

Editorial

Pro ty z vás, kteří četli minulé číslo časopisu a nesledují na YouTube kanál PARALYMPIC TV, mám zprávu o úspěchu kanadského hokeje. Je velmi pravděpodobné, že úspěch hokejistů ze Severní Ameriky je daný plnou integrací sledge hokeje do HOCKEY CANADA či USA spojenou s finanční, materiální, personální a logistickou podporou běžnou v daném sportu. Pro nás je dobrou zprávou, že Český svaz ledního hokeje také přijal sledge hokej do své velmi dobře rozvinuté „hokejové rodiny“. V naší české kotlině se však děje mnohem víc, než integrace ve vybraných sportech. Dnes a denně se setkáváme s příklady dobré praxe, které pomáhají postupnému rozvoji APA. Vzpomenou například na návštěvu lyžařského střediska, kde se konal projekt „Dny s monoski“. U pěkného plakátu s monolyžařem stál tatínek s malou dcerkou a vysvětloval jí, proč tito lyžaři lyžují ve speciálních sedačkách. Zpřístupňování svahů vozíčkářům, které na našich horách trvá již téměř 20 let, je krásným příkladem, že stačí relativně málo, a zapojení vozíčkářů do lyžování má ohromný vliv na jejich sebepečení a také na vnímání „handicapovaných“ vnějším okolím. V květnu tohoto roku jsem měl tu čest se účastnit 2. národní konference APA v Brně. Poděkování patří kolegům z Masarykovy univerzity, kteří připravili prostředí, ve kterém se odborníci z akademického prostředí i z praxe cítili jako doma. Do Brna se sjelo více než 80 účastníků, kteří se aktivně zapojili do prezentací, diskuzí a velmi zajímavých praktických workshopů. I tato úspěšná konference je důkazem postupného dospívání oblasti aplikovaných pohybových aktivit v ČR. Rozvoj APA dokresluje také článek dr. Ješiny, který v tomto čísle časopisu popisuje stanovisko MŠMT k pracovnímu uplatnění absolventů studijního oboru APA a ATV. Koncept APA v ČR se blíží své dospělosti, první absolventi studia aplikované tělesné výchovy úspěšně ukončili studium na Fakultě tělesné kultury UP v roce 1995/96. MŠMT, jakož i speciálněpedagogická centra vnímají potřebu adekvátní podpory tělesné výchovy, rekreace a sportu odborníky z oblasti APA. Stávající legislativa umožňuje pracovní uplatnění všem absolventům s tímto zaměřením a praxí... Praxe bohužel místy trochu pokulhává za potřebami dětí i dospělých se zdravotním postižením. Dílčí úspěchy v odborné i akademické oblasti a rozesmáté tváře všech účastníků všemožných programů APLIKOVANÝCH POHYBOVÝCH AKTIVIT jsou důkazem toho, že na začátku 90. let stanovil tým kolem prof. Válkové správný směr a vychoval kvalitní absolventy, kteří náš obor rozvíjejí a budují ve všech koutech naší vlasti s dětmi i dospělými s různými postiženími a speciálními potřebami. Jen tak dál!!! Díky všem, kteří na profesionální i dobrovolnické bázi rozvíjejí APA.



doc. Mgr. Martin Kudláček, Ph.D.

PRAXE

- **Osobnost v oblasti APA** (redaktorka rubriky Svatava Panská)
Rozhovor s Veronikou Grygarovou, Martinem Látalem a Janem Konvičkou..... 2
- **Informace o projektech** (redaktor rubriky Ondřej Ješina)
Informace k projektu Příprava pro tělesnou výchovu osob s postižením..... 4
Ondřej Ješina
Výběr akcí a projektů orientovaných na APA..... 5
Ondřej Ješina
Mezinárodní odborná konference aplikovaných pohybových aktivit..... 12
Dagmar Trávníková
Informace od ČAAPA..... 13
Ondřej Ješina
Katedra APA a ČAAPA oceňuje..... 15
Ondřej Ješina
- **APA v praxi** (redaktor rubriky Tomáš Vyhliďal)
Rada mládeže Žilinského kraje16
Tomáš Vyhliďal
- **Jak na to...** (redaktor rubriky Martin Kučera)
Základní informace o „wheelchair rugby“ v Česku (vozíčkářské rugby nebo také quadrugby).....20
David Lukeš
Využití Snoezelen prostředí pro seniory23
Hana Stachová
Snoezelen prostředí pro děti s postižením a kombinovanými vadami24
Renáta Filatova
- **Řekněte to jinak** (redaktorka rubriky Svatava Panská)
Vybrané pojmy znakového jazyka neslyšících pro využití v ATV25
Svatava Panská
- **Informace ze zahraničí** (redaktorka rubriky Romana Dostálová)
Lakeshore Foundation – USA, sportovní střelba.....27
Bankshot29
Když nemůžeš lyžovat, dělej mushering.....29

TEORIE

- **Recenzovaná sekce**
Vliv dechových cvičení u zdravotně postižených s poškozením míchy31
Artem Vetkasov, Blanka Hošková
Vzdělávání budoucích pedagogických pracovníků pro realizaci outdoorových aktivit s účastí osob se zdravotním postižením.....39
Ondřej Ješina, Petra Brusová, Jana Vašendová, Klára Šindelková
Volný čas jako součást životního stylu osob se sluchovým postižením.....53
Jana Menšová, Svatava Panská
Posouzení a rozvoj koordinačních schopností u dětí se sluchovým postižením.....61
Věra Knappová, Martina Vinterlíková
- **Inspirace**
Recenze odborných knih 68
Výběr abstraktů vyzkumných článků z oblasti APA 69

Redakční rada: prof. PhDr. Hana Válková, CSc. (FTK UP Olomouc), PaedDr. Zbyněk Janečka, Ph.D. (FTK UP Olomouc), doc. Mgr. Martin Kudláček, Ph.D. (FTK UP Olomouc), Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D. (FTK UP Olomouc), doc. PaedDr. Ladislav Bláha, Ph.D. (PedF UJEP Ústí nad Labem), doc. PaedDr. Jitka Kopřivová, CSc. (FSpS MU Brno), Ružena Popović, Ph.D. (Faculty of Sport and PE, University of Niš, Srbsko), Miroslaw Górny, Ph.D. (AWF Poznań, Polsko), Mgr. Iva Obrusníková, Ph.D. (University of Delaware, USA), prof. PhDr. Jela Labudová, CSc. (FTVŠ UK Bratislava, Slovensko). Vydala a vytiskla Univerzita Palackého v Olomouci, Křížkovského 8, 771 47 Olomouc, www.upol.cz/vup, e-mail: vup@upol.cz. K vydání připravila Fakulta tělesné kultury UP v Olomouci ve spolupráci s Českou asociací aplikovaných pohybových aktivit (ČAAPA). Olomouc 2013. Vychází dvakrát ročně. Časopis je od r. 2011 registrován v databázi EBSCO. ISSN 1804-4204. ISSN 1804-4220 (on-line). Reg. č. MK ČR E 19549.

Osobnost v oblasti APA*(redaktorka Svatava Panská)*

Trojici lyžařů, které jsem zpovídala, spojuje několik věcí – jedním z nich je postižení sluchu, druhým je lyžování, třetím studium na Fakultě tělesné kultury na Univerzitě Palackého v Olomouci a dalším je dlouholeté přátelství.

V našem rozhovoru dáme přednost dívce.

**Veronika Grygarová,
studentka 1. ročníku FTK UP v Olomouci,
obor Aplikovaná tělesná výchova**



■ Jaké byly Tvoje sportovní začátky a kdo Tě ke sportu přivedl? Jaké byly Tvoje první lyže a kdo Tě učil lyžovat?

Nejdříve jsem dělala různé sporty s tátou, hrála jsem tenis, plavala, jezdila na kole, dělala jsem atletiku. Nakonec jsem si vybrala lyžování.

■ Pamatuješ si, jaké byly Tvoje první lyže? V kolika letech a kdo Tě učil?

Moje první lyže, myslím, byly značky Fischer, už si nepamatuji. K lyžování mě přivedli rodiče. Poprvé jsem stála na lyžích asi v pěti letech. Postupem času mě učil tátův kamarád.

■ A co první závody? Byly mezi slyšícími nebo mezi neslyšícími? Jaký byl první úspěch?

Pamatuji si, jak jsem jela poprvé na závody na Praděd na Mistrovství České republiky neslyšících. Byla jsem první ve slalomu i v obřím slalomu.

■ Jak dnes vypadá Tvůj trénink v létě? A jak v zimě? Je to tajemství nebo nám to můžeš prozradit?

Trénink funguje tak, že jezdíme na kole, běháme, chodíme do posilovny, na plavání a provozujeme ještě další sporty.

■ Co parta lyžařů? Víš, že od dětství jezdíte společně.

Přesně tak. Od dětství jezdíme na lyže a tréninky společně a jsme dobrá parta.

■ Tvůj super úspěch?

Můj nejlepší úspěch se dostavil na deaflympiádě v Americe, tam jsem se umístila na 5. místě. Následovalo Mistrovství Evropy v Davosu, tam jsem vybojovala čtyři bronzové medaile. Poslední úspěch přišel na mistrovství světa neslyšících v Německu v Nesselwangu, kde jsem se v obřím slalomu dokázala probíjet na 2. místo.

■ A jaká je situace nyní – jde dohromady sport a škola?

Se školou je to bohužel těžší. Na střední škole jsem zvládala vše mnohem lépe. Ale snažíme se věci vyřešit tak, aby zbýval čas na tréninky a lyžování. Samozřejmě, spolužáci mi pomáhají, abych vše zvládla, bez spolužáků by studium bylo určitě náročnější.

■ Jaké je Tvé přání nebo sen? Nebo je to tajemství?

Moje přání je vyhrát obří slalom na deaflympiádě.

**Druhým z protagonistů je Martin Látal,
student 1. ročníku FTK UP v Olomouci,
obor Ochrana obyvatelstva**

■ Jaké byly Tvoje sportovní začátky a kdo Tě ke sportu přivedl? Jaké byly Tvoje první lyže a kdo Tě učil lyžovat?

K lyžování jsem se dostal až ve svých 10 letech, na mém prvním lyžáku jsem byl v Karlově pod Pradědem, učila mne PaedDr. Eva Bělková a já si pamatuju, že jsem se na svahu jen válel. Navštěvoval jsem základní školu pro sluchově postižené, kde jsem se zapojoval do všech sportovních aktivit, které škola nabízela. V té době jsem se na žádný sport nespecializoval.

■ A co první závody? Byly mezi slyšícími nebo mezi neslyšícími? Jaký byl první úspěch, nebo to bylo zklamání?

Moje první závody byly v roce 2002 Mistrovství neslyšících na Pradědu. Tady přišlo první velké zkla-



mání, protože v tomto prvním svém závodě jsem vyjel před cílem mimo trať, nepochopil jsem jízdu v brankách.

■ **Jak dnes vypadá Tvůj trénink v létě? A jak v zimě? Je to tajemství nebo nám to můžeš prozradit?**

Dnes se věnuji všem sportům, které máme ve škole v rozvrhu i mimo něj. Hodně mi to pomáhá. V létě rád jezdím na silničním kole a kolečkových bruslích. V zimě jsem co nejvíce na svahu :-D

■ **Co parta lyžařů? Víš, že od dětství jezdíte společně.**

Moje lyžařská parta jsou výborní lidé, známe se přes 12 let. Jezdíme vždy společně na tréninky i závody. Tito kamarádi dovedou pomoci a podpořit, když je nějaký, i nesportovní problém.

■ **Tvůj super úspěch?**

Mým velkým úspěchem je 8. místo v GS a ve sjezdu na MS v Německu, čímž jsem splnil nominaci na deaflympiádu.

■ **A jaká je situace nyní – jde dohromady sport a škola?**

Studium je náročné, škola je ale celkově fajn a jde dohromady se sportem. Vyučující mají pochopení a vždy se dá domluvit v případě závodů či reprezentace omluvením z výuky. Musím ale vše dostudovat. Je to pro mne náročné, jsem úplně neslyšící.

■ **Jaké je Tvé přání nebo sen? Nebo je to tajemství?**

Mým přáním je stát se hasičem u zásahové jednotky. Tajné přání bylo pracovat jako pilot vrtulníku. V současné době se snažím aktivně a iniciativně odstraňovat bariéry v komunikaci s lidmi. Mezi mé koníčky patří také rychlá jízda na motorce.

Jako třetího jsem oslovila Jana Konvičku, studenta 1. ročníku FTK UP v Olomouci, obor Aplikovaná tělesná výchova

■ **Jaké byly Tvoje sportovní začátky a kdo Tě ke sportu přivedl?**

Ke sportu mě přivedli rodiče a mnohdy mě museli do sportování také nutit, ale dnes jsem jim za to vděčný. Každý sport se musí nějak osahat a ne vždy se daří. Zkoušel jsem mnoho různých sportů jako florbal, judo, horské kolo (to dělám doposud), volejbal (hrál jsem ho po dobu 6 let) a pak to moje konečné lyžování, které dělám snad nejdéle a od malička.

■ **Pamatuješ si, jaké byly Tvoje první lyže? V kolika letech a kdo Tě učil lyžovat?**

Co si já pamatuju, tak moje první lyžování bylo na „skoroběžkách“ (s gumovou patou na lyžích). Kopec byl kousek od našeho domu ve Frenštátě, u vlakového nádraží. Tam bylo nejspíš moje první lyžování v mém životě. Mám pocit, že to bylo s mamkou, ale to fakt nevím. A kolik mi bylo? To taky nevím, asi 5 nebo 7 roků.

■ **A co první závody? Byly mezi slyšícími nebo mezi neslyšícími? Jaký byl Tvůj první úspěch či první větší zklamání?**

Moje první závody na lyžích byly na Pradědu v roce 2000 na mistrovství ČR neslyšících v lyžování.

První zklamání? To bylo na Telnici mezi slyšícími na FIS závodech, které byly dosti těžké, a tam jsem selhal. Měl jsem tehdy i pocit, že vše co dělám, je blbě a litoval jsem, že vůbec lyžuju.

A první úspěch byl nejspíš, když jsem začínal na Pradědu v roce 2000. Tam jsem ty závody ve své kategorii, myslím, ovládl. Musel bych se podívat do výsledků.



■ **Tvůj super úspěch?**

Můj super úspěch v lyžování vidím v tom, že se mi povede pocitově zjet skvěle těžký závod nebo se přiblížit k těm lepším lyžařům. Toto beru jako můj úspěch.

A ať se jedná o cokoli, tak můj největší životní úspěch je ten, že jsem zde, na vysoké škole. Po šesti letech na základce (*základní škola pro sluchově postižené, pozn. aut.*) jsem přešel do běžné školy, a to byla opravdu těžká zkouška. Zvládl jsem to, myslím, skvěle a musím jen Tobě děkovat, Aťko (*autorka*), za to, že jsi dotlačila naši rodinu a mě, abych šel na běžnou školu. Tím jsi mi změnila život naruby, a to k lepšímu. ☺

■ **A jak vypadá situace nyní? Jde sport a škola dohromady?**

Vzhledem k tomu, že studuji obor ATV, tak sport a škola jde skvěle zkombinovat. A pokud potřebuji na závody, je rovněž možnost se s vyučujícím domluvit, jak nahradit absenci. Rád bych zde poděkoval vyučujícím za perfektní přístup a umožnění jezdit na soustředění a na závody.

■ **Jaké je Tvé přání nebo sen? Nebo je to tajemství?**

Budoucnost není zcela jasná, ale čím bych chtěl být, to vím určitě. Chci být nápomocný další generaci nebo ostatním lidem a dělat učitele, trenéra nebo cokoli, kde budu v kontaktu s lidmi. Já ty lidi potřebuju.

Sportu se budu věnovat, pokud možno, co nejdéle.

Rozhovor vedla Svatava (Aťka) Panská ■

Informace k projektu

Příprava pro tělesnou výchovu osob s postižením

Ondřej Ješina

Katedra aplikovaných pohybových aktivit,
Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého v Olomouci

Inovace systému praxí v magisterském studiu ATV a APA

V posledních měsících proběhla inovace předmětu Praxe v ATV (KAT/PRAT). V rámci přípravy byly osloveny školy, které se specializují na žáky s různými druhy zdravotního postižení. S těmito školami byly uzavřeny smlouvy o Fakultních školách, na jejichž základě byly domluveny jednotlivé praxe studentů na těchto školách.

Systém praxí zvýšil počet vyučovaných a náslechoých hodin. Zároveň rozšířil portfolium zařízení, kde studenti svou praxi realizovali. Díky vstřícnosti řídicích pracovníků spolupracujících škol, jejich učitelů a ote-

vřenosti, zvědavosti a motivovanosti studentů oborů aplikovaná tělesná výchova a aplikované pohybové aktivity bylo možné pilotně praxi realizovat. Tato praxe byla důsledně evaluována, a díky zpětné vazbě od studentů, pedagogů i na základě osobních rozhovorů s řídicími pracovníky byly navrženy úpravy pro následující akademické roky.

Tyto dokumenty o spolupráci podepsali zástupci Základní školy pro žáky se specifickými poruchami učení a mateřské školy logopedické Schola Viva Šumperk, Základní školy a střední školy CREDO Olo-

mouc, Střední školy Olomouc-Svatý Kopeček a Střední školy, Základní školy DC 90 a Základní školy prof. V. Vejvodského pro zrakově postižené. V těchto dnech se studenti střídají na vybraných olomouckých školách, kde mají možnost každý týden pracovat s žáky s jiným druhem zdravotního postižení. Tyto změny v praxích bylo možné provést díky projektu Příprava pro tělesnou výchovu osob s postižením (CZ.1.07/2.2.00/15.0336).

*Za tým podílející se na této inovaci
Radka Bartoňová a Ondřej Ješina*

V rámci projektu Příprava pro tělesnou výchovu osob s postižením (CZ.1.07/2.2.00/15.0336) proběhla inovace předmětu Učitelská praxe 1 určeného pro studenty prvního navazujícího ročníku APA. Nově byl představen koncept, který byl sestaven s ohledem na chybějící znalosti a dovednosti těchto



studentů a připravil je na Učitelskou praxi 2, která bude probíhat v přímé interakci na běžných školách. Výuka proběhla ve třech dnech, kdy byli studenti teoreticky seznámeni s didaktikou TV a systémem kurikulárních dokumentů v ČR.

V praktické části si studenti vyzkoušeli jednotlivé sporty a pohybové aktivity pro lidi se zdravotním postižením a měli možnost vyzkoušet si utvoření a vedení integrované jednotky tělesné výchovy, kdy aktivně pracovali se svými spolužáky.

*Za tým podílející se na této inovaci
Radka Bartoňová*

Výběr akcí a projektů orientovaných na APA

Ondřej Ješina

Katedra aplikovaných pohybových aktivit,
Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého v Olomouci

Arbor Vitae 2013

Zážitkový kurz je něco, co se musí v první řadě zažít. Představte si 9 dní, 30 žen a mužů ve věku 20–40 let, ve středisku obklopeném přírodou u Onoho Světa na Šumavě s přípravným programem. Program zážitkového kurzu se skládá z pestré škály aktivit, které nabízejí zážitek, poznávání něčeho nového, nespoutanou zábavu, adrenalinovou výzvu a momenty překvapení. Aktivity budou velmi různorodé od fyzicky a sportovně náročných, přemýšlivých, strategických her, přes řešení reálných situací až po tvořivé dílny, diskuze nebo oddech.

Díky dramaturgii na sebe programy logicky navazují. Program kurzu bývá intenzivní od rána do večera, ale nechybí ani vzájemná zpětná vazba o prožitém, která umožní zpracovat zážitky, sdílet pocity a popsat přínos pro náš běžný život. Zážitkový kurz poskytuje bezpečný prostor pro ponoření se do sebe i pro otevření se světu. Arbor Vitae navazuje na dlouhou řadu zážitkových kurzů konaných pod hlavičkou občanského sdružení Užitečný život. Vycházíme z metodiky Prázdninové školy Lipnice, k jejímž poznatkům přidáváme své vlastní, více než patnáctileté, zkušenosti ze zážitkové pedagogiky a integrace.



Klára Šindelková

Krtek opět školil – tentokrát v Bratislavě, Brně, Čadci, Žilině a v Pasohlávkách



PROGRAM
CEZHRANIČNEJ
SPOLUPRÁCE
SLOVENSKÁ REPUBLIKA
ČESKÁ REPUBLIKA



EURÓPSKA ÚNIA
EURÓPSKY FOND
REGIONÁLNEHO ROZVOJA
SPOLOČNE BEZ HRANÍC

Pasohlávky

Ve dnech 7.–9. 6. proběhlo vícedenní školení pro zdravotnické nelékařské pracovníky Kliniky dětské onkologie v Brně. Obsahem byly pohybové aktivity, které je možné realizovat s dětmi s onkologickým onemocněním v různém prostředí s tradičními i netradičními pomůckami nebo úplně bez pomůcek. Všechny aktivity byly koncipovány tak, aby je bylo možné realizovat ve standardních podmínkách zdravotnických zařízení se skupinou dětí v režimu dlouhodobé léčby. Zažitím a zapamatováním si nejrůznějších her se snažíme podpořit zdravotnické nelékařské pracovníky tak, aby byli schopni tyto aktivity přenést do prostředí nemocničních pokojů, heren, terapeutických místností, ale i ven mimo budovy a areály nemocnic. Aktivity jako drobné hry bez pomůcek, psychomotorické aktivity, cílové drobné hry a soutěže, ale i vybrané outdoorové nebo úpolové aktivity mohou být do budoucna součástí „výbavy“ každého z účastníků školení.

