

**Výchova ke zdraví osob s mentálním postižením
v programu Speciálních olympiád
(popis grantových projektů SO)**

Hana Válková

Fakulta Sportovních studií, Masarykova Univerzita, Brno, Česká republika

Speciální olympiády jsou celosvětovým sportovním hnutím, sdružujícím sportovce s mentálním postižením a jejich podporovatele. V doplňkových programech (mimo hlavní sportovní) se zabývá výchovou ke zdraví v projektu Zdravý sportovec (Healthy Athlete). Příspěvek vysvětluje vývoj a podstatu tohoto programu, zapojení Českého hnutí Speciálních olympiád (ČHSO) v českém i mezinárodním kontextu. Podává přehled témat v dosavadních vzdělávacích aktivitách ve výchově ke zdraví v ČHSO a dále přehled o zdravotně orientované zdatnosti sportovců SO ve vztahu k jejich sportu a o možnosti propojení s univerzitami. Podrobněji je popsán projekt roku 2015 Fitness Innovation Project (Inovace programů zdatnosti) a záměry ČHSO v dalších výzkumech podpory zdraví.

Klíčová slova: *České hnutí Speciálních olympiád, projekt Healthy Athlete, zdatnost, podpora zdraví*

ÚVOD

První projekty s tematikou mentálního postižení (MP) a zapojení do pohybových aktivit (PA) byly publikovány už v sedmdesátých letech minulého století díky průkopníkům jako byli Faith, Cratty, Broadhead, Church (Broadhead & Church, 1984; Cratty, 1972; Faith, 1972). Následovníci byli dalšími autory (Roswal et al., 1984; Sherrill et al., 2004; Vermeer, 1990; Winnick & Short, 1985). V českém prostředí to byli Černá (1976), Kvapilík (1995), Kvapilík a Černá (1990) či Kábele (1976), kteří si všimli významu aktivity a stimulace osob s MP obecně, ale upozorňovali i na důležitost všestranného pohybu, tělesné výchovy a sportu. V tomto smyslu zpracovali metodická doporučení o vedení tělesné výchovy ve školním i mimoškolním prostředí. V danou dobu ovšem v České republice bylo možné zapojit se do sportovních soutěží mládeže zvláštních škol nebo ústavů sociální péče. Speciální olympiády, původem z USA, nebyly na programu. V průběhu let se také měnila terminologie, a to jak v angličtině (mental retardation, mental impairment, mental handicap, mental disability, intellectual disability), tak v češtině: mentální - duševní retardace (Švarcová, 2000), pod tlakem terminologie reformy školství v roce 1976 pak centrální název „jedinci vyžadující zvláštní péči“ (Kábele, 1976), pod vlivem prosazující se anglické terminologie také intelektové postižení (Tillinger & Lejčarová, 2012). Ve světě sportu se termín „mental handicap“ udržoval v asociaci Inas-FMH (International Association for Mentally handicapped), později zmírněn na Inas-FID (International Association of Intellectually

Disabled), po zasedání na Paralympiádě 2012 opět došlo k přejmenování na Inas-II (International Association of Intellectual Impairment). Světové hnutí Speciálních olympiád se od počátku drželo termínu „mental retardation“ (mentální retardace), krátkodobě „mental disability“ (mentální postižení) a současně jednotná pravidla SO určují termín „intellectual disability“ (intelektové postižení). V českém kontextu speciální pedagogiky a aplikovaných pohybových aktivit užíváme termín „mentální postižení“ (Valenta & Muller, 2003; Valenta, Michalík, Lečbych, et al., 2012; Válková, 2000). Důvodem je především to, že osobnost je pokryta nejen problémy intelektovými, ale i emotivními, konativními a sociálním chováním, přičemž variabilita a intenzita těchto problémů může být v jednotlivých oblastech různá, stejně tak se mohou nedostatky v oblasti jedné kompenzovat oblastí jinou, především zvýšenou kvalitou sociálního chování (Válková, 2000).

