

## Aplikované pohybové aktivity v integrované školní tělesné výchově I.

Ondřej Ješina, Martin Kudláček, FTK UP v Olomouci

Pohybové aktivity ve školní tělesné výchově (dále jen TV) vytvářejí relativně svobodné prostředí pro interaktivní vztahy mezi jedinci. Představují možnost rozvoje motorických, sociálních i osobnostních kompetencí. Zejména ve sportovních hrách je jedinec součástí týmu a ten ho může motivovat k lepším výkonům. Zároveň nabývá jistoty, že někam patří, jeho přítomnost je nenahraditelná a výjimečná. Společná participace na výsledku celého týmu znamená vzájemné prožívání či společné sdílení úspěchu nebo neúspěchu. Při samotné modifikaci pohybových aktivit vycházíme z jednoduché premisy, že člověk dokáže víc, než si myslí. To platí pro učitele i žáky, včetně těch s postižením. Právě v tom spatřujeme neocenitelný přínos TV jako nositele situací, vyzývajících člověka k osobnostně-sociálnímu rozvoji ve vztahu k ostatním osobám i k sobě samému (Ješina & Kudláček, 2007). Jinakost zde představuje jednoznačně identifikovatelný způsob sebezdokonalování ve smyslu filozoficko-hodnotové orientace. O pohybových aktivitách s cílem lepšího chápání jinakosti píše například Janečka (2004).

Vzhledem k relativně novým trendům ve výchovně vzdělávacím systému je nutné opustit přístupy, které hleděly na skupinu žáků jako na homogenní jednotku. V současné době pracují učitelé ve třídách stále častěji se žáky z multikulturního prostředí, legislativa umožňuje integraci dětí, žáků a studentů (dále jen žáků) se **speciálními vzdělávacími potřebami** (dále jen SVP) a společná výuka chlapců a dívek zejména na prvním stupni základních škol je již dlouhá léta samozřejmostí.

Problematikou osob se SVP v kontextu pohybových aktivit se zabývá především vědní disciplína, u nás označovaná jako **aplikované pohybové aktivity** (dále jen APA). Ješina (2007) uvádí, že APA je **kinantropologická vědní disciplína**, která se zabývá vytvářením podmínek pro zlepšení kvality života osob se speciálními potřebami a integrací těchto jedinců mezi *intaktní populaci (tedy bez SVP)* prostřednictvím pohybových aktivit. Svou činností přispívá k pozitivnímu ovlivnění celé společnosti v rovině kognitivní, postojové a dovednostní. Snaží se o celkový psychický, tělesný i sociální rozvoj všech osob zainteresovaných v procesu postupného začleňování jedinců z minoritních skupin obyvatelstva do majoritní společnosti.

V oblasti integrované školní TV vycházíme především z faktu, že se kromě intaktních žáků zaměřujeme na žáky se SVP, kteří jsou dle zákona definováni jako jedinci se zdravotním postižením (dle zákona č. 561/2004 Sb., § 16, odstavec 2), zdravotním

a sociálním znevýhodněním. V následujícím textu se pak zaměřujeme především na žáky se zdravotním postižením, a to zejména tělesným, zrakovým, sluchovým a mentálním (dále jen s postižením), u kterých je nutnost modifikace největší právě. V tomto smyslu lze použít také termín aplikovaná tělesná výchova (dále ATV), který je však širší vzhledem k tomu, že zahrnuje i aktivity segregovaného charakteru, tedy v našem případě pouze žáky se SVP. Existuje řada definic ATV (např. Sherrill, 1998; Dun, 1997; Winnick, 1991), přesto pro podmínky ČR se kloníme k definici naší (Ješina & Kudláček, in press), podle které ATV představuje tělesnou výchovu s participací jednoho nebo více žáků se SVP s modifikací podmínek a obsahu ve vztahu k pohybovým aktivitám integrovaného, paralelního i segregovaného charakteru. ATV je však možné charakterizovat také jako vysokoškolský obor, jehož absolventi získávají legislativní i profesní kompetence k učitelství tělesné výchovy na prvním, druhém i třetím stupni všech typů základních a středních škol, včetně škol a tříd zřízených pro děti, žáky a studenty se speciálními vzdělávacími potřebami (Ješina, 2008).

