

PŘÍNOSY ZAPOJENÍ DO SPORTU U OSOB S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

BENEFITS OF SPORT PARTICIPATION FOR ATHLETES WITH INTELLECTUAL IMPAIRMENT

L. Francová, K. Mrštinová, & I. Růžička

Univerzita Hradec Králové, Pedagogická fakulta, Katedra tělesné výchovy a sportu

Abstract

Sports opportunities focused on athletes with intellectual disabilities are undergoing development. The athletic preparation of individuals with intellectual disabilities has its specificities, often requiring a special approach, assistance, and support. In many cases, one or both parents become coaches or accompany their disabled child to sports events. This creates a space not only for necessary support, understanding and development but also for exceptional moments of shared experiences. The aim of this study was to explore the perspectives and benefits of sports from the viewpoint of parents. The chosen research method was interviews with parents of children with intellectual disabilities. The gathered information was documented, categories were created based on coding and they were subsequently analysed. The results confirmed that there are benefits of sports for individuals with intellectual disabilities and their parents. The research describes the impact on motivation, emotional development, independence, self-realization and a sense of belonging. Family support is crucial, especially during inclusive periods, for searching sports activities and goals for families of children with disabilities. Schools and clubs play a supportive role, smaller than in the period before inclusive education.

Keywords: intellectual impairment; involvement in sports; training; competition; parents

Souhrn

Sportovní příležitosti zaměřené na sportovce s mentálním postižením procházejí vývojem. Sportovní příprava osob s mentálním postižením má svá specifika. V mnoha případech je vyžadován speciální přístup, asistence a podpora. Existuje mnoho případů, kdy se jeden z rodičů nebo dokonce oba stanou trenéry nebo doprovází své dítě s postižením na sportovní akci. Vzniká tak prostor nejen pro potřebnou podporu, poznání, rozvoj, ale i výjimečné chvíle společných zážitků. Cílem této studie bylo zjistit názory a přínos sportu z pohledu rodičů. Zvolenou metodou výzkumu byly rozhovory s rodiči dětí s mentálním postižením. Získané informace byly zdokumentovány, na základě kódování byly vytvořeny kategorie a postupně analyzovány. Výsledky potvrdily přínos sportu pro jedince s mentálním postižením i jejich rodiče. Výzkum popisuje vliv na motivaci, emoční vývoj, samostatnost, seberealizaci a sounáležitost. Velmi důležitá je podpora rodiny, zejména v době inkluze, při hledání sportovních aktivit a cílů rodin dětí s postižením. Pomocnou roli mají školy a kluby, jejich role je menší než v období před inkluzivním vzděláváním.

Klíčová slova: mentální postižení; zapojení do sportu; trénink; soutěž; rodiče

Úvod

Sport osob s mentálním postižením prošel s přelomem století výrazným rozvojem. Prvopočátek mezinárodního soutěžení osob s mentálním postižením položilo Mezinárodní hnutí Speciálních olympiád již v roce 1968. Česká republika vstoupila do programu Speciálních olympiád v roce 1989. Ve stejném roce se ve Švédsku konala první multisportovní akce pro sportovce s mentálním postižením,

kteřa byla nazvána „1. světové hry pro sportovce s mentálním postižením“ pod záštitou INAS (dnes Virtus). Později se tato akce přejmenovala na Global Games (GG). V následujících letech se pozornost zaměřila na vstup sportu osob s mentálním postižením do paralympijského programu. První start sportovců s mentálním postižením na Paralympijských hrách byl v roce 1996 v Atlantě v USA, jak uvádí Jinkinson a Hammond (2012). Po roce 2000 nastalo období nucené nepřítomnosti v paralympijském programu, což bylo jedním z důvodů návratu Global Games ke svým kořenům ve Švédsku v roce 2004. Následně hry ve čtyřletém cyklu pokračovaly. Poslední světové hry se konaly ve francouzském Vichy v roce 2023 (Virtus, 2023). Francová et al. (2013) popsala Global Games jako výjimečnou událost sportu pro sportovce s mentálním postižením v sedmi sportech. Na počtu sportů lze dokumentovat vývoj, kdy v roce 2019 v Brisbane proběhly soutěže v deseti sportech – atletice, basketbale, cyklistice, kriketu, plavání, tenisu, taekwondu, sálové kopané, stolním tenisu a veslování a ve Francii v roce 2023 se již sportovalo ve třinácti sportech, kdy přibyla házená, jezdeckví, judo a karate (ve Vichy se nesoutěžilo v kriketu).