V rámci tématu „mentální retardace, resp. postižení“ byla nejdříve věnována pozornost popisu pohybových schopností a jejich vývoji (Cratty, 1972; Pitetti et al., 1989; Rarick et al., 1970; Rintala & Palsio 1994; Vermeer, 1990; Vermeer & Davis, 1995; Winnick & Short, 1985) a také možnostem zvládnutí pohybových dovedností souvisejících s pohybem pro běžný denní život jako je například chůze (Ulrich, 1985). Taktéž se ukázalo, že úroveň schopností nesouvisí stoprocentně se stupněm mentálního postižení, ale i s tréninkem a učením se dovedností, z nichž na schopnosti usuzujeme (Válková & Thaiszová, 1989). Tudíž pozornost se upínala také k efektu intervenčních programů a experimentálním studiím (Pitetti, et al., 2010; Stanish & Draheim, 2007; Wright & Cowden, 1986). V danou dobu stále více se rozvíjející sportovní hnutí Speciálních olympiád (SO) upoutává pozornost nejen z hlediska zvládnutí sportovních dovedností osob s MP, ale i z hlediska rozvoje životních kompetencí, jako je sociální chování, sebeobsluha, samostatnost, sebevědomí (Dykens & Cohen, 1996; Dykens, Valkova & Mactavish, 1999; Válková, 1998; Wilhite & Kleiber, 1992). Právě dokumentovaný psycho-sociální prospěch pro osobnost s MP díky pohybovým aktivitám a sportu paralelně vedle rozvoje pohybových aktivit je podstatnou součástí psychosomatické zdatnosti (Hourcade, 1989; Nankervis, Cousins, Válková & Macintyre, 2014). Zvládnutí kompetencí pro denní život prostřednictvím pohybových aktivit se stává podkladem pro začlenění osob s MP do života v běžné komunitě (Ninot et al., 2000; Temple & Walkley, 2003). Psycho-sociální prospěch osobnosti s MP díky pohybovým aktivitám a sportu paralelně vedle rozvoje pohybových aktivit je taktéž dokumentován (Hourcade, 1989; Nankervis, Cousins, Válková & Macintyre, 2014).

S narůstající popularitou SO se zvyšují i požadavky na kvalitnější práci trenérů, vychovatelů, dobrovolníků a taktéž i na vyšší informovanost rodičů. Proto součástí programu SO jsou i programy doplňkové orientované na vzdělávání. Argumenty pro vzdělávání jsou nutně podporovány adekvátním výzkumem (Hassan, Dowling & McConkey, 2014; Special Olympics, 2011; Taggart & Cousins, 2014; Válková, Hansgut & Nováčková, 1999).

PROGRAM SPECIÁLNÍCH OLYMPIÁD

Charakteristika Speciálních olympiád

“Posláním Speciálních olympiád je zajistit celoroční sportovní trénink a sportovní soutěže v různých druzích olympijských sportů pro děti a dospělé s mentálním postižením, kteří budou mít možnost průběžně rozvíjet tělesnou zdatnost, prokazovat úsilí, získávat

zkušenosti i radost z účasti, v níž mohou sdílet nadání, dovednosti i přátelství společně se svými rodinami, ostatními sportovci Speciálních olympiád a veřejností.“ (Special Olympics, 2010, p.14, překlad na www.specialolympics.cz)

Sportovní hnutí obecně jsou založena na principu normality, což je podstatou postupu dle žebříčku (pavouka) až k absolutně nejlepším výkonům. Filosofie Speciálních olympiád (SO) je založena na principu relativity, což znamená, že všichni soutěžící v SO mají možnost soutěžit ve skupinách sestavených dle současně relativních schopností, dovedností i limitů s respektem k efektu tréninkového úsilí. Celoroční trénink a pravidlo maximálního úsilí tvoří základní pravidlo soutěží v SO (Special Olympics, 2011; Válková, 2014). Je to pravidlo diskutované a klade značné nároky na chování fair-play především trenérů. Na druhé straně je značně motivující pro dosahování co nejlepších výsledků, pro rozvoj zdatnosti a pro permanentní vzdělávání ve smyslu rozvoje zdravotně orientované zdatnosti. Efekty začlenění sportujících do SO z hlediska fyzické zdatnosti (fitness), inklinace ke zdravému životnímu stylu současně s efektem začleňování do života veřejnosti, získávání samostatnosti a sebereflexe byly zjištěny v četných výzkumech (Coreen et al., 2009; Dykens & Cohen, 1996; Dykens et al., 1999; Hourcade, 1989; Orellove, Wehman & Wood, 1982; Roswal, Damentko, Smith, Braycich & Krogulec, 2003; Válková, et al., 1999; Wilhite & Kleiber, 1992).

Kromě sportovních programů jsou v SO rozvíjeny četné doplňkové programy a jejich volba je na vůli každého národního programu, přičemž jejich rozvíjení je součástí akreditace národních hnutí. České hnutí Speciálních olympiád (ČHSO) se orientuje mimo jiné na programy rodinného začlenění, kulturní, vzdělávací ve spojení s univerzitami a získáváním dobrovolníků, na projekty výzkumné v souvislosti s výchovou ke zdraví.

