

Yuriy Briskin

Alina Perederij

Uniwersytet Wychowania Fizycznego we Lwowie

Vanda Strelkovska

Krakowska Wyższa Szkoła Promocji Zdrowia

Kształtowanie procesu rehabilitacyjnego w przygotowaniu zawodników Olimpiad Specjalnych

Streszczenie

W badaniach prezentowanych w artykule w sposób eksperymentalny udowodniono wpływ sportu na kondycję oraz znaczenie społeczne zajęć treningowych dla zawodników Olimpiad Specjalnych. Sondaż przeprowadzono w różnych województwach Ukrainy: lwowskim, kijowskim, czerkaskim, żytomierskim, kirowogradzkim, dnipro-pietrowskim, zaporoskim, sumskim, odeskim, charkowskim i w mieście Sewastopol. W ankiecie uczestniczyli przedstawiciele następujących grup: rodzina zawodnika z niepełnosprawnością umysłową, wolontariusze, trenerzy Olimpiad Specjalnych, koordynatorzy obwodowych ośrodków, prezydent rodzinnego klubu Olimpiad Specjalnych, nauczyciele oligofrenopedagogiki, specjaliści ośrodków „Sportu osób niepełnosprawnych”, nauczyciele wychowania fizycznego, którzy pracują w szkołach specjalnych oraz dyrektorzy szkół sportowych dla osób niepełnosprawnych intelektualnie. W badaniu ogółem uczestniczyło 45. respondentów, którzy przekazali informacje o 135. zawodnikach Olimpiad Specjalnych. Wiek zawodników, o których uzyskano informacje, oscyluje w przedziale od 10. do 39. lat. W wyniku przeprowadzonych badań ustalono wysoki poziom motywacji zawodników w trakcie treningów oraz zawodów. Stwierdzono, że przedstawiciele najbliższego otoczenia zawodników z niepełnosprawnością intelektualną w większości przypadków deklarowali przyrost wskaźników rozwoju fizycznego, zdolności motorycznych, czynności codziennych i komunikacyjnych nawyków, społecznego doświadczenia, zdolności do podjęcia działania oraz funkcji poznawczych swoich podopiecznych.

Słowa kluczowe: Olimpiady Specjalne, osoby niepełnosprawne intelektualnie, sport osób niepełnosprawnych

Shaping the rehabilitation process in the preparation of Special Olympics athletes

Abstract

In the studies presented in the article, in an experimental way the impact of sport on the condition and the social importance of training activities for Special Olympics athletes was demonstrated. The survey was conducted in different oblasts of Ukraine: Lviv, Kiev, Cherkasy, Zhytomyr, Kirovohrad, Dnipropetrovsk, Zaporizhia, Sumy, Odessa, Kharkiv,

and in Sevastopol city. Representatives of the following groups participated in the survey: the family of the competitor with mental disability, volunteers, Special Olympics trainers, peripheral centers coordinators, the President of the Special Olympics family club, teachers of oligophrenopedagogy, specialists of the „Disabled Sports” centers, physical education teachers who work in special schools, and principals of sports schools for people with intellectual disabilities. The study involved a total of 45 respondents who reported on 135 Special Olympics athletes. The age of competitors, about which information was provided, ranges from 10 to 39 years. The study found a high level of competitors’ motivation during training and competition. It was found that the representatives of the nearest surroundings of the competitors with intellectual disabilities, in most cases, declared an increase in rates of physical development, motor skills, daily activities and communication habits, social experience, ability to take actions and cognition of their charges.

Keywords: Special Olympics, persons with intellectual disabilities, disabled sport

Wstęp

Współczesnym problemem sportu osób niepełnosprawnych jest przeniesienie wszystkich zasad metodologicznych, treningów, procesu przygotowania, dostosowania obciążeń itp. ze sportu olimpijskiego do przygotowania zawodników niepełnosprawnych, bez uwzględnienia ich indywidualnych niepełnosprawności. Sport osób niepełnosprawnych w międzynarodowym ruchu olimpijskim podzielono na: sport paraolimpijski, sport deflimpijski oraz ruch Olimpiad Specjalnych¹. Dla sportu paraolimpijskiego i deflimpijskiego, uwzględniając ich stosunkowo identyczne cele i rezultaty w odniesieniu do sportu olimpijskiego, możliwa jest częściowa determinacja według indywidualnych jednostek chorobowych oraz głównych zasad przygotowania sportowców-olimpijczyków. W przypadku Olimpiad Specjalnych istnieje potrzeba szczegółowego przemyślenia podstawowych założeń niniejszego procesu. Jednakże, bez doświadczenia w przygotowaniu sportowców w sporcie olimpijskim, rozwój Olimpiad Specjalnych we współczesnych czasach staje się niemożliwy.

Pomimo wieloletniego, empirycznego doświadczenia, pracy międzynarodowej organizacji Olimpiad Specjalnych i stosowania zagadnień w literaturze naukowo-metodycznej, dotyczących wykorzystania ukierunkowanej i celowej działalności treningowej oraz zawodowej, mających na celu socjalną adaptację osób niepełnosprawnych umysłowo, nie wykorzystuje się ich w praktyce. W wielu

¹ J. A. Briskin, S. P. Jewsejew, A. Perederij, *Adaptiwnyj sport*, [w:] *Sowetskij sport*, 2010; M. A. Lord, W. J. Lord, *Effects of the Special Olympics Texas athletes for outreach program on communication competence among individual with mental retardation*, „Communication Education” 2000, Vol. 49 (3), s. 267–283; A. W. Perederij, *Struktura obespečenija funkcionirowanija programm Specjalnych Olimpiad*, „Fiziczeskoje wospitanije studentow” 2013, Nr 5, s. 73–78; E. Prystupa, Y. Briskin, A. Perederij, *Paralympic sport as a basic of adaptive sport = Sport paraolimpijski jako podstawa sportu adaptacyjnego*, [w:] *Sport i spoleczeństwo*, t. II, Nr 1, Radom, 2012, s. 79–89

opracowaniach² są omawiane historyczne oraz organizacyjne aspekty działalności Olimpiad Specjalnych, podsumowuje się niektóre zasady realizacji programów treningowych³. W innych współczesnych źródłach⁴ podjęto próby zbadania wpływu poziomu niepełnosprawności i dydaktycznie uzasadnionej metodyki treningu sportowego na poziom adaptacji, rozwój fizyczny oraz poziom techniczny osób z niepełnosprawnością umysłową. W badaniach tych w sposób eksperymentalny udowodniono wpływ sportu na kondycję osób z niepełnosprawnością intelektualną. Biorąc pod uwagę działania kompleksowe, sport można uważać za najbardziej efektywny środek doskonalenia sfery fizycznej i psychicznej oraz społecznej adaptacji osób z niedorozwojem umysłowym. Udowodniono, między innymi, znaczenie społeczne zajęć treningowych dla zawodników Olimpiad Specjalnych. Efektywną cechą dydaktyczną, która ma wpływ na socjalizację tej części społeczeństwa, jest przeprowadzanie wspólnych treningów zawodników z różnymi stopniami niepełnosprawności umysłowej wraz ze zdrowymi zawodnikami, przy obecności rodziców i wolontariuszy na treningach.

