, tenis, stolní tenis, golf) a 5 zimních (sjezdové lyžování, běžecké lyžování, krasobruslení, rychlobruslení, halový hokej) sportů.

Speciální olympijský program je otevřen všem lidem s mentálním postižením, kteří dovršili 8 let a jejichž IQ není vyšší než 80. Dolní hranice IQ není určena, to znamená, že do sportovní činnosti mohou a mají být zapojováni i jedinci s těžkým stupněm mentálního postižení. SO hry pak představují vyvrcholení SO programů a mohou být pořádány na různých úrovních - regionální, národní, mezinárodní, evropské a světové. Základní ideou SO her je nabídnout mentálně postiženým společenství vzájemné rovnosti, akceptování a respektu. Z této myšlenky vychází i principy a zásady, které musí být při SO hrách dodržovány, ať už se jedná o hry na jakékoli úrovni. Účast na hrách je umožněna všem mentálně postiženým, kteří jsou zapojeni do pravidelné sportovní činnosti ve sportovních klubech, nejsou stanoveny výkonnostní limity, nikdo není z účasti na hrách předem vyloučen pro nesplnění výkonu. Základním kritériem výběru pro účast je celoroční aktivita a snažení jedince.

SO hry nechtějí být hrami pouze pro sportovně zdatné jedince, na druhé straně však nechtějí tyto sportovce z her vylučovat. Proto pojem kvalifikace či výběru dostává v SO poněkud jinou náplň než obvykle. Jde o to, rozdělit závodníky do skupin na základě přibližně stejných pohybových dovedností, aby každý měl stejnou šanci uspět. V každé takovéto skupině může být nanejvýš 8 závodníků. K důležité zásadě her patří i to, že odměňování jsou všichni účastníci. Pro slavnostní vyhlášení výsledků je připraveno 8 stupňů vítězů, závodníci na 1. až 3. místě jsou odměněni medailemi, na 4. až 8. místě stužkou. Respektování těchto principů přispívá k tomu, že SO hry jsou hrami pohody, radosti a dobré nálady, hrami, na kterých vládne zdravý duch sportovního zápolení, kde však neúspěch nevede ke smutku a traumatům, neboť radost z účasti je právě tak velká jako radost z vítězství. Na všech SO hrách mohli účastníci zažít tu krásnou atmosféru pohody, radosti a vzájemného porozumění, neboť tyto hry doslova naplňují ono známé Coubertinovo heslo: "Není důležité zvítězit, ale zúčastnit se."

Jak říká zakladatelka SO paní Eunice Kennedyová- Shriverová: „Speciální olympiáda je tou nejčestnější olympiádou - není zde žádný doping, žádné taktizování, žádné finanční machinace, jde zde o ryzí sportování, kdy mnozí sportovci překonávají sami sebe.“ (Středová, M. <http://www.specialolympics.cz/cz/index.htm>)

Historie Speciálních Olympiád

- 1989 - neoficiální výprava s 10 československými sportovci se zúčastnila polských národních her SO ve Varšavě
- 1989 - O. Kurzová, M. Středová a L. Kurz založili přípravný výbor Čs. hnutí speciálních olympiád
- 1990 - duben - oficiální vznik a registrace Čs. hnutí speciálních olympiád
- 1990 - červen - účast čs. sportovců na evropských hrách SO v Glasgowě
- 1991 - květen - účast na národních hrách SO v Belgii a Polsku
- 1991 - červenec - 1. čs. národní letní hry SO v Praze
- 1991 - červenec - účast na světových hrách SO v Minnesotě v USA
- 1992 - leden - 1. čs. zimní hry SO v Malé Úpě v Krkonoších
- 1992 - červenec - 2. čs. národní letní hry SO v Bratislavě
- 1992 - říjen - účast na mezinárodních hrách SO v Barceloně
- 1993 - leden - zimní hry SO v Malé Úpě
- 1993 - březen - účast na světových zimních hrách SO v Rakousku
- 1993 - červenec - 1. české národní hry SO v Olomouci
- 1993 - září - národní turnaj SO v kopané a sálovém hokeji v Litoměřicích
- 1993 - říjen - mezinárodní turnaj SO v odbíjené v Benešově
- 1993 - listopad – první národní turnaj SO ve stolním tenisu ve Dvoře Králové
- 1994 - srpen - 2. české národní letní hry SO v Praze.
- 1995 - duben - národní turnaj SO v plavání ve Zlíně
- 1995 - květen - otevřený turnaj SO v odbíjené, Benešov
- 1995 - červenec - účast na světových letních hrách SO v USA
- 1995 - říjen - mezinárodní turnaj SO ve sjednoceném volejbalu - Benešov
- 1995 - listopad - soutěže v gymnastice - Hlučín - Kunčice
- 1995 - prosinec - národní turnaj v halovém hokeji v Benešově
- 1996 - květen - účast na evropském turnaji SO v atletice a plavání v Řecku
- 1996 - květen - účast na evropském turnaji SO ve stolním tenise v Maďarsku
- 1996 - květen – první národní turnaj SO v přehazované v Dřevěnicích

1996 - červenec - 3. české letní hry SO v Praze - Memoriál Olgy Havlové
1997 - únor/březen - Zimní světové hry SO v Kanadě
1997 - březen - evropský turnaj v gymnastice - Lucembursko
1997 - září - nár. turnaj s mezinárodní účastí v gymnastice -Praha
1997 - říjen - evropský turnaj v košíkové - Švýcarsko
1997 - prosinec - evropský turnaj v odbíjené - Skotsko
1998 - duben - národní turnaj SO v plavání - Zlín
1998 - červenec - 4. české letní hry SO v Praze - Memoriál Olgy Havlové
1999 - leden - evropský turnaj v halovém hokeji - Rakousko
1999 - červen/červenec - Světová letní SO v Severní Karolíně
1999 - září - národní turnaj v cyklistice - Šternberk
2000 - květen/červen - Evropské hry SO v Holandsku
2000 - červenec - 5. české letní hry SO v Praze - Memoriál Olgy Havlové
2001 - březen - Světové zimní hry SO 2001
2001 - srpen - Speciální olympiáda na Norway Cupu
2002 - červenec - 6. česká letní speciální olympiáda - Olomouc
2003 - červen - Světové letní hry SO v Irsku
2004 - červenec - 7. česká letní SO - České Budějovice
2005 – únor/březen – Světové zimní hry SO v Naganu, Japonsko
2006 – červenec – 8. česká letní SO
2007 – září/říjen – 12. letní světové hry SO Šanghaj, Čína
2008 – červenec – 9. česká letní SO
2009 – únor – Světové zimní hry SO v Boise, Idaho, USA
2010 – červenec – 10. česká letní SO
(<http://www.specialolympics.cz/cz/index.htm>)

Program Speciálních Olympiád

ČHSO (České hnutí speciálních olympiád) je dobrovolná, nezávislá a nevýdělečná organizace, registrovaná jako občanské sdružení. Sdružuje jednotlivce a skupiny zapojené do programu speciálních olympiád a další osoby, které se rozhodly podporovat tento program. Posláním Hnutí je rozšiřovat základnu pro pravidelné a odborně vedené cvičení a sportování mentálně postižených a jejich zapojení do programu speciálních olympiád. Toto úsilí je zaměřeno na všechny osoby s mentálním postižením nad 8 let věku bez ohledu na to, kde žijí a jaký je stupeň jejich postižení.

ČHSO vychází z humanitárních ideálů sportování a integrace osob s mentálním postižením v návaznosti na ideje a činnost světového a evropského hnutí speciálních olympiád (Special Olympics International - SOI). Jeho hlavním účelem je rozvíjet a uplatňovat tyto myšlenky v ČR v koordinaci s mezinárodními orgány speciálních olympiád, ve prospěch rozvoje osobnosti lidí s mentálním postižením, jejich integrace do společenského života, a usilovat o důstojné zapojení ČR do mezinárodního programu speciálních olympiád. Hnutí iniciuje podporu státních orgánů, hospodářských, společenských a jiných organizací pro tyto cíle, propaguje a rozšiřuje sportovní aktivity a integraci mentálně postižených v duchu programu speciálních olympiád a zajišťuje metodickou, organizační a finanční podporu pro tyto aktivity. K dosažení těchto cílů Rada ČHSO vedle své organizační a koordinační činnosti shromažďuje a rozděljuje dary a dotace, vyhledává sponzory a propaguje myšlenky a cíle speciálních olympiád. V současné době sdružuje ČHSO 125 sportovních klubů SO z celé České republiky. Členy těchto klubů je více než 2400 mentálně postižených sportovců a jejich trenérů. ČHSO od svého vzniku spolupracovalo s Výborem dobré vůle a osobně s paní Olgou Havlovou a těšilo se i pozornosti a podpoře prezidenta republiky Václava Havla, v současnosti je velkým patronem ČHSO paní Livie Klausová.

Akce speciálních olympiád jsou dlouhodobě podporovány ministerstvem práce a sociálních věcí, ministerstvem školství a v posledních letech i ministerstvem vnitra a ministerstvem zdravotnictví. Podpory se ČHSO dostává rovněž od místních orgánů - od MÚ hl. města Prahy, OÚ Prahy 1, MÚ Olomouc, MÚ Benešov a dalších. Od roku 1993 je ČHSO rovněž oficiálně uznáno a podporováno Radou sportovní reprezentace ČR.

Je toho mnoho, co by mohlo být ještě řečeno o programu speciálních olympiád a jeho rozvoji v České republice, o sportovcích, atmosféře olympiád atp. Ale i krátká návštěva na některých hrách speciální olympiády řekne víc než seberozsáhlejší text. Umožní poznat čistou a upřímnou radost sportovců, doprovázející jejich úsilí a dovednost, sdílet ji s nimi a vstoupit s nimi do světa vítězů. Kurz, L. (<http://www.specialolympics.cz/cz/index.htm>).

Literatura:

Historie Speciálních Olympiád. Dostupné z URL

<<http://www.specialolympics.cz/cz/index.htm>> [citováno 2009-12-5]

KURZ, L. Program Speciálních Olympiád. Dostupné z URL

<<http://www.specialolympics.cz/cz/index.htm>> [citováno 2009-12-5]

STŘEDOVÁ, M. Co jsou speciální olympiády. Dostupné z URL

<<http://www.specialolympics.cz/cz/index.htm>> [citováno 2009-12-5]

- TILINGER, P. LEJČAROVÁ, A., URBANOVÁ, H., SVOBODA, P., ERLEBACHOVÁ, A.
(2002) Sportovní aktivity osob s mentálním postižením. *Česká Kinantropologie* vol. 6, č. 1, s. 109 – 121. ISSN 1211-9261.
- URBANOVÁ, H. (1999) *Sport a pohybové aktivity osob s mentálním postižením*. Diplomová práce. Praha : UK FTVS, 98 s.
- URL <<http://www.specialolympics.cz/cz/dokumenty/index.htm>> [citováno 2009-12-5]

5. Úspěchy českých sportovců (ČSMPS) a významné události ve vývoji sportu intelektově postižených (INAS-FID, IPC, Paralympijské hry, Global Games)

(Na zpracování se autorsky podíleli: Pavel Tilinger a Alena Erlebachová, Josef Filip, Lucie Francová, Pavel Hampl, Miloš Hejduk, Jiří Jerhot, Vladimír Slavík, Pavel Svoboda, Hana Svobodová, Rudolf Vidlák)

2009

2009 – leden MS INAS-FID v lyžování – Sestriere, Pragelato (Itálie)

Ve sjezdovém lyžování vybojoval Petr Novák 2. místo v obřím slalomu, 3. místo ve sjezdu a 7. místo ve slalomu.

V běžeckých disciplínách vybojovala Pavlína Bobáková tři stříbrné medaile (1 km sprint, 5 km klasicky a 10 km volnou technikou), Dalibor Havelka byl stříbrný na 1 km sprint, bronzový na 15 km volnou technikou a 6. na 10 km klasicky. Jakub Novák byl 4. na 1 km sprint, 6. na 15 km volnou technikou a 7. na 10 km klasicky. Navíc štafeta obsadila 2. místo.

2009 – červenec Global Games – Liberec (Česká republika)

V šesti sportovních odvětvích startovalo 17 mužů a 9 žen. Český tým získal 16 medailí (4 + 5 + 7). V klasifikaci zemí jsme obsadili 10. místo. Celkem se soutěží GG zúčastnilo 758 sportovců z 34 zemí. Vedle sportovních úspěchů byl velmi oceněn i úspěch organizační pod vedením ředitelky GG Aleny Erlebachové.

Tenis: Ondra Sedliský vybojoval 3 zlaté medaile. Zvítězil ve dvouhře, v soutěži družstev spolu s Josefem Husem a ve čtyřhře s Jakubem Jerhotem. Josef Hus vybojoval ve dvouhrách a ve čtyřhře s Jiřím Humhalem bronz, Jakub Jerhot byl v soutěži jednotlivců 7., spolu s Jiřím Humhalem vybojovali i bronz v soutěži týmů. Jiří Humhal v soutěži jednotlivců obsadil z jedenácti účastníků 8. místo.

Cyklistika: Zlaté medaile získalo družstvo žen v časovce, stříbrné medaile získalo družstvo mužů v časovce, Žaneta Mazuráková a Natálie Havelková v časovce (krátká a dlouhá) a dvě stříbra získala Gabriela Nováková v silničních závodech (krátký a dlouhý). Dvě bronzové medaile získal Dalibor Havelka v silničních závodech (krátký a dlouhý), Natálie Havelková v časovce a Žaneta Mazuráková v krátkém silničním závodě.

Atletika: Zuzana Svátková dosáhla v běhu na 100 m na 11. místo, v běhu na 200 m byla 16.

Futsal: České družstvo obsadilo 6. místo z deseti účastníků.

Plavání: Adéla Míková dosáhla na finálová umístění v závodech na 200 m v.zp. (8. místo), 400 m v.zp. (7.) a 50 m prsa (7.). Vladimír Hlaváč byl na 50 m v.zp. 25. (z 37 účastníků) na 100 m v.zp. byl 24. a na 200 m znak dosáhl na 17. místo.

Stolní tenis: Jan Pokuta byl ve dvouhře 17. (43 startujících), Marie Horvátová dosáhla ve dvouhře na 9. místo (z 33 startujících), Marcela Červeňáková 25., Květa Telváková a Jarmila Kunderová byly klasifikovány na 27. místě.

2009 – říjen ME EPC – Reykjavik (Island)

Adéla Míková dosáhla na dvě 5. místa (100 m znak a 100 m v.zp.), jedno 8. (100 m prsa) a jedno 9. (200 m pol.z.), Vladimír Hlaváč byl 2 x devátý (100 m v.zp. a 100 m znak).

2008

2008 – květen – MS INAS-FID v cyklistice - Idanha-a-Nova (Portugalsko)

Gabriela Nováková byla 3 x zlatá – vyhrála silniční závody na 10 a 20 km a celkovou klasifikaci soutěže žen, Pavlína Bobáková obsadila 3. místo v silničním závodě na 10 km, 2. místo v závodě na 20 km a byla celkově 3. Dalibor Havelka byl v časovce na 3,4 km i v celkové klasifikaci třetí a třetí byl i český tým mužů v soutěži družstev.

2008 – červen – ME INAS-FID v atletice – Manchester (Velká Británie)

Dva sportovci se neprobojovali do finálových soutěží.

2008 – červenec – MS INAS-FID v tenisu – Kladsko (Polsko)

Ondra Sedliský vybojoval 3 zlaté medaile. Zvítězil ve dvouhře, v soutěži družstev spolu s Josefem Husem a ve čtyřhře s Jakubem Jerhotem. Josef Hus vybojoval ve dvouhrách stříbro a ve čtyřhře s Jiřím Humhalem bronz, Jakub Jerhot byl v soutěži jednotlivců 5., spolu s Jiřím Humhalem vybojovali i bronz v soutěži týmů. Jiří Humhal v soutěži jednotlivců obsadil z dvanácti účastníků 7. místo.

2008 – srpen – ME INAS-FID v plavání – Ostrowiec (Polsko)

Adéla Míková vybojovala 3 medaile - stříbro na 200 m prsa a 800 m volný způsob, bronz v závodě na 400 m volný způsob. Úspěšné vystoupení doplnila i další dvě finálová umístění (4. místo na 200 m pol. závod a 8. místo na 50 m volný způsob).

2008 – říjen – ME INAS-FID ve stolním tenisu – Valencia (Španělsko)

Marie Horvátová, Květa Telvácová, Marcela Červeňáková a Jarmila Kunderová získaly bronzové medaile v soutěži družstev a ve čtyřhře.

2008 – říjen – ME INAS-FID ve futsalu – Kiskunfelegyháza (Maďarsko)

V náročné evropské konkurenci obsadilo české družstvo 5. místo.