Program “zdravý sportovec” v rámci Speciálních olympiád

Projekt “zdravý sportovec” (v originále Healthy Athlete – dále jen HA) vznikl jako reakce na situaci, že osoby s MP se ocitaly v mnoha zemích mimo pravidelnou zdravotní péči z různých důvodů. V průběhu světových či kontinentálních sportovních akcích nedostatek prevence či znalostí o prevenci nebo dokonce akutní zdravotní problémy vystoupily na povrch. Cílem projektu není suplovat zdravotní péči, ale provádět screening a hodnocení určitých ukazatelů, souvisejících se zdravím a formulovat doporučení pro daného jedince.

Cíle:

• předávat informace o zdravotní péči osob s MP a zvyšovat přístupnost ke zdravotní péči na základě dat

získaných screeningem,

• předávat informace o zdravotní situaci osob s MP odpovědným pracovníkům v sociálních službách a

zdravotnictví,

• iniciovat výcvik profesionálů i studentů těchto profesí,

• sbírat, analyzovat data ze screeningů a předávat argumenty veřejnosti, profesionálům a představitelům

komunální politiky,

• vstupovat exaktními daty do ovlivňování zdravotní politiky ve prospěch osob s mentálním postižením.

([www.specialolympics.org/health programs](http://www.specialolympics.org/health_programs), překlad autorky).

V současnosti sekce podpory zdraví v SO nabízí v programu HA sedm oblastí. Uvádíme je v originále

s českým překladem, z něhož si čtenář odvodí obsah a podstatu. V závorce je uveden rok zahájení činnosti v dané oblasti. :

- Special Olympics – Lions Clubs International Opening Eyes® (1991); otevřené oči;
 - Special Olympics Special Smiles® (1992); speciální úsměv;
 - Special Olympics FUNfitness (1999); zábavná zdatnost;
 - Special Olympics Healthy Hearing (2000); zdravý sluch;
 - Special Olympics Health Promotion (2001); podpora zdraví;
 - Special Olympics Fit Feet (2003); správná noha;
 - Special Olympics MedFest® (2007); ([www.specialolympics.org/health programs](http://www.specialolympics.org/health_programs)).
- ([www.specialolympics.org/health programs](http://www.specialolympics.org/health_programs), překlad autorky).

ČHSO se připojilo k projektům “zdravý sportovec” v roce 2000. Od tohoto roku je HA program realizován při každých národních hrách nebo celonárodních soutěžích, což je minimálně dvakrát ročně. Specifikem jsou šetření FUNFitness. Standardizovaná testová baterie v rámci tohoto šetření je vyvinuta na základě dřívějšího know-how, např. AAHPHER testy, baterie EUROFIT nebo UNIFIT. Základními ukazateli jsou fakta o rychlosti, flexibilitě, síle různých svalových partií, vytrvalosti (Měkota & Kovář, 1995). Jelikož nelze užít normy pro běžnou populaci, o modifikaci doporučených norem pro osoby s MP se pokusili již Faith (1972), po něm Winnick a Short (1985), Shepard (1990), dále představitelé sekce podpory zdraví SO a následně Skowronski (Skowronski et al., 2009; Special Olympics, 2011).

Záměry programu “zdravý sportovec” – HA v rámci ČHSO

Hodnocení ukazatelů zdatnosti či preventivní prohlídky zubů a ústní hygieny v rámci akcí SO jsou oblíbené, sportovci je jim podrobují spontánně. Z hlediska etiky se v současné době souhlas s neinvazivním šetřením dle programu HA písemně vyjádřený stal součástí registrace v ČHSO.

Sportovci, rodiče či oprávnění zástupci tento program vítají a zpětně získávají výsledky a adekvátní doporučení. Účastníci se dokonce i trenéři a porovnávají si výsledky se svěřenými sportovci. ČHSO, kromě zachování anonymity, garantuje předání výsledků a jejich výklad, zařazuje je i do diskusí při vzdělávacích programech trenérů a dobrovolníků.

Vize ČHSO je postupně zpracovat profily sportujících ve sportech, rozvíjených v rámci ČHSO včetně popisu trajektorií vývoje sledovaných ukazatelů za posledních 5 let. Konkrétně se jedná o komplexní zpracování profilu atletů v běžeckých a vrhačských disciplínách, profilu lyžařů – běžců v daných disciplínách, lyžařů sjezdařů, plavců, cyklistů, dále sportujících ve stolním tenise, v moderní gymnastice, bocce, sjednoceném fotbale a přehazované. Dlouhodobě sledované ukazatele u některých jednotlivců jsou výzvou pro zpracování longitudinálních studií. Profily sportovců v daných sportech či disciplínách budou obsahovat komparaci s testy v dovednostech, se skutečnými sportovními výsledky v soutěžích i s referencemi o subjektivních prožitcích z účasti v ČHSO.