W literaturze naukowej dotyczącej przygotowania korekcyjnego dowiedziono skuteczności różnych form rehabilitacji osób z niepełnosprawnością umysłową, na przykład przez: sztukę, muzykę, kształcenie poprzez pracę itp.⁵.

Proces kształcenia we współczesnym sporcie rozpatruje się jako system. Wychodząc od analizy pojęcia „system”, wszystkie jego składowe znajdują się w ścisłym powiązaniu oraz współzależności. Związek ten opiera się na wspólnym celu istnienia systemu, na czynniku, który buduje ten system i bez którego przestaje istnieć. W sporcie olimpijskim takim czynnikiem, wokół którego kształtuje się system przygotowania zawodnika, są zawody. To właśnie one stawiają wymagania odnośnie do struktury przygotowań sportowca, co w następnej kolejności

² J. A. Briskin, *Adaptiwnyj sport. Specialni Olimpiady: podręcznik*, Achil, Lwów, 2003; J. A. Briskin, V. Strelkovska, *Doswid rozwytku Specialnych Olimpiad u Respubliki Polszcza ta možlywości jogo wykorzystannia w Ukraini*, [w:] *Pedagogika, psychologia ta medyko-biologiczni problemy fizycznego wychowannia i sportu: zeszyty naukowe*, pod red. S. S. Jermakowa, Charków (XXIII), 2005, Nr 23, s. 4–7

³ J. A. Briskin, A. Peredij, I. Kogut, *Trenuwalni programy Specialnych Olimpiad*, „Teorija i metodyka fizycznego wychowannia i sportu” 2006, Nr 1, s. 3–5

⁴ G. M. Bojko, *Nawczannia ruchowym wminiam ta formuwannia nawyczok jak zasoby integracji w suspilstwo osib z chworoboju Dauna*, [w:] *Duchownist ta zlagoda w ukrajinśkomu suspilstwi na perechresti tysiaczolit: Ogólnoukraińska naukowo-praktyczna konferencja*, Kijów, 1999, s. 316–321; *Wplyw zaniat sportom na reabilitaciju ta integraciju nepownosprawnych ditej z syndromom Dauna*, red. J. I. Bajcar, L. S. Zubryckyj, O. M. Stefanyszyn, J. G. Lubizanin, [w:] *Ozdorowcza i sportywna robota z nepownosprawnyj: zeszyty naukowe*, Lwów, 2005, s. 81–84; C. Maano, G. Ninot, B. Erras, *Effects of alternated sport competition in perceived competence for adolescent males with mild to moderate mental retardation*, „International Journal of Rehabilitation Research” 2001, Vol. 4 (1), s. 51–58

⁵ S. D. Zabramnaja, T. N. Isajewa, *Nekotoryje psichologo-pedagogiczeskije pokazateli razgranichenija stepenej umstwennoj otstalosti u detej na naczalnom etape szkolnogo obuczenija*, „Korrekcionnaja pedagogika” 2008, Nr 1, s. 5–13

implikuje wykorzystanie specyficznych zasobów i metod przygotowania. Zawody (ich liczba, poziom, terminy) determinują relację między intensywnością treningów i czasem przeznaczonym na regenerację (konieczną dynamikę formy sportowca, kolejność obciążeń oraz regeneracji). Zawody w sporcie olimpijskim ukierunkowane są na osiągnięcie maksymalnego wyniku przez sportowców, co jest produktem ich zawodowej działalności. Wynik ten stanowi główny bodziec do doskonalenia sportowego, ma unikalną wartość, co roku wzrasta jego znaczenie społeczne, polityczne oraz ekonomiczne. Poziom rekordowych wyników sportowych jest wyznacznikiem możliwości organizmu człowieka, wzorcem i celem dla wszystkich sportowców⁶. Podobnie jak w sporcie olimpijskim, stosunek wyniku (czynnika, który tworzy działalność zawodową) do celu systemu przygotowania, cechuje również sport osób niepełnosprawnych w międzynarodowej działalności olimpijskiej – sporcie paraolimpijskim i deflimpijskim. Zmiana priorytetów w tych sportach – z rehabilitacyjnych na wyłącznie sportowe – powoduje jednakże stworzenie takich relacji, które ukierunkowują system przygotowań na wykorzystanie obciążeń granicznych, używanie niedozwolonych środków oraz metod osiągnięcia wyników itp.⁷.

Stosunek do wyników sportowych w Olimpiadach Specjalnych wymaga prze-myślenia struktury procesu przygotowania zawodników.

Naszym zdaniem, na Olimpiadach Specjalnych nie powinno się koncentrować wyłącznie na wyniku sportowym, tak jak ma to miejsce w sporcie olimpijskim. Według idei Olimpiad Specjalnych, wynik sportowy, który jest rozpatrywany osobno, bez uwzględnienia możliwości zawodnika, nie ma wartości⁸.

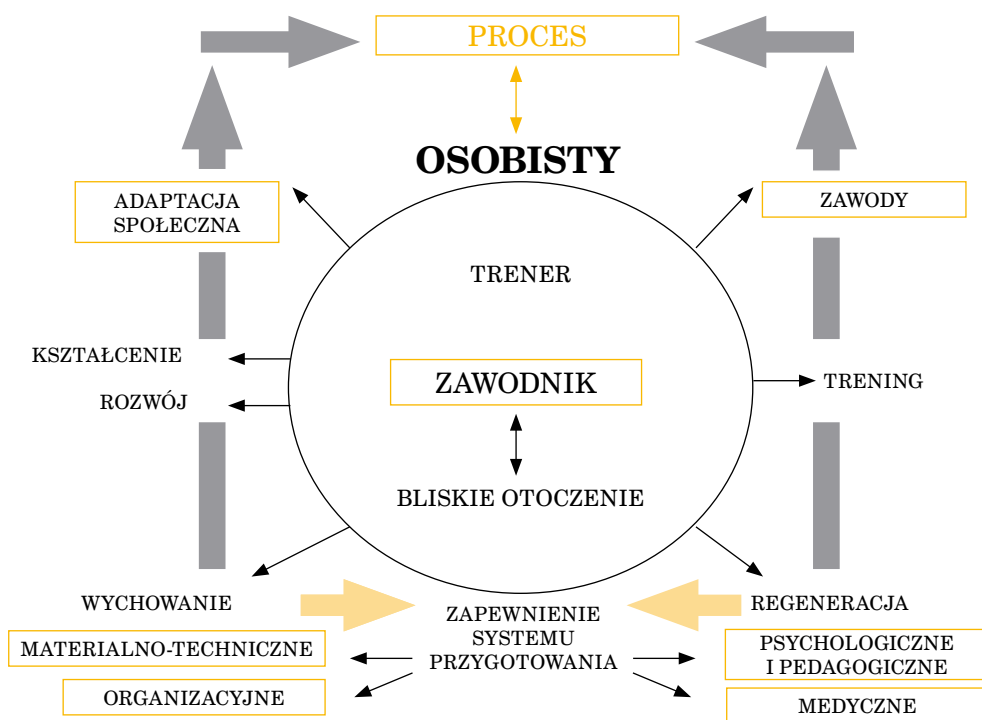
Osiągnięcie lepszego wyniku sportowego dla samego tylko wyniku, który nie prowadzi do polepszenia stanu sportowca (w aspekcie fizycznym, psychologicznym, społecznym itp.) nie może świadczyć o efektywnym funkcjonowaniu systemu przygotowania sportowego⁹. Oznacza to konieczność występowania binarnego czynnika ukierunkowującego proces przygotowania w Olimpiadach Specjalnych na wynik sportowy, którego osiągnięcie ma służyć społecznej adaptacji oraz rehabilitacji sportowców (ryc. 1).