2007

2007 – únor – ME INAS-FID v přespolním běhu – Španělsko

Husár Miroslav 13. 3000 m, Havelka Dalibor 14. místo 6000 m,

2007 – červen – ME INAS-FID v cyklistice – Zamosc (Polsko)

Časovka družstev muži – 3. místo, časovka 10 km – 2. Dalibor Havelka, časovka 3 km – 2. Dalibor Havelka, 4. Gabriela Nováková, siln. závod na 66 km -2. Miroslav Husár, siln. závod na 44 km – 4. Gabriela Nováková, silniční závod na 22 km – 4. Pavlína Bobáková. Celkově: 2. Dalibor Havelka, 6. Miroslav Husár, 11. Petr Novák, 4. Pavlína Bobáková, 5. Gabriela Nováková

2007 – červenec – ME INAS-FID v tenisu – Glogow (Polsko)

Stříbrné medaile vybojovali Hus a Jerhot v soutěži družstev, Hus s polskou partnerkou ve smíšené čtyřhře, dvojice J. Hus a J. Jerhot vybojovala bronz ve čtyřhře, v dvouhře obsadil Hus 4. a Jerhot 7. místo (16 mužů).

2007 – srpen – MS INAS-FID v plavání – Belgie

Míková Adéla 6. místa 800 m VZ, 400 m VZ, 200 m prsa, 200 m polohový závod, 9. místo 100 m prsa, 50 m prsa – vynikající výkony, 4x plavala ve finále, fantastické zlepšení, národní rekordy.

2007 – říjen – MS INAS-FID ve futsalu – Tondela (Portugalsko)

Český tým vybojoval mezi 8 účastníky 6. místo.

2007 – listopad – MS INAS-FID ve stolním tenisu – Chiba (Japonsko)

Kategorie ženy 25 startujících - Marcela Červeňáková 15. místo jednotlivci, 9.-16. místo smíšené čtyřhry (25 dvojic), Květa Telvácová 18. místo jednotlivci, Marie Horváthová 21. místo jednotlivci.

2007 – listopad – INAS-FID přidělil pořadatelství 2. Global Games (Všesvětové hry) České republice a městu Liberci. Předsedkyní organizačního výboru (ředitelkou GG) byla jmenována Mgr. Alena Erlebachová.

2006

2006 – březen – MS INAS-FID v atletice – Bollnas (Švédsko)

P. Podolský byl v pětiboji 5., Z. Svátková rovněž v pětiboji obsadila 4. místo.

2006 – červen – MM IPC v plavání – Sheffield (Anglie)

Míková Adéla – 2. místo 100 m prsa, 4. místo 100 m VZ, 5. místo 50 m VZ.

2006 – červen – MS NAS-FID v cyklistice, Gyömrő – Mogyoród (Maďarsko)

Časovka 3 km – 4. místo Dalibor Havelka, časovka 8 km – 3. Dalibor Havelka. Celkově 10. Dalibor Havelka, 14. Miroslav Husár, 19. Ivan Gaszi.

2006 – červenec – MM INAS-FID v tenisu – Glogow (Polsko)

Stříbrná medaile v jednotlivcích pro J. Husa a bronzová pro pár Hus – Jerhot ve čtyřhře.

2006 – srpen – ME INAS-FID v plavání – Budapešť (Maďarsko)

Adéla Míková – 9. místo 200 m prsa, 11. místo 50 m prsa a 50 m VZ.

2006 – listopad – MS INAS-FID v přespolním běhu – (Portugalsko)

Petričko Pavel 23. místo 3000m, Husár Miroslav 18. místo 3000 m,

2006 – listopad – na valné hromadě INAS-FID Europe byl Pavel Tilinger zvolen předsedou technické komise a členem výkonného výboru INAS-FID Europe na období 2006 -2010.

2005

2005 – únor – MS INAS-FID v lyžování – Solleftea, (Švédsko)

Ondřej Gazsi 8. místo 10 km volnou technikou, 9. místo 15 km klasicky, Petr Husár 12. místo volnou technikou, 12. místo klasicky.

2005 – červen – ME INAS-FID v cyklistice – Estremoz (Portugalsko)

Ondřej Gaszi - 7. časovka 12 km, 7. sil. závod na 27 km, 7. časovka na 4,5 km, 6. silniční závod na 65,6 km – celkově 7. místo. Ivan Gaszi – 8. časovka na 12 km, celkově 12. místo. Miroslav Husár – celkově 20. místo. Pavlína Bobáková – 8. časovka 12 km, 8. sil. závod 15 km,, 8. časovka 4,5 km, 7. sil. závod 30 km, celkově 7. místo. Časovka družstev muži – 4. místo

2005 – červenec – ME INAS-FID v tenisu – Gdaňsk (Polsko)

Bronzové medaile získalo družstvo (Haman – Hus) a stejní hráči ve čtyřhře. Dvojice Haman – Fraňková získala 5. místo ve smíšené čtyřhře (12 týmů). V jednotlivcích byli Haman na 4. místě, Hus 9., Jerhot 15., Pučelík 19. a Fraňková 9.

2005 – srpen – MS INAS-FID v plavání – Liberec (ČR)

Míková Adéla - 4. místo 200 m prsa, 6. místo 50 m prsa, 9. místo 100 m prsa, 2x plavala ve finále; Imramovský Radek – 5. místo 50 m prsa, 8. místo 100 m motýl, 10. místo 50m motýl , 2x plaval ve finále.

2005– říjen – ME INAS-FID v košíkové – Ivanovo (Rusko)

Český tým obsadil 5. místo.

2005 – říjen – MS INAS-FID ve stolním tenisu – Thouars (Francie)

Startujících 66 mužů, 32 žen. Jednotlivci: Jiří Stach 9.-16. místo, Lenka Jošková 9.-16. místo, Marie Horváthová 19.-22. místo, Pokuta 41.-42. místo, čtyřhry – oba týmy se umístily na 9. – 16. místě.

2004

2004 – leden – MS INAS-FID v plavání – Hong Kong (Čína).

Čivná Lucie – 12. místo 50 m Z, 100 m Z, Imramovský Radek – 7. místo 200 m prsa, 8. místo 50 m prsa

2004 – únor – MS INAS-FID v halové atletice – Budapešť (Maďarsko)

Vojáčková Lenka 6. místo běh 800 m, 7. místo běh 1500m

2004 – únor – MS INAS-FID v tenise – Melbourne (Austrálie)

Ladislav Haman a Josef Hus se stali mistry světa ve čtyřhře, a získali stříbrné medaile v soutěži družstev, oba v soutěži jednotlivců skončili v semifinále – získali 3. místa. Jakub Jerhot v soutěži Consolation Draw získal 5. – 8. místo z 16 účastníků.

2004 – duben – MS INAS-FID v přespolním běhu – Jižní Afrika

Gazsi Ondřej 18. místo 3000m, Spurný Rostislav 22. místo na 6000m

2004 – červen – ME INAS-FID v cyklistice – Strzelce Krajeńskie (Polsko)

Časovka družstev – 3. místo, Ondřej Gazsi 9. místo silniční závod na 20 km. Celkově: Ondřej Gazsi 11., Rostislav Spurný 15., Petr Husár 17., družstvo 3.

2004 – červenec – Global Games – Bollneas (Švédsko)

Stolní tenis: Týmy – muži i ženy 5.-8. místo, Čtyřhry – muži 5.- 8. místo (20 týmů), ženy 5.-8. místo (12 týmů). Jednotlivci – Stach 14. místo, Pokuta 20.-30. místo (41 startujících). Kameníková - 9. místo, Telváková – 16. místo (28 hráček)

Tenis: L. Haman a J. Hus se stali vítězi GG ve čtyřhře, L. Haman získal stříbro v soutěži jednotlivců, J. Jerhot s M. Fraňkovou dosáhli na 5.-8. místo ve smíšené čtyřhře.

Plavání: Imramovský Radek 9. místo 100 m prsa, Čivná Lucie 9. místo 100 m Z, 10. místo 50 m Z

Atletika: R. Spurný 11. místo v běhu na 10 km, O. Gazsi v běhu na 400 m nepostoupil z rozběhu, P. Podolský byl v pětiboji 10.

2003

2003 – únor – ME INAS-FID v přespolním běhu – Villamoura (Portugalsko)

Lenka Vojáčková 5. místo 2000 m., Polhošová Andrea 5. místo 3500 m, Tomášek Václav 20. místo 2500 m.

2003 – červen – ME INAS-FID v tenise – Budapešť (Maďarsko)

Český tým se stal mistrem Evropy, deblisté L. Haman a J. Hus se rovněž stali mistry Evropy, Josef Hus v singlu získal stříbro a L. Haman bronz. Družstvo žen bylo stříbrné, bronz získaly dívky Fraňková a Schneiderová ve čtyřhře, Fraňková byla bronzová ve dvouhře.

2003 – červenec – MS INAS-FID v atletice – Tunis, (Tunis)

Lenka Vojáčková 1500 m - 7. místo, 5 000m, - 7. místo, 3 000 m - 10. místo. S. Maixnerová vrh koulí - 7. místo, hod diskem - 6. místo, hod oštěpem - 4. místo.

2003 – říjen – ME INAS-FID v basketbalu – Varšava (Polsko)

Český tým obsadil 5. místo.

2003 – listopad – MS INAS-FID ve stolním tenisu – Mexiko (Mexiko)

Jednotlivci: Telváková 13. místo, Pokuta 14. místo, Kameníková 14. místo, Jošková 15. místo, Nohýnková 20. místo, Stach 21. místo (startovalo 27 žen, 42 mužů)

2002

2002 – květen – MS INAS-FID v basketbalu – Funchal (Madeira, Portugalsko)

Český tým obsadil 6. místo.

2002 – červenec – ME INAS-FID v atletice – Budapešť (Maďarsko)

Vlasta Weishauplová se stala mistryní Evropy v běhu na 100 m překážek a získala bronzovou medaili v trojskoku. Andrea Polhošová byla druhá v hodů oštěpem.

2002 – září – ME INAS-FID ve stolní tenisu – Ciechanowo (Polsko)

Družstvo žen – 5. místo, Horváthová 9. místo, Telváková 10. místo, Stach 22. místo.

2002 – říjen – ME INAS-FID v plavání – Liberec (Česká republika)

Imramovský Radek – 5. místo 50 m prsa, Vojáčková Lenka – 7. místo 100 m prsa, Čivná Lucie – 10. místo 50 m Z

2001

2001 – červen – ME INAS-FID v tenise – Sušice (Česká republika)

Po 5 ročnících mezinárodního mistrovství bylo uspořádáno 1. oficiální ME. Naše družstvo mužů obsadilo 1. místo, mistry Evropy se stali ve dvouhrách Ladislav Haman a ve čtyřhře pár L. Haman – Josef Hus.

2001 – červenec – MS INAS-FID v atletice – Tunis (Tunisko)

Andrea Polhošová získala bronzovou medaili v běhu na 100 m překážek a 4. místa v trojskoku a pětiboji.

2001 – říjen – ME INAS-FID v basketbalu – Rhodos (Řecko)

Český tým obsadil 4. místo.

2000

2000 – březen – ME INAS-FID v klasickém lyžování – Benecko (Česká republika)

Kromě organizačního úspěchu nedosáhli naši běžci ve vlastní soutěži na umístění v první desítce.

2000 – březen – ME INAS-FID v plavání – Reading (Anglie)

České plavkyně získaly celkem sedm medailí. Iva Kumpoštová zvítězila na 200 m v.zp. a dále byla dvakrát druhá, Věra Stillnerová zvítězila v závodě na 100 m motýlek a dále získala tři bronzové medaile. Simona Papáčková získala 4. místo na 100 m prsa a 6. místo na 50 m prsa.

2000 – červenec - ME INAS-FID v cyklistice – Coimbra (Portugalsko)

České družstvo obsadilo 4. místo, Roman Prokopec byl celkově 8.

2000 – říjen – Paralympijské hry – Sydney (Australie)

Plaveckých soutěží se zúčastnily Iva Kumpoštová se ziskem zlaté (50 m prsa – zaplavala světový rekord, který byl platný i v roce 2008) a stříbrné (50 m znak) medaile a Věra Stillnerová se ziskem bronzové medaile (50 m delfín).

2000 – listopad – ME v sálové kopané – Charleroi (Belgie)

Mezi 5 týmy naše družstvo obsadilo 2. místo a Patrik Tesárek byl vyhlášen nejlepším střelcem turnaje.

1999

1999 – duben – na Valném shromáždění v Madridu byl změněn název organizace na INAS-FID.

1999 – červen – 1. ME INAS-FID v basketbalu – Varšava (Polsko)

Náš tým si 5. místem vybojoval právo účasti na paralympiádě v Sydney.

1999 – srpen – ME IPC v plavání – Braunschweig (Německo)

Iva Kumpoštová získala 3 stříbrné a jednu bronzovou medaili.

1999 – září – MS INAS-FID v atletice – Sevilla (Španělsko)

Stříbrnou medaili získala Radka Krůpová v trojskoku.

1999 – říjen – MS INAS-FID v plavání – Liberec (Česká republika)

Vedle organizačního úspěchu jsme získali devět medailí, Iva Kumpoštová zvítězila v závodech na 50 a 100 m prsa, dále získala dvě bronzové medaile, Věra Stillnerová získala čtyři bronzové medaile a družstvo bylo druhé ve štafetě 4 x 50 m polohový závod.

1998

1998 – březen – založen INAS-FMH Europe jako organizátor soutěží v evropském regionu.

1998 – září – ME INAS-FMH ve stolním tenisu – Budapešť (Maďarsko)

50 sportovců z 11 zemí. Ve smíšené čtyřhře jsme získali díky páru Sojka - Eliášová bronzové medaile.

1998 – říjen – MS IPC v plavání – Christchurch (Nový Zéland)

Iva Kumpoštová získala zlatou medaili na 50 m prsa, Věra Stillnerová bronzovou na 50 m motýlek.

1998 – listopad – na Valném shromáždění INAS-FMH Europe v Praze získala ČR zastoupení v řídicím výboru (Pavel Tilinger) i v technické komisi (Pavel Svoboda).

1997

1997 – srpen – ME IPC v plavání – Badajoz (Španělsko)

Iva Kumpoštová získala zlatou medaili na 100 m prsa.

1996

1996 – září – na Paralympiádě v Atlantě startovali poprvé oficiálně MP sportovci v plavání a atletice. Díky zákulisním neférovým postupům nebyl M. Smitka na Paralympiádu pozván, i když měl v té době 5. nejlepší čas a bylo pozváno 16 plavců.

1996 – říjen – 2. MS v basketbalu INAS-FMH – Lisabon (Portugalsko)

Za účasti 10 mužských a 7 ženských týmů, muži ČR se umístili na 6. místě.

1996 – říjen – Mezinárodní mistrovství Slovenska v kopané – Bratislava (Slovensko)

bylo kvalifikačním turnajem pro MS v kopané pro rok 1997. České družstvo mezi 8 účastníky obsadilo 3. místo.

1995

1995 – červen – 1. MS INAS-FMH ve stolním tenise – Charleroi (Belgie)

Čeští sportovci získali 3 bronzové medaile ve čtyřhrách (Petr Němec – Jiřina Kameníková, Jiřina Kameníková – Eva Nohýnková a Pavel Vondráček – Eva Nohýnková). Byly to historicky první medaile pro sportovce ČSMPS.

1995 – září – 1. ME IPC v plavání – Perpignan (Francie)

Michal Smitka získal bronzovou medaili na 50 m kraul.

1994

1994 – březen – účast MP sportovců v soutěžích v běhu na lyžích (včetně české účasti), konaných jako neoficiální součást Paralympiády v Lillehammeru.

1994 – listopad – 1. MS IPC v plavání – Valette (Malta)

S účastí 900 sportovců ze 42 zemí. ČR reprezentovali i dva MP sportovci, Michal Smitka byl 7. na 50 m prsa.

1992

1992 – březen – pro rozvoj sportu mentálně postižených v českých podmínkách byl zásadním momentem vznik Českého svazu mentálně postižených sportovců v roce 1992 a následně se v roce 1993 stal tento svaz jedním ze zakládajících členů Českého paralympijského výboru.

1992 - říjen – organizace 1. paralympijských her pro MP sportovce v Madridu (DePauw, 1993), (jako neoficiální součást paralympiády v Barceloně) s účastí 1400 sportovců ze 74 zemí, včetně českých sportovců. Nejlepších výsledků dosáhli atleti – 6. místo Jiří Karlík ve vrhu koulí a 8. místo Jan Pokuta v běhu na 100 m.

1989

1989 – založení Mezinárodního paralympijského výboru (IPC). Mezi 6 zakládajícími členy byly (Kábele, Šimice, 1990): CISS (Comité International Sports des Sourds -

Mezinárodní komise sluchově postižených sportovců), ISMGF (International Stoke Mandeville Games Federation - Mezinárodní organizace her ve Stoke Mandeville), CP-ISRA (Cerebral Palsy International Sport and Recreation Association - Mezinárodní organizace sportu spastiků), IBSA (International Blind Sports Association - Mezinárodní organizace zrakově postižených sportovců), ISOD (International Sport Organisation for the Disabled - Mezinárodní organizace pro postižené sportovce), INAS-FMH (dnes INAS-FID).

1986

1986 – založení Mezinárodní sportovní federace osob s mentálním postižením - International Sports Federation for Persons with Mental Handicap, původně INAS-FMH, později INAS-FID.

Literatura

DEPAUW, K. P. et . all. (1993) Paralympics for the mentally handicapped. Palaestra, 9, č.2, s. 59-64.

KABELE, J., ŠIMICE, J. (1990) Historie paraolympiád. Acta Universitatis Carolinae Gymnica, č. 2, s. 79-93.