Čadca

Dne 14. 5. 2013 Katedra aplikovaných pohybových aktivit Univerzity Palackého v Olomouci ve spolupráci s Radou mládeže Žilinského kraje uspořádala další školení. Školení bylo realizováno na Střední zdravotnické škole svatého Františka z Assisi v Čadci a bylo zaměřeno na představení projektu, na představení a možnosti využití aplikovaných pohybových aktivit v rámci budoucí profese pro dané studenty a na představení sportovně kompenzačních pomůcek využívaných v této oblasti. Školení se účastnilo 46 osob – studentů 1. a 2. ročníku oboru zdravotnický asistent.

**Žilina**

Dne 30. 4. 2013 proběhlo školení na téma aplikované pohybové aktivity, tentokrát na Střední zdravotnické škole v Žilině. Školení se zúčastnilo 29 osob z řad studentů střední zdravotnické školy a jejich pedagogů. Studenti byli seznámeni s problematikou onkologického onemocnění a s možnostmi využití pohybových aktivit pro tuto cílovou skupinu.

Vyzkoušeli si např. psychomotorické hry, hru boccia a další aktivity. Školení se setkalo s velkým ohlasem a zpětná vazba byla potvrzením nedostatečné informovanosti o aplikovaných pohybových aktivitách na středních zdravotnických školách.

Brno

Katedra aplikovaných pohybových aktivit (Centrum APA) FTK UP v Olomouci jako partner projektu Krtek v síti realizovala další odborné školení zaměřené na zdravotnické pracovníky. Tentokrát se školení uskutečnilo na území České republiky, a to ve Fakultní nemocnici Brno, na Klinice dětské onkologie. Školení bylo zaměřeno na aplikované pohybové aktivity, na představení sportovně kompenzačních pomůcek a na využití vhodných pohybových aktivit během léčby a po léčbě.

Proběhla také diskuze ke zhodnocení současného stavu zdravotnického systému ve vztahu k podpoře pohybové aktivity. Školení se zúčastnilo 15 členů lékařského personálu a zpětná vazba potvrdila smysluplnost tohoto školení.

Bratislava

Centrum APA uspořádalo dne 20. 11. 2012 v rámci projektu Krtek v síti naprosto unikátní školení v Dětské fakultní nemocnici Bratislava. Cílem školení bylo seznámit zdravotnické pracovníky s aplikovanými pohybovými aktivitami, s možností jejich využití jak v době hospitalizace dětí, tak po jejím skončení. Školení bylo zaměřeno na oblast APA pro děti s onkologickým onemocněním.

Zájem byl především ze strany pracovníků Kliniky dětské onkologie Bratislava, fyzioterapeutů, lékařů, psychologů a dalších pracovníků FN. Školení se zúčastnilo 25 zdravotnických pracovníků a zpětná vazba byla potvrzením potřeby tohoto školení.

Tomáš Vyhlídal a Ondřej Ješina

Odstartoval celonárodní projekt Spokojené děti



Byl spuštěn celonárodní projekt Spokojené děti zaměřený na pomoc rodinám, které se starají o handicapované, či jinak znevýhodněné dítě. Jeho cílem je denně přinášet online informace, rady, tipy, diskuse a vzájemné sdílení zkušeností rodičů. Přidanou hodnotou projektu je rozsáhlá kontaktní mapa zařízení a služeb právě pro postižené děti.

Zakladatelkou projektu Spokojené děti je Aneta Stolzová z Prahy, maminka pětileté holčičky Natálky, která se narodila s genetickým syndromem Phelan McDermid. „Potřebu založit online projekt na podporu rodin handicapovaných dětí jsem cítila již delší dobu. Vedla mě k němu zejména vlastní zkušenost s postiženým dítětem a poznatek, že rodiče těchto znevýhodněných dětí mají k sobě tak nějak blíže a vzájemně cítí potřebu předávat si zkušenosti a o svých problémech diskutovat. Zejména pak zjištění, že v tom nejsou sami, je pro mnoho z nich velkým přínosem a vlastně i úlevou,“ vysvětluje Aneta Stolzová a dodává: „Proto je projekt Spokojené děti založen na osobních zkušenostech nejen tvůrců projektu, ale budou se na něm moci podílet i samotní rodiče, a to formou vlastních příběhů a diskusí. Nedílnou součástí

tvorí i odborníci z oblastí neurologie, fyzioterapie, psychologie nebo speciální pedagogiky.“

Přínosem pro rodiny bude i rozsáhlá mapa zařízení a služeb v České republice. „Když nám lékaři oznámili diagnózu dcery, vůbec jsme netušili, která bije. Neznali jsme odborné termíny, neorientovali jsme se v problematice jako takové a už vůbec jsme netušili, kdo, kde a jak může dceři pomoci. Proto jsme noci trávili u počítače a vyhledávali jsme různé terapie, které by Natálce pomohly. Kontaktní mapa má proto usnadnit rodinám orientaci ve službách, které pro postižené děti, a nejen pro ně, jsou u nás k dispozici,“ vysvětluje zakladatelka projektu a doplňuje: „Mým hlavním cílem je, aby byl projekt optimistický a přínosný. Aby rodinám dodal sílu a informace, protože postižení nemusí vždy znamenat handicap...“

Tváří projektu se stala zpěvačka Ilona Csáková. „Ani minutu jsem neváhala, když mě Aneta oslovila s nabídkou stát se patronkou jejího projektu. Jelikož jsme letité přítelkyně, její osud s ní prožívám od samého začátku. Víím proto moc dobře, co péče o postižené dítě obnáší a kolik úsilí, peněz a trpělivosti musí rodiny kvůli pomoci svému dítěti vynaložit. Navíc, jako maminka dvou malých dětí o to citlivěji vnímám štěstí mít zdravého potomka. Proto svým jménem Spokojené děti ráda podpořím a těším se na akce, které společně pro tento projekt připravujeme,“ říká Ilona Csáková.

Projekt Spokojené děti najdete na www.spokojenedeti.cz.

Kontakt: Mgr. Aneta Stolzová
tel.: 728 303 001
email: aneta@spokojenedeti.cz

Střípky z Karnevalu APA 2013



Na karneval APA 2013 zavítal i reportér ze CNN, Mike Koutný, se svým všetečným mikrofonom a nenechavými otázkami. Přečtěte si jeho profesionálně provedenou reportáž.

Pamatujete si, čím jste chtěli být v dětství? Kluci určitě kosmonautem, hasičem, vojákem a asi nejoblíbenější – popelářem. Holky princeznou, doktorkou, baletkou nebo vlastnit koně a toulat

se s ním po cestách. Splnit si tyhle sny se někomu z nás někdy i podaří. 5. dubna jsme si je mohli splnit na tradičním maškarním APA karnevalu. Jeho letošní téma bylo „Přijď tím, kým chceš být, ne tím kým jsi...“. Aneb splň si svůj dětský sen“. A že se těmi sny parket onen večer jen hemžil. Některé byly opravdu originální. Jeptiška,



rodina šmoulů, robot, bezdomovec, ale i výše zmiňované masky ukázaly, že fantazie nezná hranic. To vše bedlivým okem a s mikrofonem v ruce pozoroval reportér světoznámé stanice CNN. Mohl tak zaznamenat výbornou atmosféru v sále i zákulisí. Skupina Night Shift hrála pěkně do rytmu, a tak bylo v sále pořád plno a veselo.

Již šestý ročník se opět vydařil. Studenti FTK – APA, ATV při Univerzitě Palackého v Olomouci opět dokázali, že s nimi není nuda a dokáží připravit párty jak má být. A za to jim patří velký dík. Při plnění dalších snů opět na viděnou.

Pro Centrum APA zpravodaj Mike Koutný – CNN

Karnevalové dění a zážitky z něj vložila do básně rodina Hrubých. Tak se příjemně usad'te, nalaďte na básnickou notu a nechte se ovívat snovými verši...

Karneval APA (rodina Hrubá)

*Pátého dubna v Olomouci
děly se tu zvláštní věci.
Kdo to ještě netuší,
karneval se konal přeci.*

*Sranda byla veliká,
výběr masek taky,
kdo tu nebyl, ten vzdychá:
„příště půjdu taky“.*

*Tancoval zde Ferda,
měl tu s sebou berušku.
Viděli jsme pilota
a taky krásnou letušku.*

*Včelky sálem bzučely,
úsměvy zde pučely.
A květinová víla,
byla stále milá.*

*I Jimiho Hendrixe
mohli jsme tu potkat,
se slavnými rytíři
mohli jste se utkat.*

*Námořníci připluli,
lodičky tu neměli.
Surfaři zde byli taky,
nebyly zde žádné mraky.*

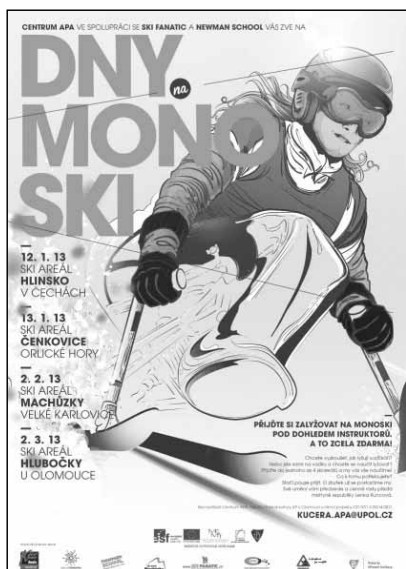
*O půlnoci, po velké štaci,
bezdomovec na matraci.
Pospával tu u vchodu,
lenošil si v kartonu.*

*Trsal tu i Vlád'a Remek,
ten měl velké botky,
už se těším na fejsbuku
na ty bezva fotky.*

*Všichni jsme se bavili,
krásně si to užili.
Všem APAčům děkujem,
příště zase přijedem.*



Monoski vyzkoušela více než stovka zájemců



Seriál Dny na monoski, pořádaný Centrem aplikovaných pohybových aktivit, o víkendu vyvrcholil v Hlubočkách. Možnosti neobvyklého lyžování využily desítky lidí. Velkému zájmu o vyzkoušení jízdy na speciálně upravené lyži pro zdravotně postižené přitom nahrálo i panující slunečné počasí. „Už od začátku jsme měli všechny monoski obsazené, zástupy zájemců o vyzkoušení netradičního způsobu lyžování se zdály nekonečné. Velmi nás také potěšilo hojné zastoupení sportovců s různým typem postižení,“ uvedl za pořadatele Jakub Lehnert.

Do Hluboček v sobotu zamířil i vozičkář Milan Ševčík z Prostějova. „Na monoski jsem měl možnost sedět vůbec poprvé a byla to paráda, super zážitek. Děkuji za něj,“ vzkázal pracovníkům Centra APA. Nadšení neskrývala ani Iveta Pazderová: „Nikdy by nás nenapadlo, že se syn Lukáš svezí na vleku a že si sjede sjezdovku. Byl opravdu šťastný a má nezapomenutelné zážitky.“

S velkým zájmem se setkaly i předchozí zastávky Dnů na monoski v Hlinsku, Čenkovicích a ve Velkých Karlovicích. „Během čtyř dnů jsme svezli více než stovku zájemců, možná i dvě, z toho mohlo být tak padesát vozičkářů. Pokud to byl člověk, který na monoski nikdy nejel, tak jsme jej svezli i vícekrát,“ odhadoval hlavní organizátor seriálu Martin Kučera z Centra APA.

Kromě samotného vyzkoušení jízdy na monoski, případně biski pro osoby s kvadruplegií, mohli návštěvníci skiareálů zhlédnout um mistrně republiky v lyžování na monoski Lenky Kuncové a popovídat si s ní o jejích zkušenostech. S myšlenkou uskutečnění netradiční lyžařské série přišel Martin Kučera spolu s Martinem Dostálem, majitelem lyžařské školy Ski Fanatic Hlinsko. „Šli jsme do toho s obavami, jestli vůbec bude o monoski zájem, ale výsledek předčil naše očekávání – s každým dalším dnem zájemců o svezení přibývalo. Příští rok bychom chtěli akci v podobném modelu zopakovat,“ dodal Kučera.

Fotogalerie ze všech čtyř akcí naleznete na facebookovém profilu Centra APA
Martin Višňa

Haviři na horách

Na poslední z únorových horských akcí dorazila skupina pěti handicapovaných lyžařů z Ostravy pod vedením dělnice údernice, paní Renátky. Týden plný dobré nálady a vtipů si snad užili všichni, kteří se zúčastnili posledního únorového týdne lyžařského kurzu v Janských Lázních. Kurz měl základnu v Jánkách, ale veškerá výuka probíhala vzhledem k handicapu účastníků ve Špindlerově Mlýně. Instruktoři Centra do výuky zapojili Annu Bayerovou, Jirku Fojtíka, Moniku Galasovou, Marka Horského a Kláru Káňovou.

Skupinu žáků z ostravské SŠ prof. Z. Matějčka doprovodily Marta Témová a, v pozici řidiče, obávaný klid'as, trenér státních florbalových reprezentací, Petr Koutný (mj. trenér florbalové reprezentace ČR mechanických vozíků a reprezentace Slovenska zdravých). Dobré náladě během pobytu přálo i počasí a ve vzduchu už bylo

cítit jaro. Na realizaci kurzů se podíleli instruktoři Centra Radka Bartoňová, Marek Dušek, Katerina Dušková, Pavel Jakubec a dobrovolníci Ondra Polišenský, Olda Vágner, Renáta Staňková.

Děkujeme za milé přjetí a pohodičkový kurz plný radosti, sluníčka a skvělých zážitků. ...a sportujte, stojí to za to... (za haviře) – Renáta Staňková – SŠ prof. Z. Matějčka, Ostrava-Poruba.



zažili :-). Eliška všechny instruktory málem strhala a nenechala je ani vydechnout, a oni lyžovali a lyžovali. Usmívám se, jen si vzpomenu, jak jsme Elišku nemohli dostat zpátky na hotel. Kdo ji zná lépe, tak nevěří. Eliška totiž pobyt venku, a v zimě vůbec, nemá ráda. Je to totiž hrozná nuda... Teď je plná zážitků a žádná nuda to nebyla.

Moc, moc děkujeme a těšíme se moc na příští rok :-)

Holky své zážitky namalovaly, je vidět co si pamatují – úsměv od ucha k uchu, radost, pohoda.

Nevědění zážitek

Lyžařské středisko Ski areál Kareš v Koutech nad Desnou, se stalo místem, kde ve dnech 12. a 13. února uspořádala ZŠ Schola Viva ze Šumperka ve spolupráci s Fakultou tělesné kultury UP v Olomouci, konkrétně s katedrou aplikovaných pohybových aktivit, nevšední sportovní aktivitu – jízdu na monoski pro žáky se zdravotním hendikepem. Tato aktivita proběhla na základě smlouvy o vzájemné spolupráci Fakulty tělesné kultury UP v Olomouci a Schola Viva, o. p. s., jež je jedinou fakultní základní školou mimo Olomouc.

Poznámka: monoski je speciální sportovní náčiní určené pro hendikepované lyžaře. Tvoří jej rám, který je vyroben z lehkých slitin a vybaven tlumičem s pružinou. Sedák je vyráběn z laminátu nebo lehkých uhlíkových vláken.



Uvedené aktivity se zúčastnili žáci 3. ročníku Matěj a Honza, žák z 5. ročníku Adam a žák z 8. ročníku Viktor. Dozor zabezpečovali pedagogové ze ZŠ Schola Viva Šumperk. Po příjezdu do lyžařského střediska jsme se seznámili s vedoucí Mgr. Radkou Bartoňovou a jednotlivými instruktory – studenty Fakulty tělesné kultury, katedry APA. K těmto instruktorům byli přidě-

leni jednotliví žáci. Následovala instruktáž, poučení o bezpečnosti, rozcvičení a vlastní jízdy. Po počátečních obavách u některých žáků následovala radost z prožitých zážitků z jednotlivých jízd. Druhý den byl obohacen o jízdy se stabilizátory. Jsou to v podstatě zkrácené francouzské hole, které jsou dole ukončeny lyžičkou. O přestávkách se žáci přemístili do místního „bufetu“, kde se občerstvili, zahřáli se a netrpělivě očekávali další jízdy. Celá akce probíhala ve velmi příjemné, sportovní atmosféře, ke které přispělo dobré počasí, sněhové podmínky a především kamarádský přístup všech studentů a pedagogického dozoru. Za velmi zdařilou akci patří velké poděkování všem zúčastněným stranám a provozovatelům Ski areálu Kareš v Koutech nad Desnou.

Za pedagogický dozor K. Pavůček



Poděkování

„Děkuji Fakultě tělesné kultury v Olomouci za zapůjčení monoski, protože jsem si kdysi myslel, že se svým postižením nemohu lyžovat nebo jakkoli sportovat. Mám DMO a mám rád jakékoliv sporty. Vždycky jsem záviděl lidem zdravým, že mohou sportovat. Chtěl bych vám touto cestou poděkovat, protože to zcela změnilo můj náhled pro takové lidi jako já, neboť se pohybuji o dvou francouzských holích a je mi 47 let. Nádherně jsem si to užíval!!!“

Štefan Földes

Rekordní počet nových instruktorů mono-ski za rok 2013

V tomto roce se potvrdil zvyšující se zájem o lyžování na monoski nejen z řad klientů, ale i zájemců, kteří by rádi tento způsob lyžování vyučovali či se mu věnovali. Ve čtyřech kurzech získalo licenci „Instrktor monoski“ 23 účastníků. Dva kurzy proběhly v Janských Lázních a dva v Koutech nad Desnou. V Janských Lázních se kurzy konaly ve spolupráci s Centrem handicapovaných lyžařů, o. s. Někteří účastníci byli z řad zaměstnanců Jedličkova ústavu v Praze, dále pak z lyžařské školy Yettyski, která funguje ve skiareálu Troják a z občanského sdružení Flowschool, jež se věnuje organizování akcí se sportovním podtextem a nabízí i sportovní aktivity pro lidi se zdravotním postižením.

Instruktoři se učili praktické dovednosti nejen na sobě samých, ale i na klientech Centra a zvládli s nimi i náročnější lyžování ve Špindlerově Mlýně.

Nejpočetněji obsazeného kurzu, který se konal v rámci zimního výcvikového kurzu katedry aplikovaných pohybových aktivit a za podpory projektu Speciálně poradenského centra APA (CZ.1.07/1.2.00/14.0021), se zúčastnilo devět instruktorů. Nejdále to k nám měli zájemci ze Slovenska působící ve společnosti FatraSki, která se zabývá organizací a výukou sportovních a outdoorových aktivit. Mezi dalšími byly paní ředitelka a učitelka ze Speciální školy pro tělesně postižené v Opavě, kde se chystají pořádat kurzy monoski pro své žáky. O další instruktory monoski posílili, a mohou tak poskytnout kvalitní výuku, Newman school (Hlubočky) a Ski Fanatic (Hlinsko). V tomto kurzu měli instruktory možnost pracovat se zkušenými lyžaři

na monoski z Trendu vozíčkářů, kteří se těchto kurzů účastní již několikátou sezónou.

Poslední únorový kurz v Koutech nad Desnou, určený pro studenty katedry aplikovaných pohybových aktivit, byl pořádán v rámci předmětu „Instrktor monoski“. I tady si studenti vyzkoušeli, jaká je reálná práce s osobami s tělesným postižením na svahu i mimo něj. Lyžovali se sedmi dětmi, z nichž část byla ze šumperské speciální školy Schola Viva.

Tímto bych chtěla všem čerstvým instruktorům poděkovat za jejich iniciativu, příjemně strávené dny na horách a popřát jim radost z objevování dalších pozitiv této práce a spoustu rozzářených úsměvů nejen lyžaře na monoski při jízdě z kopce.

Radka Bartoňová



Mezinárodní odborná konference aplikovaných pohybových aktivit

Dagmar Trávníková

Katedra společenských věd ve sportu, FSpS MU



Rozvoj v oblasti pedagogicko-výzkumných aktivit
na Katedře společenských věd ve sportu na FSpS MU

Ve dnech 23.–24. 5. 2013 proběhla na Fakultě sportovních studií Masarykovy univerzity **Mezinárodní odborná konference Aplikovaných pohybových aktivit**.