⁶ W. S. Keller, W. M. Platonow, *Teoretyko-metodyczni osnovy pidgotowky sportsmeniw: pod-ręcznik*, Lwów, Ukrajinska Sportywna Asocjacja, 1993

⁷ J. A. Briskin, *Specyfika celowo-rezultatywnych odnoszenij paraolimpijskiego sportu*, „Nauka w olimpijskom sporcie” 2002, Nr 2, s. 27–30

⁸ Tamże; S. Koloskow, *Deti s syndromom Dauna. Wozmożnosti socialnoj adaptacji*, <http://www.7ya.ru/article/Deti-s-sindromom-Dauna-Vozmozhnosti-socialnoj-adaptacii/>, [data dostę-pu: 30.01.2013]

⁹ A. W. Perederij, *Zagalna charakterystyka systemy pidgotowky sportsmeniw Specialnych Olimpiad*, „Fizyczna aktywnist, zdorowja i sport” 2012, Nr 4 (10), s. 65–73; E. Prystupa, Y. Briskin, A. Perederij, *Paralympic sport as a basic of adaptive sport = Sport paraolimpijski jako podstawa sportu adaptacyjnego*, [w:] *Sport i spoczeństwo*, t. II, Nr 1, Radom, 2012, s. 79–89



Ryc. 1. System przygotowania zawodników Olimpiad Specjalnych

Źródło: Badania własne

Niewątpliwie istotne jest rozpatrywanie zawodów sportowych oraz poziomu wyników, które się w nich osiąga, jako składową procesu przygotowania w Olimpiadach Specjalnych. Faktem oczywistym jest, że system ten opiera się na działalności sportowej i to właśnie ona stanowi wpływ edukacyjny, rozwojowy i rehabilitacyjny. Zawody, które w większości odbywają się według zasad międzynarodowych federacji sportowych lub są zmodyfikowane zgodnie z potrzebami zawodników Olimpiad Specjalnych, tworzą warunki dla ich samorozwoju, stymulują kompleksowy, roczny proces treningowy w odniesieniu do zasad specjalnego sportu olimpijskiego. Jednak, kiedy sportowa składowa zaczyna dominować (można to zaobserwować na przykładzie sportu olimpijskiego, paraolimpijskiego i deflimpijskiego), mają miejsce sytuacje, które nie są zgodne z zasadami Olimpiad Specjalnych (np.: większy nacisk na osiąganie rekordów, zdobywanie medali, moralno-etyczne problemy klasyfikacji, wykorzystanie dopingu itp.).

System przygotowania traci swój sens, jeśli nie ma adaptacyjnego ukierunkowania. W międzynarodowym ruchu Olimpiad Specjalnych przewidziane są „mechanizmy obronne”, które zachowują ukierunkowanie działalności na adaptację

społeczną oraz rehabilitację zawodników. Przede wszystkim ma miejsce wyjątkowe podejście do podziału na grupy startowe – według poziomów zdolności, zgodnie z zasadą 15%, daje to najlepsze warunki do rywalizacji oraz samej świadomości rywalizacji na zawodach¹⁰.

Podział na grupy jest wyróżniającą cechą Olimpiad Specjalnych w świecie sportu. W Olimpiadach Specjalnych przyjęto, że każdy zawodnik ma równe szanse na osiągnięcie sukcesu w zawodach sportowych. Właśnie dlatego we wszystkich zawodach dokonuje się podziałów na grupy, aby każdy zawodnik miał szansę na zwycięstwo, współzawodnicząc z zawodnikami równymi sobie, zgodnie z predyspozycjami sportowymi. Podział odbywa się według wyników z poprzednich zawodów lub rezultatów poprzednich kwalifikacji. Zawody prowadzi się na wysokim poziomie i w każdej grupie jest od 3. do 8. uczestników, a różnica pomiędzy najlepszym i najgorszym wynikiem nie może przekraczać 15%. W niektórych przypadkach może zebrać się niewystarczająca liczba zawodników, aby utrzymać tę zasadę. Stworzenie osobnej grupy dla jednego uczestnika nie pozwala na rywalizację. Warto jednak zaznaczyć, że pozostawienie go w grupie, w której jego poziom znacznie odbiega od możliwości pozostałych uczestników (jako bardzo wysoki lub wyjątkowo niski), będzie niesprawiedliwe, a w skrajnych przypadkach może okazać się niebezpieczne. Taka sytuacja przeczy zasadom Olimpiad Specjalnych – każdy zawodnik musi mieć równe szanse na wygraną. Manipulacje przy tworzeniu grup, w których każdy zawodnik dostałby medal, kolidowałyby również z zasadami Olimpiad Specjalnych. Te olimpiady wspierają „sportowego ducha”, rywalizację oraz chęć uczestnictwa w zawodach. Pozwala to na głębszą analizę potencjału każdego sportowca, niezależnie od poziomu jego zdolności. Podstawową zasadą Olimpiad Specjalnych jest niełączenie osiągnięć każdego zawodnika z miejscem, które zajął. Istnieją przyczyny, które sprawiają, że taki podział na grupy jest niedopuszczalny:

1. Wykorzystując słowo „olimpiada” na mocy oficjalnego pozwolenia Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego, ruch Olimpiad Specjalnych powinien spełniać wszystkie standardy olimpijskie.
2. Manipulacje w grupach oraz niesprawiedliwe rozdanie medali sprzyjają obniżeniu wartości oraz efektywności nagród jako zasobu kształcącego zawodników oraz ich przygotowania do zawodów. Uważa się, że sportowiec, stając do walki o medal, już jest zwycięzcą. Bardzo ważne jest docenianie wszystkich wysiłków olimpijczyków specjalnych. Każdy sportowiec, który zdobył od 1. po 8. miejsce oraz ukończył zawody, dostaje nagrodę.
3. Głównym celem treningów oraz zawodów Olimpiad Specjalnych jest motywowanie do uprawiania sportu oraz dążenie do zdobywania wyznaczonych

¹⁰ Coaching Guides [Electronic resource], Access mode: http://sports.specialolympics.org/specialo.org/Special_/English/Coach/Coaching/Cross_Co/default.htm, [data dostępu: 21.11.2011]

celów. Poprzez udział w wielu zawodach sportowych osiąga się również rozwój osobowości oraz poczucia własnej wartości zawodników¹¹.