TILINGER, P. LEJČAROVÁ, A., URBANOVÁ, H., SVOBODA, P., ERLEBACHOVÁ, A. (2002) Sportovní aktivity osob s mentálním postižením. *Česká Kinantropologie* vol. 6, č. 1, s. 109 – 121. ISSN 1211-9261.

URL <http://www.jlabs.cz/uzps/svazy/csmps/sport_intelektove_postizenych/uspechy_ceskych_sportovcu/> [citováno 2009-12-5]

6. Využití pohybových aktivit jako vhodné náplně volného času a prevence společensky nežádoucích aktivit mládeže, rozvoje charakteru jedince

Význam pohybových aktivit pro intelektově postižené lze spatřovat v řadě oblastí:

oblast biologická – je zaměřena na rozvoj výkonnosti orgánových funkcí, rozvoj pohybových schopností a pohybových dovedností, prevenci a zvyšování odolnosti organismu

oblast psychologická – je zaměřena na rozvoj odolnosti organismu vůči psychickým vlivům prostředí, zvyšování sebevědomí, sebedůvěry a zvládnání emocí, ovlivňování životního stylu

oblast společenská – i přes určitý handicap podpora snah o společenské uplatnění, socializace, enkulturalizace jedinců i skupin

oblast výchovy a vzdělávání – naučit se dodržovat běžné normy společenského chování, odpovědnosti, osvojit si základní poznatky o sportu, pravidlech soutěžení, regenerace a relaxace, hygienické návyky, etické normy, získání potřeby pohybové aktivity

oblast zdravotní – je blízce spojena s oblastí biologickou při prevenci civilizačních chorob (obezita, poruchy metabolismu), zvyšování fyziologických funkcí organismu, prevence před alkoholismem, kouřením a drogami (Potměšil, 2007)

Pohybové aktivity a sport zejména představují oblast s obrovskými výchovnými možnostmi. Je však zřejmé, že sport jak vrcholový, tak výkonnostní či masový, sport dospělých i mládeže a dětí je mnohdy spojen s řadou jevů, které jsou v rozporu se všeobecně uznávanými hodnotami fair play, morálkou a dobrými mravy.

Martens (2006) píše o tom, že „dnešní rozpad rodiny a rodinných vztahů nevytváří dětem vždy předpoklady pro správný přístup k základním morálním a etickým hodnotám. Školy opustily principy morálního vedení žáků již v polovině minulého století a teprve nyní, když je naše společnost konfrontována s morální krizí, se do škol morální výchova opět vrací.“ Sportovní pedagog (trenér, cvičitel, učitel TV, apod.) se ve své každodenní praxi setkává s takovými jevy, jako jsou předčasný začátek pohlavního života, sexuální zneužívání, neznalost jazyka, nerespektování autorit doma i ve škole, šikana, zarážející krutost mladistvých, apod. I když je sobecké chování typické právě pro mladistvé, někteří odborníci se domnívají, že u nich klesá i občanská odpovědnost. Učitelé i další odborníci se shodují v názoru, že současné mládeži chybí základní morální povědomí.

Vzhledem k tomu, že sport je svým způsobem odrazem stavu naší společnosti, objevuje se nemorální chování i tam. Nedobrá situace ve sportu obecně je mnohdy ještě výraznější ve sportu intelektově postižených. Důvodem jsou především vstupní okolnosti, poměry, ze kterých jsou děti, jež potkáváme ve speciálních vzdělávacích institucích (neúplné rodiny, zanedbávaná péče o děti, nedostatečný společenský rozvoj, nedobré prostředí, ve kterém vyrůstají, nízké vzdělání rodičů, alkoholismus v rodinách, násilnictví, nezaměstnanost a z ní vyplývající kriminalita dospělých i mládeže, apod.)

Co může pomoci ozdravit a zkvalitnit charakter výchovy? Na řadu přicházejí hlavní, nenahraditelné instituce v naší společnosti – rodina, škola a sport. Když prvé dvě instituce nefungují správně, je poslední možností právě sport. Příprava mladých lidí pro budoucnost by měla být nejvyšší veřejnou prioritou. Pohybové aktivity, sport a vedení mládeže v této oblasti by k tomuto mohly a měly přispívat.

Hovoříme o záměrném rozvoji charakteru. Jedná se o vzdělávání mladých lidí s cílem získání vědomostí, správných postojů, přesvědčení, dovedností a takového chování, aby se z nich stali laskaví a spravedliví – jedním slovem charakterní lidé (Kirschenbaum, 1995). Jiní tento proces nazývají postupným tréninkem duše.

Náš charakter je dán tím, jak se stavíme k životním událostem – jestli jsme přínosem pro společnost, nebo si naopak od ní chceme neustále jen něco brát. Výchova charakteru není pouze několikaminutovou diskusí o sportovním chování poté, co uděláme nějaký špatný skutek. Není to také nějaký soubor hesel, která si pověsíme na zeď. Je to celkový přístup k výchově sportovců s tím, že správné chování neustále nacvičujeme, chválíme a naopak špatné se snažíme napravit.

Sportovní pedagogové mají prakticky velmi dobré podmínky pro ovlivňování charakteru svých svěřenců. Každodenní ovlivňování charakteru sportovce znamená seznamování jedince se správnými zásadami a poté napomáhání tyto zásady v praktickém životě správně uplatňovat.

Dobrý charakter se skládá ze znalosti dobra, touhy po dobru a konání dobra – což je vlastně stav mysli, srdce a schopnost jednat. Když přemýšlíme o tom, jaký charakter bychom chtěli pro své děti, je jasné, že bychom si přáli, aby dokázaly rozpoznat, co je správné a podle toho se chovaly, a to navzdory vnějšímu tlaku a vnitřnímu pokušení (Lickona, 1991).

Jako lidé jsme tím, co opakovaně děláme a náš charakter je souhrnem našich zvyků – jsme jedinečná směsice předností a nedostatků. Aristoteles řekl: „Nikdo, kdo si přeje stát se dobrým člověkem, se jím nestane, pokud nedělá dobré skutky“. Rozvoj dobrých

charakterových návyků je jako rozvoj dobrých sportovních dovedností – musí být mnohokrát opakovány, dokud si je perfektně nepřisvojíme.

Téměř každý den máme příležitost procvičovat si dobrý charakter a pomáhat svým svěřencům, aby dělali totéž. Například, když se snažíme nepokřikovat na rozhodčí, procvičíme tím dobrý návyk, který se možná stane součástí naší osobnosti. Pokud jeden ze sportovců neustále nadává, je potřeba mu říci, aby s tímto přestal. Třeba mu to pomůže, aby se tohoto zlovyku zbavil. Charakterní trenéři pomáhají svým svěřencům rozpoznat, co je správné a vedou je k tomu, aby se správně chovali.

Hovoříme o sportovním chování, někdy o duchu fair play. Sportovní chování je v podstatě dobrý charakter, projevující se ve sportu. Martens (2006) připomíná, že sportovní chování spočívá v respektu k soupeři, k rozhodčím, ke spoluhráčům, k trenérovi – a zvláště je o hře samotné.

Sportovní trénink může být přínosem jak pro rozvoj sportovního talentu, tak i pro rozvoj charakteru. Vytváření charakterní osoby zahrnuje podobný výukový proces jako vytváření dobrého sportovce, tj. znalosti, touhu po úspěchu, úsilí a trénink. Aby byl tento proces úspěšný, vyžaduje podporu celého okolí.

Jaké to jsou vlastnosti které činí člověka „charakterním“? Rozhodně sem patří laskavost, poctivost, respekt k druhým, spolehlivost, zodpovědnost, schopnost sebekontroly, zdvořilost, odpovědnost, čestnost, občanská hrdost.

Výchova charakteru začíná plněním základních povinností sportovního pedagoga.

Jednou z nejdůležitějších povinností sportovního pedagoga je vytvoření týmové kultury. Jedná se o rozvoj společných pozitivních hodnot, včetně morálních a o motivaci sportovců k dosažení společného cíle. Tyto hodnoty a cíle sjednocují sportovní kolektiv. Úspěšní trenéři ve sportovních hrách dobře vědí, že nejprve je potřeba budovat tým a týmové prostředí a teprve potom vyhrávat utkání. V mnoha případech se sportovci musí naučit tomu, kdy mají spolupracovat, kdy soutěžit mezi sebou a kdy obětovat vlastní ambice ve prospěch celku.

Je zřejmé, že skutky hovoří hlasitěji nežli slova. To, co udělá trenér, bude mít na sportovce mnohem větší vliv než to, co jim o morálním chování vypráví. Jako trenér stojí sportovní pedagog vždy na vyvýšeném místě, jeho jednání je pod neustálou kontrolou. Sportovci sledují každý jeho pohyb a velmi dobře znají jeho chování. Jestliže trenér chce, aby jeho sportovci byli charakterními osobnostmi, musí mít sám dobrý charakter. To, jak je trenér schopen zvládnout trenérskou zodpovědnost, jak respektuje hráče a jakým způsobem reaguje na výhry a prohry, to vše má vliv na charakter sportovců. Svěřenci také velmi citlivě vnímají, jak je

pedagog důsledný v tom, co každý den říká a dělá. Velmi dobře si povšimnou případných rozdílů mezi chováním na veřejnosti a chováním v soukromí.

Martens (2006) trenérům doporučuje vytvořit jasná týmová pravidla chování a jednání. Tato pravidla tvoří hranici mezi přijatelným a nepřijatelným chováním, pomáhají při rozvoji správného charakteru a pomáhají řídit sportovce tak, aby byli úspěšným týmem.

Sport dává mládeži mnoho příležitostí učit se a procvičovat morální jednání a řešit etická dilemata. Takových situací je ve sportovním životě velké množství a jejich řešení má na mladé lidi velký vliv. Trenér musí být připraven tyto situace řešit, nebo musí dát svěřencům návod na jejich řešení přiměřeným způsobem. Trenér si musí vytvořit hierarchii důležitosti postupného rozvoje charakteru a postupně jej také u svých svěřenců v souladu s těmito prioritami rozvíjet. Svěřencům velmi pomůže vytvoření pravidelně se opakujících postupů – rutiny. Sem např. patří podání ruky soupeři po skončení zápasu, pomoc starších při tréninku mladších, provádění pravidelného úklidu po skončení cvičení, apod.

Formování dobrého charakteru je velmi dlouhý a nekončící proces. Jen málo sportovců zvládne vše napoprvé. Musíme tolerovat chyby, poskytovat svěřencům okamžitou a přesnou zpětnou vazbu, předvádět správné chování a vhodné jednání a dávat svým sportovcům opakované příležitosti k procvičování. Trenér musí odměňovat každý pokrok, dokonce i v případě, že chování sportovce není přesně v souladu s tím, co požaduje. Existuje řada způsobů, jak odměnit sportovce za dobrý charakter – odměny za sportovní chování na konci sezony, pochvala sportovce na konci tréninku či odměny materiální – obrázek, nálepka, nášivka na dres, diplom, apod.

Výchova a formování sportovce s intelektovým postižením bývá v mnoha směrech složitější (sportovec přichází do kolektivu s širokým okruhem morálních a etických návyků, z nichž některé jsou vítané, jiné nepřijatelné) mnohdy jednodušší (sportovci mnohdy oplývají velkou důvěrou k novým autoritám, a tak je začátek pro formování ulehčen).

Literatura

JŮVA, V. a kol. (2001) *Základy pedagogiky*. Brno: Paido.

KIRSHENBAUM, H. (1995) *100 ways to enhance values and morality in schools and youth settings*. Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.

LICKONA, T. (1991) *Educating for character*. New York: Bantam Books.

MARTENS, R. (2006) *Úspěšný trenér*. Praha: Grada, ISBN 80-247-1011-0.

POTMĚŠIL, J. (2007) *Sport zdravotně postižených*. In Jansa, P., Dovalil, J. a kol *Sportovní příprava. Vybrané teoretické obory*. Příbram: Q-art.

PRŮCHA, J. (2000) Přehled pedagogiky. Praha: Portál, ISBN 80-7178-399-4.

PRŮCHA, J. (2002) Moderní pedagogika. Praha: Portál, ISBN 80-7178-631-4.

SVOBODA, B. (2003) Pedagogika sportu. Praha: Karolinum.

VÁŽANSKÝ, M. (2001) Základy pedagogiky volného času. Brno: Print-Typia, ISBN 80-86384-00-4.

7. Základní cíle sportovní přípravy dětí a mládeže s intelektovým postižením

V současné době existuje poměrně velké množství moderně sepsaných knih a učebních textů zabývajících se sportem dětí a mládeže. Sportovní aktivity této věkové kategorie jsou spojeny s obdobím vývoje dětského organismu a trénink je v zásadě potřeba chápat jako budování základů všestranného rozvoje dětského organismu. Všestranný rozvoj je hlavním úkolem sportovní přípravy dětí. Důraz je kladen na podporu přirozeného vývoje, rozvoj pohybových schopností a dovedností s využitím takových prostředků a postupů, které by přinášely dítěti radost, podporovaly rozvíjení kladného vztahu k účasti ve sportu a vzbuzovaly touhu být lepší, touhu pracovat na svém zdokonalení. Trénink musí respektovat věkové a vývojové charakteristiky dětského organismu. Organizace sportovních aktivit dětí musí být založena na herním principu, poskytování zábavy, prožitku, dobrodružství, napětí odpovídající věku.

Perič (2004) hovoří o třech zásadních cílech sportovní přípravy dětí, které trenér mládeže musí mít vždy na paměti:

1. Nepoškodit děti. Tento cíl se zdá na první pohled poněkud podivný, ale často se právě ve sportu setkáváme se situacemi, kdy trenéři zatěžují děti naprosto nevhodnými činnostmi, bez ohledu na možné následky v následujícím období. Poškození mohou mít podobu psychickou, či poškození tělesné. Psychická stránka nemusí být příliš zřetelná, tyto poruchy bývají nenápadné ale o to závažnější. Přináší stavy úzkostnosti, frustrace, vznik různých psychóz, tyto stavy mohou přinést i psychické onemocnění, mnohdy spojené s ukončením účasti ve sportu a vytvořením velmi negativního celoživotního vztahu k pohybovým aktivitám. Tělesná poškození krátkodobá v podobě různých zranění, či tělesná poškození dlouhodobého či trvalého charakteru jsou právě výsledkem systematického nevhodného zatěžování a přináší takové změny, které na kratší či delší čas omezují pohybovou aktivitu jedince, někdy dokonce zamezí jeho další účasti v aktivním sportu.

2. Vytvořit u dětí kladný vztah ke sportu jako celoživotní aktivitě. Je to otázka vhodného přístupu trenéra k dětem. Pokud trenér zdůrazňuje výkon a upřednostňuje péči o lepší sportovce před těmi horšími, ti horší, bez dobrého výkonu, dříve nebo později odchází znechuceni a zatrpklí ze sportu jinam, do jiných aktivit, kde se mohou prosadit (někdy do oblastí společensky nepřijatelných). Úkolem trenéra mládeže je podporovat kladný vztah k pohybu, ke sportu i u těch, kteří nebudou nikdy v budoucnu vrcholovými sportovci. Tito

totiž mohou při kladném vztahu ke sportu jako běžní občané udělat velmi mnoho pro své zdraví na poli rekreačních pohybových aktivit a mnohdy i jako členové pracovních kolektivů v nejrůznějších sférách mohou kladně ovlivnit i postoje svého okolí k péči o vlastní zdraví.

Prostě pohybová aktivita a sport, zejména dětí a mládeže, musí být radost, musí přinášet potěšení a zábavu.

3. Vytvořit základy pro pozdější trénink. Dětský organismus je vhodně uzpůsoben pro rozvoj a osvojení pohybových dovedností, rozvoj základních pohybových schopností, přirozený rozvoj koordinačních schopností, přirozený rozvoj rychlostních schopností. Dítě může získat návyk, potřebu pravidelné účasti ve sportu, pravidelného navštěvování tréninků. Praxí je potvrzeno, že do puberty je ideální období pro osvojení základních dovedností v technické přípravě, zvládnutí techniky pohybu, vedení míče, driblingu, apod. Důraz na rozvoj těchto dovedností a schopností vytváří dobré základy pro pozdější „vážnější“ sportovní trénink.

Literatura

Perič, T. (2004) *Sportovní příprava dětí*. Praha: Grada.

Jansa, P., Dovalil, J. a kol. (2007) *Sportovní příprava. Vybrané teoretické obory*. Příbram: Q-art.

Křištofič, J. (2006) *Pohybová příprava dětí*. Praha: Grada.

8. Systém sportovního tréninku a specifika tréninku osob s intelektovým postižením

Srovnání sportovních aktivit intelektově postižených s nepostiženými

(Na zpracování se autorsky podíleli: Pavel Tilinger a Jiří Suchý)

Sport, a to jak rekreační, výkonnostní i vrcholový sehrává u všech skupin obyvatel obdobné role. Možnost strávit určitý časový úsek činností, která je společensky akceptovaná, je velkým vkladem pro výchovu jedince, jenž se takové činnosti věnuje, zvláště, pokud je tato činnost vedena kvalifikovaným sportovním pedagogem.

Sportovní trénink je jednou z organizovaných forem tělovýchovného procesu, jehož hlavním zaměřením – cílem je dosahování co možná nejvyšších sportovních výkonů ve zvoleném sportovním odvětví či disciplíně.