Více než **80 účastníků z ČR, Slovenska, Rakouska a Slovinska** z řad odborné i laické veřejnosti bylo informováno o současném stavu aplikovaných pohybových aktivit v oblasti vzdělávání, rekreace, sportu a volnočasových aktivit osob se speciálními potřebami. Byla diskutována aktuální témata jako školní tělesná výchova a sociální aspekty zdraví žáků se speciálními potřebami, pohybové aktivity pro seniory či možnosti rané stimulace nevidomých dětí aj.

Během konference měli účastníci také možnost navštívit **praktické semináře** pod vedením českých a zahraničních lektorů. Semináře byly zaměřeny na Halliwickovu metodu plavání, žonglérské a psychomotorické hry, aktivity z oblasti inkluzivní taneční terapie či divadelně-pohybové aktivity pro neslyšící.

Na **společenském večeru konference** měli účastníci možnost nejen diskutovat o aktuálních tématech a navázat nové kontakty s kolegy z akademických či jiných vzdělávacích institucí, ale také shlédnout divadelní představení studentek Ateliéru výchovné dramatiky Neslyšících, JAMU Brno, který je jednou ze spolupracujících institucí FSpS.

Konference byla pořádána **ve spolupráci s Českou asociací aplikovaných pohybových aktivit**. Jedním z cílů této asociace, která se ujala organizace předchozího ročníku konference APA v roce 2011 na půdě Katedry APA Fakulty tělesné kultury UP v Olomouci, je zajištění pravidelné organizace konference APA ve dvouletém intervalu.

Na úspěšné realizaci konference APA 2013 se podíleli rovněž **tlumočníci českého znakového jazyka ze střediska Teiresiás**, které nabízí podporu a asistenci studentům Masarykovy univerzity se specifickými nároky.

Konference byla realizována v rámci projektu OP VK Rozvoj v oblasti pedagogicko-výzkumných aktivit na Katedře společenských věd ve sportu na FSpS MU; CZ.1.07/2.4.00/17.0037.

Více informací o konferenci, projektu a fotogalerii z konference lze nalézt na webových stránkách http://www.fsp.s.muni.cz/alternativni_pohybove_aktivity/cz/konference-apa-2013/.

Sborník příspěvků autorů bude zveřejněn v online verzi odborného časopisu Studia Sportiva, který vydává Fakulta sportovních studií MU: <http://www.fsp.s.muni.cz/studiasportiva/>

Mgr. Dagmar Trávníková, Ph.D.
Fakulta sportovních studií



FOTO Z KONFERENCE

© Fakulta sportovních studií, 2013

Informace od ČAAPA

Ondřej Ješina

Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit,
Tř. Míru 115, Olomouc 771 11

Rozhodnutí MŠMT o legislativních kompetencích absolventů oborů ATV a APA ve vztahu k pedagogickým profesím

Na základě dlouhodobého jednání osob zodpovědných za profil a uplatnění absolventů oborů aplikované pohybové aktivity (APA) a aplikovaná tělesná výchova (ATV) došlo ke schůzce vybraných zástupců katedry aplikovaných pohybových aktivit Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci a relevantních zástupců MŠMT. Tohoto jednání se za Českou asociaci aplikovaných pohybových aktivit a Centrum APA účastnil Ondřej Ješina (s pověřením vedoucího katedry APA Zbyňka Janečky) a garant oboru APA Martin Kudláček. K tomuto jednání došlo v průběhu podzimu 2012 a ke konečnému rozhodnutí na sklonku loňského roku.

Předmětem schůzky bylo vyjasnění si skladby obou vysokoškolských studijních oborů (ATV a APA) a potvrzení možných pracovních pozic absolventů těchto vybraných oborů vyučovaných na FTK UP v Olomouci. Tuto dlouho iniciovanou schůzku významně urychlila novela zákona o pedagogických pracovnících, která vešla v platnost v polovině roku 2012 (<http://www.uplnezni.cz/zakon/563-2004-sb-o-pedagogickych-pracovnicich/>). Na základě více než tříhodinového jednání byly ze strany MŠMT potvrzeny pracovní pozice absolventů magisterského studia obou oborů. Tyto pozice pak byly stvrzeny i písemně (viz níže). Na základě potvrzení pozic absolventů magisterského studia jsme vypracovali i tabulku absolventů bakalářského studia. Tato tabulka nebyla ze strany MŠMT zpochybněna, proto ji také uvádíme.

Ačkoliv se prozatím nepodařilo stoprocentně potvrdit pozice na základě dřívějších akreditací oboru aplikovaná tělesná výchova, je možné vycházet především z těchto premis:

- a) Obor ATV (stejně tak i aplikované pohybové aktivity, které však nemají takovou „bohatou akreditační historii“) je uznán jako obor v oblasti pedagogických věd.
- b) Oboru ATV byl přiznán stejný statut jako např. oboru speciální pedagogika + tělesná výchova (stejně jako dalším oborům zaměřeným na speciální pedagogiku pro učitele). ATV je tedy obor, který připravuje absolventy v oblasti všeobecné vzdělávacího předmětu tělesná výchova a speciální pedagogika.

- c) Oboru APA je díky studijnímu modulu ATV (v magisterské etapě) uznáno zaměření na tělesnou výchovu a sport, což znamená kompetenci k učitelské profesi (viz zákon „jen pro tělesnou výchovu“).

Obor ATV prošel bohatou historií a z toho důvodu (dle MŠMT) není možné potvrdit nebo vyvrátit legislativní kompetence obecně (v případě nejasností je nutné individuálního řešení jednotlivých případů). Za pozitivní lze považovat, že není zpochybněna kompetence k učitelství TV (dle roku absolvování byl však zaznamenán posun z učitele II. stupně na učitele pro střední školy), ani zaměření na speciální pedagogiku pro učitele. Co se prozatím nepodařilo zajistit, je pozice speciálního pedagoga ve speciálně pedagogických centrech z důvodu připravované směrnice, která má stanovit, že tuto pozici může vykonávat pouze absolvent jednooborového studia zaměřeného na poradenství ve speciální pedagogice ve studijním programu speciální pedagogika nebo absolvent celoživotního vzdělávání zaměřeného na tuto pozici v rozsahu stanoveném MŠMT. Z toho důvodu není možné ani uznání kompetence k vykonávání pozice učitele v mateřské škole a na prvním stupni ZŠ. Dává to však šanci všem zájemcům, kteří by si chtěli o tuto kompetenci rozšířit vzdělání v rámci celoživotního vzdělávání a tyto pozice v budoucnu vykonávat. Nevyjasněna také zůstala pozice učitele prvního stupně na základní škole praktické (dříve zvláštní školy) na základě státní závěrečné zkoušky z psychopedie. Dle sdělení zástupkyně Ústavu speciálněpedagogických studií PdF a jedné z garantů oblasti psychopedie tato kompetence nezůstala zachována ani absolventům pedagogických fakult. Neformálně nám bylo sděleno, že ti, kteří vykonávali práci učitelů na prvním stupni zvláštních škol již dříve, tuto kompetenci neztratili a jejich pracovní zařazení je tolerováno. Nezbyvá, než individuálně žádat v jednotlivých případech, případně využít i jiných legislativně možných cest. Dále byly započaty rozhovory o možném rozšíření pedagogických pozic o „konzultanta APA či instruktora APA“ na pozicích speciálně-poradenského pracovníka, což dává obrovskou šanci k plnému uznání kompetencí v profilační oblasti modulu ATV a APA.

Kvalifikace absolventů magisterských studijních programů ATV a APA na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci				
UPOL	FTK	Fakulta tělesné kultury		
	<i>obor</i>	<i>kvalifikace</i>	<i>zák. č. 563/2004 Sb.</i>	
program mgr.	ATV aplikovaná tělesná výchova	učitel 2. st. ZŠ	§ 8 odst. 1 písm. b)	V oblasti pedagogických věd zaměřené na přípravu učitelů VVP 2. stupně ZŠ a SŠ.
		učitel 2. st. ZŠ pro žáky se SVP	§ 8 odst. 2 písm. d)	Vzdělávání stanovené pro učitele 2. st. ZŠ podle odst. 1 a vysokoškolským vzděláním v bakalářském programu v oblasti pedagogických věd zaměřeném na speciální pedagogiku (pozn. autora – zároveň se však jedná i o vysokoškolské vzdělání získané studiem v magisterském studijním programu v oblasti pedagogických věd zaměřeném na speciální pedagogiku pro učitele).
		učitel VVP na SŠ	§ 9 odst. 1 písm. b)	V oblasti pedagogických věd zaměřené na přípravu učitelů VVP 2. stupně ZŠ a SŠ.
		učitel SŠ pro žáky se SVP	§ 9 odst. 7 písm. a) bod 2.	Vzděláním podle odst. 1 a vzděláním zaměřeném na speciální pedagogiku.
		učitel VOŠ	§ 11 odst. 1	Studijní obor, který odpovídá charakteru vyučovaného předmětu.
		vychovatel	§ 16 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.
		vychovatel dětí a ž. se SVP	§ 16 odst. 2 písm. c)	Vzděláním dle odst. 1 a vzděláním zaměřeným na speciální pedagogiku.
		pedagog volného času	§ 17 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.
		asistent pedagoga	§ 20 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.
program mgr.	APA aplikované pohybové aktivity	učitel TV na 2. st. ZŠ	§ 8 odst. 1 písm. h)	Zaměření na TV a sport.
		učit. TV na 2. st. ZŠ pro žáky se SVP	§ 8 odst. 2 písm. d)	Vzdělávání stanovené pro učitele 2. st. ZŠ podle odst. 1 a vysokoškolským vzděláním v bakalářském programu v oblasti pedagogických věd zaměřeném na speciální pedagogiku (pozn. autora – zároveň se však jedná i o vysokoškolské vzdělání získané studiem v magisterském studijním programu v oblasti pedagogických věd zaměřeném na speciální pedagogiku pro učitele).
		učitel TV na SŠ	§ 9 odst. 1 písm. f)	Zaměření na TV a sport.
		učitel TV na SŠ pro žáky se SVP	§ 9 odst. 7 písm. a) bod 2.	V oblasti pedagogických věd zaměřené na přípravu učitelů VVP 2. stupně ZŠ a SŠ.
		učitel TV na VOŠ	§ 11 odst. 1	Studijní obor, který odpovídá charakteru vyučovaného předmětu.
		vychovatel	§ 16 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.
		vychovatel dětí a ž. se SVP	§ 16 odst. 2 písm. c)	Vzděláním dle odst. 1 a vzděláním zaměřeným na speciální pedagogiku.
		pedagog volného času	§ 17 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.
		asistent pedagoga	§ 20 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.

Kvalifikace absolventů bakalářského studijních programů ATV a APA na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci				
UPOL	FTK	Fakulta tělesné kultury		
	<i>obor</i>	<i>kvalifikace</i>	<i>zák. č. 563/2004 Sb.</i>	
program bc.	ATV aplikovaná tělesná výchova	vychovatel	§ 16 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.
		vychovatel dětí a ž. se SVP	§ 16 odst. 2 písm. c)	Vzděláním dle odst. 1 a vzděláním zaměřeným na speciální pedagogiku.
		pedagog VČ (volného času)	§ 17 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.
		asistent pedagoga	§ 20 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.
program bc.	APA aplikované pohybové aktivity	vychovatel	§ 16 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.
		vychovatel dětí a ž. se SVP	§ 16 odst. 2 písm. c)	Vzděláním dle odst. 1 a vzděláním zaměřeným na speciální pedagogiku.
		pedagog volného času	§ 17 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.
		asistent pedagoga	§ 20 odst. 1 písm. a)	Vysokoškolským vzděláním ve studijním programu v oblasti pedagogických věd.

Zkratky: VVP – všeobecně vzdělávací předmět; SVP – speciální vzdělávací potřeby; TV – tělesná výchova; VOŠ – vyšší odborná škola; ZŠ – základní škola; SŠ – střední škola

Katedra APA a ČAAPA oceňuje

Ondřej Ješina

Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit,
Tř. Míru 115, Olomouc 771 11

Svět se přímo hemží různými oceněními, vyhlašováními a udíleními cen všeho druhu. V kontextu aplikovaných pohybových aktivit se nejčastěji setkáváme především s oceňováním sportovních výkonů pod patronací Českého paralympijského výboru nebo dalších organizací v kontextu vrcholného sportu.

V tomto příspěvku Vás však chceme seznámit s unikátními cenami předávanými v rámci karnevalu aplikovaných pohybových aktivit (Karnevalu APA). Tato akce je výjimečnou příležitostí pro setkání přátel a organizací sympatizujících s myšlenkami aplikovaných pohybových aktivit. Od svého založení je jedním z hlavních partnerů také Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit, která tuto akci přijala za oficiální a uznává ji jako nejvýznamnější společensko-kulturní akci v oblasti APA v ČR. Na tomto každoročním setkávání se již tradičně udílejí ceny pro osobnosti, které se výjimečným způsobem zasloužily o rozvoj APA. Některá ocenění již mají určitou tradici, u jiných je plánováno tradici teprve založit. Následující řádky nabízejí stručný přehled.

Karnevalová síň slávy

Jedná se o nejstarší a v jistém slova smyslu nejvýznamnější ocenění práce výjimečné osobnosti z různých oblastí APA. Tato cena byla založena v roce 2008, tehdy ještě studentem Josefem Fraňkem. Tuto cenu uděluje organizační tým Karnevalu APA.

Dosavadní uvedení:

- 2013 – Marie Blahutková – rozvoj oblasti psychomotoriky, psychomotorických her a celková podpora APA
- 2012 – Zbyněk Janečka – rozvoj APA se zaměřením na APA osob se zrakovým postižením
- 2011 – Jaroslav Potměšil – rozvoj APA v ČR především v českých regionech
- 2009 – Vojta Vašíček – sport a volný čas v APA
- 2008 – Hana Válková – komplexní rozvoj APA v ČR a mezinárodní přínos v APA

APAč roku (známá také jako Apač roku)

Tato cena měla premiéru v roce 2009. Jejím zakladatelem je Martin Kudláček a uděluje ji komise odborníků z katedry APA (FTK UP v Olomouci) aktuálnímu studentovi, který se výjimečným způsobem postaral o rozvoj určité oblasti APA, přičemž byl schopen plnit své studijní povinnosti. Do budoucna je možná komparace s dalšími vysokoškolskými subjekty s akreditovaným studiem v oblasti APA.

Dosavadní ocenění:

- 2013 – Tereza Vaščáková a Miroslava Spurná (dále nominovaní Martin Kučera, Veronika Grygarová)
- 2012 – Petr Musálek (dále nominovaní Miroslava Spurná, Radim Antel)
- 2011 – Zdeněk Kroupa (dále nominovaní František Kocourek, Aleš Novák, Filip Válek)
- 2010 – Radka Bartoňová (dále nominovaní Martin Kučera, Martin Lajza)
- 2009 – Tomáš Vyhliďal

Cena ČAAPA (známá také jako cena Čápa)

Je nejmladší pravidelně udělovanou cenou, která zažila premiéru v roce 2010. Tuto cenu založila a udílí národní organizace Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit (ČAAPA) významnému absolventovi oboru v oblasti APA (aplikovaných pohybových aktivit) nebo absolventovi jiného oboru, který se zasloužil svou činností o rozvoj oboru především na praktické úrovni.

Dosavadní ocenění:

- 2013 – Alice Tejkalová-Němcová – rozvoj a mediální propagace sportu osob se zdravotním postižením
- 2012 – Renáta Staňková – rozvoj sportu (florbal) a tělesné výchovy osob se zdravotním postižením
- 2011 – Alexandr Gebauer – dobrovolnická činnost a práce v oblasti APA
- 2010 – Iva Machová – rozvoj atletiky osob se zdravotním postižením

Výroční cena Centra APA (není udělována pravidelně)

Jedná se o cenu, kterou uděluje Centrum APA za mimořádný počín studenta, absolventa nebo pedagoga Katedry aplikovaných pohybových aktivit v průběhu předcházejícího roku.

- 2013 – Tereza Diepoldová – za 2. místo na Paralympijských hrách v Londýně v cyklistice
- 2012 – Roman Kunovjánek – za mimořádnou práci v oblasti sociální péče a sportu osob s mentálním postižením

APA v praxi
(redaktor Tomáš Vyhlídal)



Rada mládeže Žilinského kraja

Tomáš Vyhlídal

*Katedra aplikovaných pohybových aktivít,
Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého v Olomouci*

Rada mládeže Žilinského kraja bola založená v roku 2001 detskými a mládežníckymi organizáciami v Žilinskom kraji. V súčasnosti má viac ako 50 členských organizácií, medzi ktoré patria občianske združenia i neformálne skupiny, ktoré sa venujú práci s deťmi a mládežou.

Poslaním Rady mládeže Žilinského kraja je zastupovať oprávnené záujmy detí a mladých ľudí. Toto poslanie sa snaží uskutočňovať v niekoľkých oblastiach.

1. Participácia

Do tejto oblasti spadajú aktivity, ktoré Rada mládeže Žilinského kraja uskutočňuje predovšetkým pre žiacke školské rady a mestské mládežnícke parlamenty či obecné rady mladých. Žiacka školská rada predstavuje žiacku samosprávu na strednej škole a zvyčajne ju tvoria zástupcovia jednotlivých



tried. Mestský mládežnícky parlament či obecná rada mladých predstavuje zastupiteľský orgán mladých ľudí na území mesta alebo obce. Pre členov týchto zväčša neformálnych skupín organizujeme pravidelne vzdelávanie zamerané na zvyšovanie úrovne komunikačných, tímových aj odborných zručností. V spolupráci so Žilinským samosprávnym krajom sme uskutočnili tiež už 2 ročníky Olympiády žiackych školských rád, v ktorých si žiacke školské rady navzájom vymenili svoje skúsenosti a posilnili aktivity na svojich školách.

2. Dobrovoľníctvo

Keďže našimi členmi sú organizácie, ktorých neodmysliteľnou súčasťou je dobrovoľníctvo, jeho hodnota sa preniesla aj do aktivít Rady mládeže Žilinského kraja. Najvýznamnejšou aktivitou v tejto oblasti je Bambiriáda. Jej myšlienku sme na Slovensko dostali vďaka nášmu cezhraničnému partnerovi – Rade detí a mládeže Moravskoslezského kraja. **Bambiriáda** sa v Žilinskom kraji uskutočňuje v 6 mestách, v ktorých sa prezentujú miestne organizácie a dobrovoľníci. V roku 2013 organizujeme na Slovensku už 10. ročník tohto podujatia.

3. Medzinárodná spolupráca

Okrem vyššie spomenutej cezhraničnej spolupráce s RADAMOKom pravidelne umožňujeme mladým ľuďom z nášho kraja účasť na rôznych medzinárodných projektoch a podujatiach. V roku 2010 sme začali projektom „Let's innovate youth

Rada mládeže Žilinského kraja sídli v Žiline, kde má svoju Kanceláriu projektového riadenia, ktorú vedie riaditeľka Ing. Darina Čierniková. Predsedom organizácie je Ing. Martin Šturek, ktorý v súčasnosti stojí na čele 6 členného predsedníctva. Na činnosť RMŽK dozerá kontrolná komisia.



participation in school life“ (2010) – v spolupráci s Medzinárodným pilotným inovačným lýceom sa desať mladých lídrov zúčastnilo aktivít Medzinárodného týždňa v meste Poitiers a spolu s delegátmi z deviatich európskych krajín spoznali osobitosti práce s francúzskou mládežou. V roku 2011 sme pokračovali projektom Student Councils – Stand Closer, v ktorom sa aktívni stredoškoláci z Českej republiky, Poľska, Rumunska, Talianska a domáceho Slovenska zapojili do projektu mládežníckej demokracie a okrem intenzívneho seminára mali mladí Európania možnosť diskutovať o postavení a úlohách žiackej samosprávy a prezentovať svoje projekty na konferencii, ktorej sa zúčastnilo viac ako 100 študentov. Okrem týchto veľkých projektov pravidelne sprostredkujeme mladým ľuďom účasť na medzinárodných školeniach a seminároch.

4. Ďalšie oblasti a aktivity

Keďže sme strešnou organizáciou detských a mládežníckych organizácií a neformálnych skupín priebežne zabezpečujeme servis a poradenskú činnosť pre našich členov formou seminárov a stretnutí.