Kolejnym mechanizmem, zabezpieczającym Olimpiady Specjalne przed wyścigiem po maksymalny wynik, jest nieobecność hymnów państwowych oraz flag. Na zawodach Olimpiad Specjalnych, ku chwale zwycięzców, wykonuje się hymn Olimpiad Specjalnych oraz wciąga na maszt flagę Olimpiad Specjalnych. Zawodnicy z różnych krajów reprezentują na tych zawodach siebie – jako przedstawiciele programów państwowych, a nie kraju. Organizatorzy zawodów nie prowadzą: podsumowania zawodów między uznanymi programami poszczególnych państw oraz rankingów drużynowych. Zwalnia to zawodników Olimpiad Specjalnych od państwowej i politycznej presji, odpowiedzialności za wynik oraz konieczności osiągnięcia go za wszelką cenę. Takie podejście sprawia, że wynik sportowy ma wyłącznie znaczenie wychowawcze, motywujące oraz świadczy o doskonaleniu i rozwoju sportowców.

Trzecim czynnikiem, który wyklucza działanie sportowe ukierunkowane na wynik, jest przeprowadzanie na Olimpiadach Specjalnych zawodów na wszystkich poziomach możliwości sportowców. Począwszy od najniższych możliwości zawodników, według programu MATP („Program treningu aktywności motorycznej” – zawodów oceniających zdolności indywidualne w dziedzinach sportu zespołowych), do zawodów na wyższym poziomie, które odbywają się według takich zasad, jak i w przypadku zdrowych zawodników. Zawodnik Olimpiad Specjalnych może zaprezentować własny poziom zdolności oraz zawsze ma możliwości i perspektywy ich rozwoju, przechodząc do zawodów na wyższym poziomie.

Czwartym czynnikiem jest brak zachęty finansowej. Na zawodach Olimpiad Specjalnych nie ma premii, wynagrodzeń finansowych czy też premii dla sportowców i trenerów. Działalność ta ma charakter wyłącznie charytatywny.

Jeśli przekreśli się znaczenie zawodów w systemie przygotowania uczestników Olimpiad Specjalnych, znaczenie struktury działalności zawodowej w doborze zasobów i metod treningów, wyniki dla określenia poziomu zawodów, w których zawodnik będzie uczestniczyć, dla podziału na grupy oraz planowanie dynamiki obciążeń i regeneracji, zostają one wyłącznie zasobami osiągnięcia integralnego celu w systemie przygotowania zawodnika¹². Dlatego, odmiennie niż stanowi cel przygotowania sportowego w sporcie olimpijskim (osiągnięcie maksymalnego możliwego dla konkretnego zawodnika poziomu techniko-taktycznego, fizycznego i psychicznego przygotowania, uzasadnionego specyfiką konkretnej dziedziny

¹¹ Tamże; General_Rules [Electronic resource], Access mode: http://resources.specialolympics.org/Topics/General_Rules/Quick_Links_to_General_Rules_Articles_and_Summary.aspx?source=RQL, [data dostępu: 20.03.2012]

¹² A. W. Perederij, *Zmagania w systemie podgotowki atletów specjalnych olimpiad*, [w:] *Pedagogika, psychologia ta medyko-biologiczni problemy fizycznego wychowania i sportu: zeszyty naukowe*, pod red. S. S. Jermakowa, Charków, 2013, Nr 4, s. 55–59

sportu i wymaganiami osiągnięcia maksymalnie wysokich wyników na zawodach), celem systemu przygotowania, według programów Olimpiad Specjalnych, jest zapewnienie maksymalnie możliwego dla konkretnego zawodnika poziomu społecznej adaptacji poprzez polepszenie fizycznego, technicznego, taktycznego, psychologicznego, teoretycznego przygotowania, wykorzystując treningi oraz zawody w wybranych dziedzinach sportowych. Realizacja danego celu jest możliwa na różnych poziomach wyników, zarówno wykorzystując zasoby konkretnej dziedziny sportu, jak i kilku najbardziej popularnych dziedzin sportowych.

Opierając się na specyfice systemu przygotowania sportowego w Olimpiadach Specjalnych, warunkiem koniecznym jego istnienia jest ukierunkowanie go na adaptację społeczną i rehabilitację. W dostępnej naukowo-metodycznej literaturze zagadnienie wpływu różnych składowych sportu na rozwój fizyczny zawodników, poziom ich zdolności komunikacyjnych, społecznych czy też samodzielności są niewystarczająco zbadane. Właśnie taka informacja jest najistotniejsza dla oceny perspektyw kierunku sportowego w pracy z osobami niepełnosprawnymi intelektualnie, według programu Olimpiad Specjalnych. W celu zbadania, jak oddziałuje sport na osoby z niepełnosprawnością intelektualną, przeprowadzono ankietę wśród przedstawicieli ich najbliższego otoczenia. W tym badaniu analizie poddana została opinia na temat społecznego i rehabilitacyjnego efektu zajęć sportowych¹³.

Sondaż przeprowadzono w różnych województwach Ukrainy: we lwowskim, kijowskim, czerkaskim, żytomierskim, kirowogradzkim, dnipropietrowskim, zaporoskim, sumskim, odeskim, charkowskim i w mieście Sewastopol. W ankiecie uczestniczyli przedstawiciele następujących grup: rodzina zawodnika z niepełnosprawnością umysłową, wolontariusze, trenerzy Olimpiad Specjalnych, koordynatorzy obwodowych ośrodków, prezydent rodzinnego klubu Olimpiad Specjalnych, nauczyciele oligofrenopedagogiki, specjaliści ośrodków „Sportu osób niepełnosprawnych”, nauczyciele wychowania fizycznego, którzy pracują w szkołach specjalnych oraz dyrektorzy szkół sportowych dla osób niepełnosprawnych intelektualnie. W badaniu ogółem uczestniczyło 45. respondentów, którzy udzielili informacje na temat 135. zawodników Olimpiad Specjalnych. Staż pracy respondentów z osobami z niepełnosprawnością umysłową wahał się w przedziale od trzech lat współpracy, w przypadku wolontariuszy, z Ogólnoukraińskim Stowarzyszeniem Społecznym Osób Niepełnosprawnych Intelektualnie „Specjalne Olimpiady Ukrainy”, do 35. lat doświadczenia pedagogicznego, w przypadku nauczycieli i trenerów. Średni wskaźnik doświadczenia zawodowego wynosił 13 lat.

¹³ A. W. Perederij, *Personifikowanaja podsistema systemy podgotowki atletow specjalnych olimpiad*, [w:] *Mezhdunarodnaja naucznojaja sessija po itogam NIR za 2012 god „Naucznoje obosnowanije fiziczeskogo wospitanija, sportiwnoj trenirowki i podgotowki kadrow po fiziczeskij kulture i sportu”*, pod red. T. D. Polakowa, cz. 1, Mińsk, Państwowy Uniwersytet Kultury Fizycznej, s. 96–98