Neoddělitelnou součástí projektů HA je spolupráce s univerzitami (dříve intenzivně FTK UP v Olomouci, od roku 2014 FSpS MU v Brně). Spolupráce je jak při vzdělávání dobrovolníků, tak při podpoře odborným poradenstvím a zapůjčováním kvalitních diagnostických přístrojů. Také zájemci z ostatních univerzit nebudou odmítnuti. Zjištěné výsledky jsou předávány při kursech rozšiřování povědomí o prevenci zdraví (Expanding Health) jak rodičům a trenérům, tak samotným sportovcům s MP. V podstatě se tak plní bazální cíle SO – HA, tj. předávat informace populačním skupinám laiků i odborníků a získat podporu v komunální politice.

SOUČASNÉ PROJEKTY ČHSO V PROJEKTU „ZDRAVÝ SPORTOVEC“ (HA)

České hnutí Speciálních olympiád si od zmíněného roku 2002, kdy projekt HA se uskutečnil v rámci Národních her SO v Olomouci, vybuodovalo dobrou pozici v nabízených projektech Zdravý sportovec, včetně finanční podpory od SO Europe/Eurasia.

Pro léta pro léta 2015 – 2016 získalo dva dotované jednoleté projekty:

- 2015: Fitness Innovation Project (Inovace programů zdatnosti - FIT) s trváním od února 2015 do prosince 2015. (Tomuto projektu je věnována předložená stať.)
- 2016: Expanding Health (rozšiřování povědomí o zdraví – EXP) s trváním od září 2015 do srpna 2016. Kromě screeningu ukazatelů zdravotně orientované zdatnosti je hlavním cílem argumentovat, rozšiřovat osvětu o dodržování parametrů zdravého životního stylu osob s MP, o jejich právech na zdravotní péči a o nutnosti spojení s komunální politikou a s životem v dané komunitě. Základní témata projektu jsou: a) dodržování hygieny a prevence nemocí; b) výživa a prevence obezity; zdravotně orientovaná zdatnost; c) bezpečná sexualita; d) bezpečné sociální chování a prevence před zneužitím. Zde je značný prostor pro participaci univerzit. Vzhledem k tomu, že projekt je na svém začátku, dále se o něm nerozšiřujeme.

INOVACE PROGRAMU ZDATNOSTI

Projekt s originálním názvem Fitness Innovation Project Grant je orientován na 3 základní cíle:

1. formulovat „fitness program“ adekvátní pro kognitivní i fyzickou úroveň osob se středním stupněm mentálního postižení, a to pro 3 věkové kohorty:

- ix) 7-15 let, začátečníci;
- ix) 16- 26 let;
- ix) 27 let a starší.

2. zajistit vzdělávací kurzy či workshopy pro vedení programů fitness s inovací pro osoby s MP (chůze, běhání, skákání, házení, chytání, pohyb venku, pohyb ve vodě, posilování). Součástí vzdělávacích kursů jsou i témata o zdravé výživě, významu pohybových aktivit z hlediska zdravého životního stylu, a to s ohledem na kognitivní kapacitu sportovců a na didaktiku vedení těchto programů pro rodiče či opatrovníky, trenéry či dobrovolníky z řad studentů či odborníků v oblasti medicíny či sociální práce (požadavek projektu – minimálně 30 osob).

3. zajistit pravidelný trénink dle požadavků projektu Fitness u cca 100 osob s MP zařazených do projektu dle uvedených kritérií, *vyšetřit standardní ukazatele „fitness“* dle metodiky HA –

FUNFitness (www.specialolympicz.org – Health Promotion) v počátku a v závěru projektu. Výsledky vyhodnotit a doporučení předat jak sportovcům, tak jejich trenérům, rodičům či opatrovníkům.