Doteraz sa nám tiež podarilo organizovať niekoľko zaujímavých projektov zameraných aj na rôzne iné témy ako sú ľudské práva, prevencia, mládežnícka politika. Vydávali sme krajský mládežnícky časopis, organizovali koncerty, mládežnícke plesy i koncerty. Od roku 2011 sme sa zapojili do cezhraničného projektu Krtek v sieti, ktorého cieľovou skupinou sú deti a mládež počas a po onkologickej liečbe. ■



Viac o našej činnosti a aktualitách sa dozviete na týchto miestach:

Web: www.rmzk.sk

Facebook: <https://www.facebook.com/rmzk.sk>

Youtube: <http://www.youtube.com/RadaMladezeZA>

BAKALÁŘSKÝ STUDIJNÍ OBOR **APLIKOVANÉ POHYBOVÉ AKTIVITY**

PROFIL ABSOLVENTA studijního oboru

Profil absolventa oboru je v souladu s doporučením Rady Evropy a Kartotékou typových pozic v ČR. Absolvent bakalářského studia **Aplikované pohybové aktivity** je vysoce kvalifikovaný pracovník s orientací na aplikované pohybové aktivity, který komplexně zajišťuje nebo řídí výchovně vzdělávací a koordinační činnosti v oblasti využití volného času dětí, mládeže a dospělých se zdravotním postižením v zařízeních různého typu. Je způsobilý pro komunikaci a kooperaci se sportovními federacemi, svazy, občanskými sdruženími. Absolvent může zvyšovat své profesní kompetence v licenčních kurzech, v programech celoživotního vzdělávání, případně v navazujících magisterských programech.

PRACOVNÍ UPLATNĚNÍ absolventů Bc. studia Aplikované pohybové aktivity

- **Odborný lektor**, odborný pracovník školského zařízení pro zájmové vzdělávání, samostatný pedagog volného času, vedoucí (zástupce, pracovník) střediska volného času, asistent pedagoga, lektor, pedagog volného času, pracovník vzdělávacího zařízení mimo resort MŠMT.
- **Pracovník Centra zdravotně postižených**, Sportovních svazů a oddílů osob se ZdrP, pedagogický pracovník sociálních zařízení a zařízení poskytujících adiktologické služby.
- **Vychovatel v domově mládeže**, družině, klubu, vychovatel speciální školy, odborného učiliště, vychovatel v mimoškolském zařízení, vychovatel speciální mateřské školy, vychovatel zařízení ústavní a ochranné výchovy.
- **Administrativní pracovník specialista**, samostatný administrativní pracovník.
- **Asistent pedagoga** v běžných školách i školách určených pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami.

MAGISTERSKÝ STUDIJNÍ OBOR **APLIKOVANÉ POHYBOVÉ AKTIVITY**

PROFIL ABSOLVENTA studijního oboru

Absolvent magisterského studia **Aplikované pohybové aktivity** je v souladu s Kartotékou typových pozic, pedagog volného času specialista, vysoce kvalifikovaný pracovník s orientací na aplikované pohybové aktivity, který komplexně zajišťuje nebo řídí výchovně vzdělávací a manažerskou činnost v oblasti využití volného času dětí, mládeže a dospělých se zdravotním postižením v zařízeních nejrůznějšího typu. Uplatnit se může jako vysoce kvalifikovaný pracovník ve Speciálně pedagogickém centru, případně dalších center s klienty se speciálními potřebami. Absolvent je způsobilý pro komunikaci a kooperaci se specifickými sportovními federacemi, svazy, občanskými sdruženími. Absolvent může zvyšovat svoji profesní kompetenci v licenčních kurzech a doktorandském studijním programu „kinantropologie“.

PRACOVNÍ UPLATNĚNÍ absolventů NMgr. studia Aplikované pohybové aktivity

- **Pedagog volného času specialista**: Pedagog volného času specialista je vysoce kvalifikovaný pracovník, který zajišťuje tvorbu obecných forem a metod výchovy a vzdělávání v oblasti volného času dětí, mládeže nebo dospělých. Provádí specifická pedagogická vyšetření.
Požadovaná kvalifikační úroveň: Magisterský studijní program.
Obor činností: Výchova a vzdělávání (dle <http://ktp.istp.cz>).
- **Konzultant aplikovaných pohybových aktivit** speciální pedagog specialista (školy a SPC pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami – zvláště zrakové postižení, tělesné postižení, sluchové postižení. Poruchy chování a mentální postižení) Náplň práce dle 72/2005 Sb (konzultant, speciální pedagog, metodik prevence s využitím specifických prostředků – pohybových aktivit v souladu se standardy www.eusapa.eu).
Požadovaná kvalifikační úroveň: Magisterský studijní program.
Obor činností: Výchova a vzdělávání (dle <http://ktp.istp.cz>).
- **Poradenství a management životního stylu osob se zdravotním postižením**. Tento studijní obor využívá NMgr. modulu rekreologie nabízeného na FTK UP, který připravuje absolventy na práci v oblasti managementu životního stylu.
Doporučená kvalifikační úroveň: Magisterský studijní program. Pracovní uplatnění těchto absolventů je v zařízeních typu Paraple (<http://www.paraple.cz/>) nebo paracentrum Fénix (<http://www.paracentrum-fenix.cz/>).
- **Učitel tělesné výchovy na běžných školách a na školách zřízených pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami.**

Ucházet o studium se mohou i zájemci se zdravotním postižením, kteří splňují požadavky sportovní mobility.

Baví vás sport a práce s lidmi?
Máte rádi výzvy?

Pak je tu pro vás...

APLIKOVANÁ TĚLESNÁ VÝCHOVA

ATV je vysokoškolským studijním oborem v programu tělesná výchova a sport. Cílem je vzdělávat odborníky v oblasti tělesné výchovy, sportu a rekreace pro všechny, tedy i osoby se speciálními potřebami. ATV je součástí zastřešujícího vědního oboru aplikované pohybové aktivity (APA), jehož snahou je vytvářet podmínky pro zlepšení kvality života osob se speciálními potřebami a integraci těchto osob mezi intaktní populaci prostřednictvím aktivit pohybového charakteru.

CO TO JE ATV?

Fakulta tělesné kultury UP v Olomouci nabízí unikátní obor spojující tělesnou výchovu a speciální pedagogiku ve studijní obor aplikovaná tělesná výchova. Vzhledem ke specifikům práce (nejen) s osobami se speciálními potřebami je obsah studia zaměřen na:

- tělesnou výchovu;
- speciální pedagogiku;
- pedagogickou/učitelenskou způsobilost;
- aplikované pohybové aktivity.

Studium je zpřístupněno i pro osoby se zdravotním postižením.

Nabízíme Vám možnost bakalářského (tříletého) a magisterského (dvouletého) studia v prezenční i kombinované formě.

Magisterské studium je otevřeno absolventům vysokoškolského studia (Bc. i Mgr.) ve studijním programu TV a sport a příbuzných oborů.

PROFIL ABSOLVENTA ATV – BAKALÁŘ

Absolvent získá pedagogickou a organizační způsobilost v oblasti aplikovaných pohybových aktivit s možností působit jako:

- asistent pedagoga;
- specialista pro práci v centrech speciálních, výchovných, charitativních a v institucích veřejné správy;
- sociální pracovník, pracovník v sociálních službách;
- pedagogický pracovník, instruktor, trenér ve školních i mimoškolních klubech a centrech;
- pedagog volného času.

PROFIL ABSOLVENTA ATV – MAGISTR

Absolvent získá pedagogickou a organizační způsobilost v oblasti aplikovaných pohybových aktivit s možností působit jako:

- učitel všeobecně vzdělávacího předmětu TV na základních a středních školách všech typů (včetně škol pro žáky a studenty se speciálními vzdělávacími potřebami);
- pedagog volného času;
- vychovatel;
- speciálně pedagogický pracovník zaměřený na APA;
- řídicí pracovník na pozici: instruktor, organizátor, poradce pro pohybové aktivity v zařízeních sociálních služeb, léčebnách, ve veřejné správě.

KONTAKTY

Fakulta tělesné kultury UP v Olomouci, tř. Míru 115, 771 11 Olomouc
sekretariát katedry APA, tel.: 585 636 353, e-mail: eva.hrbackova@upol.cz
www.ftk.upol.cz/katedry/apa/uvod.html, www.apa.upol.cz
www.ftk.upol.cz/katedry/apa/uvod.html, www.apa.upol.cz

Jak na to...**(redaktor Martin Kučera)**

Základní informace o „wheelchair rugby“ v Česku (vozičkářské rugby nebo také quadrugby)

David Lukeš

Wheelchair rugby je kolektivní míčová hra určená výhradně pro vozičkáře – kvadruplegiky, tj. pro lidi s těžkým pourazovým, či genetickým poškozením funkčnosti dolních i horních končetin. Pravidla hry částečně vycházejí ze známější košíkové pro paraplegiky, ale jsou přizpůsobená většímu zdravotnímu handicapu. Hraje se v tělocvičně na basketbalovém hřišti, na jehož koncových čarách jsou umístěny kužely vymezující branky. Každý tým může mít 12 hráčů, na hřišti jsou při hře pouze čtyři a lze je střídat podle pravidel, která zohledňují zdravotní klasifikaci jednotlivých hráčů. Cílem hry je dát gól, což znamená přejet alespoň dvěma koly vozíku přes brankovou čáru, přičemž míč je plně pod kontrolou daného hráče. Vítězí mužstvo, které dá během hrací doby (4 × 8 minut čistého času) více branek.

Wheelchair rugby vzniklo zhruba před dvaceti lety v Kanadě a velmi rychle se rozšířilo po celém světě. Od roku 1990 oficiálně existuje světová asociace wheelchair rugby – International Wheelchair Rugby Federation (IWRF), která v současné době sdružuje asi 30 zemí. Vrcholem každé sezóny je alespoň jedna ze čtyř nejvýznamnějších soutěží (olympijské hry, mistrovství světa, světové hry, mistrovství Evropy) a kromě toho probíhá řada turnajů.

V České republice byl založen první klub „SK Quadru Fit“ Hradec Králové v lednu 1993 a stal se i sídlem re-

prezentace. V roce 2000 byl po dohodě všech týmů (SK Quadru Fit, Q-klub Hrabyně a SK Ostrava) založen Český ragbyový svaz vozičkářů (ČRSV), který zajišťuje chod reprezentace, organizuje průběh České ligy a reprezentuje české ragby v zahraničí. V současné době je v České republice pět týmů (viz představení týmů) a z těchto týmů je vytvářena reprezentace. Svých prvních turnajů v Evropě se zúčastnila v roce 1995. Od té doby je také právoplatným členem IWRF – evropské zóny a každým rokem se účastní alespoň tří mezinárodních turnajů v Belgii, Německu, Rakousku, Nizozemí nebo Polsku.



Bohužel vinou neustálých sporů zastřešující organizace ČSTPS (Český svaz tělesně postižených sportovců) a ČPV (Český paralympijský výbor) je činnost značně redukována a odkázaná na pomoc komerčních subjektů.

Každý tým trénuje jednou až dvakrát týdně a několikrát za rok je soustředění reprezentace. Součástí přípravy jsou i individuální tréninky a rehabilitace.

Jakékoliv další informace jsou k dispozici na níže uvedené adrese, případně na internetu, kde postupně vznikají stránky ČRSV a členských klubů. Adresa je www.crsv.cz (jeden ze zahraničních webů je např. www.quad-rugby.com).

Zdravotní klasifikace

Quadrugby mohou hrát lidé se současným postižením dolních i horních končetin. Základní podmínkou účasti ve hře u lidí po úrazech krční páteře je postižení alespoň 3 končetin, u hráčů s ostatními diagnózami (polio, DMO, myopatie apod.) je podmínkou postižení všech 4 končetin. Klasifikační komise musí být tvořena nejméně 3 lidmi, je-li jich méně, obdrží hráč tzv. dočasnou klasifikaci. Na mezinárodním turnaji získává hráč mezinárodní klasifikaci a je-li po dobu 4 let klasifikován stále stejně, obdrží trvalou klasifikaci. V případě nemoci nebo nového zranění, které mění jeho schopnost hry, je možné zažádat o překlasifikování.

Dle výsledků testů se hráčům nakonec přidělí bodové hodnocení v rozmezí **0,5–3,5 bodů**.

*Pro hráče s hodnotou **0,5 bodů** je typická malá svalová síla ve všech svalech, zejména pletence pažního, biceps však může být silný, svalová síla ruky je nulová – občas je naznačena extenze zápěstí. Ke své hře používá tento hráč obranný typ vozíku s pogumovanými obručemi hnacích kol a je většinou usazen níže. Jeho úloha ve hře je čistě defenzivní.*

*U hráče bodovaného **1 bodem** se objevuje o něco větší síla pletence ramenního, biceps má plnou sílu a o něco silnější je i prsní sval, ruka je velmi slabá. Hráč většinou používá opět obranný vozík s pogumovanými obručemi. Oproti předchozí kategorii je tento hráč schopen lépe hodit míč. Jeho úloha bývá také z pravidla defenzivní.*

*U hráče s **1,5 bodem** je lehce oslaben triceps a je zde skoro plná síla extenze zápěstí. Hráč může ke hře používat jak obranný, tak útočný typ vozíku, dle svého zaměření.*

*Hráč s hodnocením **2 bodů** má plnou sílu v ramenním pletenci, má lehce oslabené svaly zápěstí a prsty. Jde o útočníky a hráči občas využívají tzv. poloútočné vozíky.*

*U hráče, jehož klasifikace se pohybuje v intervalu **2,5–3,5 bodů**, je patrné zejména oslabení prstů, jejich roztahování a přitahování. Ohýbání s natahováním lze provadět poloviční silou než je norma, nejsilnější je palec. Hráč s touto klasifikací je většinou předurčen ke hře s míčem. Má velmi dobré hody a dokáže zpracovat i míče pro jiné hráče ztracené.*

Ragbyový vozík



Ragbyový vozík je základním stavebním kamenem pro hru. Není možné ho nahradit jiným druhem vozíku, pro každého hráče je specifickým vybavením, a to z jednoho prostého důvodu: každý takový vozík je vyráběn dle potřeb konkrétního hráče. Díky těžkému zdravotnímu omezení je nutné nastavení sedáku a velikosti zad tak, aby se ve vozíku každý hráč cítil co nejpohodlněji. Snadno totiž může dojít ke zdravotním komplikacím. Při špatném nastavení nebo při vypůjčení vozíku od jiného hráče dochází k tomu, že hráč může mít nepříjemné křeče v nohou, ramenech či zádech. Dlouhodobě je tento problém nepřijatelný. Tím, že výroba vozíků probíhá pro každého hráče vlastně na zakázku, promítá se to pochopitelně do ceny. Vozík je také přirozeně opotřebováván a zdaleka proto nestačí zakoupení jednoho vozíku na celou, dejme tomu desetiletou, kariéru. Při běžném ligovém a reprezentačním vytížení tak vozík vydrží na tři až pět sezón.

Základním materiálem je hliník, který je posvařován a tvoří základní kostru. Dále je to pevný textilní materiál tvořící sedák vozíku a jeho záda. Zbývající části jsou oplechovaná kola s galuskami, popřípadě kola krytá plastovým krytem a gumovými obručemi. Každý vozík je vybaven šesti kolečky (dvě malá vepředu, dvě vzadu a hlavní uprostřed). Níže uvedené vozíky jsou rozčleněné na dva základní typy. Obranný vozík je určen pro hráče se závažnějším handicapem, tj. pro ty, kteří mají horší koordinaci a větší svalovou distrofii. Útočné vozíky potom vyhledávají hráči s dostatečně zachovalou svalovou funkcí. ■

Základním materiálem je hliník, který je posvařován a tvoří základní kostru. Dále je to pevný textilní materiál tvořící sedák vozíku a jeho záda. Zbývající části jsou oplechovaná kola s galuskami, popřípadě kola krytá plastovým krytem a gumovými obručemi. Každý vozík je vybaven šesti kolečky (dvě malá vepředu, dvě vzadu a hlavní uprostřed). Níže uvedené vozíky jsou rozčleněné na dva základní typy. Obranný vozík je určen pro hráče se závažnějším handicapem, tj. pro ty, kteří mají horší koordinaci a větší svalovou distrofii. Útočné vozíky potom vyhledávají hráči s dostatečně zachovalou svalovou funkcí. ■



Český ragbyový svaz vozíčkářů

Kpt. Stránského 995, 192 00 Praha 9

Prezident: David Lukeš

Organizační struktura:

Složení představenstva ČRSV a STK (sportovně-technická komise) sportu quadrugby platné od VH konané dne 19. 9. 2009 v Praze:

Předseda STK a prezident ČRSV – David Lukeš

Místopředseda STK a viceprezident ČRSV – Petr Oppenauer

Člen STK a jednatel ČRSV – Pavel Ermis

Klasifikátor STK – Lenka Slováčková

Zástupce hráčů ČRSV – Aleš Kisý

Kontrolně revizní komise ČRSV – Jiří Pleško a Michal Ptáček

Hlavní rozhodčí ČNLRV – Tomáš Drábek



Představení ligových týmů

LIONS Ostrava



Adresa: Frýdlantská 188, Frýdek-Místek, 738 02

Kontakt: skbeskyd@centrum.cz

Kapitán mužstva: Josef Gruszevski

Počet hráčů pro ligovou sezonu 2012: 7

Rok založení oddílu: 1997

Mistr ČNLRV: 0x

Webové stránky: www.lions-ostrava.cz

SITTING Eagles



Adresa: Pivovar 67, Černčice u Loun 43901

Kontakt: wheelchairrugby@seznam.cz

Kapitán mužstva: David Lukeš

Počet hráčů pro ligovou sezonu 2012: 10

Rok založení oddílu: 2008

Mistr ČNLRV: 1x

Webové stránky: www.sittingeagles.cz

Prague Robots – tým vozíčkářského ragby



Adresa: Petýrkova 1949, 148 00 Praha 4

Kontakt: pragerobots@gmail.com

Kapitán mužstva: Aleš Kisý

Počet hráčů pro ligovou sezonu 2012: 8

Rok založení oddílu: 1993

Mistr ČNLRV: 2x

Webové stránky: www.pragerobots.cz

DRAGONS Brno



Adresa: Kociánka 2, Brno 612 47

Kontakt: ptacek.sova@gmail.com

Kapitán mužstva: Ondřej Příkryl

Počet hráčů pro ligovou sezonu 2012: 9

Rok založení oddílu: 2010

Mistr ČNLRV: 0x

SK OSTRAVA: tým ragby vozíčkářů – Koníci



Adresa: Na Staré cestě 811, Vřesina 742 85

Kontakt: skostrava@seznam.cz

Kapitán mužstva: Roman Cader

Počet hráčů pro ligovou sezonu 2012: 10

Rok založení oddílu: 1997

Mistr ČNLRV: 8x

Webové stránky: www.skostrava.cz

HREJ RUGBY!!!



Kontakty:

Český ragbyový svaz vozíčkářů (celá ČR) – www.crsv.cz

wheelchairrugby@seznam.cz

O sportu + video z Klíče – <http://crsv.cz/o-sportu/index.php>

O filmu Muderball – <http://www.murderballmovie.com/>

Za ČRSV

David Lukeš

www.crsv.cz

Využití Snoezelen prostředí pro seniory

Každý z nás zažívá denně obrovské množství jevů a podnětů. Dáváme je i přijímáme především prostřednictvím našich smyslů. Bez toho, co vidíme, slyšíme, cítíme i jíme, bychom nebyli tím, čím jsme. Bez adekvátního prožívání bychom nemohli kvalitně poznávat a obohacovat náš život.

Senioři se však ve svém věku potýkají s mnohými neduhy, které jim mohou bránit dívat se na okolní svět s nadhledem. Bývají často více citliví, zranitelní, projevují se u nich mnohdy nepochopitelné změny nálad. Pociťují větší samotu, nepochopení, vlastní neužitečnost, bolest nad ztrátou tělesné i duševní aktivity, zdravotní problémy, nedostatek zájmu od svých blízkých a podobně.

Přítomnost nevnímají vždy příznivě, často se utíkají ke vzpomínkám. Minulost je pro ně dobou, kdy byli mladí a užiteční, mohli pracovat, starat se, pomáhat, tvořit, věnovat se svým koníčkům... Zvládali spoustu věcí, na které už jim nyní nestačí síly a také mnohdy ztrácejí motivaci. Pokud v přítomnosti nenacházejí uspokojení, uzavírají se do svého světa, odmítají komunikovat, stávají se nedostupnými. Ne každý člověk dokáže, vzhledem ke svým možnostem, objevit to, co je pro jeho vlastní prožívání stáří důležité, podnětné a povzbuzující.



Snoezelen je jednou z možností, jak mohou senioři i dnes svůj život zkvalitnit. Nachází zde množství různorodých podnětů, je zde prostor pro zklidnění, pro pocit jistoty, ale také pro aktivní činnost, která je pro ně nesmírně podnětná. Je to místo pro radost a setkávání, uspořádané prostředí, ve kterém jsou osloveny selektivně nebo najednou všechny smysly, místo odpočinku, relaxace, ale i aktivity, oslovení našich smyslů, klid, uspořádanost, útek od okolních, často stresujících podnětů, uvolnění, kontakt, souměřitelnost, potěšení, sdílení a mnoho dalších – to jsou jen některé vyjmenované atributy účinku a dopadu Snoezelenu. Vhodné nastavení používaných metod může přispět ke korekci emocionálního stavu seniora. Velmi významnou úlohu zde hraje také změna prostředí, možnost pobývat alespoň na chvíli mimo své stálé a neměnné, většinou málo podnětné prostředí.