Wiek zawodników, o których uzyskano informacje, oscyluje w przedziale od 10. do 39. lat; średni wiek: 16,6 lat. Średni czas podjęcia treningów sportowych zawodników wyniósł przeciętnie 6 lat (minimalny staż sportowy – 1 rok i maksymalny w wybranej grupie badawczej – 15 lat). Analiza odpowiedzi na to pytanie pozwoliła na stwierdzenie, iż osoby z niepełnosprawnością intelektualną na Ukrainie zaczynają dość wcześnie uprawiać sport. W niektórych przypadkach zaczynały się nim zajmować osoby młodsze niż ośmioletnie (wiek, który pozwala brać udział w zawodach według programów Olimpiad Specjalnych). Chociaż, w ostatnich latach, w międzynarodowej praktyce istnieje tendencja do wcześniejszego włączenia programów sportowych adaptowanych w charakterze gier – tak, jak zostały wprowadzone programy „Młodzi atleci”, bez organizacji zawodów. W otrzymanych ankietach udzielono informacji na temat 42. dziewcząt oraz 93. chłopców z niepełnosprawnością umysłową. Zawodnicy, o których mowa w ankiecie, mają następujące diagnozy: zespół Downa – 36 osób, intelektualna niepełnosprawność w różnym stopniu – 85 osób oraz niepełnosprawność umysłowa z innymi patologiami (w połączeniu z dziecięcym porażeniem mózgowym, z ciężkimi wadami mowy itp.) – 14 osób. Wśród zbadanych zawodników, 31 z nich miało doświadczenie uczestnictwa w zawodach na wszystkich poziomach, w tym Ogólnoświatowych Igrzyskach Olimpiad Specjalnych. Dziedziny sportowe, które uprawiali zbadani zawodnicy, to: pływanie, lekka atletyka, piłka nożna, koszykówka, gimnastyka sportowa, biegi narciarskie, badminton, siatkówka i tenis.

Głównym zadaniem ankiety było ustalenie metod niezbędnych do adaptacji społecznej i rehabilitacji, które są wykorzystywane w pracy z osobami niepełnosprawnymi intelektualnie. W ankiecie zaproponowano następujące odpowiedzi: arteterapia, szydełkowanie, deklamowanie wierszy, delfinoterapia, opieka nad osobami w wieku starszym, opieka nad pieskiem, hipoterapia, plastyka, gimnastyka korekcyjna, masaż, muzyka, sztuka, układanie puzzli, spacer, robótki ręczne, śpiew, taniec, terapia poprzez pracę i działalność sportowa – turystyka. Osobno przedstawiono, jako sposób rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną, zajęcia ogólnosportowe i poszczególne dziedziny sportu. Jako najbardziej skuteczne dziedziny sportu i aktywności fizycznej wybrano: badminton, kolarstwo, siatkówkę, lekką atletykę, wyścigi narciarskie, tenis stołowy, pływanie, gry sportowe, gimnastykę sportową, tenis, piłkę nożną oraz ćwiczenia na przyrządach. W ankietach zawarto 36 rodzajów rehabilitacji. Należy zaznaczyć, że analiza wyników ankiety przedstawiła znaczne odmienności struktury metod rehabilitacji, które są opisane w literaturze przedmiotu i wykorzystywane w praktyce. Optymalne wyniki wychodzą poza granice przedmiotu tego artykułu, jednak mogą stanowić doskonałą bazę dla dalszych badań.

W rankingu niesportowych metod rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną, według opinii respondentów, pierwsze miejsce zajęła terapia zajęciowa. Nieznacznie mniej efektywną metodą okazała się gimnastyka korekcyjna. Muzyka i arteterapia znalazły się na trzecim i czwartym miejscu. Kompletny ranking niesportowych metod rehabilitacji osób z niepełnosprawnością umysłową zawarto w tabeli 1.

Tabela 1. Pozasportowe metody rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną

Ranking	Metody rehabilitacji
1.	Terapia zajęciowa
2.	Gimnastyka korekcyjna
3.	Muzyka
4.	Arteterapia
5.	Sztuka
6.	Spacery
7.	Śpiew
8.	Hipoterapia
9.	Masaż
10.	Delfinoterapia
11.	Układanie puzzli
12.	Opieka nad osobami w wieku starszym
13.	Opieka nad pieskiem
14.	Robótki ręczne
15.	Modelowanie
16.	Wiersze
17.	Rozrywka
18.	Taniec
19.	Haft

Źródło: badania własne

Warto podkreślić, że znaczną liczbę wskazywanych metod zaproponowano po raz pierwszy i nigdy jeszcze nie zostały one opisane w literaturze naukowej, co wymaga dalszych badań. Do tej kategorii można zaliczyć: robótki ręczne, opiekę nad osobami w starszym wieku, opiekę nad pieskiem, układanie puzzli.

Analiza sportowych metod rehabilitacji potwierdziła popularność na Ukrainie oraz w świecie takich dziedzin sportu, jak: lekka atletyka i piłka nożna, które mają wysokie notowania skuteczności. Respondenci uznali, że równie skutecznymi metodami są: gimnastyka sportowa, koszykówka, pływanie i, z zimowych dziedzin sportu, wyścigi narciarskie. Wysoko oceniano również ćwiczenia na przyrządach i turystykę (tab. 2).

Tabela 2. Sportowe metody rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną

Ranking	Sportowe metody rehabilitacji
1.	Lekka atletyka
2.	Piłka nożna
3.	Gimnastyka sportowa
4.	Koszykówka
5.	Pływanie
6.	Narciarstwo biegowe
7.	Badminton
8.	Tenis
9.	Tenis stołowy
10.	Ćwiczenia na przyrządach
11.	Turystyka
12.	Kolarstwo
13.	Koszykówka
14.	Gry sportowe

Źródło: badania własne

W wyniku przeprowadzonych ankiet ustalono wysoki poziom motywacji zawodników w trakcie treningów oraz zawodów. Respondenci ocenili te wskaźniki na poziomie 8,67 i 9,21 pkt. Ocenę poziomu rozwoju fizycznego przeprowadzono według skali dziesięciopunktowej, która zawierała podział na 4 poziomy: znacznie poniżej normy wiekowej (0–2 pkt), poniżej normy wiekowej (3–5 pkt), norma wiekowa (6–8 pkt), powyżej normy wiekowej (9–10 pkt). Okazało się, że zawodnicy przed rozpoczęciem działalności sportowej otrzymywali średnie noty 4,35 pkt w skali dziesięciopunktowej, co wskazywało na poziom poniżej normy wiekowej. W trakcie treningów sportowych poziom rozwoju fizycznego wzrósł o 61% i został oceniony, według respondentów, na 7,02 pkt. Podobną tendencję zaobserwowano u zawodników z zespołem Downa, nie ustalono znacznych różnic pomiędzy wartościami średnimi dla badanych grup. Ich poziom wyjściowy wynosił 4,2 pkt, a wzrost oszacowano średnio o 75%. Nie ustalono znacznych różnic w dynamice rozwoju fizycznego u zawodników, którzy mieli różny staż uprawiania sportu. Zatem zawodnicy, którzy trenują 10 lat, charakteryzowali się średnim poziomem wyjściowym 4,6 pkt; jest to nieco poniżej normy wiekowej. Dopiero regularne treningi sportowe (10–15 lat), w opinii osób bliskich, powodowały polepszenie poziomu rozwoju fizycznego do 7,7 pkt, co odpowiadało normie wiekowej. Zawodnicy ze stażem treningów sportowych w przedziale od 4. do 9. lat również mieli obniżony wyjściowy poziom rozwoju fizycznego – 4,36 pkt. W wyniku regularnych treningów poprawili ten wynik o 67% (7,28 pkt). Zaobserwowano mniejszy wpływ zajęć sportowych na poziom rozwoju fizycznego u zawodników, którzy uprawiali sport nie dłużej niż 3 lata: poziom początkowy stanowił 4,95 pkt,