Testování ukazatelů zdatnosti

Základem pro tesovou baterii užívanou v projektech HA FUNFitness byly baterie EUROFIT či UNIFIT, pro potřeby SO jsou tyto sestavy modifikovány:

- *Hodnocení BMI*: v ČHSO pomocí bio-elektrické impedance (body-stat, Tanita),
- *Kardiovaskulární zdatnost*: v SO pomocí step-testu. Místo vystupování na zvýšenou plochu se „pochoduje“ v daném rytmu na místě se zvedáním kolen do výše vlastního pasu. V ČHSO s vyhodnocováním sport-testy.
- *Rovnováha* stojem na pravé/levé noze ve variantě otevřené/zavřené oči, přičemž maximální možný výsledek je 30 sec. V ČHSO se měří na balanční plošině.
- *Síla dolních končetin* v provedení 10 pokusů ze sedu na běžné židli vztyk do napnutých kolen, měří se čas v sec.
- *Flexibilita ramen* v provedení sepnutých rukou za lopatkami (vyšší pravá nebo levá). Dotek konečků prostředníčku je nula cm, nedosažení je v cm minus, přesah je v cm plus.
- *Flexibilita páteře* v provedení dosahu konečků prstů v sedu na podlaze, s napjatými koleny. Dosažení roviny špičky nohou je nula, nedosažení je v cm minus, přesah je v cm plus.
- *Síla stisku ruky* prostřednictvím dynamometru. V ČHSO se měří stiskem rukojetí přístroje s vyhodnocením dle počítačového softwaru.
- *Dynamická síla břišního svalstva* prostřednictvím sedu-lehu za 1 minutu. V SO i ČHSO se užívá modifikace s bérce na sedadle běžné židle a v téže výši kolena, sed s rukama za hlavou do této výše.

Šetření se opakují několikrát ročně, takže je možné dedukovat efekt tréninku ve smyslu fitness. Obsahem totiž není jen trénink dovedností v daném sportu, ale akcent na zvýšení či udržení zdatnostmi běžnými prostředky, které jsou adekvátní pro danou populaci jak kognitivně, tak i motivačně a úrovní dovedností (Válková, 2015).

SOUHRN VÝSLEDKŮ V AKTUÁLNÍM ČASE

Vzhledem k tomu, že příspěvek je připravován v listopadu 2015 a projekt končí v prosinci 2015, výsledky jsou průběžně v podobě souhrnů. Jsou obsaženy v dílčích zprávách pro koordinátory projektů SO-HA v Bruselu a v dílčích doporučeních pro kluby ČHSO. Kompletní výsledky pak budou publikovány.

a) Je dopracována formální podoba písemná i pro formu CD vytvořeného modelu kursu SO-HA fitness, která obsahuje trsy:

- charakteristika jedince s MP, komunikace, chování, zapojení do pohybových aktivit, včetně zapojení do ČHSO;

- Speciální olympiády v kontextu sportovních hnutí osob s hendikepem, pravidla zapojení sportovců, trenérů, partnerů či rodinných příslušníků;
- sportovní programy – s akcentem na fitness;
- doplňkové programy – akcentem na projekty HA.

Tyto vzdělávací programy je možné realizovat nejen pro současné členy ČHSO, ale i pro zájemce z veřejnosti v rámci celoživotního vzdělávání (www.specialolympics.cz/školení; nebo office@specialolympics.cz; valkova@fspd.muni.cz).

b) Proběhly 3 workshopy s praxí při soutěžích (Brno – květen 2015, Olomouc – srpen 2015, Dvůr Králové – listopad 2015) a plánovaný čtvrtý se uskuteční první prosincový týden v Praze. Proškoleny byly v tématice fitness zatím 42 trenérů a dobrovolníků a změřeno v pre-testech 95 sportovců, konečný stav výsledků v post-testech bude znám do konce prosince. Následovat bude komparace s předchozími výsledky.

c) Sportovci a trenéři mají o tématiku zájem, školení se účastní se svými sportovci a přímo tak aplikují typické přístupy v inovacích zvyšování fitness. Ze zpětných vazeb vyplývá, že si uvědomují fakt, že zvyšování zdatnosti souvisí s adekvátní komunikací, s motivací prostřednictvím dobré atmosféry, se soutěžemi a individuálním hodnocením, ale i s drobnými odměnami. Prostředkem nemusí být trénink pouze daného sportu, ale kondičně náročnější hry, místo posiloven je možné užít k posilování vlastní tělo či modifikované pomůcky, významnými prostředky jsou základní lokomoční pohybové vzorce (chůze, běhání, skákání, házení, chytání), ale i hry s cílením, hry ve vodě, činnosti turistického charakteru a je nutné podporovat oblíbený tanec.