Jsou zde nějaké rozdíly mezi postiženými a nepostiženými? Cíle jsou pro všechny ve sportu stejné – dosažení úspěchu, dosažení relativně maximálního sportovního výkonu.

Úkoly sportovního tréninku (Dovalil a kol, 2008) zahrnují tělesný, psychický a sociální rozvoj a spočívají v osvojování sportovních dovedností (jejich technické a taktické stránky), rozvíjení kondice sportovců (ovlivňování jejich pohybových schopností) a formování osobnosti sportovců ve smyslu specifických požadavků sportovního odvětví a i ve smyslu širším, občanském. Někdy hovoříme o složkách tréninku – rozvoji kondice, techniky, taktiky, psychiky a výchovy.

Jsou zde nějaké rozdíly mezi postiženými a nepostiženými? Úkoly rozvoje jednotlivých složek a budování sportovní výkonnosti jsou úkoly, který jsou bytostně spojeny s podstatou sportu, úkoly jsou pro všechny stejné.

Obsah sportovního tréninku zahrnuje vše, co musí sportovec zvládnout na cestě k dosažení cílů. Hovoříme o procesu morfologicko-funkční adaptace, motorického učení a psychosociální interakce mezi sportovcem a trenérem, spoluhráči, soupeři, diváky, apod. Někdy se hovoří i o psychosociální adaptaci sportovce.

Jsou zde nějaké rozdíly mezi postiženými a nepostiženými?

Procesy morfologicko-funkční adaptace se týkají především buněk, orgánů a organismu jako celku, procesů odezvy organismu na zatěžování. Zde by v podstatě neměly být velké difference mezi postiženými a nepostiženými.

V procesu motorického učení, zejména u složitějších pohybových aktů, lze obtížně využívat vysvětlování a využívání představivosti a zapojování intelektových procesů u intelektově postižených. Naopak nápodoba může fungovat velmi dobře. Všeobecně lze říci, že proces motorického učení se u IP prodlužuje v závislosti na složitosti pohybového úkolu.

Již na úrovni senzomotorické, při vytváření představy se uplatňují určité okruhy vědomostí, intelektových schopností a zkušeností a také zde dochází k cílevědomému ovlivňování funkce příslušných analyzátorů. Formování smyslu pro vnímání pohybu, většinou specifického pro určitý sport, může být u osob s intelektovým postižením časově mnohem delší, než u nepostižených.

Poté, na úrovni vlastního osvojování sportovních dovedností, mohou být pozorovány rozdíly v rychlosti osvojování, stejně jako při vlastním využívání osvojených dovedností v podmínkách výkonu při soutěži. Zde se zdá, že možnost výběru z několika osvojených řešení je pouze teoretická. I když sportovec dovednost ovládá ve třech variantách, v soutěži zpravidla používá pouze jednu, nanejvýš, výjimečně dvě. (To právě může velmi souviset se specifikou jeho postižení). Pro motorické učení, nácvik techniky platí i u IP prakticky stejná období – „zlatý věk“ pro nácvik pohybových dovedností jako u nepostižených.

Psychosociální adaptace se týká osobnosti člověka, její trvalejší, avšak nikoliv neměnné struktury. Osobnost chápeme jako otevřený dynamický systém s programovanou činností a s určitým chováním k prostředí. Chování má jak individuální, tak i společenskou dimenzi, někdy hovoříme o psychosociální interakci. Všeobecně se uznává vliv sportovní činnosti na psychiku člověka. Sport potřebné vlastnosti, specifické pro daný sport, formuje. Současně platí i opačný vztah – vliv psychiky na průběh a výsledky sportovní činnosti.

Chce-li se trenér dopracovat úspěchů v jednání se sportovcem a v působení na něj, musí dlouhodobě, svědomitě a trpělivě poznávat jeho osobnost. To platí při práci s IP ve zvláště míře.

Sportovní výkon i trénink se uskutečňují v jakési sociální interakci, dochází k vzájemnému ovlivňování účastníků prostřednictvím názorů, myšlenek, citů, informací a nejrůznějších aktivit z oblasti verbální či nonverbální komunikace.

Psychosociální interakce a proces sociální adaptace intelektově postiženého sportovce je pro trenéra těchto osob úkolem velmi obtížným a složitým. Získat si důvěru, být respektován, těšit se oblíbě a dosáhnout stavu, co řekne, to platí, to je proces, který trvá mnohdy několik let. Trpělivost, důslednost, klid, zdvořilost, rozvaha, to jsou vlastnosti trenéra, pomocí nichž může proces psychosociální adaptace u sportovců s IP realizovat.

Základními **charakteristickými rysy** sportovního tréninku jsou (Lehnert a kol., 2001):

- aktivní a dobrovolný přístup
- orientace na maximální výkon a silná výkonová motivace
- pravidelnost a racionálnost zatěžování s tendencí k osobnímu maximu
- dlouhodobost a etapizace
- systémové řízení
- specializace
- individualizace

Jsou zde nějaké rozdíly mezi postiženými a nepostiženými?

Aktivita a dobrovolnost platí všeobecně. Při dobrém vedení, realizaci zajímavých tréninků s přítomností určitého vzruchu, napětí a zábavy, při vhodné motivaci sportovců, při vytvoření návyku pravidelné účasti na tréninku je tento rys naplněn.

Orientace na maximální výkon a silná výkonová motivace mohou být podloženy touhou po vítězství v této soutěži např. možností výjezdu na další soutěže, apod.

Pravidelnost a racionálnost zatěžování - s cílem dosažení maxima výkonnosti je splnitelná s pomocí trenéra. Racionalita zatěžování je mnohdy problémem i pro nepostižené, heslo „co nejvíce znamená i lepší výkon“ pochopitelně není pravdivé a je na trenérovi vysvětlit, proč zatěžuje právě v této výši a nikoliv více nebo méně.

Dlouhodobost a etapizace tréninku platí pro všechny. Každý sportovec více či méně prochází etapou předsportovní přípravy, etapou všeobecného tréninku a etapou specializované přípravy. Pouze pro malou část IP sportovců následuje etapa vrcholového tréninku, ale vzhledem k frekvenci tréninků, jejich intenzitě, vlastní výkonnosti je toto tvrzení mírně ve vztahu ke sportu nepostižených modifikováno. Chce-li sportovec dosáhnout úspěchu na mezinárodním poli, musí podstoupit několikaletý trénink (3 – 6 let), s frekvencí tréninků 3 – 5 krát 1,5 – 2,0 hodiny týdně, s přípravou na soutěže, trvajících 6 – 10 měsíců v roce.

Specializace je i u nejlepších IP sportovců pojmem jasným, možná se ve větší míře setkáváme s nadanými jedinci, kteří jsou na národní úrovni schopni dosahovat předních umístění v několika (nároky, strukturou podobných) sportech, např. v běhu na lyžích, cyklistice, atletických dlouhých tratích a mnohdy byli i úspěšní (zpravidla ale pouze v jednom sportu) na mezinárodní úrovni.

Individualizace představuje stejný význam i pro práci se sportovcem intelektově postiženým. S ohledem na handicap je mnohdy potřeba více přemýšlet a vymýšlet postupy, které by byly úspěšné i v práci s těmito jedinci. Realita ukazuje, že intelektové postižení je postižením, kde

obtížně naleznete dva stejné jedince se stejnou měrou postižení, stejnými charakteristikami osobnosti. Ukazuje se, že hlubší poznání složitosti handicapu je předpokladem vhodného výchovného a tréninkového působení, které může přinést i vyšší sportovní výkonnost.

Tréninkové metody představují postupy, cesty, vztahující se ke způsobům tréninku. Metodou se obecně chápe promyšlený a praxí ověřený způsob činnosti, který slouží k řešení určitých druhů problémů a přispívá k dosažení stanoveného cíle. Tréninkových metod je poměrně značné množství a o konkrétních zpravidla hovoříme v souvislosti s řešením konkrétních úkolů sportovního tréninku.

Jsou zde nějaké rozdíly mezi postiženými a nepostiženými? Trenér IP sportovce musí stejně usilovně přemýšlet jako trenér nepostiženého sportovce, jaký postup, jaké metody použije v situaci řešení konkrétních úkolů sportovního tréninku.

Tréninkové prostředky slouží k plnění tréninkových úkolů a patří mezi ně (Dovalil a kol, 2002):

- tréninková cvičení (všeobecně rozvíjející, speciální, závodní)
- sportovní zařízení (haly, bazény, hřiště, dráhy)
- náčiní (míče, lodě, koše, kola)
- pomocná zařízení (jámy, lanče, trenažéry)
- měřicí zařízení (časomíry, sporttestery)
- audiovizuální prostředky (video, film, obrázky)
- zotavné a podpurné prostředky (sauna, masáže, výživové doplňky)
- psychologické prostředky (ideomotorický trénink, hypnóza)

Jsou zde nějaké rozdíly mezi postiženými a nepostiženými? Trenér IP sportovce musí stejně usilovně přemýšlet jako trenér nepostiženého sportovce, jaké prostředky použije v situaci řešení a plnění konkrétních úkolů sportovního tréninku.

Tréninkové principy představují všeobecně platná doporučení pro trénink, plynoucí ze zkušeností trenérů i vědeckých poznatků zkoumání podstaty zvyšování sportovní výkonnosti. K těm základním patří (Dovalil a kol, 2008):

- princip dialektické jednoty všestrannosti a specializace
- princip systematičnosti
- princip postupně se zvyšujícího zatížení

- princip vlnitosti zatížení
- princip cykličnosti

Jsou zde nějaké rozdíly mezi postiženými a nepostiženými? Tréninkové principy jsou skutečně zásadní, platná doporučení, která musí na cestě k dosahování maximální osobní výkonnosti každý sportovec a s ním i trenér respektovat. Při jejich porušování lze pozorovat pokles výkonů sportovce. Je nutné připomenout, že u nepostižených sportovců se často setkáváme s jejich samostatnou tréninkovou aktivitou (více či méně konzultovanou s trenérem, s distančním vedením sportovce, apod.). U intelektově postižených je samostatný trénink naprostou výjimkou a prakticky není uskutečnitelný. IP jedinci jsou odkázáni na pomoc ze strany nepostižených, na jejich radu, doporučení, vedení, usměrňování, bez odborného vedení se IP jedinec prakticky nemůže dopracovat vysoké úrovně výkonnosti a na ní se jistou dobu udržet.

S tréninkovými principy jsou velmi úzce svázány **pedagogické zásady** uplatňované všeobecně ve vyučovacím procesu (ke kterému sportovní trénink samozřejmě patří). K nejčastěji vzpomínaným patří:

- zásada uvědomělosti
- zásada názornosti
- zásada soustavnosti
- zásada přiměřenosti
- zásada trvalosti

Jsou zde nějaké rozdíly mezi postiženými a nepostiženými? Pedagogické zásady se bytostně týkají záležitostí výchovy jedince. Všechny zásady a jejich dodržování jak IP, tak i nepostiženým umožňuje dosahovat úspěšného pokroku na cestě k vyšší výkonnosti.

Uvědomění si svých možností, povinností a práv, to je osobnostní problém všeobecný, pro hůře chápající a jejich trenéra to může být problém skoro neřešitelný. Pochopení vlastních práv bývá velmi jednoduché, ta druhá stránka – pochopení řádu, povinností, uvědomění si, proč se co dělá, co se musí a co se nesmí, to je velmi obtížné a vyžaduje to hodně času a úsilí ze strany trenéra, rodičů a dalších pedagogů, aby bylo dosaženo pochopení, uvědomění v mysli IP jedince.

Uplatnění zásady **názornosti** je pedagogicky efektivní u všech svěřenců.

Soustavnost rovněž není jednoduše dosahovanou a plněnou zásadou. Mírný, leč vytrvalý tlak vychovatelů na vychovávaného ve většině případů přináší pracovní návyk u IP, a to nejen ve smyslu vážné práce, ale i ve smyslu soustavného navštěvování tréninků.

Přiměřenost je hodně v rukou trenéra. Přiměřené výchovné působení, přiměřené kladení požadavků a úkolů, přiměřené zatěžování sportovce přináší většinou optimální výchovný efekt spojený i s následným růstem výkonnosti.

Trvalost znamená nepřerušovanost, vytrvalost ve výchovném a tréninkovém působení na sportovce. Uplatňování všech výše uváděných zásad u IP sportovců představuje značné nároky na aktivitu a pracovní úsilí trenéra.

Řízení sportovního tréninku představuje vědomé, racionální a zdůvodněné pokyny a zásahy do tréninku (Dovalil a kol. 2008). Prakticky se řízení sportovního tréninku uskutečňuje prostřednictvím postupných kroků, jakými jsou prognózování, plánování, evidence tréninku, kontroly trénovanosti a vyhodnocování tréninku (Tilinger, 2004). V celém tomto procesu je velmi důležitá role trenéra, který musí sportovce provázet všemi úseky vysoce racionální aktivity, na jejímž základě lze systematicky postupovat k úspěšné kariéře sportovce. Na trenérovi je objasňovat sportovci důležitost postupných kroků celého systému řízení tréninku, jejich významu při budování úspěšné sportovní výkonnosti IP sportovce.

Výsledkem dlouhodobé systematické, vhodné, přiměřené a soustavné tréninkové činnosti je růst trénovanosti. **Trénovanost** znamená souhrnný stav připravenosti sportovce (podávat výkon), charakterizující aktuální míru jeho přizpůsobení (adaptace) požadavkům příslušné sportovní specializace. Trénovanost je komplexem specifických i nespecifických, kvalitativních i kvantitativních změn v organismu i psychice sportovce, k nimž dochází v důsledku tréninku.

Sportovní výkon můžeme charakterizovat jako projev specializovaných schopností sportovce. Jeho obsahem je uvědomělá pohybová činnost zaměřená na řešení úkolů, který je vymezen pravidly (Lehnert a kol. 2001).

Jsou zde nějaké rozdíly mezi postiženými a nepostiženými? Výsledný efekt úsilí sportovce a trenéra se odráží na úrovni sportovních výkonů. Tyto výkony u IP jsou ve srovnání s výkony nepostižených horší o cca 20 % (podrobněji viz samostatná kapitola), nicméně úsilí o rozvoj trénovanosti a růst specializované sportovní výkonnosti je srovnatelné u obou sledovaných skupin.

Literatura

- DOVALIL, J. a kol. (2005) *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia.
- DOVALIL J a kol. (2008) *Lexikon sportovního tréninku*. Praha: Karolinum.
- JANSA, P., DOVALIL, J. a kol. (2007) *Sportovní příprava*. Příbram: Q-art.
- KRIŠTOFIČ, J. (2006) *Pohybová příprava dětí*. Praha: Grada.
- LEHNERT, M., NOVOSAD, J., NEULS, F. (2001) *Základy sportovního tréninku I*.
Olomouc: Hanex.
- MARTENS, R. (2006) *Úspěšný trenér*. Praha: Grada.
- PERIČ, T. (2004) *Sportovní příprava dětí*. Praha: Grada.
- TILINGER, P. (2004) *Prognózování vývoje výkonnosti ve sportu*. Praha: Karolinum.

9. Podmínky způsobilosti osob s mentálním postižením pro mezinárodní sport (licence, umožňující start na soutěžích INAS-FID a IPC)

V čem jsou vlastně sportovci s MP jiní než sportovci zdraví či jinak handicapovaní?

Veřejnost, ale někdy i někteří sportovci (např. s jiným postižením než mentálním) občas reagují: "Proč jsou klasifikováni jako postižení, když mají všechny končetiny, všechny smysly?" Tato otázka, případně výtky, je důkazem nepochopení této problematiky. Vždyť, kdo se zajímal alespoň povrchně o osobnost MP, ví, že právě osobnostní stránky těchto sportovců jsou ty, které tvoří handicap. Osobnost každého člověka je velice složitý systém, soubor částí, vlastností a jejich vzájemných vztahů. Je-li, byť jediná část, vlastnost, porušena, může, a velmi často tomu tak je, mít vliv na integritu osobnosti. Osobnost mentálně postiženého je porušena pravidelně v oblasti vnímání, které je povšechné, nedostatečné v oblasti analýzy a syntézy, ovlivňuje celý psychický vývoj, pozornost je mělká, snadno unavitelná, emotivita značně ovlivňuje výkon. Zásadně je ovlivněno myšlení a vůle. Každý trenér ví, jak těžko se pracuje se sportovcem, který má, byť jen jedinou z osobnostních složek, poškozenou. Mentálně postižený sportovec může mít poškozeny všechny složky osobnosti (v různých kombinacích a v různém rozsahu).

Není snadné MP sportovce přimět k tomu, aby začal sportovat a velice obtížné je přesvědčit ho, aby dodržoval tréninkovou morálku, sebeobětování, sebekázeň. Aby se podřídil načasování formy a psychické přípravy tak, aby v závodě bylo dosaženo nejlepšího výkonu. Trénink bez trenéra je téměř nemožný, málokterý sportovec je schopen dlouhodoběji a svědomitě plnit, byť elementární, individuální tréninkový plán.