Klienti Snoezelenu se ocitají v místě, které jim svým zaměřením pomáhá nabudit aktivitu či naopak je uvede do klidnějšího psychického rozpoložení, podle toho, co je mo-

mentálně pro ně důležité.

Je na každém jedinci, co preferuje, potřebuje, co cítí... Je možné využít také rozmanitých pomůcek. K docílení prožitku blízkosti, především při absenci blízkých osob, můžeme použít i měkké, na omak příjemné hračky – plyšáky.

K zintenzivnění prožitků může pomoci také adekvátní forma doteků (určitý druh masáží). Společné sdílení spontánních zážitků při aktivitách ve Snoezelenu vede také k obnovení a zkvalitnění komunikace.

Snoezelen je velmi vhodnou metodou pro volnočasové aktivity seniorů, ale přináší i značně pozitivní výsledky formou cílené terapie. Místnosti Snoezelen však mohou senioři využívat i „jen tak“, bez jakéhokoliv zaměření nebo cíle. Prostě zde mohou trávit odpočinek nebo část svého nenaplněného volného času. Z účinků Snoezelenu čerpají nejen klienti-senioři, ale i ošetřující personál.

Podmínkou k úspěšné terapii je vybudování vhodného prostředí, které umožní interaktivní přístup průvodce ke klientovi. Je však neméně důležité, aby zaměstnanec, který ve Snoezelenu pracuje (nebo chce pracovat) – již zmíněný průvodce, měl k této činnosti dostatečné znalosti, dovednosti i schopnosti. Při práci ve Snoezelenu existují jasně daná pravidla, které je nutné dodržovat, aby nedošlo k chaosu, opačným reakcím klienta z důvodu používání neadekvátních postupů, přesytení stimuly, apod.

Pro všechny, kteří chtějí získat znalosti o metodě Snoezelen a práci v multismyslových místnostech, nebo si chtějí své nabyté vědomosti a zkušenosti prohloubit, nabízíme v našem Vzdělávacím centru Snoezelen konceptu odborné kurzy, které jsou vedeny zážitkovou formou ve vybavených Snoezelen místnostech. Organizacím, které o naše kurzy projeví zájem, nabízíme také kurzy „na míru“, které po vzájemné dohodě realizujeme v jejich zařízeních. Při realizaci kurzů na zakázku jsou z naší strany kladeny určité nároky na vybavení školicích místností, tak, aby kvalita kurzů zůstala na vysoké úrovni a účastníci tak mohli co nejlépe pochopit a zakusit účinky Snoezelenu.

Pro zkvalitnění práce ve Snoezelenu nabízíme také poradenství a konzultace. Pro ty, kteří chtějí Snoezelen teprve začít budovat, vytváříme návrhy místností a samotné realizace navržených projektů. ■

Přejeme vám i sobě, aby Snoezelen byl i v budoucnu tím, čím má být. Místem, kde se bude každý cítit dobře a ne komerční záležitostí, prostředkem k vlastnímu obohacování nebo jen kusému předvádění technických vymožeností – světelných, zvukových efektů... bez ohledu na ty, kteří jej využívají. Vždyť se právem říká, že společnost se posuzuje podle toho, jak se dokáže postarat o seniory. To záleží na každém z nás.

*PhDr. Hana Stachová, psycholog,
specialista a lektorka Snoezelen konceptu,
víceprezidentka Asociace konceptu Snoezelen ČR,
e-mail: hstachova@snoezelen-koncept.cz*

Snoezelen prostředí pro děti s postižením a kombinovanými vadami



Cílová skupina Snoezelenu se ze začátku dotýkala především duševně těžce postižených osob, které jsou z větší části tělesně závislé na svých zkušenostech. To znamená, že svět pro ně sestává z věcí, které dostávají význam až tehdy, když s nimi mohou hýbat, čichat je, vidět, cítit, slyšet, chutnat je, prostě je můžou poznat tělesně. Duševně těžce postižení jedinci jsou osoby komplexně vývojově postižené, které nejsou schopny bez podpory jejich schopnosti vnímání pochopit prostředí, ve kterém se pohybují. Primární zkušenosti zprostředkované smysly tato skupina jedinců v každodenním životě neprožívá naplno a tyto zkušenosti mohou být jen těžko zpracovávány. Každodenní život na ně může působit hroživě a znepokojivě. Místnost Snoezelen vytváří prostředí, ve kterém nejsou oslovovány

smysly komplexně, ale kde se soustředíme na jednotlivé smyslové vjemy. Smysly nemají být oslovovány do šíře, ale do hloubky. Aby to bylo možné, zkoušíme podněty poskytovat selektivně a zároveň se pokoušíme redukovat zbytečné podněty, a tímto poskytnout postiženým příjemné smyslové vjemy a zvláštní zkušenosti, které v každodenním životě nezažívají.

V naší rychle se měnící době, která klade své vlastní požadavky na rodný dům, rodinu, školu a mateřskou školu, jsou děti často trpícími osobami moderní společnosti. Díky chybějící emocionální, časové a částečně i místní orientaci uvnitř i vně rodiny vzniká často nestrukturované a chaotické životní zázemí. Díky tomu jsou často diagnostikovány psychická a neuropsychická onemocnění. Naše dnešní „zdravé“ děti ale také trpí zesíleným stresem, často vycházejícím z nadměrného sledování médií.

Místnost Snoezelen se svým jasným a přehledně strukturovaným prostředím nabízí možnost nalézt přístup k těmto dětem. K rámcovým podmínkám patří konkrétní prostorové uspořádání s možnostmi zážitků vztahujících se na smysly. Takové uspořádání oslovuje jednotlivé smysly do hloubky, a pokud možno zabraňuje rušivým zdrojům, přičemž podněty smyslů společně tvoří harmonii, a tím děti uklidňují a uvolňují. Je přitom důležité, aby prožívání a užívání nabídky bylo zásadně postaveno na kontaktu a vztahu mezi dítětem a terapeutem. S pocity, které jsou přitom vyvolány, se mohou poté terapeuti a děti rozhovorem nebo hrou zabývat důkladně a do hloubky. Snoezelen pomáhá vytvořit spolehlivý vztah, který poskytne dětem nové pozitivní možnosti zkušeností ve styku se sebou samými i s ostatními osobami tak, aby dospěly k pozitivnímu obrazu sebe sama. Pokud s dítětem není individuálně sladěn cílený výběr stimulů, nezvládá vše sledovat a bývá přetěžováno. Místnost Snoezelen poskytuje dítěti kromě chráněného prostředí současně také možnost motivace a důkladného zabývání se svým okolím.



Přirozené prostředí zdravého člověka je multisenzorické, dětem s kombinovaným postižením je nutné takové prostředí vytvořit uměle. Vždy, když se dítě nemůže zapojit do multisenzorických aspektů přírodního prostředí smysluplným způsobem, je takové prostředí, tedy prostředí Snoezelen, nezbytné. Některým dětem se přirozené prostředí zdá chaotické a nepředvídatelné. Dítě vyžaduje prostředí, které je individuálně šité na míru jeho konkrétním potřebám. Dítě se naučí vidět vizuální podněty z prostředí, uvidí objekt a pokusí se ho dosáhnout. Také se naučí slyšet fonetické podněty z prostředí, slyší hluk a snaží se ho identifikovat. Dítě je geneticky vybaveno k učení a rozvíjení se. Zapojení se do přirozeného prostředí silně pomáhá k tomu, aby se tak stalo. Interakce s prostředím hraje významnou roli při formování vývoje dítěte. Když má dítě velmi špatný zrak nebo sluch, velmi nízkou intelektuální činnost, problémy s vnímáním prostředí významně ovlivní jeho učení a rozvoj.

Prostředí je nezbytnou součástí Snoezelen filozofie, terapeut musí vytvořit individuální vzdělávací plány, které vhodně maximalizují program-prostředí-jednotlivce. Tohoto efektu dosáhneme použitím multisenzorických přístupů a/nebo multisenzorického prostředí.

Čím větší je počet postižení a těžkého postižení, tím větší je potřeba pro tvorbu vysoce specializovaného prostředí.

Předpokladem pro dobře zvládnutou terapii je vzdělání terapeuta. Na západ od našich hranic je naprosto nemyšlitelné, aby ve Snoezelen prostředí pracoval člověk bez patřičné kvalifikace. V Čechách se s tímto jevem setkáváme naprosto běžně. Na Mezinárodní Snoezelen konferenci v Maria Bildhausen 2012 řekla profesorka Krista Mertens, že je nezbytné Snoezelen konceptu profesionalizovat, také z těchto důvodů založila ISNA professional e.V., aby oddělila minulost tzv. volnočasového přístupu ke Snoezelen konceptu. V rukou vzdělaného Snoezelen terapeuta se stává multismyslové Snoezelen prostředí přínosem pro klienta, zlepšuje zdravotní stav, snižuje medikaci a blahodárně působí na psychiku. ■

*Renáta Filatova,
viceprezidentka ASNOEZ ČR,
certifikovaná lektorka Snoezelen konceptu,
realizátorka Snoezelen prostředí,
členka ISNA-Snoezelen professional e.V.*

Vybrané pojmy znakového jazyka neslyšících pro využití v ATV

Svatava Panská

Katedra aplikovaných pohybových aktivit, Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého v Olomouci

Dnešní téma je ve světě osob se sluchovým postižením velmi aktuální. Letošní rok je totiž ve znamení 22. letní deaflympiády, která se bude konat v bulharské Sofii. Zahájení deaflympiády je naplánováno na 26. července a nyní probíhají poslední přípravy sportovišť a dalšího potřebného zázemí. Sportovci budou soutěžit v těchto sportech: atletika, badminton, basketbal, plážový volejbal, bowling, silniční cyklistika, fotbal, házená, judo, karate, horská kola, orientační běh, střelba, plavání, stolní tenis, taekwondo, tenis, volejbal, zápas. Česká výprava bude mít své zastoupení v atletice, střelbě, plážovém volejbalu, cyklistice a orientačním běhu. Slavnostní zakončení 22. deaflympijských her bude 4. srpna 2013.

Myšlenka Mezinárodních her neslyšících, jakožto obdoba Olympijských her pro neslyšící, vznikla v roce 1924, jejím iniciátorem byl Eugène Rubens-Alcais z Francie. Díky jeho snaze se podařilo shromáždit šest oficiálních národních družstev se 148 sportovci na stadionu Pershing v Paříži, kde bylo zastoupeno také Československo. Hry tehdy zahrnovaly atletiku, plavání, kopanou, střelbu a cyklistiku.

Vybrali jsme znaky některých sportů z letní deaflympiády, které samozřejmě můžete použít při komunikaci o sportovním dění obecně.

Znaky prezentují Jana Menšová a Pavel Pastrnek
Graficky upravil Marek Schwarz



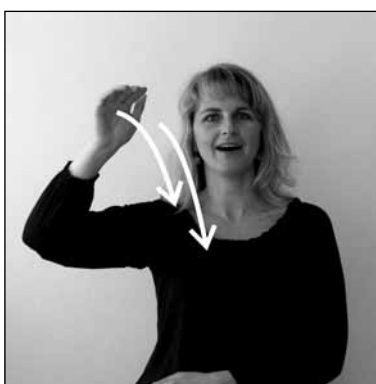
Reprezentant
obě ruce se pohybují
současně ve směru šipek



Deaflympiáda
1. dva prsty od ucha k dolnímu rtu obloučkem ve směru šipek
2. obě ruce se vytočí v protisměru



Basketbal
dominantní ruka naznačí
odhod do koše



Házená
dominantní ruka naznačí
hod míčem



Volejbal
obě ruce naznačí odbití míče –
dle šipek 2x



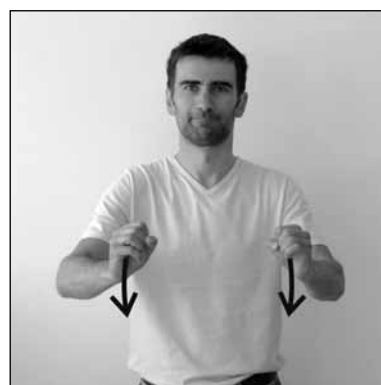
Bowling

dominantní ruka naznačí
odhod bowlingové koule



Silniční cyklistika

1. ruce se cyklicky pohybují v kroužcích jako při šlapání na kole
2. obě ruce naznačí držení řídítek



Karate

naznačíme dle šipek
pohyb rukama



Horská kola

1. obě ruce naznačí držení řídítek
2. dominantní ruka vytvoří horský masív



Fotbal

dominantní ruka, pohybující se v zá-
pěstí, lehce klepne pěstí do ruky druhé



Zápas

ruce se vymění
dle šipek



Stolní tenis

dominantní ruka „uchopí raketu
a odehraje míček“



Medaile

obě ruce uchopí velkou medailí a ukáží

Lakeshore Foundation – USA, sportovní střelba

Romana Dostálová

Nezisková organizace Lakeshore Foundation nabízí jedincům s tělesným postižením, chronickým onemocněním a osobám nad 60 let a starším sportovní střelbu jako rekreační aktivitu ve své plně přístupné kryté střelnici. Otevřená je ale i dalším oblastem, a to sportu, fitness a výzkumu. Střelnice je využívána členy s různou úrovní schopností, od úplných nováčků až po elitní sportovce. Jsou zde zastoupeni i lidé s různými druhy zdravotního postižení. Tento článek se věnuje popisu některých prvků vybavení, které lze použít k přizpůsobení střelby na terč tak, aby vyhovovala potřebám všech.

Existuje rčení ve světě aplikovaného sportu a rekreace, že pokud můžete dýchat, můžete střílet. Střelba je jedním z nejneprodušších rekreačních sportů a aktivit, které se dají přizpůsobit osobám se zdravotním postižením. Střelbě se může věnovat každý, včetně osob s omezenou funkcí rukou a paží a jednotlivců se zrakovým postižením.

Aplikované vybavení

Puška

Za prvé, budete potřebovat pušku. V Lakeshore používáme Fienwerkbau, jednoranové vzduchové pušky. Tyto pušky pracují na principu stlačeného vzduchu a střílejí 0,177 olovené projektily standardní ráže. Tato ráže se také používá na soutěžích ze vzduchové pušky. Výhodou použití zbraně se stlačeným vzduchem (nebo CO₂) je, že je poměrně jednoduché nabít, odjistit kohout a střílet. Hlavní nevýhodou je, že uživatel musí mít přístup ke zdroji stlačeného vzduchu. Alternativami pušky na stlačený vzduch jsou vzduchová puška na pružinu nebo vzduchová puška s pumpou. Tyto pušky pracují dobře, ale jejich odjištění a příprava na střelbu jsou mnohem obtížnější.

Hledí pušky

Existuje několik druhů hledí, které mohou být použity pro osoby s různými typy postižení a omezení. Standardní přední a zadní hledí funguje dobře pro osoby bez zrakového postižení a je velmi přesné. Jedincům s mírným zrakovým postižením doporučujeme zkusit puškohled (kolimátor) s červeným záměrným bodem. Zorné pole střelce je větší než je tomu u standardního předního a zadního hledí, což výrazně usnadňuje a urychluje zaměření na cíl. Kolimátor s červeným záměrným bodem také usnadňuje počáteční střelecký výcvik. V porovnání s klasickými mířidly s ním ale není tak jednoduché dosahovat konstantních výsledků.

Další typ, který může být použit, je hledí s laserovým zaměřením. Červený laserový paprsek označí místo zásahu tak,

že střelec i třetí strana vidí, kam je zbraň zaměřena. Zaměřovač s laserovým zaměřením lze použít i u osob s těžším zrakovým postižením nebo slepotou. Při jeho použití je jedinec se zrakovým postižením spárován s vidící osobou, která mu pomáhá při střelbě podáváním příkazů.

Specialitou České republiky je simulovaná zvuková střelba z pistole. V hlavní pistole je umístěn laser a LED dioda pro indikaci výstřelu. Laserový paprsek simuluje zaměrování zrakem. Míří se na terč, v jehož spodní části je umístěna webová kamera, která snímá a vyhodnocuje pohyb laserového paprsku. Simulátor je propojen s počítačem, v němž je program pro obsluhu a nastavení simulátoru. Jakmile dopadne laserový paprsek na terč, začne se ozývat zvuk. V okamžiku, kdy je slyšet nejvyšší tón, je zaměřen střed terče a střelec by měl zmáčknot spoušť. Tím dioda v pistoli blikne, což je pomocí webové kamery předáno počítači jako výstřel. Jednotlivé zásahy včetně jejich celkového součtu oznamuje program hlasem, takže střelec při tréninku nepotřebuje asistenta. U této střelby se zbraň drží obouruč v předpažení.

(Stránky Martina Adámka o zvukové střelbě – <http://martinadamek.cz/>)





Pytle s pískem

Pytle s pískem jsou možná nejužitečnější pomůckou používanou při aplikované střelbě na terč. Jsou důležitou pomůckou při držení pušky a míření. Pušky jsou těžké a jejich držení je pro některé jedince obtížné a dokonce i nebezpečné. V těchto případech se pytle naskládají na střelecký stůl do požadované výšky a puška je pro větší podporu umístěna nahoře.

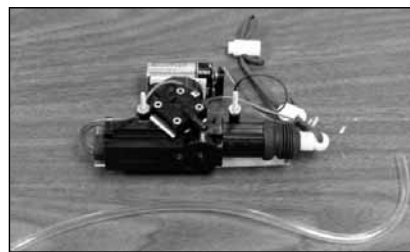
Tímto není střelec zatížen vahou zbraně a také se eliminuje nadměrné chvění rukou a svalová únava paží při zaměřování na cíl. Použití pytlů s pískem při střelbě na terč by měli zvážit ti jedinci, kteří mají malou sílu v pažích anebo mají potíže se stabilním držením pušky.



Spouště

Jak již bylo uvedeno dříve, pokud můžete dýchat, můžete střílet. Jednotlivci se závažným omezením hybnosti horních končetin mohou používat Sip/Puff spoušť.

Sip/Puff spoušť umožňuje jednotlivcům střílet za pomoci dechu. Tento přístroj je navržen tak, aby se dal použít u většiny pušek. Hádčička vede od sip-and-puff spouště střelci do úst. Střelec ovládá spoušť buď sáním, nebo výdechem.



Aplikované metody

Pozice těla

Při střelbě na terč se používají tři pozice těla. Tyto tři pozice jsou ve stoji, v kleku a vleže. Jednotlivci, kteří nejsou schopni stát při střelbě, mohou střílet vsedě.

Sedící osoby mohou střílet „ve stoji“ tak, že nepoužívají pro svou zbraň žádnou podporu. Mohou také střílet „v kleku“ s jednou rukou položenou na podložce a u střelby „vleže“ si mohou opřít o podložku obě ruce.

Střelecký stůl, ať již malý nebo tradiční sloužící k podpoře, je nezbytnou pomůckou při aplikované střelbě na terč. Tyto stoly jsou užitečné nejen jako podpěra při střelbě, ale i jako praktický prostor, kam se vejde celá výbava účastníka, včetně střeliva a dalších cvičných terčů.

Bezpečnost

Je důležité si uvědomit, že všechna bezpečnostní pravidla a opatření se vztahují jak na aplikovanou, tak na běžnou sportovní střelbu. Všichni účastníci by měli nosit při střelbě ochranné brýle a směřovat hlaveň pušky dolů za všech okolností. Prst určený ke zmáčknutí spouště držet při manipulaci zásadně mimo spoušť. Všechna střelba by měla být prováděna na speciálně upravené střelnici a ve stanovenou dobu tak, aby se zabránilo náhodnému poškození majetku nebo zranění. ■

Organizace

STRIDE Adaptive Target Shooting

Contact, Mark Moran
(518) 598-1279 or mmoran@stride.org
Rensselaer, NY 12144

National Rifle Association of America (NRA)

11250 Waples Mill Road
Fairfax, VA 22030
1-800-672-3888
Website: <http://compete.nra.org/>
Disabled Shooting Services
Disability Awareness
State Websites for Hunting and Disabilities

Lakeshore Foundation

4000 Ridgeway Drive
Birmingham, AL 35209
information@lakeshore.org
(205) 313-7400
Website: <http://www.lakeshore.org/recreation/>

USA Paralympic Shooting

Website: <http://www.usashooting.org/about/paralympicshooting>

Sportovně kompenzační pomůcky

Be Adaptive Equipment, LLC
(877) 595-5634 or info@beadaptive.com
Website: <http://www.beadaptive.com/index-1.html>

Adaptiveoutdoorsman.com
1-877-212-9411 or Renee@adaptiveoutdoorsman.com
Website: <http://adaptiveoutdoorsman.com/dihugunsu.html>

New York Bowhunters: Physically Challenged Committee
Website: http://www.newyorkbowhunters.com/New_Folder/disabled.htm

Bankshot

Romana Dostálová

Bankshot je inkluzivní hra, která umožňuje lidem s postižením i bez něj společně hrát, aniž by někoho znevýhodňovala. U zrodu této hry stál rabín Reeve Breenner Rockvill z Marylandu v USA, který je velkým příznivcem basketbalu a sám ho po celý život hrál.

