

## **Abstrakt**

**Název:** Vybrané komponenty tělesné zdatnosti a úroveň pohybových aktivit u jedinců registrovaných v Hnutí speciálních olympiád

**Cíl:** Cílem práce je popsat úroveň pohybových aktivit a funkční stav, resp. vybrané komponenty tělesné zdatnosti dospělých sportovců, registrovaných v Hnutí speciálních olympiád.

**Metody:** Testování se zúčastnilo 37 sportovců ve věku 18-39 let (20 mužů, 17 žen, průměrný věk celé skupiny  $29,2 \pm 6,1$  let). Pro zhodnocení tělesné zdatnosti a úrovně pohybových aktivit byl použit FUNfitness screeningový program, který je součástí doplňkových programů SO s názvem Healthy Athlete.

**Výsledky:** U sportovců byla zjištěna zejména snížená flexibilita, výsledky testů svalové síly a rovnováhy byly u většiny probandů v širší normě. Úroveň pohybových aktivit testovaných probandů je nízká a nenaplnuje současná doporučení odborníků pro zdravý životní styl.

**Klíčová slova:** Mentální postižení, kondice, sport, FUNfitness test