Dle stanov ČSMPS jsou sportujícími členy svazu žáci, studenti a absolventi ústavů sociální péče, základních škol praktických (dříve zvláštních škol), základních škol speciálních (dříve pomocných škol), praktických škol, odborných učilišť a stacionářů. Tito jedinci mají v současném, tvrdě konkurenčním světě pramálo možností uspět, být na vrcholu, prožít pocit úspěchu, vítězství. V různých formách soutěží pro děti ze základních a středních škol či v běžných soutěžích organizovaných ČSTV je výjimkou sportovec s MP, který dosahuje čelných umístění.

Postup při vřazování jedinců do speciálních škol má svá, zákonem daná pravidla a podmínky. Zásadní prioritní podmínkou je, že žák nemůže pro své rozumové nedostatky dostat požadavkům základní školy či dokonce zvláštní školy. Po zjištění této skutečnosti dlouhodobým pedagogickým pozorováním, před nástupem školní docházky či v jejím

průběhu, následuje zákonem nařízené pedagogicko – psychologické vyšetření, které snížení rozumových schopností potvrdí. Teprve potom začíná proces samotného vřazení, k němuž je vždy povinný souhlas rodičů či zákonných zástupců.

Mentální postižení je postižení mnohdy skryté, ne tak provokující, ale o to složitější.

V současnosti činí nejčastěji uváděný odhad procentního zastoupení mentálně postižených v populaci 2 - 3 %. Je to číslo vysoké, vyšší oproti ostatním postižením, která navíc v oblasti sportu mají vypsané v konkrétních disciplínách několik kategorií, dle stupně postižení, a tyto kategorie čítají několik jednotlivců či maximálně desítky startujících. Naděje na dobré umístění u MP je tedy podstatně menší, neboť nominovaní sportovci se rekrutují v jediné disciplíně z tisíců sportujících na celém světě (Svoboda, Tilinger, 2001).

Právě odtud pramení největší, velice aktuální, ale na druhou stranu dlouhodobý, problém sportu mentálně postižených. Kdo je vlastně považován za mentálně postiženého? INAS-FID má stanovené podmínky, které na sportovcích požaduje. Tyto jsou uvedeny v tzv. Deklaraci z Bollneas:

Způsobilost ve sportu pro sportovce s MP musí být založena na následujících kritériích:

1. IQ jedince funguje na úrovni IQ 70 – 75 nebo méně.
2. Významně demonstruje limitaci ve dvou nebo více oblastech schopností adaptace (oblasti denní aktivity sportovců, kteří vyžadují podporu – např.: výchova, vzdělání, sociální dovednosti, zaměstnání, denní život). Sportovec musí splňovat alespoň 2 z uváděných podmínek.
3. Věk při diagnostikování vady jedince 18 nebo méně roků.

Při stanovování IQ a způsobilosti vůbec se vychází z Mezinárodní klasifikace nemocí podle WHO z roku 1992.

Je jasné, že špičkových, vítězných sportovních výkonů jsou většinou schopni dosáhnout především sportovci v pásmu lehké MR a i z tohoto pásma mají výhodu jedinci v tzv. „hraničním pásmu“. Některé z charakteristik tohoto pásma lze prezentovat takto: Lehce mentálně retardovaní si osvojují mluvu opožděně, ale většinou dosáhnou schopnosti užívat řeč účelně v každodenním životě, udržovat konverzaci a podrobit se klinickému interview. Většina z nich také dosáhne úplné nezávislosti v osobní péči a v praktických a domácích dovednostech, i když je vývoj proti normě mnohem pomalejší. Hlavní obtíže se obvykle projevují při teoretické práci ve škole. V sociokulturním kontextu, kde se klade malý důraz na teoretické znalosti, nemusí mírný stupeň retardace působit žádný problém.

Obecně jsou behaviorální, emocionální a sociální potíže lehce mentálně retardovaných a z toho plynoucí potřeba léčby a podpory bližší těm, které mají jedinci s normální inteligencí, než specifickým problémům středně a těžce retardovaných.

Kritéria způsobilosti pro účast na soutěžích INAS-FID a IPC

Po ostudných podvodech basketbalistů – sportovců ze Španělska na paralympiádě v Sydney 2000 (bezprostředně po paralympiádě vyšlo najevo, že za basketbalový tým mentálně postižených sportovců Španělska nastoupilo několik jedinců, kteří nebyli mentálně handicapovaní, dokonce za Španělsko hrál jeden novinář, který vše patřičně v tisku prezentoval), bylo nezbytné ještě pozorněji a pečlivěji stanovit kritéria způsobilosti jedinců, oprávněných startovat v rámci soutěží INAS-FID a IPC jako osob s intelektuálním handicapem (ID). Na soutěžích INAS-FID a IPC mohou startovat sportovci registrovaní v rámci INAS-FID a splňující kritéria obsažená v žádosti o registraci sportovce. V anglickém originále je žádost uvedena na <http://www.inas-fid.org/athleterege.html>, zde je český překlad pokynů k registraci.

1. Úvod

Tento formulář je určen pro registraci sportovců pro soutěže pořádané INAS-FID – mezinárodní federací sportu intelektově znevýhodněných. Informace o INAS-FID je možné nalézt na www.inas-fid.org. Formulář byl aktualizován v dubnu 2005. Version 2 byla poprvé představena v červnu 2008, obsahuje aktualizované poznámky a rady.

Pro zajištění čistého a soutěžního sportu, INAS-FID striktně používá kritéria způsobilosti popisovaná níže a používá příložený formulář. Sekretariát INAS-FID doporučuje: „Pečlivě se řiďte instrukcemi a vyplňte formulář kompletně, protože neúplně vyplněné žádosti budou žadatelům vráceny“.

2. Kritéria způsobilosti

Na všech mezinárodních úrovních soutěžení sportovci s intelektovým znevýhodněním musí:

- a) mít intelektové znevýhodnění formálně diagnostikované v souladu s požadovanými standardy
- b) předkládat důkazy o vlivu sportovcova intelektového znevýhodnění ve sportu

3. Intelektové znevýhodnění

Diagnostická kritéria pro intelektové znevýhodnění používaná organizací INAS-FID jsou shodná s kritérii Světové zdravotnické organizace (World Health Organization) WHO, ICD-10 a ICF, 2001) a Americké asociace mentální retardace (AAMR, 2002), a jsou mezinárodně uznávána profesními organizacemi (Mezinárodní asociace vědeckých studií intelektového postižení, Asociace amerických psychologů).

Kritéria pro intelektové znevýhodnění mají 3 složky:

- a) významné postižení intelektové činnosti demonstrované na plné stupnici skóre 75 nebo méně** prostřednictvím mezinárodně uznávaného a profesionálně aplikovaného IQ testu, např. Wechslerova testu inteligence pro děti (WISC-R), Wechslerova testu inteligence pro dospělé (WAIS-III).
- b) Významná limitace v adaptivním (přizpůsobivém) chování projevujícím se v pojmových, sociálních a praktických adaptivních schopnostech** zjištěná prostřednictvím použití standardizovaných testů, které mají příslušné normy založené na sledování celé populace, včetně lidí s postižením (např. Vinelandova škála adaptivního chování, AAMR škála adaptivního chování) nebo tam, kde takové testy nejsou k dispozici, by měla být vyšetření provedena prostřednictvím klinického pozorování. Příklady těchto schopností obsahují: komunikaci, péči o sebe, sebeovládání, sociální / interpersonální dovednosti. Limitace v adaptivním chování zahrnuje jak každodenní život, tak i schopnost reagovat na změny života a požadavky vnějšího prostředí.
- c) Intelektové znevýhodnění musí být diagnostikováno v průběhu vývojového období, což je od početí do věku 18 let.**

4. Vliv intelektového znevýhodnění ve sportu

Toto je měřeno v části žádosti Part IV prostřednictvím Dotazníku sportovních informací a důsledků (často nazývaného SIC-Q). Tento nástroj je používán s cílem ukázat, jak a jakou cestou sportovcův intelektový handicap ovlivňuje sport (jinými slovy funkční implikace intelektového znevýhodnění do sportu). Všechny sekce SIC-Q musí být úplně vyplněny. Sportovec, rodiče, trenér a národní organizace musí asistovat při vyplňování této části žádosti. Navíc, sportovcův trenér by měl napsat podpůrný dopis, ve kterém by vysvětlil, jak sportovcův intelektový handicap působí na jeho/její účast ve sportu. Dle posledního rozhodnutí sekretariátu INAS-FID dopis není potřeba.

5. Doklady (důkazy)

Pro registraci sportovce jako intelektově znevýhodněného musí být poskytnuty důkazy od kvalifikovaného odborníka (tj. graduovaného psychologa) se zkušenostmi v oblasti diagnostikování intelektového znevýhodnění. Odborník je žádán o potvrzení, že měření a diagnostikování sportovcovy intelektové nedostatečnosti bylo provedeno správně a sportovec splňuje všechny požadavky popisované výše. Zpráva musí obsahovat 4 části:

a) Významné postižení intelektových funkcí: Kvalifikovaný odborník musí poskytnout přímé důkazy (primární důkazy), které vysvětlují proceduru testování a výsledky, jež potvrzují diagnózu významného postižení intelektových funkcí. Toto musí být ve formě souhrnné zprávy, která obsahuje všechny detaily o procesu testování včetně:

- i Kdy, kde a kým bylo vyšetření provedeno?
- ii Jaký test byl použit?
- iii Za jakým cílem byl test proveden
- iv Výsledky testů, informující jasně o plné škále IQ

b) Významné omezení v adaptivním chování: Kvalifikovaný odborník musí předložit přímé důkazy (primární důkazy), které vysvětlují proces testování a výsledky tohoto postupu, přinášející doklady a diagnózu významného omezení v adaptivním chování. Toto musí být ve formě souhrnné zprávy, která obsahuje všechny detaily o procesu testování včetně:

Kdy, kde a kým bylo vyšetření provedeno?

- i. Jak bylo hodnocení adaptivního chování provedeno, např. byl použit standardizovaný test (tj. Vinelandova škála adaptivního chování) nebo tam, kde takové testy neexistují, nějaká jiná vhodná metoda (tj. klinické pozorování po určité době)
- ii Za jakým cílem byl test proveden
- iii Výsledky testování, informující jasně, zdali osoba má (nebo nemá) významné omezení vyjádřené v koncepčních, sociálních a praktických adaptivních schopnostech (dovednostech)

Důležité: V zemích, kde jsou dostupné standardizované testy, by tyto měly být použity. Tam, kde nemají standardizované testy, adaptivní chování může být hodnoceno prostřednictvím klinického pozorování. V těchto případech musí hodnocení a závěrečná zpráva obsahovat detailní informace o těchto oblastech: komunikace, péče o sebe, sebeovládání, sociální / interpersonální dovednosti, schopnost reagovat na změny života a požadavky vnějšího (životního) prostředí.

c) Intelektové znevýhodnění musí být zaznamenáno v průběhu vývojového období:

Sportovec musí předložit přímé důkazy (primární důkazy), vypovídající o tom, že IQ 75 nebo méně bylo zjištěno před dovršením věku 18 let. Pokud toto není možné, kvalifikovaný odborník musí předložit celkové prohlášení, ze kterého bude zřejmé, že:

- i podle jeho názoru, znevýhodnění bylo zřejmé před dovršením věku 18 let
- ii musí též předložit základní důkazy, na nichž je jeho názor založen

d) Prohlášení experta o definitivní diagnóze: Na základě všech získaných důkazů má odborník všechny standardy a požadavky pro určení, že sledovaná osoba má intelektový handicap?

Pouze přímé důkazy budou akceptovány při hodnocení, že sportovec má intelektové postižení. Doplňující informace (např. doklady o návštěvě speciální školy nebo jiné získané služby) nebudou brány jako náhražka primárních důkazů, ale mohou být předloženy jako další podpora sportovcovy žádosti.

Není přijatelné poslat pouze vyplněné testy samotné (např. WAIS nebo Vineland vyplněný), je nutná celková zpráva.

6. Poznámky pro žadatele

Žádost o získání registrace by měla být podána co nejdříve, jako hranici si dává sekretariát 6 týdnů před zahájením soutěží, ve kterých chce uchazeč startovat. Žádosti, které nedorazí nejméně 6 týdnů před začátkem soutěží, nebudou včas vyřízeny. Poslední úpravy hovoří o nutnosti být registrován (uveden v databázi registrovaných INAS-FID) k poslednímu dnu pro podávání závěrečných přihlášek na konkrétní soutěž.

Prosím, ujistěte se, že jedinec zodpovědný za vyplnění různých částí žádosti plně rozumí instrukcím a požadavkům v každé části. Všechny části žádosti musí být vyplněny kompletně. Neúplné žádosti a ty žádosti, které nejsou vyplněny správně, budou vráceny, a to přinese zdržení v procesu hodnocení způsobilosti.

Formulář a všechna doprovodná dokumentace musí být v anglickém jazyce, není-li uvedeno jinak. Dokumenty přeložené z národního jazyka do angličtiny musí být certifikovány jako přesné a musí být ověřené registrovaným notářem.

PART I, Section 1-2: Sportovcovy osobní údaje a Prohlášení sportovce a zákonného pečovatele o sportovce: Tato část by měla být vyplněna sportovcem (pokud je možné), rodiči, pečovatelem, opatrovníkem, někým z rodiny anebo poručníkem.

Poznámka: Jsou požadovány tři fotografie pasového formátu. Prosím napište jméno sportovce na zadní stranu každé fotografie. Přiložte, prosím, fotokopii sportovcova pasu.

PART II: Důvěrné informace anebo údaje podporující tvrzení: V některých zemích musí být soubor osobních informací doprovázen stanoviskem důvěrnosti anebo informační ochrany. Pokud je toto požadováno, prosím, uveďte stanovisko, jak je požadováno, do příslušného rámečku.

PART III, Sections 1-3: Přímé (primární, základní) doklady intelektové nedostatečnosti.

Tato část žádosti musí být vyplněna odborníkem na hodnocení /diagnostiku intelektové nedostatečnosti a musí obsahovat dostatečně detailní dopis / zprávu, která by jasně vysvětlovala proces hodnocení a výsledky, které dokumentují mezinárodně uznávané standardy pro diagnózu intelektové nedostatečnosti.

PART IV, Sections 1 až 5: Dotazník sportovních informací a důsledků (SIC-Q): Sekce I

až III, které jsou specifické pro sportovní důsledky, musí být vyplněny sportovcovým osobním trenérem. Trenéři jsou důrazně vyzýváni, aby napsali podporující dopis, který by jasně popisoval, jak sportovcova intelektová nedostatečnost působí na jeho / její účast ve sportu.

Zástupce členské národní organizace INAS-FID, který sportovce dobře zná, musí vyplnit sekce IV a V dotazníku SIC-Q. V průběhu vyplňování těchto dvou sekcí může být nezbytné konzultovat s rodiči, pečovateli či právními zástupci sportovce (např. pro získání informací týkajících se zdraví sportovce). Všechny části dotazníku musí být úplně vyplněny.

PART V: Reprezentanti všech úrovní hodnotícího/ posuzovacího procesu v členské zemi musí vyplnit tuto část formuláře, jenž obsahuje:

- a) zástupce národní komise pro způsobilost je odborník, který hodnotí a potvrzuje všechny aspekty všeobecných kritérií způsobilosti (intelektovou nedostatečnost a SIC-Q)
- b) zástupce národního paralympijského výboru (podle posledních pokynů z prosince 2009 není nutný souhlas Národního paralympijského výboru)
- c) prezident či generální sekretář členské organizace INAS-FID

PART VI: Kontrolní seznam registračního formuláře: tuto část vyplní, podepíše a uvede datum národní zástupce členské organizace INAS-FID.

Po vyplnění si poříd'te kopii vaší žádosti a pošlete originál na adresu:

INAS-FID, PO BOX 558, Wakefield, WF1 9GA England.

7. Národní výbor pro způsobilost

Cílem a zodpovědností Národního výboru pro způsobilost je široce zahrnout všechny úrovně hodnocení, které musí být realizováno před tím, než je žádost o způsobilost odeslána na mezinárodní sekretariát INAS-FID.

Požadované složení této skupiny a její příslušné zodpovědnosti jsou následující:

- a) Jeden nebo více odborníků (tj. psychologů) prověřených národní organizací, jako osoby s příslušnými vědomostmi, vzděláním a zkušenostmi v hodnocení intelektového postižení a osoby schopné zhodnotit, zdali veškerá dodávaná dokumentace (přímé doklady) jsou správné a dostačující pro přijetí všech hledisek kritérií pro určení intelektové nedostatečnosti (intelektové funkce, adaptivní chování a zjištění všech těchto standardů před dovršením věku 18 let).
- b) Jeden nebo více odborníků (tj. učitelů TV, certifikovaných trenérů) s odborností a zkušenostmi s trénováním sportovců s intelektovou nedostatečností a sportovců bez intelektových nedostatků. Rolí těchto jedinců je pozorně ohodnotit všechny aspekty Sportovního omezení (Section II) a Omezení účasti (Section III) – částí dotazníku SIC-Q. Cílem tohoto hodnocení je ujištění, že tyto části SIC-Q jsou vyplněny úplně a že předkládané informace jsou přesné.
- c) Národní paralympijský výbor nebo jeho jmenovaný delegát bude rovněž členem národního výboru pro způsobilost. Jeho role spočívá v posouzení žádosti a pokud všechny materiály jsou v pořádku, potvrdí je. Pokud není možné získat autorizaci NPV, musí být toto písemně zdůvodněno.