d) Podstatným zjištěním je, že sportující populace v ČHSO „stárne“, převahu mají věkové kategorie nad 30 let, ale nadšeně trénují i ti, kteří mají nad 40 let i 50 a dosahují udivitelných výsledků ve srovnání s běžnou populací a jejich životním stylem v daném věku. Zapojování mládeže s MP do 16 let do pohybových aktivit je současnou výzvou ČHSO i v kontextu projektu HBSC (Health Behavior Screening).

e) Dílčí výsledky jsou publikovány a procházejí recenzním řízením (profil sportovce v běhu na lyžích a kasuistiky vývoje ukazatelů v běžeckých disciplínách atletických). Různorodost výsledků je značná, a to nejenom vzhledem k individuální diagnóze sportujících, ale především vzhledem k jejich trénovanosti a participaci v tzv. méně náročných disciplínách (např. 50 m chůze či běh, skok do dálky z místa apod.) – zde jsou výsledky velmi slabé, a to jak v daných sportovních disciplínách tak v ukazatelích FUNFitness. V tzv. náročnějších sportech či disciplínách (fotbal, 200 a 400 m běh, 1 km v běhu na lyžích, apod.) nalzáme výsledky velmi dobré. Z toho vyplývá, že nelze zjištěná fakta absolutizovat, ale také nelze přeceňovat fakta z učebnic psychopedie o obezitě, o nedokonalosti až nemohoucnosti osob s MP, o nutnosti pouze o ně „pečovat“ či „zajišťovat služby“ (Válková, 2015).

f) V této souvislosti by se měly diskutovat i příležitosti a možnosti zapojování do pohybových aktivit a sportu, případně ČHSO, v systému inkluzivního vzdělávání či v systému sociálních služeb

(aktivizačních činností) a v systému chráněného bydlení, což přesahuje rámec tohoto sdělení. Avšak zapojení do PA je významnou oblastí pro upevňování životního stylu a zdatnosti osob s MP.

ZÁVĚRY

Projekty Speciálních olympiád Zdravý sportovec (Healthy Athlete) mají význam jak pro screening zdravotních problémů, tak pro udržování zdatnosti. Současný projekt FIT (Fitness Innovation Progress) vzdělává participanty všech kategorií v kontextu ČHSO (sportovci, partneři, rodiče či opatrovatelé, dobrovolníci, trenéři). Na základě měřených ukazatelů zdravotní zdatnosti, což jsou tvrdé argumenty, se ve vzdělávacích setkáních a národních sportovních soutěžích doporučuje, kudy se mají další postupy ubírat. Pro populaci s mentálním postižením je adekvátní užívat jednoduché postupy a přirozené činnosti, odpovídající danému jednotlivci z hlediska kognitivních, dovednostních i somatických předpokladů. Vytvořený vzdělávací program pro účely rozvoje či stabilizace zdravotní i všeobecné zdatnosti může ČHSO nabídnout zájemcům o tyto kurzy. Proškolení absolventi se mohou ucházet o zapojení do šetření v programech Zdravý sportovec (HA) v kontextu národním i mezinárodním.

DEDIKACE

Projekt byl podpořen organizací Speciálních olympiád SOI & Europe/Eurasia Healthy Athletes Grant – Fitness Innovation Progress, 2015 a účast na konferenci grantem Expanding Health 2015-2016.

REFERENČNÍ SEZNAM

- Broadhead, G., & Church, G. (1984). Influence of test selection on physical education placement of mentally retarded children. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2, 112-118.
- Coreen, M., Harada, C., M., & Siperstein, G. N. (2009). The sport experience of athletes with intellectual disabilities: a national survey of Special Olympics athletes and their families. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 26, 68-85.
- Cratty, B. (1972). *The Special Olympics: A national opinion survey*. UCLA.
- Černá, M. (1976). *Cvičíme s mentálně postiženými dětmi*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Dykens, E. M., & Cohen, D. (1996). Effects of Special Olympics international on social competence in persons with mental retardation. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35(2), 223-229.