Mezinárodní organizace Virtus, pořádající Global Games a další mezinárodní soutěže, podporuje klasický pyramidový soutěžní systém, stejně jako Mezinárodní paralympijský výbor (International Paralympic Committee – IPC) při kvalifikaci na paralympijské hry, jak uvádí Lantz a Marcellini (2017). Tento systém umožňuje účast a úspěch na nejvyšších soutěžích jen těm nejlepším dle jasně daného postupového systému.

Systémově odlišnou možností sportovního zapojení osob s mentálním postižením je hnutí speciálních olympiád, které jsou otevřené všem dle aktuální výkonnosti, jak uvádí Kudláček a Ješina (2013). České hnutí speciálních olympiád (ČHSO) respektuje sportovní filosofii založenou na principu relativity, členění do skupin vzhledem k aktuálnímu výkonu a vyhlášení vítězů všech skupin dané sportovní disciplíny. Poslední světová Speciální olympiáda s českým zastoupením se konala v roce 2023 v Berlíně.

Zmíněné Paralympijské hry byly dle Jinkinsona a Hammond (2012) obnoveny v roce 2012, kde měla zastoupení i české reprezentace sportovců s mentálním postižením. Poslední Paralympijské hry se konaly v Tokiu v roce 2021, bez zastoupení reprezentantů s mentálním postižením.

Poslední a nejmladší světovou soutěží jsou Trisome games, které jsou určeny pro sportovce s Downovým syndromem (DS), které pořádá Sportovní unie pro sportovce s DS (SU-DS). Poslední hry byly plánovány na rok 2020 v Turecku, ale z důvodů koronavirových omezení byly 2. Trisome games odsunuty na rok 2024.

Zmíněné organizace zaštiťují konání světových her nebo mistrovství světa a mistrovství Evropy v realizovaných sportech dané organizace.

Účast na všech soutěžích umožňuje seberealizaci, uplatnění dlouhodobého snažení, ale i možnost zažít si pocit úspěchu. Příprava na soutěže vyžaduje systematickou přípravu a stále více profesionální vedení. V přípravě sportovců s mentálním postižením má velmi důležité postavení rodina. Burns (2012) uvádí, že sport osob s mentálním postižením není dostatečně podporován a je na úsilí a podpoře rodin a jejich příznivců, aby každý sportovec mohl soutěžit dle své úrovně. Obdobný přínos rodin hodnotí i Kudláček a Ješina (2013), kteří v souladu s Úmluvou o právech osob se zdravotním postižením popisují rodinu jako klíčového partnera pro vzdělání i aktivní životní styl prostřednictvím zapojení do rekreace a sportu. Nalezení správného či společného zájmu a aktivizace přináší uspokojení sportovců samotných, ale i rodičů, s čímž souvisí i rodinná atmosféra. Důležitost vhodného či dokonce společného zájmu dítěte a rodičů uvádí i Vágnerová et al. (2000), která popisuje závislost vyrovnání se se situací handicapovaného dítěte v rodině nejen na zralosti osobnosti rodičů, na kvalitě jejich citového zázemí, na jejich životních zkušenostech, na individuální frustrační toleranci, ale dle zkušeností z praxe i na nalezení společného zájmu. Daňková et al. (2006) zdůrazňuje, že osoby s mentálním postižením mají na sportování a účast na sportovních soutěžích stejné právo jako osoby z intaktní společnosti. Sportovat mohou dle vlastního výběru ve speciálně zaměřených sportovních klubech, které historicky vznikaly pod záštitou speciálních škol nebo domovů pro osoby se zdravotním postižením (dříve ústavů). V současné době společného vzdělávání vznikají možnosti sportování i v běžných sportovních klubech. Své sportovní dovednosti tedy mohou osoby s mentálním postižením rozvíjet při tréninku se sportovci z intaktní společnosti.