Národní organizace nebo její reprezentant jsou zodpovědní za potvrzení, že všechny stránky žádosti jsou úplně a správně vyplněny a že všechny záležitosti procesu hodnocení byly v žádosti na úrovni členského státu použity správně.

Všechny žádosti musí být zkontrolovány a potvrzeny národní komisí pro způsobilost (viz strana 5) před odesláním na sekretariát INAS-FID.

Sekretariát poté provede další hodnocení s cílem ujištění, že všechny aspekty žádosti jsou plně a správně vyplněny, komunikuje s národní organizací o statutu obdržené žádosti a vydává těm sportovcům, kteří splnili všechny požadavky způsobilosti, licenci.

8. Multisportovní žádosti

Registrace jsou vydávány na konkrétní sport. Sportovci mohou soutěžit pouze na soutěžích INAS-FID ve sportech, pro které mají platnou registraci.

Pro registraci pro druhý a další sport je nezbytné vyplnit dotazník SIC-Q pro každý sport. Není nutné přikládat další doklady o způsobilosti.

Pro registraci sportovců pro další sport je na webových stránkách INAS-FID (<www.inas.fid.com>) k dispozici zvláštní žádost (formulář), která obsahuje níže uváděné pokyny:

1. Úvod

Tento formulář je potřeba používat pro registraci sportovců pro další sport / soutěže, pořádané INAS FID, jako dodatek k registraci v jejich hlavním sportu /registraci.

Kopie tohoto formuláře musí být vyplněna pro každý další sport, ve kterém chce sportovec soutěžit.

Pouze sportovci, kteří jsou držiteli registrace INAS-FID, nebo použili kompletní formulář „April 2005“ či následující verzi (Revised April 2005 Version 2), mohou použít tento formulář a není potřeba znovu dodávat potvrzení o intelektovém postižení.

Prosím postupujte pozorně podle instrukcí a vyplňte žádost kompletně, jinak budou neúplné žádosti vráceny.

2. DOTAZNÍK SPORTOVNÍCH INFORMACÍ A DŮSLEDKŮ (SICQ)

Sekce I až III, které jsou specifické pro souvislosti se sportem, musí být vyplněny sportovcovým osobním trenérem. Trenéři jsou žádáni, aby sepsali podpůrný dopis, ve kterém jasně popíší, jak sportovcův intelektový handicap působí na jeho účast ve sportu. (Sdělení ze Sekretariátu INAS-FID z prosince 2009 hovoří o zbytnosti psaní tohoto dopisu.)

Všechny sekce dotazníku musí být kompletně vyplněny.

Zástupce členské organizace INAS-FID musí žádost podepsat.

Po vyplnění udělejte kopii formuláře a pošlete originál na adresu:

INAS FID PO BOX 588 Wakefield WF1 9GA ENGLAND

9a Rozhodnutí Valného shromáždění IPC o návratu intelektově postižených na soutěže IPC, včetně paralympijských her ze dne 21. 11. 2009

V průběhu valného shromáždění mezinárodního paralympijského výboru v Kuala Lumpur, Malajsie, členové IPC dne 21. 11. 2009 rozhodli ve prospěch znovuzařazení sportovců s intelektovým postižením do systému soutěžení, včetně Paralympijských her.

Sir Philip Craven (předseda IPC) řekl: „Dnešní úspěch je výsledkem unikátní a vynikající spolupráce mezi vedením sportu a vědci. Chci poděkovat všem zainteresovaným stranám, zvláště vědcům, za jejich přínos a úsilí v průběhu posledních dvou let.“

„Přeji všem sportovcům s intelektovým postižením co největší úspěchy v jejich úsilí o dosažení vrcholných výkonů na příštích paralympijských hrách“.

Rozhodnutí otevírá možnosti účasti intelektově postižených sportovců v paralympijském sportu ve dvou krocích. Zaprvé, proces klasifikace bude vyžadovat podrobení příslušné lékařské evidence Mezinárodního výboru pro způsobilost INAS-FID revizi.

Jakmile je žádost o registraci schválena tímto výborem, INAS-FID odešle v této záležitosti sportovci dopis, kde oznámí, že sportovec byl shledán „způsobilý“ a je mu umožněno postoupit do dalšího stupně klasifikačního procesu. Sportovec postupuje do testování na místě prostřednictvím testovacího panelu, jmenovaného mezinárodní federací, která řídí příslušný sport. Testování na místě se zaměří na „sportovní inteligenci“ a budou zde použity testy odpovídající příslušnému sportu.

Testové skóre bude porovnáno se skórem sportovně specifického minimálního postižení a sportovec bude zařazen do sportovní třídy, která je platná pro intelektově postižené sportovce v příslušném sportu.

Nyní na podzim roku 2009 nejsou žádná sportovně specifická minimální skóre k dispozici. Jejich vytvoření vyžaduje plnou analýzu všech dat získaných organizací INAS-FID v roce 2009 na Global Games a dalších soutěžích a očekává se, že kritéria budou k dispozici uprostřed roku 2010.

Je garantováno, že systém klasifikace sportovců s intelektovým postižením je vyvíjen v souladu s IPC klasifikačním kodexem, má průkaznou metodologii, a proto podporuje kvalitu rozhodnutí o zařazení sportovce s intelektovým postižením do soutěžení v příslušném sportu.

V důsledku toho sportovci s intelektovým postižením budou nyní způsobilí soutěžit na základě úsudku mezinárodní federace, až tyto operativně vytvoří klasifikační systém.

President INAS-FID Bob Price řekl: „Přirozeně, jsem velmi potěšen výsledkem hlasování. Zvláště proto, že intelektově postižení sportovci neudělali nic špatného, a přesto devět let od Sydney 2000 byli vyloučeni z účasti na paralympijských hrách a ostatních soutěžích pořádaných IPC. Toto rozhodnutí přináší ukončení této nešťastné situace a znovu nabízí sportovcům s intelektuálním postižením odpovídající místo v paralympijské rodině.

Jsem nesmírně vděčný společné pracovní skupině a s její prací spojenému výzkumnému týmu a těším se, že uvidím soutěžit intelektově postižené sportovce na vrcholné světové soutěži v roce 2012 v Londýně“.

Paralympijský sport, který se zaměřil na zařazení intelektově postižených do budoucích soutěží, musí rozšířit svůj klasifikační systém na základě výše uvedeného modelu.

Rozhodnutí o disciplínách, kde budou zařazeny do soutěží, bude realizováno ve shodě se zveřejněním celkového programu. Bude určeno, které medailové soutěže se uskuteční a jaká budou kvalifikační kritéria, která by neměla být odlišná od kritérií pro ostatní sportovce. Zařazení sportovců s intelektovým postižením nepřinese redukci počtu sportovců v ostatních klasifikačních třídách na soutěžích paralympijských her v Londýně 2012.

Literatura

URL < <http://www.inas-fid.org/> > [citováno 2009-12-4]

URL < <http://www.inas-fid.org/athleterege.html/> > [citováno 2009-12-4]

URL < http://www.jlabs.cz/uzps/svazy/csmps/sport_intelektove_postizenych/mezinarodni_registrace/ > [citováno 2009-12-4]

10. Srovnání sportovní výkonnosti intelektově postižených s nepostiženými ve vybraných sportech

Atletika a plavání

Pro srovnání úrovně výkonnosti v měřitelných sportech jsme využili hodnot v současné době platných světových rekordů světové federace sportu intelektově postižených – INAS-FID a tyto jsme porovnali s aktuálně platnými rekordy, které vede Atletická federace (IAAF) a Plavecká federace (FINA). Pro naše srovnání představují světové rekordy nepostižených 100 %, světové rekordy intelektově postižených potom jsou procentovým vyjádřením ve vztahu k nim.

Procentové vyjádření předkládá skutečné srovnání, u časů jsou „horší časy“ předkládány jako „vyšší procenta“, což je nelogické a toto je napraveno ve sloupci „Rozdíl v %“.

Atletika

Tabulka 1

Srovnání atletické výkonnosti – světových rekordů osob s intelektovým postižením s nepostiženými - muži

| Disciplína | svět. rekord INAS-FID | svět. rekord IAAF = 100 % | % vyjádření | Rozdíl v % |
|-------------|--------------------------|------------------------------|-------------|------------|
| MUŽI | | | | |
| 100 m | 10,68 | 9,58 | 111,5 | - 11,5 |
| 200 m | 21,45 | 19,19 | 111,8 | - 11,8 |
| 400 m | 46,72 | 43,18 | 108,2 | - 8,2 |
| 800 m | 1:49,91 | 1:41,11 | 108,7 | - 8,7 |
| 1500 m | 3:54,07 | 3:26,00 | 113,6 | - 13,6 |
| 5000 m | 14:55,79 | 12:37,35 | 118,3 | -18,3 |
| 10000 m | 31:14,58 | 26:17,53 | 118,8 | - 18,8 |
| 110 m př. | 14,57 | 12,87 | 113,2 | - 13,2 |
| 400 m př. | 55,47 | 46,74 | 118,7 | - 18,7 |
| 3000 m př. | 9:29,51 | 7:53,63 | 120,2 | - 20,2 |
| Skok vysoký | 1,95 | 2,45 | 79,6 | - 20,4 |

| | | | | |
|-------------|---------|---------|-------|--------|
| Skok daleký | 7,48 | 8,95 | 83,6 | - 16,4 |
| Trojskok | 14,62 | 18,29 | 79,9 | - 20,1 |
| Vrh koulí | 13,80 | 23,12 | 59,7 | - 40,3 |
| Hod diskem | 40,69 | 74,08 | 54,9 | - 45,1 |
| Hod oštěpem | 55,06 | 98,48 | 55,9 | - 44,1 |
| Kladivo | 45,01 | 86,74 | 51,9 | - 48,1 |
| 20 km chůze | 1:25:22 | 1:17:16 | 110,5 | -10,5 |
| maratón | 2:29:59 | 2:03:59 | 121 | - 21 |

Mezi výkony intelektově postižených a nepostižených mužů jsou jasné výrazné rozdíly. Ve sprintech rozdíl představuje hodnoty kolem 8 – 12 %, u vytrvalostních tratí narůstá rozdíl přes 18 %.

Na překážkových tratích se s prodlužováním délky trati zvyšuje i rozdíl ve výkonnosti.

Ve skokanských disciplínách se difference nachází na úrovni 16 – 20 %.

Největší rozdíly lze nalézt u vrhačských disciplín, a to na úrovni 40 až 48 %.

Vysvětlení rozdílů vyplývá z charakteru intelektového postižení. Určitou roli může hrát i oblíbenost a (technická) jednoduchost disciplíny. Zde jsou rozdíly v bězích relativně menší.

Tam, kde se zvyšuje technická náročnost disciplíny, či tam, kde se zvyšují nároky na vytrvalostní schopnosti, mírně narůstá i rozdíl ve výkonech.

Výrazné difference ve vrhačských disciplínách je možné zdůvodnit velkou technickou náročností, velkými nároky na silový a rychlostně-silový projev, kde může sehrávat intelektový handicap výraznější roli.

Tabulka 2

Srovnání atletické výkonnosti – světových rekordů osob s intelektovým postižením s nepostiženými - ženy

| Disciplína | svět. rekord INAS-FID | svět. rekord IAAF = 100 % | % vyjádření | Rozdíl v % |
|------------|--------------------------|------------------------------|-------------|------------|
| ŽENY | | | | |
| 100 m | 11,91 | 10,49 | 113,5 | - 13,5 |
| 200 m | 25,01 | 21,34 | 117,2 | - 17,2 |
| 400 m | 56,78 | 47,60 | 119,3 | - 19,3 |
| 800 m | 2:07,74 | 1:53,28 | 112,8 | - 12,8 |

| | | | | |
|-------------|----------|----------|-------|--------|
| 1500 m | 4:24,85 | 3:50,46 | 114,9 | - 14,9 |
| 5000 m | 17:18,38 | 14:11,15 | 122 | - 22 |
| 10000 m | 36:46,34 | 29:31,78 | 124,5 | - 24,5 |
| 100 m př. | 15,15 | 12,21 | 126,9 | - 26,9 |
| 400 m př. | 1:06,13 | 52,34 | 126,3 | - 26,3 |
| Skok vysoký | 1,68 | 2,09 | 80,4 | - 19,6 |
| Skok daleký | 5,43 | 7,52 | 72,2 | - 27,8 |
| Trojskok | 11,42 | 15,50 | 73,7 | - 26,3 |
| Vrh koulí | 14,33 | 22,63 | 63,3 | - 36,7 |
| Hod diskem | 42,26 | 76,80 | 55,0 | - 45 |
| Hod oštěpem | 39,77 | 72,28 | 55,0 | - 45 |
| Kladivo | 46,46 | 77,96 | 59,6 | - 40,4 |
| maratón | 2:41:19 | 2:15:25 | 119,1 | 19,1 |

Mezi výkony intelektově postižených a nepostižených žen jsou jasné výrazné rozdíly, dokonce ve většině disciplín o 2 – 5 procent vyšší než u mužů.

Ve sprintech rozdíl představuje hodnoty kolem 13 – 19 %, u vytrvalostních tratí narůstá rozdíl přes 22 - 24 %.

Na překážkových tratích se rozdíl ve výkonech dostává až nad 26 % .

Ve skokanských disciplínách se diference nachází na úrovni 19 – 27 %.

Největší rozdíly lze nalézt u vrhačských disciplín, a to na úrovni 36 až 45 %.

Vysvětlení rozdílů vyplývá z charakteru intelektového postižení. Určitou roli může hrát i oblíbenost a (technická) jednoduchost disciplíny. Zde jsou rozdíly v bězích relativně menší.

Tam, kde se zvyšuje technická náročnost disciplíny, či tam, kde se zvyšují nároky na vytrvalostní schopnosti, mírně narůstá i rozdíl ve výkonech.

Výrazné diference ve vrhačských disciplínách je možné zdůvodnit velkou technickou náročností, velkými nároky na silový a rychlostně-silový projev, kde může sehrávat intelektový handicap výraznější roli.

Plavání

Tabulka 3

Srovnání plavecké výkonnosti – světových rekordů osob s intelektovým postižením s nepostiženými – muži

| Disciplína | svět. rekord INAS-FID | svět. rekord FINA = 100 % | % vyjádření | Rozdíl v % |
|--------------------|--------------------------|------------------------------|-------------|------------|
| MUŽI | | | | |
| 50 m v.zp. | 25,29 | 20,94 | 120,8 | - 20,8 |
| 100 m v.zp. | 55,34 | 46,91 | 118 | - 18 |
| 200 m v.zp. | 2:02,59 | 1:42,00 | 119,6 | - 19,6 |
| 400 m v.zp. | 4:24,46 | 3:40,07 | 120,2 | - 20,2 |
| 800 m v.zp. | 9:07,55 | 7:32,12 | 121,1 | - 21,1 |
| 1500 m v.zp. | 17:20,51 | 14:34,56 | 119 | - 19 |
| 50 m znak | 30,44 | 24,04 | 126,6 | - 26,6 |
| 100 m znak | 1:03,80 | 52,38 | 121,8 | - 21,8 |
| 200 m znak | 2:21,95 | 1:51,92 | 126,8 | - 26,8 |
| 50 m prsa | 30,29 | 26,67 | 113,6 | - 13,6 |
| 100 m prsa | 1:06,42 | 58,58 | 113,4 | - 13,4 |
| 200 m prsa | 2:21,95 | 2:07,31 | 111,5 | - 11,5 |
| 50 m mot. | 27,16 | 22,43 | 121,1 | - 21,1 |
| 100 m mot. | 1:00,42 | 49,82 | 121,3 | - 21,3 |
| 200 m mot. | 2:16,99 | 1:52,03 | 122,3 | - 22,3 |
| 200 m ind. pol. z. | 2:18,12 | 1:54,10 | 121,1 | - 21,1 |
| 400 m ind. pol. z. | 5:01,64 | 4:03,84 | 123,7 | -23,7 |

V plaveckých rekordech mužů jsou u intelektově postižených plavců hodnoty výkonů vesměs nižší o cca 20 – 25 %

V kraulařských disciplínách se diference pohybují na hodnotách 18 – 21 %. Zdá se, že zde délka trati nehraje v rozdílu výkonů žádnou podstatnou roli.

Ve znakařských tratích se rozdíl zvyšuje na 22 – 26,8 %, a to je nejvyšší diference v mužských disciplínách.

Naopak prsařské tratě mají vesměs nejmenší rozdíl oproti nepostiženým, a to na úrovni 11,5 – 13,6 %. Příčinu či příčiny nelze jednoznačně určit.

Motýlkové disciplíny jsou na 21 – 22 procentech rozdílu, stejně tak i individuální polohové závody přináší o 21 – 23 % horší časy u intelektově postižených.