- Dykens, E. M., Valkova, H., & Mactavish, J. B. (1999). Psychosocial correlates of participants in Special Olympics International. *Report presented at the Strategic Research Symposium of Special Olympics*, Fearington House, Pitsboro, NC.
- Faith, F. (1972). *Special Physical Education*. Philadelphia: W.B. Saunders Company.
- Hassan, D., Dowling, S., R., & McConkey, R. (Eds.), (2014). *Sport, Coaching an Intellectual Disability*, 235-248. London and New York: Routledge, Taylor & Francis Group.
- Hourcade, J. J. (1989). Special Olympics: a review and critical analysis. *Therapeutic Recreation Journal*, 23, 58-65.
- Kábele, F. (1976). *Tělesná výchova mládeže vyžadující zvláštní péči*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Kvapilík, J. et. al. (1995). *Životospráva mentálně postižených*. Praha: Sdružení pro pomoc mentálně postiženým.
- Kvapilík, J., & Černá, M. (1990). *Zdravý způsob života mentálně postižených*. Praha: Avicenum.
- Měkota, K., & Kovář, R. (1995). *UNIFITTEST (6-60): tests and norms of motor performance and physical fitness in youth and in adult age*. Olomouc: Palacky University.
- Nankervis, K., Cousins, W., Válková, H., & Macintyre, T. (2014). Physical activity, exercise, and sport. In L. Taggart, W. Cousins (Eds.). *Health Promotion for People with Intellectual and Developmental Disabilities*, 174-183. McGraw Hill: Open University Press.
- Ninot, G., Billard, J., Delignieres, D., & Sokolowski, M. (2000). Effects of integrated sports participation on perceived competence for adolescents with mental retardation. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 17, 208-221.
- Orelove, F. P., Wehman, P., & Wood, J. (1982). An evaluative review of Special Olympics: Implications for community integration. *Education and Training of the Mentally Retarded*, 325-329.
- Pitetti, K. H., Jackson, J. A, Stubbs, N. B., Campbell, K. D., & Battar, S. S. (2010). Fitness levels of adult Special Olympic participants. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 6(4), 354 – 370.
- Rarick, G. L., Widdop, J. H., & Broadhead, G. D. (1970). The physical fitness and motor competence of educable mentally retarded children. *Exceptional Children*, 36, 509-519.
- Rintala, P., & Palsio, N. (1994). Effects of physical education programs on children with learning disabilities. In K.Yabe et al. (Eds.) *Adapted Physical Activity: Health and Fitness*. Tokyo: Springer Verlag.
- Roswal, G. M., Roswal, P. M., & Dunleavy, A. O. (1984). Normative health related fitness data in Special Olympians. In C. Sherrill (Ed.), *Sport and Disabled Athletes*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
- Roswal, G. M., Damentko, M. B., Smith, G. W., Braycich, M. J., & Krogulec, M. (2003). Sport for individuals with mental disabilities in Asia, Eurasia, and Europe. *Palaestra*, 19(4), 20-24.
- Shepard, R. J. (1990). *Fitness in Special population*. Champaign, IL: Human Kinetics, Inc.
- Sherrill, C. (2004). *Adapted physical activity, recreation and sport: Crossdisciplinary and lifespan* (6th ed.). Boston: McGraw-Hill Higher Education.
- Skowronski, W., Horvat, M., Nocera, J., Roswal, G., & Croce, R. (2009). Eurofit Special: European fitness battery score variation among individuals with intellectual disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 26, 54-67.
- Stanish, H. I., & Draheim, C. C. (2007). Walking activity, body composition, and blood pressure

- in adults with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 20(3), 183–190.
- Special Olympics Summer Sports Rules (2012). *Version February 2012*. Special Olympics, Inc., www.specialolympics.org.
- Special Olympics (2010). *Special Olympics General Rules*. www.specialolympics.org
- Švarcová, I. (2000). *Mentální retardace*. Praha: Portál.
- Taggart, L., & Cousins, W. (2014). *Health Promotion for People with Intellectual and Developmental Disabilities*. London: Open University Press.
- Temple, V. A., & Walkley, J.W. (2003). Physical activity of adults with intellectual disability. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 28(4), 342–352.
- Tilinger, P., & Lejčarová, A. a kol. (2012). *Sport osob s intelektovým postižením*. Praha: Univerzita Karlova, Karolinum.
- Valenta, M., Michalík, J., Lečbych, M. et al. (2012). *Mentální postižení v pedagogickém, psychologickém a sociálně-právním kontextu*. Praha: Grada.
- Valenta, M., & Muller, O. (2003). *Psychopedie: teoretické základy a metodika*. Jihlava: Parta.
- Válková, H. (1998). The development of indices of motor competence and social behavior of participants and non-participants in the Special Olympics movement. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Gymnica*, 28, 53-59.
- Válková, H. (2000). *Skutečnost nebo fikce? Socializace mentálně postižených prostřednictvím pohybových aktivit*. Olomouc: Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury.
- Válková, H. (2014). A detailed consideration of the effectiveness of the “Maximum Effort Rule” in the Special Olympic. In D. Hassan, S. Dowling and E. McConkey (Eds.). *Sport, Coaching and Intellectual Disability*, 235-247. London: Routledge, Francis & Taylor Groups.
- Válková, H., Hansgut, V., & Nováčková, M. (1999). The reflection of Special Olympics sports international programme in inner experience of adolescents with mental retardation. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Gymnica*, 29, 57-64.
- Válková, H., & Thaiszová, V. (1989) A contribution to the motor abilities of mentally subnormal population. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Gymnica*, 19, 97-120.
- Vermeer, A. et al. (1990). *Motor Development, Adapted Physical Activity and Mental Retardation*. Basel: Karger.
- Vermeer, A., & Davis, W. E. (Eds.). (1995). *Physical and Motor Development in Mental Retardation*. Basel: Karger.
- Wilhite, B., & Kleiber, D. A. (1992). The effects of Special Olympics participation on community integration. *Therapeutic Recreation Journal*, 4, 9-20.
- Winnick, J.P., & Short, F. (1985). *Physical Fitness Testing of the Disabled*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Wright, J., & Cowden, J.E. (1986). Changes in self concept and cardiovascular endurance of mentally retarded youth in Special Olympics swim training program. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 3, 177-183.