Ovlivnění pocitů v souvislosti s pohybovými aktivitami a sportem shrnují na základě svých výzkumů Shapiro a Ulrich (2001). Lahtinen et al. (2007) uvádí, že zapojení do pohybových aktivit vede

ke zviditelnění, uznání a tím vyšší úrovni společenského postavení. Dle Tilingera (2009) sport nabízí jedincům s mentálním postižením stejné hodnoty, potěšení a uspokojení jako sportovcům bez postižení. Sport může transformovat život jedinců s mentálním postižením, dávat mu nové stimuly, pocit úspěchu, vlastní ceny, výkonu a sounáležitosti. Sport také může ovlivnit život dětí, rodičů a celé rodiny. Sportovci s mentálním postižením, soutěžící na vrcholové úrovni, jsou nejen vzorem pro ostatní, ale také pomáhají k odstraňování předsudků ze strany intaktní společnosti, které mohou negativně ovlivňovat životy osob s mentálním postižením.

Přínos sportu je diskutovaným tématem. Válková (2000) se věnovala podrobnému výzkumu, prostřednictvím kterého porovnávala sportovně aktivní a neaktivní osoby s mentálním postižením. Výzkum potvrdil, že aktivně sportující osoby dosahují v testech fyzické zdatnosti lepších výsledků a zdokonalují se v oblasti psychomotoriky a adaptace. Ješina et al. (2011) uvádí, že pohybová aktivita výrazně pomáhá při zvládání stresových situací, prostřednictvím pohybových aktivit rozvíjejí sportovci s mentálním postižením svou sociální adaptabilitu, kognitivní schopnosti a řeč.

Jak je zajištěna sportovní příprava a jak prožívají sportovní akce sportovci s mentálním postižením a jejich zainteresovaní rodiče? Pohled rodičů zmiňuje Požerienė et al. (2008), doporučuje zaměřit se na vliv sociálních faktorů, jako je vliv vrstevníků a rodičů na motivaci sportovců s mentálním postižením.

Cílem této práce bylo zjistit pohled rodičů na přínos sportu, po zkušenosti zapojení svých svěřenců s mentálním postižením do sportovních aktivit, pravidelných tréninků a soutěží.

Výzkumný soubor

Kritéria pro zařazení do výzkumného šetření, tabulka 1:

- primárně diagnóza lehké (až středně těžké) mentální postižení, na základě psychologického vyšetření,
- podporující a spolupracující rodina,
- pravidelná, dlouholetá sportovní příprava,
- zkušenost se soutěžní atmosférou.

Podporujícím faktorem byl zjištěný zájem minimálně jednoho z rodičů o sportovní aktivity, ve všech případech shodný s provozovaným sportem vybraných respondentů.

Tabulka 1./ Table 1.

Informace o respondentech./ Information about respondents.

Respondent s MP zastoupen rodinným příslušníkem	Pohlaví	Hlavní sport, další sport	Doba sportovní přípravy	Účast v soutěžích dle organizátora	Účast na soutěžích dle úrovně	Intenzita tréninků	Rodič aktivní sportovec
A	žena	stolní tenis, lyžování	10 let	ČSMPS/ Virtus, IPC	MČR, ME, MS	5×/ týdně	Ano
B	žena	stolní tenis, běžecké lyžování	30 let	SO, ČSMPS/ Virtus, SU-DS	MČR, ME, MS	3×/týdně	Ano
C	muž	tenis, stolní tenis	25 let	ČSMPS/ Virtus	MČR, ME, MS	2×/ týdně	Ano
D	muž	stolní tenis, plavání	17 let	ČSMPS/ Virtus	MČR, ME, MS	3×/týdně	Ano
E	žena	stolní tenis	10 let	ČSMPS/ Virtus	MČR, ME, MS	3×/týdně	Ano
F	muž	stolní tenis, boccia, atletika	11 let	ČSMPS	MČR	3×/týdně	Ano

Metody

Pro tuto práci byly použity metody kvalitativního výzkumu, mezi které byly zařazeny studium textů, dokumentů a interview, jak doporučuje Hendl (2012). K získání informací byl využit polostruk-

turovaný rozhovor, který byl částečně řízený pomocí předem připravených otevřených otázek dle Miovského (2006). Výhodou je možnost oboustranného doptávání na položené otázky a následné odpovědi, prostřednictvím kterých je možno hlouběji proniknout do diskutované problematiky (Mrštinová, 2022).