O integrované TV mluvíme v případě, že dochází k participaci jednoho či více žáků se SVP společně s žáky bez SVP. Učitel však nikdy nesmí zapomínat, že má odpovědnost za všechny, tedy i žáky bez SVP.

#### **Základní modifikace pohybových aktivit**

Při modifikacích pohybových aktivit si musíme být vědomi nutnosti respektovat obecné cíle a výstupy TV v rámci individuálních možností a potřeb každého žáka. Při integraci žáků s tělesným, zrakovým, sluchovým a mentálním postižením je povinností přizpůsobit jednotlivé pohybové aktivity tak, aby měli možnost účastnit se všichni žáci. Z důvodů lepšího pochopení možností, které má učitel v rámci integrace do školní TV, uvádíme základní principy, nad kterými je nutné se zamyslet, případně je modifikovat pro vytvoření podmínek participace integrovaných žáků s postižením (Block, 2000; Kudláček & Ješina, 2008). Pro maximální zapojení těchto žáků doporučujeme zvážení způsobu komunikace, prostoru (místo, velikost, vymezení prostoru pro pohyb), počtu účastníků, způsobu a množství získaných bodů (zvládnutí aktivity), role účastníků, náčiní (druh, tvar, velikost, množství, hmotnost), způsobu lokomoce, doby trvání pohybové aktivity, intenzity zatížení a odpočinku, vzdálenosti, výšky, velikosti, množství cílů (košů, branek aj.), využití kompenzačních sportovních (aplikovaných) pomůcek, zapojení dalších podpůrných osob a kreativní celkové úpravy (adaptace) pravidel.

**Způsob komunikace** musíme volit dle věku, pohlaví i jedinečné osobnosti žáka. Při vyučovací jednotce tělesné výchovy, ale nejen při ní, zdaleka nekomunikujeme pouze verbálně. Některá předem dohodnutá gesta se dokonce stala standardním prostředkem komunikace např. v utkáních sportovních her, což částečně napomáhá integraci např. dětí, žáků a studentů se sluchovým postižením. Komunikace musí být nejen přiměřená, ale nesmí u ostatních žáků vyvolávat pocit upřednostňování jedince bez ohledu na jeho postižení.

**Prostor** musí být bezbariérový, snadno dosažitelný. Velikost zvolené plochy by měla odpovídat počtu a zvláštnostem hráčů, především kvůli bezpečnosti, ale i intenzitě zatížení, možnosti pohybu na vozíku nebo musí být vhodně ohraničena pro participaci žáka se zrakovým postižením. Velikost hřiště přímo ovlivňuje interakci žáků stejně jako množství aktivních intervencí do dané pohybové aktivity. Vymezení prostoru pro pohyb je nezbytné především z bezpečnostních důvodů, dále pak také z důvodů frekvence zapojení žáka s postižením do PA. Například žákovi na vozíku omezíme možnost vjezdu do území pod košem při basketbalu nebo naopak omezíme možnost vstupu ostatním stojícím hráčům. Účast žáka se zrakovým postižením naopak klade vyšší nároky na prostor i vně hrací plochy, kde je nutné, aby žák byl s prostorem seznámen (Górny, 1995) a tím byly vytvořeny podmínky pro možnost koncentrace pozornosti na jednotlivé pohybové aktivity.

**Počty hráčů** lze rovněž upravit podle potřeb. Víme například, že někteří žáci jsou velmi šikovní. V tom případě k nim zařadíme spolužáky s postižením. Lze upravit jejich počet tak, abychom výkonnostně týmy přiblížili tím, že v jednom družstvu bude počet žáků navýšen.

**Způsob a množství získaných bodů** upravujeme, hrozí-li možnost, že šikovnější hráči ty méně šikovné do PA nezapojí. V tomto případě můžeme do PA zařadit pravidlo, které umožní potenciálně méně bodujícím (vybraným) hráčům násobit body za splněný úkol. Například pokud se určenému žákovi podaří vhodit koš, počítá se za 5 bodů. Existuje i možnost zvýhodnění žáka s tělesným postižením (ale nejen jeho), například v případě skórování nebo dosažení gólu, čímž dále získává na významu jeho postavení v týmu. Stejně tak zvýhodníme i vybraného žáka protějšního týmu. Pozor však na opakované označení tohoto hráče. Ačkoli jednáte jednoznačně s vidinou pozitivního dopadu na skupinu, efekt může být opačný – proto doporučujeme střídání těchto hráčů. Možnost bodování lze také rozšířit tím, že ho neomezíme pouze na vstřelení koše, ale i za vhození do obroučky, desky, počtem přihrávek bez přerušení apod.