następnie wzrastał o 23%, do poziomu 6,1 pkt. Taki wynik odpowiada niższej granicy normy wiekowej (tab. 3). Porównując te wskaźniki u zawodników z różnym stażem zawodowym, ustalono, że ci, którzy uczestniczyli w zawodach na różnym poziomie, w tym w Ogólnoswiatowych Igrzyskach Olimpiad Specjalnych, mają większą poprawę – 69% (poziom wyjściowy 4,6, obecny – 7,8 pkt) w stosunku do zawodników, którzy uczestniczyli wyłącznie w zawodach na poziomie lokalnym. U tych ostatnich polepszenie rozwoju fizycznego nastąpiło w przedziale od 4,6 do 5,9 pkt (o 47%), co nie odpowiada normie wiekowej. W większości przypadków uprawianie sportu wpłynęło pozytywnie na poziom rozwoju fizycznego zawodników Olimpiad Specjalnych oraz wyrównało go do norm wiekowych. Najmniejszy przyrost odnotowano u zawodników, których staż nie przekraczał 3. lat oraz u tych, którzy mieli niewielkie doświadczenie w zajęciach treningowych i uczestnictwie w zawodach.

Tabela 3. Wyniki poziomu fizycznej i społecznej rehabilitacji sportowców Olimpiad Specjalnych w zależności od doświadczenia sportowego

	Rozwój fizyczny			Umiejętności codzienne			Doświadczenie społeczne			Umiejętność podjęcia pracy			Aktywność poznawcza		
	poziom wyjściowy	obecny poziom	progres w%	poziom wyjściowy	obecny poziom	progres w%	poziom wyjściowy	obecny poziom	progres w%	poziom wyjściowy	obecny poziom	progres w%	poziom wyjściowy	obecny poziom	progres w%
Doświadczenie do 3-ch lat	4,95	6,1	23	2,0	3,2	60	4,8	6,6	38	4,1	6,2	51	4,6	6,6	43
Doświadczenie 4–9 lat	4,4	7,3	67	2,1	3,6	71	4,4	6,9	57	3,7	6,6	78	3,7	6,2	68
Doświadczenie więcej 10 lat	4,6	7,7	68	1,9	3,6	90	3,3	6,9	109	3,9	7,7	97	3,7	7,2	95
Średnia arytmetyczna	4,35	7,02	61	2,2	3,5	64	4,24	6,95	64	4,02	6,99	74	4,1	6,8	66

Źródło: badania własne

Ocena poziomu rozwoju motorycznego zawodników z niepełnosprawnością umysłową zawierała ocenę dynamiki zmian pod wpływem zajęć sportowych: prawidłowej postawy, chodu, zdolności do przemieszczania się, koordynacji oraz

drobnej motoryki. Wykorzystano tu trzypoziomą skalę: 0–1 pkt – znaczne odbieganie od normy; 2–3 pkt – nieznaczne odbieganie od normy; 4 pkt – norma. W opinii respondentów, kompleksowa ocena rozwoju motorycznego zawodników wzrosła od 2,76 pkt do 3,53 pkt (nieznaczne odbieganie od normy), co stanowiło przyrost o 28%. Nieco niższe wyniki od średnich rezultatów w grupach zauważono u zawodników z zespołem Downa: poziom wyjściowy – 1,76 pkt, obecny poziom – 3,1 pkt. Wewnątrz innych wiekowych, nozologicznych, klasyfikacyjnych podgrup nie ustalono znacznych różnic w ocenie rozwoju motorycznego. Ich wahanie w ramach nieznacznych odchyłeń od normy świadczy o konieczności wzięcia pod uwagę stałych ograniczeń w zdolności przemieszczania się i wykonywania ruchów, które wiążą się z wykorzystaniem drobnej motoryki lub wymagają większego skoordynowania zawodników z niepełnosprawnością intelektualną.

Ważnym i pozytywnym efektem zajęć sportowych było lepsze wykonywanie czynności codziennych przez zawodników. Respondenci, którzy reprezentowali najbliższe otoczenie zawodnika, zauważyli zmiany w tworzeniu nawyków higieny osobistej, zdolności ubierania się oraz przyjmowania pokarmów. Wykorzystano tutaj skalę pięciopunktową: 0 pkt – brak nawyków; 1 pkt – wykonanie zadań ze znacznym wsparciem z zewnątrz; 2 pkt – realizacja zadań z nieznacznym wsparciem z zewnątrz; 3 pkt – realizacja zadań bez wsparcia, lecz pod kontrolą; 4 pkt – stałe nawyki. Według tej klasyfikacji, zmiany czynności codziennych zawodników wynoszą od 2,16 pkt do 3,54 pkt. Zatem, jeśli na początku uprawiania sportu dla większości zawodników realizacja zadań codziennych wymagała nieznacznej pomocy z zewnątrz, to w trakcie podjęcia treningów sportowych znacznie wzrastała liczba zawodników, którzy potrafili wykonywać je samodzielnie. Na podstawie tej obserwacji zauważamy, że treningi i zawody sportowe efektywnie stymulują utworzenie nawyków czynności codziennych, co zwiększa ich poziom wykonania średnio o 64%. Ustalono nieznaczne opóźnienie w tworzeniu nawyków czynności codziennych u zawodników, którzy mają staż treningów krótszy niż 3 lata: od 2 pkt do 3,2 pkt (tab. 3). U zawodników, którzy trenują od 4. do 9. lat, dynamika ta cechuje się wskaźnikami: 2,1 pkt przed rozpoczęciem zajęć sportowych i 3,6 pkt wskutek uprawiania sportu. U zawodników, których staż sportowy przekracza 10 lat, wskaźniki początkowe wynoszą 1,9 pkt, a poziom obecny – 3,6 pkt.

Istotne jest, że w granicach średnich wyników grupy znajduje się ocena nawyków poziomu czynności codziennych. Według oceny osób bliskich zawodnikom, poziom nawyków czynności codziennych przed rozpoczęciem zajęć sportowych został oszacowany na 2,38 pkt, a pod wpływem zajęć sportowych na 3,5 pkt. Odpowiedzi tej grupy respondentów świadczą o bezpośrednim wpływie sportu na pozytywną dynamikę rozwoju czynności codziennych. Warto podkreślić, że we wszystkich grupach wiekowych, bez względu na osiągnięty poziom sportowy, ocena czynności codziennych przekracza 3 pkt, lecz nie osiąga 4 pkt (normy).

Pomimo pozytywnej dynamiki zmian, świadczy to o konieczności wykonywania określonych czynności pod kontrolą.