Před zahájením šetření byl sestaveny okruhy otázek. Samotné otázky byly před zahájením šetření konzultovány se speciálními pedagogy. Rozhovorů se účastnili sportovci a jejich rodiny. Cílem rozhovorů bylo zjistit osobní anamnézu, rodinnou anamnézu a sportovní anamnézu sportovce. Součástí byly informace o vlivu pravidelné sportovní aktivity na sportovce a sportovních plánech do budoucna. Seznam otázek byl vyhotoven na základě předem stanovených cílů. Dílčí rozhovory se uskutečnily v období od července do října roku 2021. Rozhovory probíhaly v prostředí, které si respondenti sami vybrali. Každý rozhovor probíhal za přítomnosti minimálně jednoho zákonného zástupce, sportovce a tázajícího. Jednotlivé rozhovory byly zaznamenány, přepsány a na základě kódování, postupným označováním a kategorizací pojmů byly získané informace analyzovány (Strauss a Corbinová, 1999). Pro účely této studie bylo šetření rozděleno do oblastí sportovní přípravy, přínosu účasti na tréninkové přípravě a v soutěžích. Poslední oblastí bylo zjištění další vize do budoucna.

Výsledky

Na základě analýzy získaných dat lze prezentovat výsledky shrnuté do klíčových oblastí, které byly získány z odpovědí respondentů a mají vliv na popsání přínosů zapojení do sportu u osob s mentálním postižením. Na základě tohoto členění vznikly podkapitoly:

- Sportovní příprava, kde jsou popsány možnosti trénování osob s mentálním s postižením.
- Přínos sportu, kde je odděleno působení tréninku, soutěžní atmosféry a vnímání úspěchu či neúspěchu.
- Vize do budoucna.

1. Sportovní příprava

Rodiče uvádí zapojení do sportovní přípravy jako důležitou a smysluplnou náplň volného času. Za podstatný důvod zahájení účasti na trénincích považují čas s přáteli a čas strávený s rodinou při stejné sportovní aktivitě.

Sportovní přípravu rodiče maximálně podporují a hodnotí jako intenzivní, systematickou, důslednou. Zařazení respondentů – sportovců do pravidelné sportovní přípravy probíhá formou tréninků, které probíhají 3–5 týdně, 60–90 minut. Jeden z rodičů popisuje přípravu s maximální snahou, dle časových možností.

Rodiče se shodují na nutnosti individuálního přístupu k aktuálnímu stavu sportovce, týkající se vnímání a nasazení při tréninku. Jako důležitý aspekt je popisována empatie, umění okamžité změny, pestrost, postup od jednoduchého ke složitějšímu, citlivé přechody od známého k neznámému, od oblíbeného k méně oblíbenému.

Zařazovány jsou doplňkové aktivity jako běh, kolo, lehké posilovací cviky, regenerace – masáže.

Příprava sportovců je vedena samotnými rodiči a konzultována s dalšími kvalifikovanými trenéry. Součástí jsou i tréninky individuální, ale i v rámci oddílů intaktní populace. Rozdíl v tréninku je hlavně v časovém hledisku, kdy nácvik nových dovedností v integrované skupině probíhá rychleji. Sportovci s handicapem vyžadují pro provedení pohybového úkolu opakované vysvětlení a provedení. Popisována jako velmi důležitá je trpělivost při nácviku i výcviku pohybových dovedností a podávání zpětné vazby. „*Samozřejmostí je pochvala za malé pokroky. Tam, kde bych to považovala za samozřejmé u hráčů bez handicapu a pravděpodobně bych to přešla nebo nedala takový důraz na pochvalu, u hráčky s handicapem „musím“ z maličkosti udělat velký pokrok – a toto je nutné pro další motivaci handicapovaného sportovce.*”

Dotazovaní uvádí, že jejich svěřenci mají možnost zapojit se do sportovních aktivit i se spoluhráči z intaktní populace, pravidelně se účastní soutěží proti hráčům bez handicapu. Přístup intaktní populace v rámci tréninku i soutěže hodnotí rodiče jako bezproblémový, s minimální zkušeností ke sklonu k předsudkům. Je popisována velká snaha a nasazení u sportovců s mentálním postižením.

2. Přínos sportu

Přínos dále rozdělen na působení tréninku, vliv soutěžní atmosféry a vnímání úspěchu či neúspěchu.