Reeves vymyslel koncept Bankshotu po nehodě, kterou měl jeho bratranec v Izraeli v roce 1981. Tehdy viděl, jak se jeho bratranec stal „vyloučeným“, a proto se rozhodl sestavit hru založenou na basketbalu, která budou vyloučeny neinkluzivní prvky sportu.

Bankshot je tedy sice založen na basketbalu, ale vylučuje mnoho sportovních prvků, jako jsou běh, skákání a blokování, čímž se eliminuje fyzický kontakt a agrese. Obsahuje ale základní dovednosti v hodu. Míč a obruč jsou standardních rozměrů, desky jsou upraveny. Právě desky jsou nejdůležitějšími prvky Bankshotu. Na jedné straně hru zjednodušují, ale zároveň ji také stěžují. Jejich tvar se mění v průběhu hráčova postupu stanicemi umístěnými na hracím kurtu. Každý účastník si může najít svou vlastní úroveň obtížnosti a pak plnit specifické úkoly dané stanice. Stanice se postupně stávají obtížnějšími, ale jak sám Reeve říká „skóre, které dosáhnou hráči na ortopedickém vozíku, se nebudou moc lišit od hráčů bez postižení“.

Bankshot se v USA hraje již 32 let a zde se také každoročně pořádá národní šampionát. Dnes už také existují i jiné verze Bankshotu, jako jsou Bankshot tenis a Bankshot ve střelbě. Výhodou Bankshotu je poměrně levné zařízení a celkově minimální náklady, což ho činí snadno dostupným pro mnoho organizací. ■



Podrobné informace, videa a fotografie o Bankshotu můžete najít na webové stránce Bankshotu <http://bankshot.com>.

Když nemůžeš lyžovat, dělej mushering

Romana Dostálová

Lyžování v dnešní době představuje fenomén, kterému se každoročně věnuje velké množství lidí. Ale co když máte pohybové problémy a nemůžete lyžovat – je nějaká alternativa, která nabízí stejné vzrušení? Ano je. Zkuste mushering, neboli závody psích spřežení.

Již odpradávná lidé v krajích, kde je zima delší dobu než ostatní roční období, používali k dopravě osob i nákladů saně tažené spřežením psů. Psí spřežení bylo používáno také k objevování neprobádaných polárních krajů i k dosažení obou pólů.

Mushering je obecný termín pro sport nebo způsob dopravy, kdy saně nebo plošinu po sněhu nebo suché zemi tahá jeden nebo více psů. Mushering pochází z francouzského slova „marche“, neboli jít, běžet.

Mushering pro užitkové účely zahrnuje cokoli od tahání dřeva nebo rozvoz mléka a pošty po cestování na venkově. V mnoha místech byli psi nahrazeni sněžnými skútry, ale v některých odlehlých oblastech se lidé k psímu spřežení vrátili, protože je bezpečnější a spolehlivější v tamních extrémních klimatických podmínkách.

Mushering jako sport se provozuje po celém světě, ale především v Severní Americe a severní Evropě. Mezinárodní federace Sleddog sportu (IFSS) a Mezinárodní asociace psích spřežení Racing Association (ISDRA) jsou sdružení, která zajišťují organizaci tohoto sportu a snaží se o jeho zařazení do olympijského programu.

Ačkoli závody psích spřežení se těší velké oblibě a jsou viděny nyní jako primární způsob musheringu, jako neorganizovaná aktivita umožňující zdravé venkovní zimní cvičení pro všechny. Vzhledem k tomu, že nejsou třeba konkrétní fyzické schopnosti nebo dovednosti (na rozdíl od lyžování, bruslení nebo jiných zimních sportů), mohou zažít dobrodružství při jízdě psím spřežením rovněž lidé s postižením.

Jízda na saních klouzajících po sněhu a tažených dvanácti psy může poskytnout osobám s postižením jedinečný a dobrodružný zážitek. Dnes nabízí mushering více než 300 alpských středisek a je vhodný pro osoby s různými druhy postižení. Člověk může buď dělat „mushera“, nebo jen tak sedět v saních, zatímco psy řídí průvodce.

Takový výlet může trvat několik hodin nebo celý den. Pro skutečně nezapomenutelný zážitek jsou doporučovány několikadenní výlety zmrzlou divočinou severovýchodních zemí.

První sáně eskymáckých rodin byly vyrobeny z ohnutých vrbových proutků pospojovaných tuleními střevy. Nejlepší sáně té doby byly vyřezávány z mrožích klů. S dobrým psím spřežením mohla rodina překonávat dlouhé vzdálenosti nezbytné k obživě, která tehdy probíhala prostřednictvím lovu a sběru.

Moderní mushering se stal „high-tech“ záležitostí. Sáně jsou vyráběné z hliníku a plasty, díky čemuž jsou lehoučké. Psi nosí pěnou polstrované popruhy s reflexní páskou, botičky chránící nohy, teplé bundy, když je chladno a někdy i malá límcová světla. Musheři nosí nejnovější polypropylen a Goretex. Menší, lehčí, rychlejší – to je dnešní poptávka, a to včetně samotných psů. Tradiční tažní psi byli velcí a stavění pro pomalé tahání těžkých nákladů. Běžní byli malamuti vážící čtyřicet kilogramů. Většina psů pro spřežení v dnešní době, zejména závodních, váží do dvaceti kilogramů, má tenčí kožichy a delší nohy.

Bez ohledu na vaše zdravotní postižení dnes už můžete provozovat mushering od severního Finska až po Francii. Osoby s omezenou schopností pohybu, popřípadě s jiným omezením rozhodně mají v sáních své místo. Ostatní, kteří se necítí limitováni, stojí vzadu a „zuby nehty“ se drží.

Svůj zážitek s musheringem popisuje Verité Reilly Collins: „S mou omezenou schopností pohybu a orientace jsem seděl v sáních. Při jízdě nahoru po horské stezce bylo nebe všude kolem – jen modrá obloha, mrazivý sníh a psi s radostí táhnoucí spřežení. Najednou sjížděla dolů po stezce směrem k nám další dvě spřežení. V panice jsme vyhodili kotvu, což mělo zastavit spřežení v plném letu. Ale nezastavilo. Psi táhnoucí blíž k saním se otočili s nevraživým pohledem „proč jste to udělali?“, zatímco vedoucí psi hladce proklouzli mezi blížícími se týmy. Raději jsem schoval své rozpaky pod příkrývku a zbytek už nechal jen na nich.“

Mushery sjednocuje jejich láska ke psům a postižení není překážkou. Ale pozor, také se můžete stát na musheringu celoživotně závislými! Chcete ho zkusit?

Za tímto sportem se nemusíte vydat až na Aljašku nebo do Grónska. Momentálně je to nejrychleji rostoucí týmový sport v Alpách. Začnete třeba ve Švýcarsku, kde v létě psi husky každý den dojíždějí do práce vlakem až na vrchol hory Jungfrau. Tam si to s nimi můžete vyzkoušet i vy.

Mushering najdete v lyžařských střediscích od Andorry až po Slovensko. Když přijedete do slovenského horského střediska Donovaly v Tatrách, uvidíte dřevěný oblouk přes silnici s vyřezanými běžícími psy a sáněmi. I starosta je zde takový fanoušek, že se objevuje na závodech psích spřežení. V resortu se často pořádají mezinárodní setkání a hotely a lecke musheringu jsou levnější než v jiných částech Evropy.

U nás se každoročně pořádá jeden z nejobtížnějších závodů psích spřežení v Evropě, tzv. Šediváckův long. Šediváckův long patří k nejdělnějším závodům psích spřežení v České republice a také k jednomu z nejtěžších závodů v Evropě. Jde o extrémní etapový závod psích spřežení po hřebenech Orlických hor s jedním povinným bivakem (noclehem na sněhu) v celkové délce 222 km a je Mistrovstvím ČR v longu (dlouhé tratě). Závod tradičně začíná i končí v osadě Jedlová v obci Deštné v Orlických horách. Od roku 2002 je Šediváckův long jedním ze série čtyř extrémních závodů psích spřežení o titul Iron sled dog man a Ice dog

Ostatní tři prestižní závody této série se konají v alpských zemích. Z toho vyplývá i široká mezinárodní účast – na Šediváckův long jezdí závodníci ze dvanácti evropských států.

Italská Progres Sleddog škola Armena Khatchikianova v Pontil Legno v oblasti Trentinských Alp nabízí kurzy pro všechny úrovně. Nad

školní branou uvidíte výrazný nápis: „Pes má vždy pravdu“. Budete-li se jím řídit, budete kamarád s Armenem i s jeho psy.

Armen jezdí se svými zdravotně postiženými přáteli každé léto na sněžová pole na ledovce, kde vysoko v horách přespávají v chýších. Jsou vítány i děti a Armen, stejně jako mnoho jiných majitelů chovatelských stanic, je zvyklý na vyučování dětí i se zdravotním postižením. Jak říká: „Psi tě nesoudí a psi a děti si rozumí“.



I když má Armen přes osmdesát psů, zná slabé a silné stránky každého z nich a rychle najde každému začínajícímu musherovi toho nejlepšího. Nejdříve jezdí děti pod dohledem staršího zkušeného mushera, ale zanedlouho už jsou schopni sami řídit svůj „tým“ dvou psů.

Armen Khatchikian kdysi vyhrál v kvízové soutěži a výhru použil k cestě na Aljašku a následnému tréninku na Iditarod. Ten se mu podařilo úspěšně dokončit už na první pokus.

Iditarod je největší událostí v závodním kalendáři psích spřežení. Závod je dlouhý 1 150 mil a trasa vede od Anchorage na Aljašce až do Nome na západním pobřeží Beringova moře. Posádky zdolávají tuto vzdálenost v 10 až 17 dnech. Na tento „poslední velký závod na Zemi“ přijíždějí každoročně soutěžit musheři z celého světa.

Chcete-li soutěžit na této úrovni, musíte být extrémně dobří a zároveň odolat stresu soutěže i v takovém extrémním počasí a podmínkách, jaké panují na Aljašce. Většina závodníků psích spřežení o možnosti jednou soutěžit na takto vysoké úrovni jen sní.

Musher musí mít jedinečnou kombinaci schopností, aby mohl získat důvěru psů, a přesto řídit jejich akce v drsném počasí, jaké nabízí zimní příroda. Tato kombinace vlastností zahrnuje sílu, trpělivost, sebestmotivaci, atletické schopnosti a respekt ke zvířatům i přírodě.

Rachael Scodorisová má všechny tyto vlastnosti. Kromě toho je jedinečným musherem, který vytrval přes své postižení tam, kde by většina ostatních v obdobné situaci ani nepomyslela na sport na této úrovni. V roce 2006 se Rachel Scodorisová z USA stala první nevidomou musherkou, která dokončila vyčerpávající Iditarod. Měla dovoleno soutěžit podle zvláštních předpisů ve shodě s Americkým zákonem o zdravotním postižení. Rachel při závodech navádí vodič, který s ní komunikuje přes vysílačku – podle pravidel závodu Iditarod to mohl být pouze další soutěžící musher. Tím nakonec byl veterán Tim Osmar, který absolvoval závod již dvacetkrát.

Její životní příběh i práce mushera jsou podrobně popsány v knize s názvem „Konec je v nedohlednu“ od Ricka Stebera. Je to povzbuzující kniha pro každého. Rachael se stala inspirací nejen pro sportovce, nejen pro lidi se zrakovým postižením, ale pro všechny lidi, kteří jsou odhodláni splnit si svůj sen stejně jako ona. ■



http://www.bbc.co.uk/ouch/features/if_you_cant_ski_get_mushing.shtml

Vliv dechových cvičení u zdravotně postižených s poškozením míchy *Influence of breathing exercises on persons with spinal cord injury*

Artem Vetkasov, Blanka Hošková

Katedra zdravotní tělesné výchovy a tělovýchovného lékařství, Fakulta tělesné výchovy a sportu,
Univerzita Karlova v Praze

Práce vznikla s podporou VZ MŠMT ČR MSM 0021620864.

ABSTRAKT

Hlavním cílem pilotní studie bylo zjistit, jaký vliv mají dechová cvičení u zdravotně postižených s poruchou míchy (PM), vytvořit soubor dechových cvičení pro zdravotně postižené s poruchou míchy a aplikovat je. Pro vytvoření komplexu dechových cvičení jsme vycházeli ze základů dechové gymnastiky, jógy a tréninku dechových svalů. Intervenční program byl pětiměsíční, s frekvencí pětkrát týdně. Měření bylo provedeno spirometrem Micro Diary Card. Výzkumný soubor tvořilo 15 pacientů s PM. V této studii byly zjištěny obvodové rozměry hrudníku v klidu, při výdechu a nádechu. Použili jsme anketní šetření, stanovení usilovné vitální kapacity plic (FVC) a jednosekundové vitální kapacity (FEV1). Výsledky ukázaly, že pacienti s PM mají narušenou FVC. Poměr $FEV1 \cdot 0 / FVC$ u pacientů s PM byl normální. Pro kvadruplegiky FVC spadl na 30 až 50 % normálních hodnot. FVC u paraplegiků byla asi 80 % předpokládaných hodnot. Dechová frekvence u všech zdravotně postižených s PM byla nadprůměrná. Měření obvodu hrudníku vykazovalo malý rozdíl mezi indexy (maximální nádech a výdech) určujícími exkurzi hrudníku. V této studii se dospělo k závěru, že u lidí s PM se vyskytují respirační poruchy. Tyto výsledky ukazují na typický vzor a pozitivně ovlivňují plicní choroby. Závažnost postižení je ovlivněna úrovní poškození míchy a je závislá na poloze těla. Článek také shrnuje dostupné informace týkající se dechových cvičení u zdravotně postižených s poruchou míchy, adhezenci, držení těla a dýchání.

Klíčová slova: dechová cvičení, poranění míchy, plicní funkce.

ABSTRACT

Among the main aims of this pilot study is to overview the influence of breathing exercises on people with disabilities with spinal cord injury (SCI). While creating the complex of breathing exercises we were coming from the foundations of respiratory gymnastics, yoga and training of respiratory muscles. The intervention program has been conducted during five months with frequency of five times per week; measurements were performed with a Micro Diary Card spirometer. The research group consisted of 15 patients with SCI from whom 9 were paraplegics and 6 were quadriplegics. Within this study were measured circumferential chest sizes at rest, during exhale and inhale; were determined respiratory parameters, including forced vital capacity (FVC) and forced expiratory volume during first second (FEV1'0); and questionnaire was conducted. The results have revealed that SCI patients had impaired FVC; FEV1'0 / FVC ratio of SCI was normal. For quadriplegics, the FVC fell from 30 to 50% of normal values; the FVCs of paraplegics were around 80% of the predicted values. Respiratory frequency for all handicapped with SCI was above average. Measuring the chests circumference showed small difference between indexes (maximum inhale and exhale) which indicates chest excursion. This study verifies that respiratory damage does occur in SCI, the results show a typical pattern which positively influences pulmonary disease. The magnitude of damage is affected by the level of cord damage and by the body position of patients. The article also includes a summary of available information regarding breathing exercises in relation to SCI, adherence, posture and breathing.

Keywords: Breathing exercises, spinal cord injury, pulmonary function.

ÚVOD

Poranění míchy je obvykle součástí polytraumat a výrazně zvyšuje morbiditu a mortalitu. Z databáze České spondylochirurgické společnosti vyplývá, že

každý rok vzniká více než 300 nových úrazů míchy (3,35/100 000 obyvatel). Poranění míchy v posledním desetiletí přibývá zejména při dopravních nehodách. Počet PM také vzrostl s častějšími násilnými činy a vzrůstající kriminalitou. Osobní zkušenost v Centru

Paraple ukázala, že mezi lidmi, kteří jsou postiženi PM, dominuje mladší generace (18 až 35 let). Jedná se především o mládež, která se zabývá extrémními sporty, zejména o postižené, kteří utrpěli PM při pádu ze stromu, z kola, při skákání do vody nebo také o osoby nesoucí následky sebevraždy. Jak v zahraničí, tak i u nás, přibývá stále více takto poraněných osob. Není pravidlem, že kvůli poranění míchy musí pacient zemřít, jak tomu bylo dříve. Tím se stále zvětšuje skupina spoluobčanů, kterým říkáme „paraplegici“ nebo „vozičkáři“ a vzniká tak sociální skupina, které celá společnost musí věnovat více pozornosti. V posledních desetiletích se podařilo omezit řadu zdravotních komplikací a významně zvýšit střední délku života takto postižených jedinců, daří se uspokojivé zapojování do pracovního procesu; soběstačnosti a nezávislosti dosahuje asi 50 % z nich. Kromě ochrnutí dolních a horních končetin může poranění míchy ovlivnit také dýchání a může vést k chronické respirační nedostatečnosti. Podle časopisu Spinal Cord je úmrtnost u lidí s poruchou míchy vyšší než u zdravých lidí a nejčastější příčina úmrtí souvisí s onemocněním dýchacích cest. Porucha inspiračních svalů brání postiženým se zhluboka nadechnout. Někteří pacienti s cervikální úrovní poškození se dokonce nemohou nadechnout ani do té míry, že u nich může nastat atelektáze, a tím dojít k související poruše výměny plynů v plicích. Dysfunkce expiračních svalů může způsobit zhoršený kašel (spojený s atelektázou), zvýšení odporu v dýchacích cestách a neustálé infekce (Brown et al., 2006). Dechová nedostatečnost je způsobena parézou nebo ochrnutím dýchacích svalů a je závislá na úrovni a intenzitě poškození. Změny v mechanické vlastnosti plic vedou k paradoxnímu pohybu hrudní stěny, a to způsobuje snížení účinnosti dýchání, snížení maximálních statických respiračních tlaků a snížení plicních objemů (Freeman Somer, 2000; Kolař, 2009). Mimo to se projeví snížená schopnost dýchání, „neefektivní“ kašel a vývoj hypersekrece hlenu, což bude mít za následek nedostatečný nádech a odbavení hlenu. Všechny výše uvedené faktory přispívají k vysokému výskytu poruch: zadržování hlenu, atelektáze, zápal plic a záněty dýchacích cest. Dechové komplikace obecně, zejména zápal plic, jsou nejčastější příčinou úmrtí u osob s poruchou míchy, a to jak při akutních, tak chronických fázích zranění (Freeman Somers 2000; Smolíková, Máček 2010). Navíc je dobře známo, že osoby s poruchou míchy mají sníženou kapacitu plic kvůli ztrátě motorických funkcí v dolních nebo horních končetinách a relativně neaktivnímu životnímu stylu souvisejícímu se zraněním. Kromě toho se dechové svaly mohou účastnit na non-ventilační funkci při cvičení (Smolíková, Máček 2010). Z tohoto důvodu je nutné provádět systematické procvičování dechových svalů, které plní dýchací funkce (Ahmet, Rodney, 2001; Sheel, Reid, 2008). Předpokládá se, že u zdravých netrénovaných

osob lze dechovou zdatnost zvýšit pravidelnou pohybovou aktivitou a dechovými cvičeními v průměru asi o 20–30 % a obdobný rozsah adaptability se předpokládá i u jedinců postižených PM (Davis, 1993). Literární zdroje ukazují, že existuje mnoho různých rehabilitačních programů, které obnovují dechovou funkci u zdravotně postižených. Programy se používají přímo v době zotavování, tj. v prvních šesti měsících po úrazu. Tyto programy se realizují ve specializovaných centrech pomoci speciálních zařízení (Kolář, 2009; Smolíková, Máček 2010). Po několika měsících po úrazu pozorují pacienti významné změny ve funkci dýchacího systému. K problematice využití dechových cvičení u zdravotně postižených (vozičkářů) v rámci provádění systematického procvičování s cílem zlepšení plicní funkce a respirační svalové síly, je poměrně málo dostupné literatury. Jako podpůrný zdroj je možné použít literaturu zabývající se jógou a jinými dechovými cvičeními pro zdravé jedince, jelikož využívají stejných lokomočních (pohybových) schémat. Naše studie sleduje i vztah mezi držením těla a charakterem dýchání, což je také významným zdrojem funkčních poruch (Čumpelík, 2005; Velé, 2006). Klinické zkušenosti ukazují, že dýchání velice citlivě reaguje na změny držení těla. Poloha vertikální je pro dýchání fyziologická, i když je dýchání ztěžováno vahou orgánů a paží. Obměna vertikály je vzpřímený sed, který se využívá u většiny dechových cvičení (Chen, Lien, 1990; Véle, 2006). Naopak horizontální pozice je pro dýchání zátěžová. Při dechových obtížích se doporučují také úlevové polohy usnadňující dýchání. Chtěli bychom uvést, že lidé se zdravotním postižením, oproti zdravým lidem, častěji ztratí víru v pozitivní výsledky. Ovlivňuje je vysoká úroveň deprese, vysoká míra neurotismu a nižší optimismus. To znamená, že mají malou adherenci k pohybové aktivitě. V tomto případě je velmi důležitý vztah mezi léčbou, cvičením a vírou v uzdravení (Dařová, Hyřhová, 2007).