**Role hráče** je velmi důležitá vzhledem k psychické spokojenosti žáka s participací ve vyučovací jednotce TV a z hlediska sociálního statutu ve třídě. Naší snahou by mělo být, vytvořit podmínky pro co největší možnost zapojení žáka s tělesným postižením do herní činnosti. V případě, že přímé zapojení jako hráče není možné, můžeme zvážit další možnosti (rozhodčí, poradce, supervizor, pomocný rozhodčí, manager, živá meta).

**Náčiní** (druh, tvar, velikost, množství, hmotnost) může být poměrně klíčové pro některé žáky s postižením. Zdaleka však nejde jen o ozvučené míče v případě žáků jinak zrakově disponovaných, ale i při integraci žáka s tělesným postižením nesmíme zapomínat na používání různých typů sportovního náčiní. Například žák s dětskou mozkovou obrnou lépe manipuluje s velkým lehkým míčem než s těžkým a malým míčem. Ale nejsou to jen míče. Musíme si uvědomit, že existuje řada sportovního náčiní, možná i vhodnějšího, z hlediska manipulace a praktického využití – frisbee, ringo

kroužky, kruhy, tyče. Je však možné využít jejich specifických tvarů a nepoužívat je pouze jako náhradu za míč (vždyť např. s frisbee se nemusí jen házet).

**Způsob lokomoce** je samozřejmě nezbytnou součástí PA. Nejpřirozenější je chůze a běh, ale můžeme zařadit i několik dalších (pohyb vsedě, vleže, plazení, po čtyřech, skoky, poskoky po jedné končetině, kombinace všech). Pozor však, aby všichni žáci kvůli zapojení spolužáka na vozíku stále jen nelezli po zemi. Změny pohybu můžeme zařadit a kombinovat i v průběhu pohybové aktivity. Všichni hráči se nemusí pohybovat stejně, to se týká především pohybových her.

**Doba trvání** patří mezi základní modifikace aplikovaných pohybových aktivit. Může ovlivnit celkovou dynamiku, intenzitu i koncentraci emocí. Je také důležitá s ohledem na zdravotní rizika, například ve spojení se svalovou únavou u žáků s cerebrálními parézami, únavou způsobenou jednostranným dlouhodobým zatížením u žáků používajících vozík nebo psychickou únavou a ztrátou pozornosti u žáků s mentálním postižením.

**Intenzita zatížení a odpočinku** se musí ve vztahu k žákovi s tělesným postižením sledovat, především pro možná zdravotní rizika a případné kontraindikace pohybových aktivit jako je spasmus svalů, celková fyzická únava, vliv na kardiovaskulární aparát, případně další.

**Vzdálenost, výška, velikost a množství cílů** (košů, branek aj.) jsou závislé na úrovni dovedností žáků. Nabízí se možnost kombinovat tento princip s některými dalšími, jako třeba se **způsobem a množstvím získávání bodů**. Efektu dosáhneme i zvýšením počtu branek, čímž vytvoříme podmínky pro dosažení větší možnosti úspěchu. Lze také například využít kombinovaných košů, kdy na nižší hází žák s postižením a na vyšší ostatní žáci (Kudláček, Ješina, Machová, & Válek, 2007).

**Využití kompenzačních (aplikovaných) pomůcek** je v některých případech komplikovaný, ale často naprosto nezbytný aspekt. Existuje řada kompenzačních pomůcek (sportovní halový vozík, handbike, tandemové kolo, tříkolka, sledge), přičemž je možná jejich kombinace, využití či nevyužití u jednoho nebo více žáků, včetně žáků bez postižení. Při jejich uplatnění je nutno myslet na bezpečnost všech žáků. Specifickou roli v těchto souvislostech má osoba učitelova asistenta, která může v některých případech hrát klíčovou roli při participaci žáka s tělesným postižením ve školní tělesné výchově.