Působení tréninku

Důležitým aspektem pro udržování sportovních návyků rodiče popisují pokroky svých dětí, kdy sledují rozvoj osobnosti a obohacení jejich života.

Rodiče se shodují na působení sportovní přípravy nejen na fyzickou stránku svých dětí, ale také na psychickou a sociální stránku. Prostřednictvím sportu se sportovci z pohledu jejich rodičů zdokonalili v sebeobsluze a samostatnosti, naučili se dodržovat osvojené postupy, museli se naučit spolehnout sami na sebe v psychicky vypjatých momentech. Rozvoj samostatnosti podpořil odpoutání a fixaci na rodičích, příkladem je uváděna samostatná doprava na tréninky.

Rodiče popisují přínos zapojení do sportu i v sociální oblasti, v získání nových přátel a možnosti být součástí týmu. Význam je popisován v pocitu seberealizace, štěstí, prožitku radosti, uspokojení a uvědomění, že i s handicapem se člověk může realizovat. Popisován je pocit sounáležitosti, když sportovec nemá aktuálně úspěch, může být u úspěchů druhých hráčů týmu. Výstižné je zhodnocení přínosu, kam rodiče řadí „...*radost ze sportu, náplň života, úspěchy i porážky, uznání. Kamarádi z členů týmu možná na celý život*“. Pomocí pravidelné sportovní aktivity se osobnosti sportovců rozvíjejí, postupně se učí zpracovávat nové podněty a emoce, učí se novým způsobům chování i prožívání nelehkých situací.

Rodiče zmiňují i negativní vlivy sportovní přípravy, kdy pro některé sportovce může být pravidelná sportovní aktivita náročná z psychického hlediska, pro někoho po fyzické stránce. Uváděna je jednostranná zátěž a nutnost kompenzace. Po psychické stránce byla zmíněna emoční labilita při prožitku úspěchu či neúspěchu. V tomto pojetí je důležitá spolupráce rodičů, trenérů, speciálních pedagogů a hledání variant optimální zátěže.

Vliv soutěžní atmosféry

Jednoznačná shoda je v síle prožitku a emocí, které jsou spojené se soutěženími. Podporu vlastního dítěte v soutěži popisují rodiče jako velkou psychickou zátěž, protože výsledek lze ovlivnit, ale jen zčásti. Rodič a trenér v jedné osobě často ví, jak svému dítěti pomoci. Dle rodičů pomáhá odlehčení situace, humor a rada. Speciálně u sportovců s mentálním postižením je obzvlášť obtížné najít tu nejvhodnější pomoc a správnou chvíli pro radu či podporu.

Vnímání úspěchu a neúspěchu

Při sportu si každý sportovec prožije úspěšné i neúspěšné momenty, stejně jako v běžném životě. Rodiče uvedli jako využitelnou zkušenost to, že si sportovci vyzkoušejí a prožijí moment neúspěchu, kde byla popsána možnost přenosu sportovní zkušenosti do běžného života.

Rodiče popisují i vlastní pocity, vzájemné vnímání obav, strachu, nejistoty a nervozity spojených s úspěchem či neúspěchem. Úspěch je hodnocen jako vždy příjemný, nejen z pohledu rodiče, ale i svěřence a ostatních členů týmu. „*Neúspěch je vždy důvodem k zamýšlení a vnitřnímu rozboru chyb*“.

Nejsilnějším momentem je hodnocen pocit hrdosti při úspěchu, společně s uspokojením, štěstím a radostí. Právě tyto pocity vytváří další motivaci, jsou hnacím motorem pro opakovanou snahu a další zapojení do sportovních aktivit.

3. Vize

- Jednoznačná shoda panovala při dalších plánech rodin ve vazbě na sport. Rodiče zastávají názor, že pokud bude trvat zájem dětí a sportovní aktivita bude mít pozitivní vliv na fyzickou i psychickou stránku osobnosti, budou v této činnosti i nadále pokračovat.
- Přínosnou vizi lze nalézt v ochotě rodičů nabídnout své zkušenosti a zážitky dalším rodinám v obdobné situaci, které nemají o sportovních možnostech dostatek informací.
- Získaná doporučení rodičů: „*Vše záleží na aktivitě a nasazení rodičů*“. „*Vlastní rodič to má vždy složitější a měl by znát hranice svého dítěte a podle toho přistupovat*...“ k tréninkům, soutěžení a celkovému rozvoji.