METODIKA

V rámci mapování a výzkumného šetření jsme pracovali se skupinou zdravotně postižených. Celkem bylo sledováno 15 osob s chronickou PM; vysoká tetraplegie (C4 a C5) – 1 osoba, nízká tetraplegie (C6–C8) – 7 osob, vysoká paraplegie (Th1–Th6) – 3 osoby, nízká paraplegie (Th7 a níže) – 4 osoby. Rozložením pohlaví šlo o šest žen a devět mužů, věková hranice byla od 19 do 50 let. Každá osoba byla v průměru 6 až 8 let po úraze. Experiment byl pětíměsíční, s frekvencí pětkrát týdně, v rozmezí 20 až 30 minut. Jednotlivci byli postupně seznamováni s komplexem dechových cvičení. Předpokládalo se, že dechová cvičení umožňují dostatečné rozpětí plic, pohyb žeber ve všech úrovních a směrech a ovlivňují vývoj silných

plic a dostatečné zásobování kyslíkem při řízeném očišťování těla. Nadměrné množství kysličníku uhličitého v krevním řečišti se často dává do spojitosti s mentální únavou, neurastenii a fyzickou vyčerpaností. Předpokládalo se, že dechovým cvičením se zlepšuje práce bránice, ovlivňuje se držení horního sektoru trupu – ramenní kloub, horní snopce trapézu, levator scapulae, a tím celkově postavení lopatek. Z tohoto důvodu byl sestaven soubor dechových cvičení ve třech liniích, statická, dynamická v základních verzích, tzn. plynulé dýchání s akcentem na prodloužený výdech ve všech třech sektorech – abdominální, costální, střední a horní. Dynamická cvičení byla směřovaná na důrazný výdech, většinou s doprovodnými pohyby paží. Soubor dechových cvičení v sobě zahrnoval následující cvičení:

- **Kovářské měchy:** prudký nádech – prudký výdech, zatlačit na břicho a bránici.

Na začátku se doporučuje pomalejší nádech (1 nádech za 2 sekundy), a teprve časem přidávat na rychlosti a počtu kol. Začněte s 5 koly. **Počet dechů neboli dechových cyklů bude záviset na plicích a jejich schopnostech.**

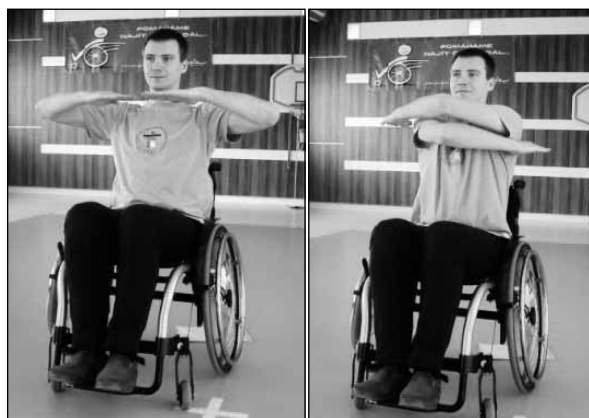
Poté, co zvládnete základní cvičení, přidávejte každý den dvě až tři kola, až konečně dospějete k počtu 60 kol na jedno sezení. Jakmile pocítíte jakoukoliv známku únavy nebo hyperventilace, ukončete cvičení a přistupte k němu až následující den, kdy začnete s nižším počtem kol.

- **Dech 4 : 1**

Pozice: ruce na stehnech dlaněmi nahoru

Dech: nadechněte se 4× nosem; vydechněte jednou ústy ve tvaru relaxovaného „O“, použijte břicho k vytlačení vzduchu ven. Tento dech provádějte rytmicky na 5 dob bez přestávky mezi výdechem a dalším nádechem: nádech, nádech, nádech, nádech, nádech, výdech, nádech, nádech, nádech, nádech, nádech, výdech atd. Když vydechujete, tak se jedná o jednoduchý výdech přímo z břicha, není to prodloužený výdech.

Obrázek 1



Ukončení: Zavřete oči, nadechněte se zhluboka nosem, zadržte na chvíli dech a jazyk dejte na horní patro a pak vydechněte ústy.

- **„Rulička“:** nádech ruličkou jazyka a výdech nosem. Můžete dýchat dlouze a zhluboka nebo můžete dělat „ruličku“ se segmentovaným dechem (8× nádech ruličkou jazyka a 1× výdech nosem).

Pokud není možné nadechnout se ruličkou z jazyka, umístěte špičku jazyka za přední horní zuby. V tomto případě se nadechněte po stranách jazyka a vydechujte nosem. Poznámka, pokud není řečeno jinak: je doporučeno vrátit při výdechu jazyk do úst.

- **Dech 3 : 3**

Nadechneme se, poté bez výdechu ještě jednou a nakonec uděláme ještě jeden extra vdech – zadržení dechu na cca 3 vteřiny – výdech, výdech po druhé a výdech po třetí do úplného vyprázdnění plic – opět zadržení dechu na 3 vteřiny a přitlačení na bránici.

- **„Pevná objetí“ (Obrázek 1):** ruce vzpažené, pokrčené v loktech, mezera mezi prsty ruky asi 5 cm od sebe – prudký vdech, při kterém přitáhneme ruce k tělu, jako bychom chtěli někoho silně obejmout – plynulý výdech a návrat do výchozí pozice.

- **„Veslování“ (Obrázek 2):** vdech, ruce napnuté dopředu – výdech, lopatky k sobě, ruce pokrčené, lokty dozadu, napnout hrudník.

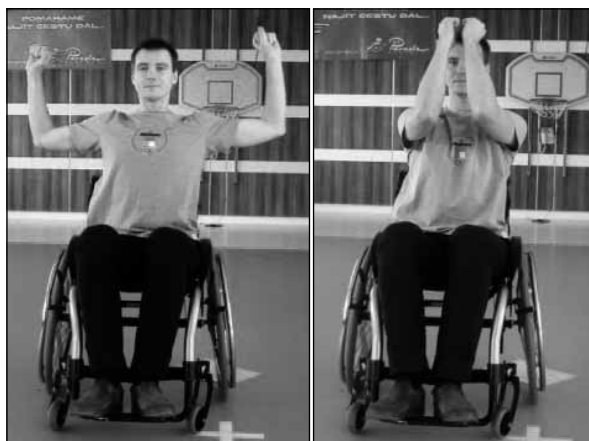
- **„Motýl“ (Obrázek 3):** vdech, ruce vzpažené (úhel mezi tělem a rukou 85–90°, ruce pokrčené v loktech, lopatky k sobě – výdech, ruce k sobě – vdech, návrat do výchozí pozice.

- **„Tlačit a táhnout“ (Obrázek 4):** (na každou ruku) výdech, pokrčit loket, jako kdybychom k sobě chtěli něco přitáhnout – vdech, ruku napnout, jako kdybychom chtěli tlačit na zeď.

Obrázek 2



Obrázek 3



Obrázek 4



Obrázek 5



Obrázek 6



- **Ruce v týl (Obrázek 5):** vdech – lokty tlačit dozadu, výdech a uvolnit zpět.
- **Vzpřímený sed (Obrázek 6):** vdech – horní končetinu upažit za tělo – výdech – zpět, horní končetiny střídat.
- **„Činky“ (Obrázek 7):** vdech, ruce vzhůru – výdech, ruce jdou lokty k tělu, jako kdybychom měli činky.

Obrázek 7



Obrázek 8



- **Vzpřímený sed (Obrázek 8):** výdech – přitáhnout koleno, vdech – horní končetiny vzpažit.
- **„Míchání“ (Obrázek 9):** (doleva/doprava): výchozí pozici jsou vzpažené ruce, dlaně u sebe, ramena dole. Výdech – ruce vzpažit, vdech – ruce připažit k sobě.
- **Vzpřímený sed:** výdech – zvednout ruku a dívat se za ní, vdech – dát pravou/levou ruku doleva/doprava a dolů, tělo a hlavu otočit směrem k ruce.

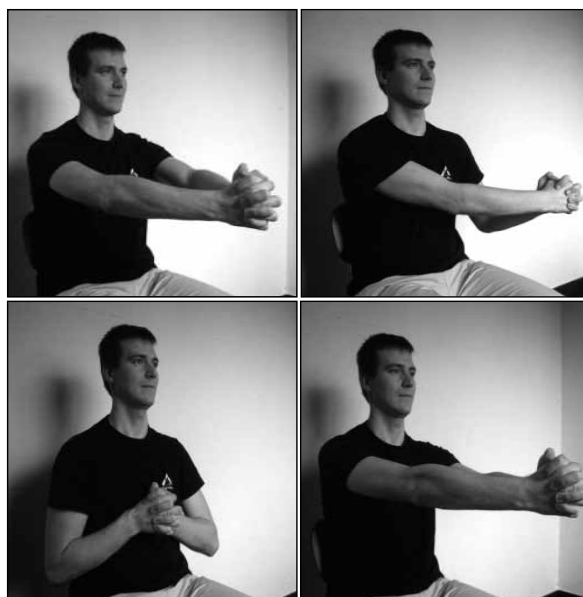
Při cvičení jsme kladli důraz na to, aby si vozičkáři uvědomili, že páteř musí být vzpřímená v celé své délce, a že hlava má být v jejím prodloužení (zasunutí), protože svalstvo podílející se na dýchací funkci má úzkou souvislost s Th páteří a hrudníkem, a tudíž může dýchací pohyb tvarovat nejen hrudník, ale do jisté míry i Th páteř. Dýchání jsme se snažili provádět proti určitému odporu (nosní prostory při zavřených ústech) jak při vdechu, tak i při výdechu. Zvýšeným odporem v dýchacích cestách se aktivují břišní svaly, čímž se zlepšuje fixace bránice při inspiru a dochází k aktivnějšímu zvednutí žebér, což má dále vliv na držení těla.

Pilotní studie byla provedena ve spolupráci s Centrem Paraple v rámci programu „Zdravý životní styl“.

V rámci studie bylo provedeno vyšetření, které zahrnovalo:

- Měření dechové frekvence.
- Obvod hrudníku (byl měřen krejčovským metrem): u mužů vpředu ve výši prsních bradavek, u žen ve výši mezosternální, vzadu těsně pod dolními úhly lopatek. Obvod jsme měřili ve střední dechové poloze – tedy po klidovém výdechu, dále po maximálním inspiru a posléze po maximálním expiru.
- Spirometrické ukazatele, tj. usilovná vitální kapacita plic (FVC) a jednovteřinový usilovný výdech (FEV1), byly stanoveny spirometrickým systémem Micro Diary Card (Micro Medical Ltd, UK).
- Anketní šetření (forma osobního rozhovoru), které obsahovalo další otázky: Pociťujete omezené dýchání po úrazu? Máte zkušenosti s vedenou aktivitou nebo sportem? Pro-

Obrázek 9



váděl(a) jste někdy dechová cvičení před postižením nebo po postižení (v rámci rehabilitace)? Pociťujete v současné době nějaké obtíže (pohybový systém, psychické, sociální)? Domníváte se, že má pro vás trénink dechových svalů pozitivní účinek? Používáte nějaké léky, které mohou ovlivnit dýchání? Na každou otázku byla možnost odpovědět „ano“ (popsat, proč), „nevím“, „ne“.

K analýze dat a jejich statistickému zpracování jsme použili program Microsoft Excel.

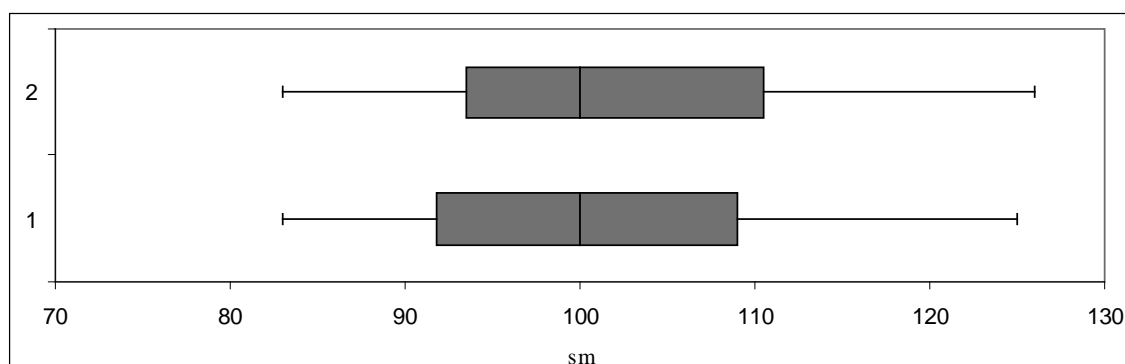
VÝSLEDKY

Po každém vyšetření jsme uvedli základní popisné charakteristiky a grafické znázornění (box plot) rozložení výsledků v pre-testu a post-testu, z čehož je dobře patrné, zda došlo k očekávané změně – zlepšení, či nikoliv. Použili jsme nejen statistické potvrzení významnosti dechových cvičení, ale také anketní šetření. Výsledky prvního testu ukázaly, že dechová frekvence u všech zdravotně postižených s poruchou míchy byla nadprůměrná (Graf 4), vitální kapacita plic byla pod normálem (Tabulka 1). Měření obvodu hrudníku vykazovalo malý rozdíl mezi indexy (maximální nádech a výdech) určující exkurze (mobilitu) hrudníku (Graf 1, 2, 3). Tyto indexy byly rovny přibližně 3 cm, což znamená patologii hrudníku. Výdechová amplituda objektivizuje zvýšení nebo naopak nežádoucí snížení pružnosti hrudníku. Když od klidového (statického) obvodu hrudníku odečteme obvod při maximálním expiru, získáme hodnotu dechové amplitudy. Hodnoty nižší než 3–4 cm znamenají ztuhlost hrudníku a jeho minimální elasticitu.

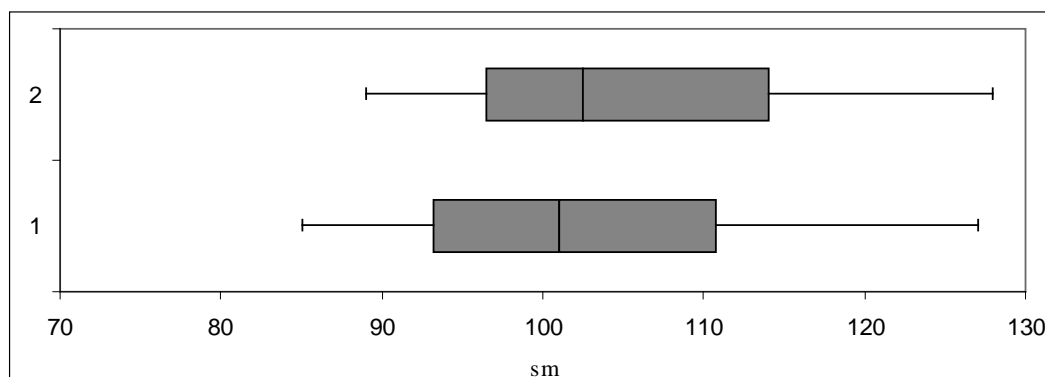
Tabulka 1 Výsledky pre-testu a pos-testu

P	Obvod hrudníku v klidu		Obvod hrudníku. Vdech.		Obvod hrudníku. Výd.		Frekvence dýchání		FEV1		FVC	
	do	po	do	po	do	po	do	po	do	po	do	po
1	121	121	123	124	120,5	119	14	14	2,95	3,06	3,23	3,16
2	125	126	127	128	125,5	124	19	17	2,81	3,00	2,81	3,05
3	91	92	92	92,5	90	89,5	17	19	1,72	2,00	1,90	2,03
4	86	87	88	89	87	87	17	15	2,89	3,02	2,99	3,17
5	101	101	102	102,5	101	101	26	20	1,6	1,6	1,6	1,68
6	105	107	107	109,5	108	104	27	21	3,02	3,13	3,06	3,17
7	92,5	95	94,5	96	93	93	13	12	3,05	3,16	3,52	3,60
8	85	86	87	90	85	84	19	16	3,04	3,06	3,01	3,07
9	96	96	95	97	92	92	16	15	2,73	2,53	2,73	2,78
10	104	104	106	107	104	103	18	15	3,26	3,91	4,33	4,40
11	100	100	101	101	100	99	25	19	2,78	1,90	2,75	1,97
12	121	122	123	124,5	123	121	18	12	4,69	4,72	4,80	4,91
13	113	114	114,5	115	114	112	17	20	2,76	2,73	3,00	2,94
14	98	100	100,5	113	97,5	97,5	19	15	2,20	2,47	2,24	2,90
15	83	83	85	97	83,5	82	17	15	2,88	3,08	3,04	3,18

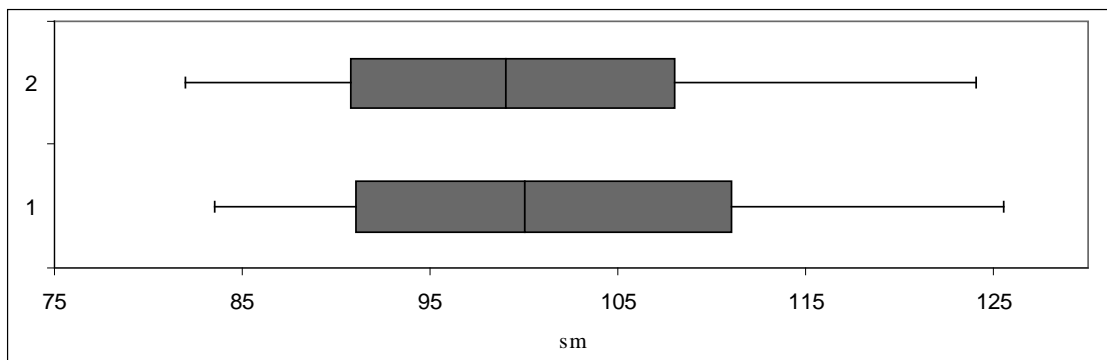
Po uplynutí pěti měsíců jsme testy opakovali. Hodnoty obvodu hrudníku v klidu se zvýšily o 0,82 % (Graf 1).

Graf 1 Grafické porovnání rozdílu zjištěného protokolem vyšetření obvodu hrudníku v klidu v pre-testu (1) a post-testu (2)

Obvod hrudníku se při nádechu zvýšil o 2,62 % (Graf 2) a obvod hrudníku se při výdechu snížil o 1,05 % (Graf 3).

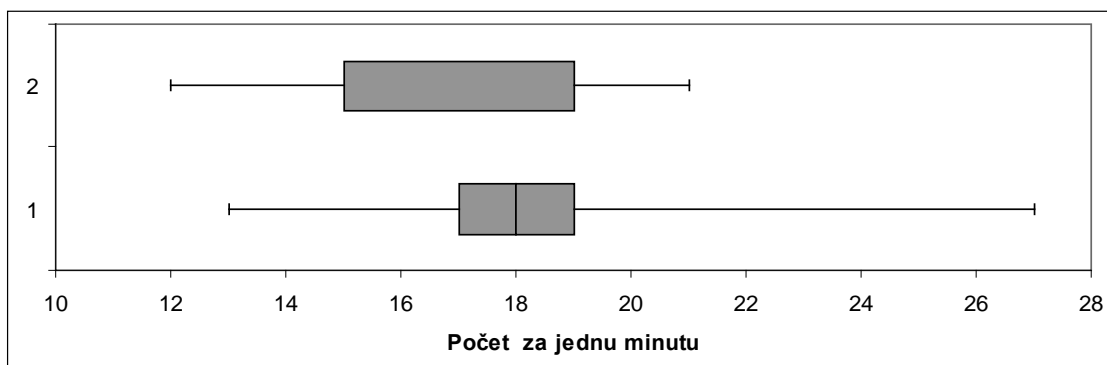
Graf 2 Grafické porovnání rozdílu zjištěného protokolem vyšetření obvodu hrudníku při nádechu v pre-testu (1) a post-testu (2)

Graf 3 Grafické porovnání rozdílů zjištěného protokolem vyšetření obvodu hrudníku při výdechu v pre-testu (1) a post-testu (2)



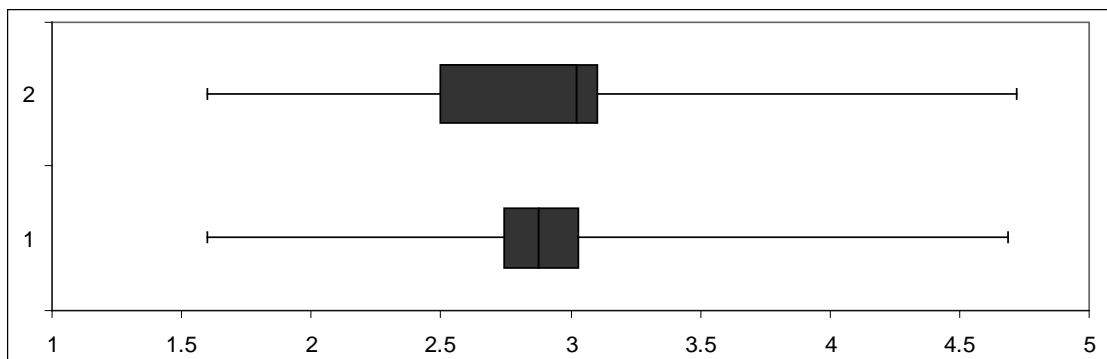
Změny byly pozorovány u dechové frekvence, která se průměrně snížila o 13,12 % (Graf 4).