**Zapojení dalších podpůrných osob** (asistenta učitele a peer tutorů – spolužáků) může být pro integrované programy s využitím pohybových aktivit za určitých okolností klíčové. Okolnostmi máme na mysli především typ a hloubku žákova postižení, vnější podmínky školy a charakter konkrétních činností. V zahraniční literatuře (Block, 2000; Sherrill, 2004) je také uváděna role peer tutora, tj. spolužáka, vrstevníka či staršího žáka z vyššího ročníku. Zapojení může mít podobu asistence, tj. podpory či pomoci, ale také společného partnerského spojení. Asistenci u žáků se zrakovým postižením v rámci pohybových aktivit zdůrazňuje např. Vyskočil (2003).

Celkovou adaptaci pravidel již neřadíme mezi základní principy modifikace. Považujeme ji za způsob modifikace specifické pohybové aktivity v jinou vzhledem ke sledovaným cílům. Zde se nejlépe projeví kreativní a intelektová kapacita učitele.

## ZÁVĚR

Díky trendům v integraci žáků s postižením do běžného vzdělávání bude stále více zapotřebí odborníků v oblasti aplikovaných pohybových aktivit. Tím zdaleka nemyslíme pouze absolventy oboru aplikovaná tělesná výchova (ATV), která se zaměřuje na vzdělávání odborníků v oblasti tělesné kultury mládeže i dospělých se speciálními potřebami v segregovaném i integrovaném prostředí. Svou strukturou i obsahem se soustředí především na oblast školní tělesné výchovy, sport i pohybovou rekreaci (Ješina, 2008). Učitelé tělesné výchovy musí být připraveni na možnost začlenění žáka s postižením do vyučovací jednotky tělesné výchovy i přesto, že vysokoškolská pracoviště nezabezpečila rozvoj jejich kompetencí zařazením předmětů seznamujících s problematikou integrované TV. Legislativa jim však i přesto umožňuje takovou výuku realizovat. Je tedy nutné se zamyslet nad potřebností a charakterem modifikací obsahu výuky, která by umožnila účast všech žáků, tedy i žáků se specifickými vzdělávacími potřebami.

Máte-li zájem o bibliografické citace k tomuto článku, obraťte se na:  
[dobry@ftvs.cuni.cz] nebo [stackeova@ftvs.cuni.cz].

[ondra.ftk@centrum.cz]

### Kde hledat příčiny sportovcova neúspěchu?

Když sportovec občas podá výkon, který neodpovídá jeho vlastním i trenérovým očekáváním, začnou se hledat příčiny tohoto selhání. Z trenéra se stává „řešitel problémů“, ze sportovce se učiní zdroj neúspěchu a hledají se slabiny jeho výkonu. Autor využil ve své práci Foucaultových<sup>1</sup> myšlenek o prostorové a časové kontrole jako kázeňských praktik. Ukázal, že sportovci se stávají podvědomě pasivními, když s nimi trenér manipuluje, a že z poslušnosti a poddajnosti mladých sportovců se vyvíjí jejich apatie. Napomáhá tomu čas a prostor, který trenér sportovcovi vnucuje. Denisonova myšlenka, že sociální teorie může umocnit existující trenérské praktiky, znamená hlubší vhléd do trenérova působení a vztahu ke sportovci. Místo, aby se primárně přenášel problém neúspěchu na sportovce, je užitečnější zajímat se o působení širších disciplinárních sil, a přistupovat ke svému privilegovanému postavení s větší pokorou a hlubší reflexí. Takto pojatá trenérská činnost bude stimulovat k vyšším výsledkům a kultivovat efektivnější a projektivní trenérovo chování.

Denison, J. Social theory for coaches: A Foucauldian reading of one athlete's poor performance. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 2007, vol. 2, p. 369-383.

<sup>1</sup> M. Foucault patří k zakladatelům francouzského postmodernismu a je velmi oblíbený u amerických historiků a teoretiků dějin. U nás vyšla jeho kniha *Dohlížet a trestat*. Praha: Dauphin, 2000.