Diskuze

V rámci popsaných výsledků vznikly podkapitoly, kde v první oblasti je popsána sportovní příprava. Mezi nejsilnější motivy zahájení sportovní aktivity zařazují rodiče sociální aspekty, zapojení do

sportovní komunity a získání nových přátel. Tyto motivy potvrzuje Požerienė et al. (2008), kteří mezi nejvíce motivující faktory zařazují výhru, zábavu, čas trávený s přáteli a zručnost v daném sportovním odvětví.

Při pohledu na přípravu sportovců s mentálním postižením jsou zjištěné informace ve shodě s tvrzením Lantze a Marcellini (2017), kteří zhodnocují, že sport na reprezentační úrovni vyžaduje dlouhodobou a systematickou přípravu, což potvrzují i odpovědi rodičů.

Při popisu druhé oblasti je zhodnocen přínos sportu pro osoby s mentálním postižením, popisována je velká škála pocitů, prožitků, které přináší zapojení do sportu. Nalezení vhodného zájmu a jeho realizace výrazně ovlivňuje rozvoj osobnosti samotného sportovce i rodinných příslušníků. Tato zjištění jsou ve shodě s tvrzeními Shapiro a Ulricha (2001) a Lahtinen et al. (2007), kteří popisují ovlivnění pocitů a osobností všech zúčastněných. Jsou popisovány nejen individuální pocity radosti, uspokojení, seberealizace a hrdosti, ale i velmi důležité sociální vazby v rámci začlenění do skupiny, pocity sounáležitosti, které popisuje Tilinger (2009). Z rozboru odpovědí rodičů je možné zhodnotit velkou snahu, ochotu a nasazení rodinných příslušníků, kteří se věnují svým dětem, což potvrzuje i Burns (2012), která vidí aktivizaci dětí s mentálním postižením právě v maximálním úsilí a podpoře rodin. Úspěšný paralympijský vítěz Jiří Ježek popisuje v jednom ze svých rozhovorů pro *Sports take* (2012) příjemné pocity s možností podělit se s rodinou a blízkými o bezprostřední pocity úspěchu. Participantů tohoto šetření tuto možnost získali a názorně popisují přínos, kdy tuto velmi specifickou zkušenost ovlivňuje velké množství faktorů, od finančních možností, trenérských zkušeností s daným sportem, až po časové možnosti a ochotu trávit čas se svým dítětem vyžadujícím speciální péči.

Rodiče ve shodě s Tilingerem (2012) uvádí přínos celkového sportovního dění, od přípravy po úspěch i neúspěch. Přínos vidí v nových stimulech, pocitu úspěchu, uvědomění si vlastní hodnoty a sounáležitosti. Ve shodě s Válkovou (2000), Ješinou et al. (2011) byly potvrzeny názory, že přiměřená sportovní aktivita rozvíjí jedince komplexně – pozitivně ovlivňuje nejen jeho tělesný rozvoj, ale také zvyšuje psychickou a fyzickou odolnost osob nebo napomáhá pohybovému rozvoji, čímž je ovlivněna celková kvalita života. Velký podíl na zvyšování kvality života mají i možnosti zapojení jedinců s mentálním postižením do tréninků běžné populace, které rodiče popisují. Pipeková a Vítková (2014) ve své publikaci potvrzují, že sociální rehabilitace a integrace je nejen pro lidi s mentálním postižením velmi přínosná. Možnost společného sportování prostřednictvím tréninků i soutěží je velmi specifickou zkušeností. Mrštinová (2022) uvádí i negativní vliv inkluze, kdy jsou vnímány určité předsudky sportovců z intaktní společnosti. Z rozhovorů vyplynulo, že v určitých situacích jsou hráči s mentálním postižením podceňováni a případná prohra je hráči bez handicapu hůře přijímána. Určité předsudky mohou plynout i z malého povědomí o schopnostech a dovednostech osob s postižením, kdy se rodiče sportovců shodují, že povědomí o sportovních možnostech lidí s mentálním postižením není dostatečné. Tilinger a Lejčarová (2012) uvádí, že pokud se mluví o sportu handicapovaných sportovců, myslí se především sport tělesně postižených sportovců, nikoli mentálně postižených sportovců či jiných typů postižení.