Ocena zmian w rozwoju społecznym zawodnika pod wpływem zajęć sportowych składała się z oceny poziomu posiadanych informacji przez zawodnika na temat własny oraz najbliższego otoczenia, jego orientacji w przestrzeni i czasie, umiejętności oceny sytuacji, a także wzorców zachowania się. Wszystkie wskaźniki były oceniane według skali dziesięciopunktowej. Średnia ocena poziomu rozwoju społecznego dla grupy przed rozpoczęciem zajęć sportowych, w opinii respondentów, odpowiadała 4,24 pkt, a poziom obecny 6,95 pkt. Wzrost poziomu rozwoju społecznego zawodników z niepełnosprawnością umysłową świadczy nie tylko o ukierunkowaniu sportu na siłę, wytrzymałość, ogólny poziom rozwoju fizycznego czy wynik, ale również na to, co jest niezmiernie ważne – wzrost poziomu adaptacji społecznej zawodnika. Tworzy to podstawę, aby zawodnik mógł się poczuć, na ile jest to możliwe, aktywnym i potrzebnym członkiem społeczeństwa. Duży postęp we wskaźnikach doświadczenia społecznego stwierdzono u zawodników, którzy mają znaczne doświadczenie uczestnictwa w zawodach oraz startach na poziomie lokalnym, wojewódzkim, państwowym i ogólnoświatowym. Według oceny respondentów, poziom doświadczenia społecznego wzrósł w procesie zajęć sportowych z 3,04 pkt do 7,05 pkt (więcej niż dwukrotnie). Natomiast u zawodników, którzy uczestniczyli wyłącznie w zawodach na poziomie lokalnym (mając wyższy poziom wyjściowy – 5,3 pkt), przyrost wyniósł tylko 2 punkty, a obecny poziom osiągnął 7,3 pkt. Przy badaniu dynamiki zmian doświadczenia społecznego w zależności od czasu uprawiania sportu, ustalono, że zawodnicy, którzy trenują 3 lata i mniej, mają mniejszy przyrost w porównaniu do zawodników, którzy trenują 4–9 lat i więcej niż 10 lat. U zawodników, których staż przekracza 10 lat, wskaźniki wzrosły z 3,3 pkt do 6,9 pkt, u zawodników, którzy uprawiają sport 4–9 lat – od 4,4 do 6,9 punktów, a u zawodników ze stażem krótszym niż 3 lata, wskaźniki te wzrosły z 4,8 pkt do zaledwie 6,6 pkt. W tej ostatniej grupie zauważono najniższy poziom zmian spośród wszystkich badanych grup wiekowych i według poziomu sportowego (tab. 3).

Uprawianie sportu jako działalności społecznej powinno pozytywnie wpływać na poziom zdolności osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Zdolność do podjęcia dyskusji oceniano według następujących wskaźników: kontakt z osobami dorosłymi, kontakt z rówieśnikami, zdolność do współpracy (w skali dziesięciopunktowej), rodzaj współpracy (zastosowano skalę pięciopunktową: 0 pkt – brak kontaktu, 1 pkt – kontakt z wykorzystaniem mimiki, zasobów naocznych, 2 pkt – konwersacja z wykorzystaniem gestów i częściowo werbalnie, 3 pkt – kontakt oparty na wykorzystaniu widocznych zasobów werbalnych i częściowo naocznych, 4 pkt – werbalny charakter kontaktu). Zdolności komunikacyjne zawodników średnio poprawiły się z 4,5 do 7,6 pkt, co daje wzrost o 68%. Rodzaj współpracy również ma tendencję do wzrostu wskutek systematycznych zajęć

sportowych. W opinii respondentów zaznaczono wahania tej oceny od 2,9 do 3,3 pkt, co odpowiada poziomowi: „współpraca oparta na wykorzystaniu podstawowych werbalnych i częściowo naocznych zasobów”. Brak przejścia na następny poziom jakościowy może pośrednio świadczyć o znacznie większej zależności rodzaju konwersacji od obecnych braków intelektualnych, a nie od wykorzystywanych zasobów i trwałości ich zastosowania.

Ankieta przewidywała ocenę przez respondentów zdolności osób z niepełnością umysłową do podjęcia działania i doskonalenia tej zdolności przy pomocy zajęć sportowych. Ten blok zawierał zdefiniowanie poziomu rozumienia wskazówek, manipulacji przedmiotami, samodzielności, ukierunkowania na cel, logiczności i kolejności wykonywania zadań, zainteresowania działaniem i zdolności samokontroli. Wszystkie wskaźniki były oceniane według skali dziesięciopunktowej. Średnie oceny grup poprawiły się z 4,02 pkt przed rozpoczęciem zajęć sportowych do 6,99 wskutek podjęcia zajęć sportowych. Osobna analiza poszczególnych grup zawodników z różnym stażem sportowym potwierdziła ustaloną przy analizie poprzednich wskaźników zależność – zawodnicy z mniejszym stażem sportowym (pomimo istnienia pozytywnej dynamiki zmian) mają mniejszy przyrost poziomu zdolności do podjęcia działania. Podobnie u zawodników mających staż sportowy dłuższy niż 10 lat: początkowe wskaźniki zdolności do działania średnio zostały ocenione na 3,9 pkt, obecny poziom odpowiada 7,7 pkt, wzrost wyniósł 97%; u zawodników ze stażem w przedziale 4–9 lat: poziom wyjściowy do działania – 3,7 pkt, natomiast poziom obecny – 6,6 pkt, wzrost – 78%. Natomiast zawodnicy, których staż sportowy nie jest dłuższy niż trzy lata, mają lepszy poziom wyjściowy (4,1 pkt); wzrost stanowi 51% (obecny poziom został oceniony na 6,2 pkt). Polepszenie poziomu zdolności do podjęcia działania nawet w ciągu 1–3 lat o więcej niż 50% świadczy o efektywności treningów sportowych oraz wpływie uczestnictwa w zawodach (tab. 3).

Podczas badań oceniano wpływ sportu na kształtowanie funkcji psychicznych, które zapewniają aktywność poznawczą: percepcji, pamięci, myślenia. Podobnie jak w większości innych pytań w kwestionariuszu została zastosowana skala dziesięciopunktowa. Zintegrowana, ogólnogrupowa ocena tych funkcji przed rozpoczęciem uprawiania sportu była na poziomie 4,09 pkt. Dzięki systematycznym zajęciom sportowym odnotowano poprawę o 66% (istniejący poziom oceniany przez respondentów – 6,78 pkt). Ważne jest przeanalizowanie opinii dotyczącej zmian funkcji poznawczych u dzieci z niepełnosprawnością intelektualną, według kategorii respondentów: nauczycieli i patologów. W ich opinii, początkowy poziom funkcji poznawczych był bardzo niski i został oszacowany na 1,05 pkt. Wpływ sportu znacząco (dwuipółkrotnie) go zwiększył – do 3,7 pkt. Interesująca jest ocena dynamik poznawczych u zawodników z zespołem Downa. Ich poziom wyjściowy był również bardzo niski i oceniony, według respondentów, na 1,9 pkt. Znaczący postęp dokonał się podczas uprawiania sportu; chociaż nie osiągnięto

poziomu średniogrupowych wskaźników, jednak wyniósł 160% (obecny poziom został oceniony średnio na 5 pkt). Przy zestawieniu wyników zawodników różnych grup, ustalono zależność tempa przyrostu poziomu kognitywnych funkcji do trwałości stażu sportowego. W grupie zawodników, którzy trenują ponad 10 lat, wzrost wskaźników stanowił 95% (ocena kognitywnych funkcji wzrosła z 3,7 do 7,2 pkt), wśród trenujących od 4. do 9. lat – 68% (poziom wyjściowy wynosi 3,7 pkt, obecny 6,2 pkt), a w grupie ze stażem krótszym niż trzy lata wzrost wyniósł 43%, przy wzroście wskaźników kognitywnych funkcji z 4,6 do 6,6 pkt (tab. 3).