Fakulta sportovních studií Masarykova Univerzita
Kamenice 753/5
625 00 Brno – Bohunice
e-mail: valkova@fsps.muni.cz

**HEALTH ORIENTED EDUCATION OF PERSONS WITH MENTAL DISABILITY
WITHIN SPECIAL OLYMPICS PROGRAM
(description of Special Olympics grant projects)**

Special Olympic program provides sports training and competition for athletes with mental disability. Beside basic sports program complimentary programs include health behaviour education within Healthy Athlete project. Characteristics, principles of Healthy Athlete are described and explained with attention to Czech Special Olympics participation in national as well as in international context. Survey of recent topics included in health behaviour education like health oriented fitness of Special Olympians according their type of sport and cooperation with universities are presented. Detailed explanation is focused on project processing in 2015 year – Fitness Innovation Project. Next Czech SO intention in further research oriented on health promotion is proclaimed.

Key words: *Special Olympics Czech Republic, Healthy Athlete Program, fitness, health promotion*

Příloha

Apendix obsahuje recenzované publikované statě na bázi podporovaných projektů Zdravý atlet z let 2010 – 2015. Pro širší povědomí odborné veřejnosti by bylo vhodné doplnit databázi i publikacemi jiných autorů z ČR ať už v jazyce českém či jiném. Tato poznámka může být chápána jako výzva (valkova@fsps.muni.cz).

- Gába, A., Přidalová, M., Válková, H., Walkley, J., & Gábová, Z. (2012). Hodnocení tělesného složení u jedinců se středně těžkou mentální retardací. [Analysis of the body composition in individuals with moderate mental retardation.] *Česká antropologie* 61(1), 15-20.
- Nankervis, K., Cousins, W., Válková, H., & Macintyre, T. (2014). Physical activity, exercise, and sport. In L. Taggart, W. Cousins (Eds.). *Health Promotion for People with Intellectual and Developmental Disabilities*, 174-183. McGraw Hill: Open University Press.
- Válková, H. (2011). Changes in perceived health related variables of Special Olympians after two years intervention program. In J. Labudová, B. Antala (Eds.) *Healthy active life style and physical education*. 192-204. FIEP book of scientific and professional articles.
- Popović, M., Popović, D., Stanković, V., & Válková, H. (2014). Structure of Intellectual Abilities of Special Olympics Athletes and Unified Partners in Football. *Kinesmetric* 2014, 3(1), p. 115-128.
- Válková, H. (2015, in press). Effect of Special Olympic program on cross-country skiers: aspects of health related variables. In *Effects of application of physical activity on the anthropological status of children, youth and adults*. NOVA SCIENCE Monograph Series 2014-05-22
- Válková, H. (2015, in press). Sports Training within Special Olympics Fitness Innovation Program. In *Movement and Quality of Life, Volume of conference, November 2015*. Brno: Faculty of Sport Sciences, Masaryk University.
- Válková, H. (2013). Zimní sporty ve Speciálních olympiádách . [Winter Sports within Special Olympics. n.] In D. Trávníková, V. Pacholík (Eds.). *Aplikované pohybové aktivity 2013*, 283-298. Brno: Masaryk University, Faculty of Sport Studies.
- Válková, H., Lu Qu, & Chmelík, F., (2014). An Analysis of the Physical Activity of Special Olympic Athletes with the Use of an Accelerometer. *Journal of US-China Medical Science* 11, 176-187.