Sport mentálně postižených sportovců není dostatečně propagovaný a podporovaný. Toto tvrzení souvisí s poslední sledovanou oblastí, s rodičovskou vizí, kterou je snaha šířit dál informace o možnostech sportu této kategorie. Všichni lidé mají dle Úmluvy OSN o právech osob se zdravotním postižením právo, jak uvádějí Kudáček a Ješina (2013) a MPSV (2020), na plné zapojení do společnosti, rovnost příležitostí, respekt. Formulovaná vize jednoho z respondentů vytváří jednu z možných cest propagace sportu osob s mentálním postižením. Touto cestou je využití vlastních zkušeností a pomoc ostatním najít svůj směr a zájem, který je přínosem pro děti i rodiče. Tento postoj by mohl efektivně napomoci celkové osvětě a rozvoji sportu osob s mentálním postižením.

Doporučení rodičů v souladu s názorem Burns (2012) ukazuje na naprosto nezastupitelnou roli rodiny, která spočívá v tom, že rodiče význam zapojení do sportovní činnosti nejen pochopí, ale ve shodě s Vágnerovou et al. (2000) pomohou nejen nasměrovat, ale dlouhodobým působením budou úsilí svých dětí podporovat. Dotázaní rodiče se shodují v názoru, že pokud mají sportovci s mentálním postižením možnost, mají podporu a pochopení, potom mají chuť trénovat. Trénování přináší potěšení a sportovní činnost má kladný vliv. Pomocí pravidelné sportovní aktivity se osobnosti sportovců rozvíjejí, postupně se učí zpracovávat nové podněty a emoce, učí se novým způsobům chování, ale i řešení neobvyklých situací (Mrštinová, 2022).

Závěr

Cílem studie bylo zjištění názoru rodičů aktivních sportovců s mentálním postižením. Šest rodinných příslušníků dětí s mentálním postižením prezentovalo svůj osobní názor na přínos sportu pro jedince s mentálním postižením, kteří jsou zapojeni do pravidelné sportovní přípravy a soutěží. Výsledky byly prezentovány ve třech oblastech.

V oblasti sportovní přípravy je možno formulovat doporučení, která potvrzují obecné zásady, ale v pojetí práce se sportovci s mentálním postižením a z pohledu rodičů nabývají specifický význam:

- Systematičnost a pravidelnost (sportovní aktivity probíhají minimálně 3× týdně).
- Individuální přístup (plynoucí ze znalosti rodiče a snahy o hledání optimálního přístupu).
- Trpělivost (umožnění dostatečné časové dotace pro trénink dovedností).
- Pestrost (různorodé aktivity, ale i zařazení doplňkových sportů).
- Týmová spolupráce (aktivní zapojení rodičů, ve spolupráci s trenéry a speciálními pedagogy).

Ze zjištěných názorů byl potvrzen obecný přínos sportu pro sledovanou skupinu sportovců i jejich rodiče. Respondenti se shodují, že prostřednictvím pohybových aktivit se osobnosti sportovců rozvíjejí ve fyzické, psychické i sociální oblasti. Ze zkušenosti rodičů vyplývá, že sport, tréninky i soutěže považují za ideální způsob inkluzivních snah. Zapojování do společného sportování respondenti uvádějí jako významný benefit. Mezi zjištěné přínosy byla zařazena samostatnost, seberealizace, sounáležitost a transfer. Specifické pocity, které sport rodičům a dětem s mentálním postižením přináší je hrdost, radost a štěstí.

Velmi výrazně vyznívá důležitost rodiny a její podpory, kdy obzvlášť nyní v době inkluze přechází tato role hledání zájmu a podpory právě na rodinu. V případě této studie byli všichni respondenti aktivní, se zájmem o sport, zapojení do tréninku svých dětí. Z vlastní dlouholeté praxe uvádím situaci ve sportovním klubu s inkluzivním zaměřením, kde je reálný počet zapojených rodinných příslušníků dětí s postižením menší než rodin nezapojených do přípravy svých dětí. Zajímavým zjištěním v dalším šetření by mohlo být porovnání motivace, přínosu sportu ovlivněným právě přímým zapojením rodiny.