Tabulka 4

Srovnání plavecké výkonnosti – světových rekordů osob s intelektovým postižením s nepostiženými - ženy

| Disciplína | svět. rekord | svět. rekord | % vyjádření | Rozdíl v % |
|--------------------|--------------|--------------|-------------|------------|
| ŽENY | INAS-FID | FINA = 100 % | | |
| 50 m v.zp. | 28,95 | 23,73 | 122 | -22 |
| 100 m v.zp. | 1:02,80 | 52,07 | 120,6 | - 20,6 |
| 200 m v.zp. | 2:14,52 | 1:52,98 | 119,1 | - 19,1 |
| 400 m v.zp. | 4:45,26 | 3:59,15 | 119,3 | - 19,3 |
| 800 m v.zp. | 9:57,01 | 8:14,10 | 120,8 | - 20,8 |
| 1500 m v.zp. | 19:36,60 | 15:42,54 | 124,8 | - 24,8 |
| 50 m znak | 32,56 | 27,06 | 120,3 | - 20,3 |
| 100 m znak | 1:09,76 | 58,12 | 120 | - 20 |
| 200 m znak | 2:37,86 | 2:04,81 | 126,5 | - 26,5 |
| 50 m prsa | 36,81 | 30,09 | 122,3 | - 22,3 |
| 100 m prsa | 1:21,56 | 1:04,84 | 124,2 | - 24,2 |
| 200 m prsa | 2:53,97 | 2:20,12 | 124,2 | - 24,2 |
| 50 m mot. | 31,05 | 25,07 | 123,9 | - 23,9 |
| 100 m mot. | 1:09,66 | 56,06 | 124,3 | - 24,3 |
| 200 m mot. | 2:38,52 | 2:03,41 | 128,4 | - 28,4 |
| 200 m ind. pol. z. | 2:33,40 | 2:06,15 | 121,6 | - 21,6 |
| 400 m ind. pol. z. | 5:33,60 | 4:29,45 | 123,8 | - 23,8 |

V plaveckých výkonech žen jsou u intelektově postižených plavkyň hodnoty výkonů vesměs nižší o cca 20 – 25 %, tedy prakticky obdobně jako u mužů.

V kraulařských disciplínách se difference pohybují na hodnotách 19 – 22 % (výjimku představuje málo obsazovaná trať 1500 m, kde je rozdíl skoro 25 %.) Zdá se, že ani u žen délka trati nehraje v rozdílu výkonů žádnou podstatnou roli.

U znakařských tratí se rozdíl pohybuje na 20 %, nejdelší trať rovněž nebývá často obsazována a takto difference je zde vyšší – 26,5 %.

Prsařské tratě mají rozdíl 22 až 24 %.

Motýlkové disciplíny jsou na 24 – 28 procentech rozdílu, delší trať opět má diferenci vyšší.

Individuální polohové závody přináší o 21 – 23 % horší časy u intelektově postižených.

Shrnující pohled může pouze zdůraznit, že intelektově postižení mají výkony díky svému handicapu o 20 i více procent nižší. Rozdíly mezi výkony u mužů a žen nejsou tolik zřetelné, jako tomu bylo v atletice.

Basketbal, tenis, stolní tenis, kopaná, futsal

Srovnání výkonnosti v některých obtížně měřitelných sportech je velmi problematické. Zkušenosti ukazují, že rozdíl ve výkonech mezi intelektově postiženými a nepostiženými by mohl být vyjádřen nálezy sportovců s intelektovým postižením v týmech hrajících soutěže nepostižených. Lze je občas nalézt v krajských soutěžích, zcela výjimečně potom v soutěžích vyšších. Tito sportovci se potom velmi dobře prosazují na mezinárodních soutěžích intelektově postižených.

Představu o vrcholné úrovni výkonnosti v [basketbalu mužů](#) i [basketbalu žen](#), [tenisu](#), [stolním tenisu](#) a [futsalu](#) lze získat ze záznamů bojů na Global Games, které se konaly v ČR v roce 2009 (viz videosekvence).

Neoficiální názory na výkonnost intelektově postižených se vyjadřují v tom smyslu, že ti, co jsou schopni hrát druhou, či dokonce první ligu nepostižených, nesplňují jeden z principů sportu intelektově postižených, který hovoří o vlivu handicapu na možnost prosadit se ve sportu nepostižených a tito by neměli startovat v soutěžích intelektově postižených, protože hrají na vrcholové úrovni s nepostiženými a handicap není tím co by jim bránilo prosadit se a být úspěšný ve sportu.

Ti sportovci, kteří jsou úspěšní na mezinárodním poli v rámci soutěží INAS-FID, dosahují dobrých výsledků v domácích soutěžích nepostižených na úrovni právě krajského přeboru (oblastní soutěže), resp. na úrovni 3. ligy.

Srovnání výkonnosti je vlastně srovnání finálního produktu sportovního tréninku – výkonů. Předpokladem pro dobrou výkonnost na mezinárodní úrovni je pravidelný, odborně vedený víceletý trénink s frekvencí alespoň 3 – 4 i více tréninků týdně.

11. Motorická výkonnost a kvalita života osob s mentální retardací

Poznámka: tato komparativní studie Lejčarová, A., Tilinger, P. *Motorická výkonnost a kvalita života osob s mentální retardací* byla publikována v závěrečné zprávě výzkumného záměru - In Hošek, V., Tilinger, P. (Editoři) Psychosociální funkce pohybových aktivit jako součást kvality života dospělých. Sborník materiálů z výzkumného záměru. Praha : Univerzita Karlova, 2007, s 216-223.

Úvod

Vývoj společnosti je provázen neustálými změnami, které se týkají všech oblastí lidského života. Současný životní styl má za následek mj. pokles habituální tělesné aktivity spojený se vznikem civilizačních onemocnění, snižováním úrovně fyzické zdatnosti, odolnosti a výkonnosti, ale přináší s sebou i nepříznivé vlivy v psychosociálních vztazích. Tento fenomén se vztahuje na celou společnost, zdravotně postižené osoby nevyjímaje. Pohybové aktivity představují významný prostředek ke zlepšení kvality života, a to jak svým biologickým, tak i estetizujícím, psychologickým a sociálním účinkem. Teoretický pohled do problematiky věnované významu pohybových aktivit jako faktoru ovlivňování kvality života u osob s mentální retardací (MR) jsme již nastínili (Lejčarová a Tilinger, 2002).

Problém

Největší zastoupení v rámci skupiny osob s MR mají jedinci s lehkou MR (až 80%), kteří povinnou školní docházku plní v ČR na zvláštních školách. Značný vliv na zlepšení nebo zhoršení jejich osobního i společenského postavení má mj. výrobní proces a celková kulturní a ekonomická úroveň společnosti, ve které žijí.

Rozvoj automatizace výrobních procesů vede ke zvyšování požadavků na kvalifikaci pracovníků, na jejich mentální úroveň, obecnou inteligenci, speciální schopnosti a dovednosti i sociální adaptabilitu. To vede k omezování pracovních příležitostí, kde je rozhodujícím faktorem fyzická práce založená na jednoduchých pohybových úkonech. Tak se postupně snižují i možnosti pracovního zařazení mentálně méně vyspělých jedinců. Předpokladem úspěšné realizace budoucího pracovního procesu žáků zvláštních škol zaměřeného převážně na manuální činnosti je tedy bezpochyby i optimální úroveň motorické výkonnosti.

Pravidelné zjišťování úrovně motorické výkonnosti dětí a mládeže s MR by se mělo provádět hlavně z hlediska sledování jejich zdravého vývoje. Základní údaje o úrovni motorické

výkonnosti slouží rovněž k případným regulačním intervencím do školní tělesné výchovy, která je pro většinu žáků zvláštních škol jedinou možností intencionálního působení pohybových aktivit.

Testování a hodnocení úrovně motorických parametrů u osob s MR se v současné době věnuje již více pozornosti než dříve, ale i přesto je výzkum na tomto poli nedostačující. Touto problematikou se u nás zabýval např. Čepčianský (1974, 1976), Karásková (1987), Chudá (1988), Válková a Thaiszová (1989), nověji pak Válková (2000), Lejčarová a Tilinger (2002). Z výše zmíněných důvodů je důležité získat základní informace o úrovni tělesné zdatnosti a motorické výkonnosti žáků s MR a na jejich základě vytvořit podklady pro tvorbu efektivních programů a zkvalitnění tělovýchovného procesu na speciálních školách pro žáky s MR, přičemž by učitelé měli být v tomto smyslu alespoň informováni.

Hlavním cílem výzkumu bylo zjistit úroveň základní motorické výkonnosti žáků mladšího školního věku na zvláštních školách ve vybraných motorických testech a získané hodnoty porovnat s žáky základních škol a s normami pro českou populaci. Dílčí cíl pak spočíval v komparaci vybraných motorických ukazatelů žáků zvláštních škol účastnících se mimoškolních pohybových aktivit a žáků, kteří se těchto aktivit neúčastní.

Metodika

Charakteristika sledovaného souboru

Výzkumný soubor tvoří 153 žáků (61 dívek a 92 chlapců) 16 pražských zvláštních škol ve věku 9 – 11 let (ročník narození 1991-1992). Jedná se o vyčerpávající šetření na těch zvláštních školách, které disponovaly adekvátními podmínkami pro realizaci testování a které byly ochotny se šetření zúčastnit.

Na 4 náhodně vybraných pražských základních školách bylo celkově otestováno 120 žáků (57 dívek a 63 chlapců).

Metody

K posouzení úrovně motorické výkonnosti žáků zvláštních škol byla použita testová baterie UNIFITTEST (6-60). Motorické testy s minimálními nároky na úroveň pohybových dovedností (Skok daleký z místa, Leh - sed opakovaně, Běh po dobu 12 minut, Člunkový běh 4x10 m) se již v předchozím výzkumu (Lejčarová a Tilinger, 2002) osvědčily jako vhodné k aplikaci na zvláštních školách.

Participace žáků zvláštních škol na pohybových aktivitách byla zjišťována dotazováním jejich třídních učitelů.

Statistické zpracování dat

K hodnocení úrovně a vyrovnanosti výkonů testovaného souboru žáků zvláštních škol v jednotlivých motorických testech a pro vzájemné srovnání se souborem žáků základních škol byly užity základní popisné statistické charakteristiky.

K individuálnímu posouzení a srovnání výsledků testování v rámci populační skupiny daného pohlaví a věku byly použity normy podle „Manuálu pro hodnocení úrovně základní motorické výkonnosti a vybraných charakteristik tělesné stavby školních dětí a mládeže ve věku od 6 do 20 roků“ (Kovář, Měkota aj. 1993).

Výsledky a diskuse

Úroveň a variabilita výkonů testovaného souboru žáků zvláštních škol v porovnání se souborem žáků základních škol

Základní údaje o jednotlivých věkových skupinách udává tabulka 1.

Tabulka 1

Základní údaje o jednotlivých skupinách

| | | | Zvláštní škola | | | | | | Základní škola | | | | | |
|-----------|----------|--------|----------------|---------------|---------------|--------------|---------------|---------------|----------------|---------------|---------------|--------------|---------------|---------------|
| | Je d. | | D 9 | D 10 | D 11 | CH 9 | CH | CH | D 9 | D 10 | D 11 | CH 9 | CH | CH |
| | | | N=16 | N=32 | N=13 | N=10 | 10 N=51 | 11 N=31 | N=16 | N=28 | N=13 | N=18 | 10 N=35 | 11 N=10 |
| Věk | ro k | x s | 9,77 0,15 | 10,58 0,30 | 11,27 0,22 | 9,81 0,13 | 10,50 0,30 | 11,28 0,18 | 9,75 0,15 | 10,57 0,30 | 11,25 0,11 | 9,76 0,17 | 10,44 0,27 | 11,19 0,15 |
| Výšk a | cm | x s | 136,8 1 | 141,0 9 | 146,7 6 | 138,8 0 | 144,2 0 | 146,9 0 | 142,5 0 | 145,4 4 | 148,4 6 | 140,9 4 | 146,6 0 | 148,1 0 |
| | | | 6,46 | 9,66 | 5,83 | 6,28 | 7,07 | 8,06 | 7,47 | 6,30 | 6,03 | 7,54 | 6,84 | 8,10 |
| Hmo t. | kg | x s | 31,25 | 33,65 | 44,61 | 35,20 | 38,23 | 39,70 | 31,18 | 35,32 | 36,26 | 35,05 | 38,28 | 39,60 |
| | | | 4,67 | 7,85 | 13,67 | 9,16 | 9,61 | 11,46 | 8,01 | 5,84 | 6,55 | 10,20 | 8,49 | 8,50 |

1. Test „Skok daleký z místa“ (tab. 2)

Podle našeho předpokladu jsou průměrné hodnoty výkonů u žáků zvláštních škol ve všech kategoriích na nižší úrovni než průměrné hodnoty výkonů žáků základních škol. Nejvýrazněji se tato tendence projevila u 9tiletých chlapců a 10tiletých dívek, kde rozdíl výkonů vzhledem k průměru činí u obou přibližně 28%.

Normy plní cca pouhých 18% žáků zvláštních škol a 58% žáků základních škol.

Tabulka 2

Porovnání základních statistických charakteristik testu „Skok daleký z místa“ u žáků zvláštních škol (ZvŠ) a žáků základních škol (ZŠ)

| SKOK DALEKÝ Z MÍSTA | | | | | | | | |
|---------------------|-----|----|-------|-------|-----|------|------|---------|
| Pohlaví | Věk | N | x | s | R | xmax | xmin | norma |
| Chlapci | 9 | 10 | 111,7 | 37,24 | 111 | 162 | 51 | 140-157 |
| Chlapci | 10 | 51 | 123,1 | 26,70 | 128 | 163 | 35 | 148-166 |
| Chlapci | 11 | 31 | 138,0 | 25,67 | 115 | 197 | 82 | 156-174 |
| Dívky | 9 | 16 | 111,1 | 24,32 | 88 | 152 | 64 | 134-151 |
| Dívky | 10 | 32 | 107,0 | 26,38 | 113 | 156 | 43 | 143-160 |
| Dívky | 11 | 13 | 120,0 | 32,47 | 108 | 168 | 60 | 151-169 |
| Chlapci | 9 | 18 | 153,9 | 24,64 | 88 | 193 | 105 | 140-157 |
| Chlapci | 10 | 35 | 144,9 | 19,41 | 65 | 175 | 110 | 148-166 |
| Chlapci | 11 | 10 | 151,6 | 19,05 | 67 | 180 | 113 | 156-174 |
| Dívky | 9 | 16 | 140,3 | 16,73 | 50 | 170 | 120 | 134-151 |
| Dívky | 10 | 28 | 148,9 | 14,16 | 66 | 176 | 110 | 143-160 |
| Dívky | 11 | 13 | 159,2 | 18,73 | 74 | 184 | 110 | 151-169 |

Legenda:

žáci zvláštních škol
 žáci základních škol
 x, s, R, xmax, xmin, norma jsou uvedeny v cm

2. Test „Leh - sed opakovaně“ (tab. 3)

I zde, v souladu s naším předpokladem, průměrné hodnoty výkonů žáků zvláštních škol ve všech věkových kategoriích dosahují nižší úrovně oproti žákům základních škol (vzhledem k průměru je výkonnost celkově nižší o 37%). Důvod nižší výkonnosti v tomto testu s převažujícím vytrvalostním zatížením vidíme kromě individuální úrovně bedrokyčlostehenních a břišních svalů i v nízké motivaci a oslabené vůli žáků zvláštních škol. Za zmínku stojí minimální výkony téměř ve všech kategoriích (kromě 11letých chlapců), které dosahují nulové hodnoty.

Normy plní celkem 41% žáků zvláštních škol a 82,5% žáků základních škol.

Tabulka 3

Porovnání základních statistických charakteristik testu „Leh - sed opakovaně“ u žáků ZvŠ a žáků ZŠ

| LEH – SED OPAKOVANĚ | | | | | | | | |
|---------------------|-----|---|---|---|---|------|------|-------|
| Pohlaví | Věk | N | x | s | R | xmax | xmin | norma |
| | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---------|----|----|-------|-------|----|----|----|-------|
| Chlapci | 9 | 10 | 20,10 | 14,28 | 47 | 47 | 0 | 25-34 |
| Chlapci | 10 | 51 | 21,86 | 9,62 | 37 | 37 | 0 | 28-37 |
| Chlapci | 11 | 31 | 26,74 | 10,43 | 45 | 50 | 5 | 29-38 |
| Dívky | 9 | 16 | 18,06 | 10,82 | 35 | 35 | 0 | 24-32 |
| Dívky | 10 | 32 | 20,66 | 8,96 | 38 | 38 | 0 | 27-36 |
| Dívky | 11 | 13 | 21,77 | 10,50 | 34 | 34 | 0 | 29-38 |
| Chlapci | 9 | 18 | 33,72 | 11,86 | 35 | 51 | 16 | 25-34 |
| Chlapci | 10 | 35 | 31,51 | 11,19 | 50 | 51 | 1 | 28-37 |
| Chlapci | 11 | 10 | 37,80 | 7,23 | 25 | 52 | 27 | 29-38 |
| Dívky | 9 | 16 | 31,19 | 8,94 | 37 | 45 | 8 | 24-32 |
| Dívky | 10 | 28 | 37,25 | 5,25 | 24 | 48 | 24 | 27-36 |
| Dívky | 11 | 13 | 36,08 | 5,33 | 19 | 41 | 22 | 29-38 |

Legenda:

| | |
|--|----------------------|
| | žáci zvláštních škol |
| | žáci základních škol |

x, s, R, xmax, xmin, norma jsou uvedeny v počtu opakování

3. Test „Běh po dobu 12 minut“ (tab. 4)

Pro značně vysoké nároky na volní sféru MR jedinců a jejich sníženou či dokonce chybějící schopnost samostatně čelit překážkám byl v tomto testu běžecké vytrvalosti předpokládán velký rozdíl v průměrných hodnotách výkonů. Tato domněnka se však tak výrazně nepotvrdila, v porovnání s žáky základních škol činí celkový absolutní rozdíl vzhledem k průměru jen 14%. Souvisí to mj. s faktem, že i žáci základních škol vykazují v tomto testu podprůměrné výsledky vzhledem k normě, kterou splňuje jen 10% žáků zvláštních škol a 31% žáků škol základních.