Ogólna analiza wyników ankiety ujawniła informację, że u 7. zawodników ze wszystkich badanych osób odnotowano zerowy wyjściowy poziom rozwoju fizycznego (0 pkt), z czego w dwóch przypadkach również w połączeniu z zerowym poziomem funkcji poznawczych. Również u trzech zawodników stwierdzono brak umiejętności wykonywania czynności codziennych (0 pkt), a u czterech zawodników zerowy poziom wyjściowy funkcji kognitywnych. Czternastu zawodników z niepełnosprawnością intelektualną znacznie odbiegało od normy w sferze fizycznej i społecznej. Jednak to nie przeszkodziło im w rozpoczęciu treningów i zwiększeniu swoich możliwości. Najbardziej widoczne pozytywne zmiany odbyły się w obszarach sfery ruchowej i fizycznej – obecny poziom tych wskaźników został oceniony przez respondentów średnio na 7,5 pkt.

Warto również podkreślić, iż tylko u 13. zawodników ze wszystkich badanych osób i tylko w niektórych wskaźnikach nie odnotowano pozytywnej dynamiki zmian. Osiem z nich miało staż sportowy do 3. lat, a trzy – zespół Downa. U czterech zawodników z małym doświadczeniem sportowym nie odnotowano polepszenia wskaźników rozwoju fizycznego i zdolności motorycznych, a u zawodników z zespołem Downa również funkcji poznawczych.

Podsumowanie

W wyniku przeprowadzonych badań stwierdzono, że przedstawiciele najbliższego otoczenia zawodników z niepełnosprawnością intelektualną w większości przypadków deklarowali przyrost wskaźników rozwoju fizycznego, zdolności motorycznych, czynności codziennych i komunikacyjnych nawyków, społecznego doświadczenia, zdolności do podjęcia działania oraz funkcji poznawczych swoich podopiecznych. Jest to świadectwem ogromnego pozytywnego wpływu zajęć sportowych na osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Poszczególne oceny przedstawicieli różnego poziomu przygotowania sportowego, wieku, medycznej diagnozy wykazała zależność pomiędzy przyrostem wszystkich wskaźników a stażem uprawiania sportu (tab. 3).

Jeden ze wskaźników poziomu zdolności do konwersacji – charakter konwersacji – wykazuje większą zależność od diagnozy medycznej zawodnika (obecnych intelektualnych odchyłeń) niż od jakości i czasu spędzonego na aktywności sportowej.

Literatura

- Bojko G. M., *Nawczannia ruchowym uminniam ta formuwannia nawyczok jak zasoby integracji w suspilstwo osib z chworoboju Dauna*, [w:] *Duchownist ta zlagoda w ukrajinskomu suspilstwi na perechresti tysiaczolit: Ogólnoukraińska naukowo-praktyczna konferencja*, Kijów, 1999
- Briskin J. A., Jewsejew S. P., Perederij A. W., *Adaptiwnyj sport*, [w:] *Sowetskij sport*, 2010
- Briskin J. A., *Adaptiwnyj sport. Specialni Olimpiady: podręcznik*, Achił, Lwów, 2003
- Briskin J. A., Strelkowska V., *Doswid rozwytku Specialnych Olimpiad u Respublici Polszcza ta možlywosti jogo wykorzystannia w Ukraini*, [w:] *Pedagogika, psychologia ta medyko-bilogiczni problemy fizycznego wychowannia i sportu: zeszyty naukowe*, pod red. Jermakowa S. S., Charków, 2005, Nr 23
- Briskin J. A., *Specyfika celowo-rezultatywnych odnoszenij paraolimpijskiego sportu*, „Nauka w olimpijskom sporcie” 2002, Nr 2
- Briskin J. A., Perederij A., Kogut I., *Trenuwalni programy Specialnych Olimpiad*, „Teorija i metodyka fizycznego wychowannia i sportu” 2006, Nr 1
- Keller W. S., Platonow W. M., *Teoretyko-metodyczni osnovy pidgotowky sportsmeniw: podręcznik*, Lwów, Ukrajinska Sportywna Asociacija, 1993
- Lord M. A., Lord W. J., *Effects of the Special Olympics Texas athletes for outreach program on communication competence among individual with mental retardation*, „Communication Education” 2000, Vol. 49 (3)
- Maano C., Ninot G., Erras B., *Effects of alternated sport competition in perceived competence for adolescent males with mild to moderate mental retardation*, „International Journal of Rehabilitation Research” 2001, Vol. 4 (1)
- Perederij A. W., *Personificyrowanaja podsistema systemy podgotowki atletow specjalnych olimpiad*, [w:] *Mezdunarodnaja naucznaja sessija po itogam NIR za 2012 god*, „Naucznoje obosnowanije fizycznego wospitanija, sportiwnoj trenirowki i podgotowki kadrow po fizycznej kulture i sportu”, pod red. Polakowa T. D., cz. 1, Mińsk, Państwowy Uniwersytet Kultury Fizycznej, 2013
- Perederij A. W., *Zagalna charakterystyka systemy pidgotowky sportsmeniw Specialnych Olimpiad*, „Fizyczna aktywnist, zdorowja i sport” 2012, Nr 4 (10)
- Perederij A. W., *Zmagannia w systemi pidgotowky atletiw specjalnych olimpiad*, [w:] *Pedagogika, psychologia ta medyko-bilogiczni problemy fizycznego wychowannia i sportu: zeszyty naukowe*, pod red. Jermakowa S. S., Charków, 2013, Nr 4
- Prystupa E., Briskin J., Perederij A., *Paralympic sport as a basic of adaptive sport = Sport paraolimpijski jako podstawa sportu adaptacyjnego*, [w:] *Sport i spoleczeństwo*, t. II, Nr 1, Radom, 2012
- Wplyw zaniat sportom na reabilitaciju ta integraciju nepownosprawnych ditej z syndromom Dauna*, red. Bajcar J. I., Zubryćkyj L. S., Stefanyszyn O. M., Lubizanian J. G., [w:] *Ozodorowcza i sportywna robota z nepownosprawnymi: zeszyty naukowe*, Lwów, 2005

Zabramnaja S. D., Isajewa T. N., *Nekotoryje psichologo-pedagogiczeskije pokazateli razgraniczenija stepenej umstwennoj otstalosti u detej na naczalnom etape szkolnogo obuczenija*, „Korrekcionnaja pedagogika” 2008, Nr 1

Źródła internetowe

Coaching Guides [Electronic resource], Access mode: http://sports.specialolympics.org/specialo.org/Special_/English/Coach/Coaching/Cross_Co/default.htm, [data dostępu: 21.11.2011]

General_Rules [Electronic resource], Access mode: http://resources.specialolympics.org/Topics/General_Rules/Quick_Links_to_General_Rules_Articles_and_Summary.aspx?source=RQL, [data dostępu: 20.03.2012]

Koloskow S., *Deti s syndromom Dauna. Wozmożnosti socialnoj adaptacji*, <http://www.7ya.ru/article/Deti-s-sindromom-Dauna-Vozmozhnosti-socialnoj-adaptacii/>, [data dostępu: 30.01.2013]