Z šetření vyplynul pozitivní závěr ochoty a snahy o propagaci zkušeností rodin se sportem, tím šíření informací o možnostech nejen do rodin, ale i klubů a škol.

Školy a kluby mají výrazně menší roli, než tomu bylo v době před zahájením společného vzdělávání. Role škol a klubů je však nezastupitelná a podstatná pro podporu a vzájemnou spolupráci s rodinami dětí s mentálním postižením.

Literatura

- Burns, J. (2012). What Does the Olympics mean to you? *The Psychologist*, 25(7), 508–509.
- Daňková, K., Manová, Z., Frančeová, E., Hutařová, I., & Bláhová, Z. (2006). *Cesty k vítězství*. SPMP ČR – SPMP OV.
- Francová, L., Válková, H., & Šinkovský, R. (2013). Comparison of training and competition opportunities in leisure time among people with intellectual disabilities in selected European countries. *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*, 2(2), 15.
- Hendl, J. (2012). Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace. Portál.
- Jinkinson, B., & Hammond, C. (2012). *How the Paralympics checks intellectual disability*. <https://www.bbc.com/news/magazine-19371031>
- Ješina, O., Hamřík, Z., Bartoňová, R., Janečka, Z., Kalman, M., Kučera, M., Panská, S., Rybová, L., & Vyhliďal, T. (2011). *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Kudláček, M., & Ješina, O. (2013). *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*. Univerzita Palackého.
- Lantz, E., & Marcellini, A. (2017). Sports games for people with intellectual disabilities. Institutional analysis of an unusual international configuration. *Sport in Society*, 21(4), 1–14.
- Lahtinen, U., Rantala, P., & Malin, A. (2007). Physical performance of individuals With Intellectual Disability: A 30-Year Follow-Up. *Adapted physical activity quarterly*, 24, 125–143.
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Grada.
- MPSV (2020). *Úmluva OSN o právech osob se zdravotním postižením*. <https://www.mpsv.cz/umluva-osn-o-pravech-osob-se-zdravotnim-postizenim>

- Mrštinová, K. (2022). *Sport v životě osob s mentálním postižením* [Diplomová práce, Univerzita Hradec Králové]. Archiv závěrečných prací UHK. <https://theses.cz/vyhledavani/?search=mr%C5%A1tinov%C3%A1+kl%C3%A1ra+/>
- Pipeková, J., & Vítková, M. (2014). *Od edukace k sociální inkluzi osob se zdravotním postižením se zaměřením na mentální postižení*. Masarykova Univerzita.
- Požėrienė, J., Adomaitienė, R., Ostasevičienė, V., Rėklaitienė, D., & Kragėnienė, I. (2008). Sport participation motivation of athletes with intellectual disabilities. *Ugdymas. Kėno kultūra. Sportas*, 3, 69–75.
- Tilinger, P. (2009). *Sport osob s mentálním postižením*. Projekt FRVŠ, UK FTVS.
- Tilinger, P., & Lejčarová A. (2012). *Sport osob s intelektovým postižením*. Karolinum.
- Válková, H. (2000). *Skutečnost nebo fikce? Socializace mentálně postižených prostřednictvím pohybových aktivit*. Univerzita Palackého.
- Vágnerová, M., Hadj-Moussová, Z., & Štech, S. (2000). *Psychologie handicapu*. Karolinum.
- Shapiro, R. D., & Ulrich, A. D. (2001). Social Comparisons of Children With and Without Learning Disabilities When Evaluating Physical Competence. *Adapted physical activity quarterly*, 18, 273–288.
- Strauss, A., & Corbinová, J. (1999). *Základy kvalitativního výzkumu*. Albert.
- Sports take (2012). *Sports Take s paralympijským vítězem v cyklistice Jiřím Ježkem* [rozhovor]. Radio Wave, 17. září 2012. <https://wave.rozhlas.cz/sports-take-s-paralympijskym-vitezem-v-cyklistice-jirim-jezkem-5254509?print=1>
- Virtus. (2023). *Global Games 2023 Highlights*. <https://www.virtus.sport/virtus-global-games>

Mgr. et Mgr. Lucie Francová, Ph.D.
Univerzita Hradec Králové
Katedra tělesné výchovy a sportu
lucie.francova@uhk.cz