Tabulka 4

Porovnání základních statistických charakteristik testu „Běh po dobu 12 minut“ u žáků ZvŠ a žáků ZŠ

| BĚH PO DOBU 12 MINUT | | | | | | | | |
|----------------------|-----|----|---------|--------|------|------|------|-------|
| Pohlaví | Věk | N | x | s | R | xmax | xmin | norma |
| Chlapci | 9 | 6 | 1480,00 | 301,52 | 770 | 1770 | 1000 | 1871- |
| Chlapci | 10 | 44 | 1478,63 | 322,53 | 1460 | 2210 | 750 | 1978- |
| Chlapci | 11 | 30 | 1697,33 | 469,33 | 1660 | 2620 | 960 | 2066- |
| Dívky | 9 | 16 | 1432,50 | 204,23 | 750 | 1910 | 1160 | 1711- |
| Dívky | 10 | 30 | 1413,00 | 259,39 | 1180 | 1950 | 770 | 1803- |
| Dívky | 11 | 12 | 1484,16 | 384,03 | 1240 | 1940 | 700 | 1876- |
| Chlapci | 9 | 18 | 1803,88 | 397,81 | 1350 | 2500 | 1150 | 1871- |
| Chlapci | 10 | 33 | 1764,84 | 418,70 | 1640 | 2660 | 1020 | 1978- |
| Chlapci | 11 | 10 | 1957,00 | 399,22 | 1310 | 2610 | 1300 | 2066- |

| | | | | | | | | |
|-------|----|----|---------|--------|------|------|------|-------|
| Dívky | 9 | 14 | 1472,14 | 338,32 | 1040 | 2000 | 960 | 1711- |
| Dívky | 10 | 26 | 1710,38 | 277,88 | 1160 | 2560 | 1400 | 1803- |
| Dívky | 11 | 13 | 1770,00 | 300,16 | 940 | 2340 | 1400 | 1876- |

Legenda:

žáci zvláštních škol
 žáci základních škol

x, s, R, xmax, xmin, norma jsou uvedeny v m

4. Test „Člunkový běh 4 x 10 metrů“ (tab. 5)

V tomto testu se průměrné hodnoty výkonů žáků zvláštních škol opět pohybují na nižší úrovni, než je tomu u žáků základních škol, avšak procentuální rozdíly nejsou u všech kategorií tak markantní. Nejvýrazněji se nižší výkonnost projevila opět u 9tiletých chlapců a 10tiletých dívek, kde rozdíl výkonů vzhledem k průměru činí u obou přibližně 19%.

Normy plní 27 % žáků zvláštních škol a 85% žáků základních škol.

Tabulka 5

Porovnání základních statistických charakteristik testu „Člunkový běh 4x10 metrů“ u žáků ZvŠ a žáků ZŠ

| ČLUNKOVÝ BĚH 4 x 10 METRŮ | | | | | | | | |
|---------------------------|-----|----|-------|------|------|------|------|-----------|
| Pohlaví | Věk | N | x | s | R | xmax | xmin | norma |
| Chlapci | 9 | 9 | 15,17 | 2,04 | 6,6 | 18,7 | 12,1 | 13,1-12,4 |
| Chlapci | 10 | 48 | 13,93 | 1,63 | 8,6 | 20,0 | 11,4 | 12,7-12,0 |
| Chlapci | 11 | 31 | 13,28 | 1,31 | 4,2 | 15,8 | 11,6 | 12,3-11,6 |
| Dívky | 9 | 16 | 14,75 | 1,48 | 5,6 | 18,4 | 12,8 | 13,3-12,6 |
| Dívky | 10 | 31 | 15,00 | 2,29 | 10,6 | 22,8 | 12,2 | 13,1-12,4 |
| Dívky | 11 | 12 | 14,14 | 2,44 | 7,4 | 19,7 | 12,3 | 12,8-12,1 |
| Chlapci | 9 | 18 | 12,65 | 1,06 | 4,1 | 15,3 | 11,2 | 13,1-12,4 |
| Chlapci | 10 | 35 | 13,03 | 2,12 | 8,7 | 19,6 | 10,9 | 12,7-12,0 |
| Chlapci | 11 | 10 | 12,33 | 0,88 | 2,5 | 13,3 | 10,8 | 12,3-11,6 |
| Dívky | 9 | 16 | 13,48 | 2,32 | 10,3 | 21,7 | 11,4 | 13,3-12,6 |
| Dívky | 10 | 28 | 12,60 | 0,66 | 2,6 | 14,2 | 11,6 | 13,1-12,4 |
| Dívky | 11 | 13 | 12,08 | 0,99 | 2,9 | 14,0 | 11,1 | 12,8-12,1 |

Legenda:

žáci zvláštních škol
 žáci základních škol

x, s, R, xmax, xmin, norma jsou uvedeny v s

Obecně můžeme konstatovat, že výsledky dostupných studií českých a slovenských autorů zabývajících se sledováním motorické výkonnosti žáků navštěvujících speciální školská zařízení pro MR (viz Problém) se shodují s výsledky našeho šetření - ukazují v průměru nižší úroveň motorické výkonnosti oproti normální populaci.

Hlavní důvod tohoto faktu lze spatřovat v mentální nedostatečnosti žáků zvláštních škol a s ní spojenými specifiky v jejich osobnosti (hlavně v emoční a volní sféře): výrazné jsou projevy hypobulie, snížená schopnost či neschopnost překonávat i ty nejmenší překážky a přinutit se k překonávání sebe sama. Tato absence se projevila především v testu dlouhodobé běžecké vytrvalostní schopnosti, kdy při prvním pocitu „nepříjemné bolesti“ či únavy, event. při vidině potencionálního nezdaru přestávala většina žáků test provádět a jen velmi těžko byli přesvědčováni k pokračování v běhu. Je třeba zmínit se rovněž o problematice přiměřené motivace, úrovni prostorových podmínek, nedostatečném materiálním a technickém vybavení tělocvičen a v neposlední řadě i o neuspokojivé nabídce mimoškolních pohybových aktivit ze strany škol a celkově nízké participaci žáků na pravidelných pohybových aktivitách, což se může odrážet v jejich menší pohybové zkušenosti. Skutečnost, že tělesná výchova na zvláštních školách není mnohdy vyučována vysokoškolsky vzdělaným učitelem v tomto oboru, může být dalším důvodem nízké úrovně motorických schopností žáků.

Úroveň a variabilita výkonů žáků zvláštních škol sportujících v porovnání s žáky nespportujícími

Většina žáků zvláštních škol je v mimoškolních aktivitách pasivní a do pohybových činností se zapojuje jen v hodinách povinné tělesné výchovy. Není však pochyb o tom, že i jedinci s MR mají v rámci svého postižení dostatek dispozic pro rozvoj motorických schopností a dovedností (Čepčiansky a Michalíková 1973; Beasley 1982; Coppenolle 1990; Dupper 1990; Croce and Horvat 1992; Gleser 1992; Horvat, Croce, and McGhee 1993; Rintala and Palsio 1994; Balic, et al. 2000; Ninot, et al. 2000; Válková 2000; Castagno 2001; Cluphf, O'Connor, and Vanin 2001; Yilmaz, et al. 2002; Draheim, Williams, and McCubbin 2003). Vzhledem k malému počtu těchto žáků (19) v našem souboru byli do kategorie sportujících zařazeni tedy všichni jedinci účastníci se mimoškolních pohybových aktivit jak 1x týdně (16 žáků), kteří se účastní pohybových aktivit nabízených školou (většinou kroužky sportovních, resp. pohybových her), tak 2-3x týdně (3 žáci), kteří navštěvují nějaký sportovní klub mimo školu (1x judo, 2x fotbal). Ostatní žáci (N=134) byli zařazeni do skupiny nespportujících.

Uvnitř jednotlivých skupin tudíž nejsou testovaní žáci rozděleni podle věku ani pohlaví.

Základní údaje a výsledky motorických testů udává tabulka 6.

Tabulka 6

Porovnání základních ukazatelů žáků zvláštních škol sportujících a nesportujících

| | | Věk (rok) | Výška (cm) | Hmot. (kg) | Skok daleký z místa (cm) | Leh – sed opakovaně (počet) | Běh po dobu 12 min (m) | Člunkový běh 4x10 m (s) |
|--------------|------|--------------|---------------|---------------|-----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
| Sportující | N | 19 | 19 | 19 | 19 | 19 | 18 | 19 |
| | x | 11,01 | 147,18 | 40,89 | 137,47 | 24,63 | 1621,11 | 13,37 |
| | s | 0,42 | 9,17 | 12,68 | 23,67 | 11,01 | 445,32 | 1,38 |
| | xmin | 9,72 | 132 | 30 | 90 | 3 | 1050 | 11,6 |
| | xmax | 11,63 | 172 | 75 | 197 | 48 | 2620 | 16,9 |
| | R | 1,91 | 40 | 45 | 107 | 45 | 1570 | 5,3 |
| Nesportující | N | 134 | 134 | 134 | 134 | 134 | 120 | 128 |
| | x | 10,56 | 142,62 | 36,66 | 118,14 | 21,72 | 1490,00 | 14,32 |
| | s | 0,55 | 8,00 | 9,72 | 29,10 | 10,26 | 335,19 | 1,94 |
| | xmin | 9,44 | 122 | 21,50 | 35 | 0 | 700 | 11,4 |
| | xmax | 11,71 | 162 | 67 | 175 | 50 | 2530 | 22,8 |
| | R | 2,27 | 40 | 45,50 | 140 | 50 | 1830 | 11,4 |

Skupiny jsou početně velice heterogenní, a tak je problematické vyvozovat konkrétní závěry vztahující se k účinku mimoškolních pohybových aktivit žáků zvláštních škol na úroveň jejich motorických schopností kondičního charakteru. Není však pochyb o tom, že difference ve výkonech jsou zřejmé u všech prováděných motorických testů, a to ve prospěch sportujících jedinců. Je logické, že sportující populace, ať je jakkoliv handicapovaná, by měla dosahovat výsledků jednoznačně lepších. Bylo by na pováženu, kdyby tomu mělo být jinak. Uvedená zjištění mohou ovšem kromě již zmíněné početní nerovnoměrnosti jednotlivých skupin souviset s vyšším věkovým průměrem u skupiny sportujících a s větším zastoupením chlapců (N=15) než děvčat (N=4) v této skupině.

Závěry

Provedené šetření ukázalo, že žáci navštěvující zvláštní školy disponují velmi nízkou úrovní motorické výkonnosti a celkové fyzické zdatnosti. I oni však mají dispozice pro rozvoj

pohybových schopností a dovedností. Většina žáků zvláštních škol je však v mimoškolních zájmových pohybových aktivitách pasivní a do pohybových činností se zapojuje pouze v hodinách povinné tělesné výchovy, které by měla být z tohoto důvodu věnována náležitá pozornost a patřičný prostor. Prostřednictvím všestranného působení tělesné výchovy a následným zvyšováním úrovně motorické výkonnosti dochází ke zmírňování handicapu (tj. sociální dimenze postižení) žáků zvláštní školy, k celkovému rozvoji jejich osobnosti v oblasti výchovné, zdravotní a vzdělávací a tím i ke zvýšení kvality jejich života.

Literatura

- BALIC, MG., et al. Physical fitness levels of physically active and sedentary adults with Down syndrome. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2000, vol. 17, no. 3, s. 310-321.
- BEASLEY, CR. Effects of a jogging program on cardiovascular fitness and work performance of mentally retarded adults. *American Journal of Mental Deficiency*, 1982, vol. 86, no. 6, s. 609-613.
- CASTAGNO, K. Special Olympics Unified Sports: changes in male athletes during a basketball season. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2001, vol. 18, no. 2, s. 193-206.
- CLUPHF, D., O'CONNOR, J., and VANIN, S. Effects of aerobic dance on the cardiovascular endurance of adults with intellectual disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2001, vol. 18, no. 1, s. 60-71.
- COPPENOLLE, H. Motor fitness of the mentally handicapped: aspects of training. In Vermeer, A. (ed.). *Motor development, adapted physical activity and mental retardation*. Basel : Karger, 1990. ISBN 3-8055-5169-X.
- CROCE, R. and HORVAT, M. Effects of reinforcement based exercise on fitness and work productivity in adults with mental retardation. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 1992, vol. 9, no. 2, s. 148-178.
- ČEPČIANSKY, J. Telesný rozvoj a pohybová výkonnosť mentálne retardovanej mládeže. *Otázky defektologie*. 1974/75, roč. 17, č. 2, s. 65-71.
- ČEPČIANSKY, J. Aktuálne otázky telovýchovného procesu na osobitných učňovských školách. *Otázky defektologie*. 1976/77, roč. 19, s. 316-323.
- ČEPČIANSKY, J. a MICHALÍKOVÁ, E. Vplyv pravidelného cvičenia na telesný vývin a výkonnosť mentálne retardovaných dievčat. *Otázky defektologie*. 1972/73, roč. 15, s. 44-52.

- DRAHEIM, CC., WILLIAMS, DP., and McCUBBIN, JA. Cardiovascular disease risk factor differences between Special Olympians and Non-Special Olympians. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2003, vol. 20, no. 2, s. 118-133.
- DUPPER, MA. Effects of a 10-week aerobic exercise program on the physiological, cognitive and behavioral functioning of institutionalized retarded children. In Vermeer, A. (ed.). *Motor development, adapted physical activity and mental retardation*. Basel : Karger, 1990. ISBN 3-8055-5169-X.
- GLESER, JM., et al. Physical and psychosocial benefits of modified judo practice for blind, mentally retarded children: a pilot study. *Perceptual and Motor Skills*, 1992, vol. 74, no. 3, part 1, s. 915-925.
- HORVAT, M., CROCE, R., and McGHEE, T. Effects of a circuit training program on individuals with mental retardation. *Clinical Kinesiology*, 1993, vol. 47, s. 71-77.
- CHUDÁ, B. Telesná zdatnosť mentálne retardovaných žiakov Osobitnej školy internátnej v Trenčíně a Trnavě. In *Paedagogica specialis*, vol. 14 – 15. Zborník Katedry špeciálnej a liečebnej pedagogiky Pedagogickej fakulty UK. Bratislava : Slov. pedagog. nakl., 1988, s. 55-61.
- KARÁSKOVÁ, V. Tělesná zdatnost mentálně retardovaných žáků v prepubertálním věku. *Acta Univ. Palack. Olomuc., Gymnica*. 1987, vol. 17, s. 145-157.
- KOVÁŘ, R., MĚKOTA, K., aj. Manuál pro hodnocení úrovně základní motorické výkonnosti a vybraných charakteristik tělesné stavby školních dětí a mládeže ve věku od 6 do 20 roků. *Těl. vých. mlád.* 1993, roč. 59, č. 5, s. 3-63.
- LEJČAROVÁ, A. a TILINGER, P. Pohybové aktivity – významný faktor ovlivňování kvality života u osob s mentální retardací. In HOŠEK, V. a JANSA, P. (editoři) *Sport a kvalita života*. Celofakultní seminář společenskovední sekce FTVS UK v Praze 12. prosince 2001. Praha : UK FTVS, 2002, s. 83-88. ISBN 80-86317-21-8.
- LEJČAROVÁ, A. a TILINGER, P. Motorická výkonnost žáků zvláštních škol. *Česká Kinantropologie*. 2002, roč. 6, č. 1, s. 35-50.
- NINOT, G., et al. Effects of integrated sport participation on perceived competence for adolescents with mental retardation. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2000, vol. 17, no. 2, s. 208-221.
- RINTALA, P. and PALSIO, N. Effects of physical education programs on children with learning disabilities. In YABE, K., KUSANO, K., and NAKATA, H. (eds.). *Adapted physical activity : health and fitness*. 9th International Symposium on Adapted Physical

Activity, held in Yokohama, Japan, August 4 - 7, 1993. Tokyo : Springer, 1994. ISBN 3-540-70143-5.

VÁLKOVÁ, H. Skutečnost nebo fikce? - Socializace mentálně postižených prostřednictvím pohybových aktivit. 1. vyd. Olomouc : Fak. těl. kult. Univ. Palack., 2000. 60 s. ISBN 80-244-0118-5.

VÁLKOVÁ, H. a THAISZOVÁ, V. A contribution to the motor abilities of mentally subnormal population. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis, Gymnica, 1989, vol. 19, s. 97-119.

YILMAZ, I., et al. Effects of a 10-week water exercise and swimming program on the physical fitness of mentally retarded children. Research Quarterly for Exercise and Sport, 2002, supplement to vol. 73, no. 1, s. 108.