

UTICAJ AKTIVNOG BAVLJENJA SPORTOM NA KVALITET ŽIVOTA OSOBA SA INTELEKTUALNIM SMETNJAMA: PILOT STUDIJA

Tanja Čolić¹, Ilija Stijepić¹, Ognjen Glamočanin², Đorđe Čekrlija³

¹JU Visoka medicinska škola Prijedor, Nikole Pašića 4a, Prijedor, Republika Srpska, Bosna i Hercegovina

²Klub specijalnih sportova Banja Luka, Lovćenska 2d, Banja Luka, Republika Srpska, Bosna i Hercegovina

³Filozofski fakultet Univerziteta u Banjoj Luci, Bulevar vojvode Petra Bojovića 1a, Banja Luka, Republika Srpska, Bosna i Hercegovina

Sažetak. Integracija osoba sa intelektualnim smetnjama kod nas, kao i u zemljama Zapadnog Balkana odvija se sporo i fragmentarno. Često ni aktivnosti za koje već postoje adekvatni resursi i infrastruktura nemaju primjenu u integracionim procesima. Jedna od oblasti za koju je empirijski dokazano da pozitivno utiče na socijalnu inkluziju, kao i na opšte zdravlje osoba sa intelektualnim smetnjama, jeste sport. Cilj ovog rada je da široj javnosti približi važnost sporta, konkretno plivanja, prevashodno na psihofizičke sposobnosti sportista sa intelektualnim smetnjama radi stvaranja pozitivnog stava o njima i afirmisanja inkluzivnih vrijednosti. Istraživanje je sprovedeno na malom inicijalnom uzorku od 10 plivača (6 muškaraca i 4 žene) sa intelektualnim smetnjama, uzrasta od 18 do 37 godina. Prikupljeni su podaci iz oblasti fizičkog zdravlja (lična anamneza, nalaz pluća, srca, puls, krvni pritisak, EKG, visina, težina, indeks tjelesne mase, spirometrija, nalaz vida), kao i informacije o trenažnom procesu i takmičarskim rezultatima. Podaci su prikupljeni u tri vremenske tačke, što je omogućilo longitudinalno praćenje promjena u zdravstvenim indikatorima i sportskim dostignućima. Analiza je pokazala da su svi fiziološki parametri kod ispitanika bili relativno stabilni i u granicama prihvatljivih vrijednosti tokom cijelog perioda. Ova stabilnost je protumačena kao rezultat kontinuiranog bavljenja plivanjem i njegovog pozitivnog uticaja na fizičko zdravlje. U završnom dijelu rada analizirana su sportska postignuća ispitanika, sa posebnim osvrtom na potencijalni uticaj tih dostignuća na kvalitet njihovog života. Prvi nalazi ukazuju na to da profesionalno bavljenje sportom može imati značajan doprinos unapređenju kvaliteta života osoba sa intelektualnim smetnjama. To nam otvara mogućnosti za dublja istraživanja psihofizičkih sposobnosti kao i pozitivnih stavova prema sportistima sa intelektualnim smetnjama.

Ključne riječi: sport, plivanje, intelektualne smetnje, longitudinalno praćenje

THE IMPACT OF ACTIVE PARTICIPATION IN SPORTS ON THE QUALITY OF LIFE IN INDIVIDUALS WITH INTELLECTUAL DISABILITIES: A PILOT STUDY

Tanja Čolić¹, Ilija Stijepić¹, Ognjen Glamočanin², Đorđe Čekrlija³

¹PI College of Health Sciences Prijedor, Nikole Pašića 4a, Prijedor, Republic of Srpska, Bosnia and Herzegovina

²Special Sports Club Banja Luka, Lovćenska 2d, Banja Luka, Republic of Srpska, Bosnia and Herzegovina

³Faculty of Philosophy, University of Banja Luka, Bulevar vojvode Petra Bojovića 1a, Banja Luka, Republic of Srpska, Bosnia and Herzegovina

Abstract. The integration of individuals with intellectual disabilities in our country, as well as in the countries of the Western Balkans, remains slow and fragmented. In many cases, even the activities for which adequate resources and infrastructure exist are not utilized within integration efforts. One domain that has been empirically shown to positively influence both social inclusion and the general health of individuals with intellectual disabilities is sport. This paper aims to raise public awareness about the significance of sport, specifically swimming, on the psychophysical abilities of athletes with intellectual disabilities, in order to promote positive attitudes toward them and affirm inclusive values. The research was conducted on an initial sample of 10 swimmers (6 men and 4 women) with intellectual disabilities, aged 18 to 37 years. Data were collected on various physical health parameters (personal history, lung and heart function, pulse, blood pressure, ECG, height, weight, body mass index, spirometry, and vision), as well as information about the training process and competition results. Data were gathered at three different time points, allowing for longitudinal monitoring of changes in health indicators and athletic performance. The analysis showed that all physiological parameters in the participants were relatively stable and within acceptable ranges throughout the entire period. This stability was interpreted as a result of continuous swimming and its positive effect on physical health. In the final part of the paper, the athletes' sports achievements were analyzed, with a special focus on their potential impact on quality of life. The initial findings indicate that professional sports can significantly contribute to improving the quality of life of people with intellectual disabilities. These results open up opportunities for further research into psychophysical abilities and the development of positive public attitudes toward athletes with intellectual disabilities.

Key words: sport, swimming, intellectual disabilities, longitudinal monitoring