Graf 4 Grafické porovnání rozdílů indexu frekvence dýchání v pre-testu (1) a post-testu (2)

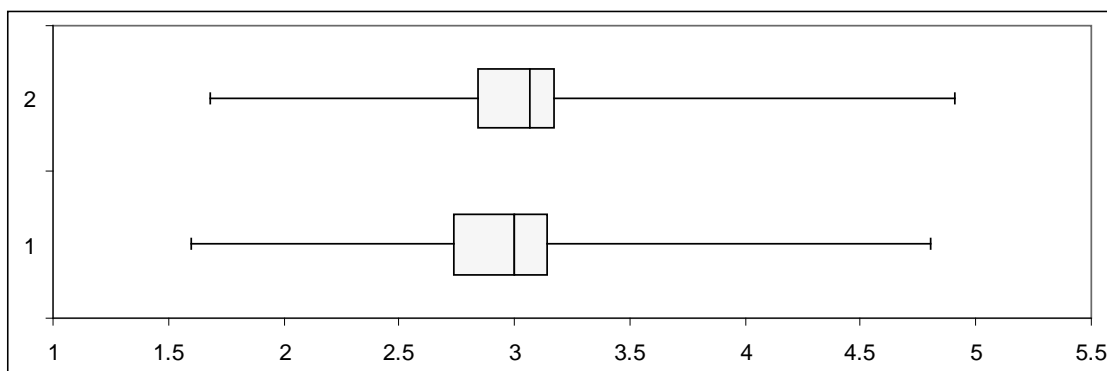


FEV1 o 2,34 % (Graf 5) a FVC se zvětšila o 2,22 % (Graf 6).

Graf 5 Grafické porovnání rozdílů dat jednovteřinového usilovného výdechu v pre-testu (1) a post-testu (2)



Graf 6 Grafické porovnání rozdílů indexu usilovné vitální kapacity plic v pre-testu (1) a post-testu (2)



V anketním šetření bylo dosaženo pozitivních výsledků. Na otázku „domníváte se, že má pro vás trénink dechových svalů pozitivní účinek?“ dva respondenti uvedli, že po cvičení lépe dýchají, lépe odkašlávají a vymizely bolesti břicha. Další dva respondenti vnímali zlepšení vyměšování, šest respondentů uvedlo, že mají pocit uvolnění svalů v oblasti krku, ramen a celého těla, tři lidé uvedli, že cvičení ovlivňuje zpevnění svalů a že mají pocit vitality a subjektivně vnímané dechové funkce. Zbývající dva respondenti nedokázali odpovědět na položené otázky. Na otázku „prováděl(a) jste někdy dechová cvičení před postižením nebo po postižení (v rámci rehabilitace)?“ devět respondentů odpovědělo „ano“ a pět „ne“.

DISKUSE A ZÁVĚRY

Informace získané na základě této studie jsou rozporuplné. Na jedné straně se povedlo doložit, že dechová cvičení mají jednoznačně pozitivní vliv u zdravotně postižených s poruchou míchy, což bylo indikováno anketním šetřením a testy. Na druhé straně se nepodařilo přesně zjistit, jaký vliv mají cvičení na dechové svaly a držení těla a jak může působit výška léze a doba, která uplynula od úrazu? Palát (1970) uvádí, že dechová gymnastika je soubor cvičení zaměřených hlavně na mechaniku dýchání, a že dechová cvičení nemohou ovlivnit orgánové změny, ale mohou částečně upravit poruchy dechové funkce, pokud na dýchacích cestách nejsou orgánové změny. Tento fakt může být v rozporu s výsledky anketního šetření, ve kterém respondenti uvádějí, že po cvičení lépe dýchají, vymizely jim bolesti břicha a vnímali zlepšení vyměšování. Na druhou stranu tyto výsledky podporují myšlenku Smolíkové (2010), která uvádí, že dechová gymnastika nemá terapeutický vliv pouze uvnitř dechové soustavy, ale také pozitivně ovlivňuje svaly s dechovou funkcí a má preventivní význam při korekci sekundárních změn na pohybovém aparátu. Z tohoto hlediska bude potřeba provést další podrobnější testy. Na základě pozorování adherence v průběhu studie vyplynula potřeba vytvořit speciální motivační program pro dotyčné pacienty a, mimo jiné, také zvýšit jejich víru v pozitivní výsledek. Mnoho pacientů, a zejména těch, kteří jsou na vozíčku více než deset let, ztrácí víru v rehabilitační programy, víru v sebe a v okolí, které jim může pomoci. Závěry pilotní studie mohou být podnětem nejen pro zamyšlení čtenáře, ale hlavně podkladem pro další výzkum. Na základě výše zmíněných závěrů by bylo vhodné tuto oblast zkoumat i prostřednictvím experimentu, navázat na dosud získané poznatky a pokusit se o hlubší, objektivnější a komplexnější náhled na tuto problematiku.

REFERENČNÍ SEZNAM

- Ahmet, B., Rodney, H., Adkins., Milic-Emili, J. (2001). Lung mechanics in individuals with spinal cord injury: effects of injury level and posture. *Journal of Applied Physiology*, 90; 405–411, 2001.
- Brown, R., DiMarco, F. A., Jeannette D Hoit, J., Eric Garshick, E. (2006). Respiratory Dysfunction and Management in Spinal Cord Injury. *Respir Care*, 51(8): 853–870.
- Chen C. F., Lien I. N., Wu M. C. (1990). Respiratory function in patients with spinal cord injuries: effects of posture. *Journal Paraplegia*, 28; 81–86.
- Čumpelík, J. (2005). *Zkoumání vztahu mezi držením těla a dechovými pohyby*. Praha. 32 s. Autoreferát k disertační práci na FTVS UK. Vedoucí disertační práci doc. PhDr. Pavel Strnad, CSc.
- Dadová, K., Hythová, P., Pelišková, P., Slabý, K., Hošková, B. (2007). Adherence k pohybovým aktivitám. *Čas. Med Sport Boh Slov*, 16(4), 169.
- Davis, G. M. (1993). Exercise capacity of individuals with paraplegia. *Medicine and Science in Sport and Exercise*. 25, p. 423–432.
- Freeman Somers, M. (2000). *Spinal Cord Injury: Functional Rehabilitation (2nd ed.)*. Prentice Hall, 423 p.
- Heller, J., Dlouha, R., Potmešil, J. (1999). *Benefits of physical activity in handicapped populations: Experience in paraplegics. In Proceedings of the international conference Movement and Health. Olomouc. September 11–14, 199*.
- Válková, H., Hanelová, Z. (eds) Olomouc: FTK UP, pp. 223–226.
- Kolář, P. (2009). *Rehabilitace v klinické praxi. I. vyd.* Praha: Galén.
- Palát, M. (1970). *Dýchacia gymnastika. (2nd ed.)*. Martin: Osveta.
- Shephard, R. J. (1990). Physical fitness in special populations. *Human Kinetics*. Champaign, Illinois.
- Sheel, A., Reid, D., Towson, F. (2008). Effects of exercise training and inspiratory muscle training in spinal cord injury: a systematic review. *The Journal of Spinal Cord Medicine*. 31(5), 500–508.
- Smolíková, L., Máček, M. (2010). *Respirační fyzioterapie a plicní rehabilitace*. Praha: Národní centrum ošetřovatelství a nelékařských zdravotnických oborů.
- Velé, F. (2006). *Kineziologie. Přehled klinické kineziologie a patokineziologie pro diagnostiku a terapii poruch pohybové soustavy*. Praha: Triton.

Mgr. Vetkasov Artem
Katedra zdravotní tělesné výchovy a tělovýchovného lékařství
Fakulta tělesné výchovy a sportu, UK v Praze
Josef Martího 31
162 52 Praha 6 - Veleslavín
avetkasov@gmail.com

Vzdělávání budoucích pedagogických pracovníků pro realizaci outdoorových aktivit s účastí osob se zdravotním postižením

Education of Prospective Educators in Relation to Outdoor Activities of Persons with Disabilities

Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D., Bc. Petra Brusová, Bc. Jana Vašendová, Bc. Klára Šindelková
Katedra aplikovaných pohybových aktivit, FTK UP v Olomouci, Centrum APA

Realizace a tvorba tohoto příspěvku byla součástí jednotlivých aktivit projektů Centrum podpory integrace, CZ.1.07/1.2.00/08.0117; Speciálně poradenské centrum APA, CZ.1.07/1.2.00/14.0021; Příprava pro tělesnou výchovu osob s postižením, CZ.1.07/2.2.00/15.0336 a Přestavba studia kinantropologických oborů vzhledem ke konkurenceschopnosti absolventů v EU, CZ.1.07/2.2.00/28.0169 podporované ESF a rozpočtem České republiky.

ABSTRAKT

Příspěvek se zabývá nabídkou volnočasových aktivit a příslušných služeb osobám se zdravotním postižením. Snaží se o nalezení vhodných modelů, postupů a obsahu vzdělávacích programů uplatnitelných ve formě vícedenního kurzu v rámci vysokoškolského nebo celoživotního vzdělávání. Disciplínou a zároveň vysokoškolským studijním oborem, který se přímo zabývá problematikou volného času osob se zdravotním postižením, jsou v ČR aplikované pohybové aktivity (APA) s možností specializace na školskou oblast v podobě oboru aplikovaná tělesná výchova (ATV). Přes existenci těchto vysokoškolských oborů se nabídce volnočasových aktivit pro osoby se zdravotním postižením (ZdP) stále nevěnuje dostatečná pozornost. Cílem našeho příspěvku je vymezit základní rámec a obsahovou strukturu kurzů zaměřených na zvýšení kompetencí pedagogických pracovníků v oblasti volnočasových pohybových aktivit osob se zdravotním postižením. Naší prvotní snahou bylo zjistit, jaká je nabídka služeb pro trávení volného času této cílové skupiny a v čem dané organizace spatřují překážky pro rozšíření své nabídky. Anketního šetření vlastní konstrukce se zúčastnilo 40 z původně 165 oslovených subjektů (školských a mimoškolských organizací, komerčních firem a neziskových organizací) v šesti krajích. Zjistili jsme, že ačkoliv je dle 97,5 % organizací smysluplné realizovat akce pro osoby se ZdP, má pouze 25 % z nich dostatek informací a prostředků pro jejich realizaci. Dále jsme se rozhodli navrhnout a ověřit obsah vzdělávacích kurzů realizovaných s různými skupinami současných nebo budoucích pedagogických pracovníků v různém prostředí s různou délkou. Do pilotního šetření, které mělo ověřit především realizovatelnost a přijímání aktivit účastníky, bylo zapojeno 29 osob (19 žen, 10 mužů) s věkovým průměrem 28 let. Druhého šetření, rozšířeného o zjišťování rozvoje subjektivně vnímaných kompetencí, se účastnilo 88 osob (53 žen, 35 mužů), věkový průměr byl 23 let. Na základě výsledků, které jsme zjistili prostřednictvím dotazovacích metod, pozorování, logické analýzy dat a vlastních zkušeností, jsme vytvořili doporučení pro model systematického vzdělávání ve vybrané oblasti.

Klíčová slova: aplikované pohybové aktivity, aplikovaná tělesná výchova, pedagogické kompetence, profesní předpoklady, dramaturgie kurzů.

ABSTRACT

The paper deals with the theme of offers leisure time activities and relevant services for persons with disabilities. It tries to set patterns, practices, and content of educational programs applicable in the form of multi-day course in undergraduate or lifelong learning. The adapted physical activity (APA) is in the Czech Republic the discipline and at the same time a university degree course, which directly addresses the issue of free-time activities for people with disabilities. APA is possible to study with specialization in educational area in the form of adapted physical education (APE). Despite the existence of these higher education disciplines offering leisure activities for persons with disabilities is still not paying enough attention. The aim of our paper is to define the basic framework of the structure and content of courses aimed at enhancing the competence of teaching staff in the area of leisure-time physical activities for people with disabilities. Our initial goal was to find out what have been the offers of services for the leisure time activities of this target group, and what an organizations have seen obstacles to the expansion of its menu. Investigating questionnaire of our own construction was attended by 40 of 165 originally polled bodies (educational

and nonschool organizations, commercial businesses and non-profit organizations) in the 6 counties. We found that although according to 97.5% of organizations to implement meaningful events for persons with a disability, has only 25% of them plenty of information and resources for their implementation. In addition, we have decided to design and verify the contents of training courses carried out with different groups of current or future teaching staff in different environments with different length courses. In the pilot survey, which should verify in particular the feasibility and acceptance of activities participants were 29 persons (7 women, 10 men), the average age of 28 years. The second extended the investigation about development of the subjectively perceived competence then took part in 88 people (53 women, 35 men), the average age was 23 years old. On the basis of the results, which we found on the basis of methods of query logic, observation, data analysis and our own experience we have created a recommendation for model systematic education in the selected area.

Key words: *Adapted physical activity, adapted physical education, pedagogical competence, professional assumptions, dramaturgy courses.*

ÚVOD

Ačkoliv studijní obory aplikovaná tělesná výchova (ATV) a aplikované pohybové aktivity (APA) existují v ČR již více než 20, respektive 5 let u oboru APA, není nabídka služeb a programů v oblasti volnočasových pohybových aktivit a vzdělávání pracovníků pro volnočasové pohybové aktivity stále dostačující. O kompetencích v oblasti aplikovaných pohybových aktivit (APA) se mluví až v poslední době. Všeobecně přijímaný rámec kompetencí v APA byl zpracován jako jeden z výstupů projektu EUSAPA – European Standards in Adapted Physical Activities (Kudláček, Morgulec-Adamowicz, & Verellen, 2010). Pro správné pochopení významu APA je potřeba uvést vybrané pilíře dle Válkové (2012), která je definuje jako kontaktní teorii, vnímání „jinakosti“, kategoriální – nekategoriální pojetí, mobilitu jako filozofickou kategorii, princip modifikací a princip nezávislého života. Studium APA a ATV na FTK UP je založeno na modulárním systému kurikula. Oba studijní programy obsahují modul APA, modul speciální pedagogiky a modul pedagogické způsobilosti u Bc. (učitelské způsobilosti u NMgr.). Studijní obor APA obsahuje navíc modul rekreologie a studijní obor ATV modul TVS resp. didaktika všeobecně vzdělávacího předmětu tělesná výchova u NMgr. studia. Všechny výše uvedené moduly zakončené příslušnou státní závěrečnou zkouškou (a to na úrovni bakalářské i magisterské) jsou nezbytnou podmínkou pro správné označení a chápání APA (případně ATV) v českém národním kontextu jako součásti terciárního vzdělávání. Jednou z podmínek úspěšně realizovaného vzdělávání v oblasti APA je propojení teoretické výuky a praxe (Ješina, 2011; Ješina, Hamřík, et al., 2011; Kudláček, Ješina, Bláha, & Janečka, 2010; Kudláček, Morgulec-Adamowicz, Verellen, 2010; Válková, 2010). Z těchto důvodů bylo na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci zřízeno jako jednotka katedry aplikovaných pohybových aktivit Centrum APA. Prostřednictvím programů realizovaných Centrem APA jsme byli

konfrontováni s realitou, kdy rodiče neví o nabídce služeb subjektů zřízených krajem nebo obcí (domy dětí a mládeže, střediska volného času), případně jiných a neznají spektrum vhodných pohybových činností (včetně případných kontraindikací). Řada žáků se zdravotním postižením se neúčastní školní tělesné výchovy, ani volnočasových aktivit se svými vrstevníky. Jen minimum z nich se účastní zotavovacích pobytových akcí (táborů) společně s ostatními dětmi bez zdravotního postižení. Ačkoliv existují organizace, které se zaměřují na volnočasové aktivity, často i pohybového charakteru, přesto by krajské, obecní i parlamentní struktury měly věnovat více pozornosti systematickému vytváření vhodných podmínek pro účast osob se zdravotním postižením.

V praxi tedy zaznamenáváme absenci programů zaměřených na osoby se zdravotním postižením, ale i inkluzivní (častěji používaný termín integrované) programy otevřené všem osobám s ohledem na jejich specifika (Vašendová & Ješina, 2013). Vysokoškolské obory vzdělávající pedagogy volného času a další pedagogické pracovníky zařazují předměty a kurzy pro své studenty a absolventy obsahově zaměřené i na problematiku osob se zdravotním postižením (Vládní výbor pro zdravotně postižené občany, 2010). Některé výzkumné studie začínají řešit i efektivitu zařazení předmětů z oblasti integrace (Baloun, Kudláček, & Ješina, 2013). Přesto se děti se zdravotním postižením volnočasových pohybových aktivit často neúčastní. V rozporu jsou také některé strategické dokumenty, mezinárodní úmluvy, zákony či vyhlášky vyhlášené příslušnými ministerstvy zabývající se pohybovými aktivitami a účastí osob se zdravotním postižením. Za jeden z nejvýraznějších nesouladů považujeme např. Úmluvu OSN o právech osob se zdravotním postižením (OSN, 2006) a návrh Ministerstva zdravotnictví o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu (Ministerstvo zdravotnictví, návrh z roku 2012) nebo zákon 373/2011 Sb. o specifických zdravotních službách (respektive § 51). Dokument OSN, který ČR ratifikovala již před cca 5 lety, garantuje rovný přístup

ke sportu (myšleno i v podobě školní TV a volnočasových pohybových aktivit), přesto se návrhy Ministerstva zdravotnictví blíží spíše k vytváření podmínek pro neúčast osob s vybranými zdravotními postiženími v pohybových aktivitách, než k hledání cest k uplatnění nejvyšších mezinárodních norem. Nutno však dodat, že návrh z roku 2012 je dlouhodobě v připomínkovém řízení. Trendy ze strany WHO a na ni navazujících partnerů v oblasti monitoringu životního stylu a determinant ovlivňujících kvalitu života, volný čas a pohybové aktivity, jdou jednoznačně směrem, který byl výše uvedenou úmluvou OSN nastaven. V současné době je ČR jedním z hlavních iniciátorů tzv. disHBSC studie (Brindová, Kmeť, & Ješina, 2013), která má za úkol dlouhodobě zjišťovat vybrané determinanty (včetně pohybových aktivit) holistického pojetí zdraví u žáků se zdravotním postižením a zdravotním znevýhodněním (Vyhliďal, Ješina, & Holická, 2013) na druhém stupni základních škol.

Za současného stavu relevantních vysokoškolských oborů a systému celoživotního vzdělávání s akreditací MŠMT nebo pověřených pracovišť (typu Fakulta tělesné kultury, Fakulta tělesné výchovy a sportu a Fakulta sportovních studií) je nutná systematická podpora pro rozvoj kompetencí pedagogických pracovníků (dle zákona 563/2004 ve znění pozdějších předpisů) a instruktorů realizujících kurzy a další pohybové programy s osobami se zdravotním postižením v kontextu volného času. Průcha et al. (2003) definuje klíčové kompetence (podle anglického spojení *key competences*) jako soubor požadavků na vzdělávání složený z vědomostí, dovedností a schopností použitelných v pracovních i běžných životních situacích. Rozlišuje nadále kompetence učitele a žáka. Cimbálníková (2009) popisuje klíčové kompetence podle tzv. kariérových kotev: technicko-funkční kompetence, manažerské kompetence, jistota, kreativita, autonomie. S ohledem na kompetence v oblasti APA jako kinantropologické disciplíny, kde se prolínají i další vědy o člověku jako pedagogika (zejména speciální pedagogika), sociologie, psychologie, zdravotnické vědy a řada dalších, jsme se zaměřili na dílčí výsledky projektu, přičemž je nutný holistický přístup k rozvíjení specifických dovedností i osobnostních charakteristik, legislativních a metodických znalostí aj. Současné legislativní normy v ČR definují relevantní profese ve vybrané oblasti jako pedagog volného času, případně katalog prací zná i pozici pedagog volného času specialista (v našem případě specialista v oblasti APA) a instruktor (v současné době s časovou dotací min. 150 hodin). Při pohledu na portfolio možných licenčních programů je možné také do budoucna zvažovat označení jako cvičitel, lektor, asistent, případně vedoucí letních pobytových akcí, v našem případě opět s orientací na APA. Pro potřeby tohoto článku uvá-

díme (i když v rozporu ze zákonem 563/2004) výše popsané pozice jako pedagogické pracovníky.

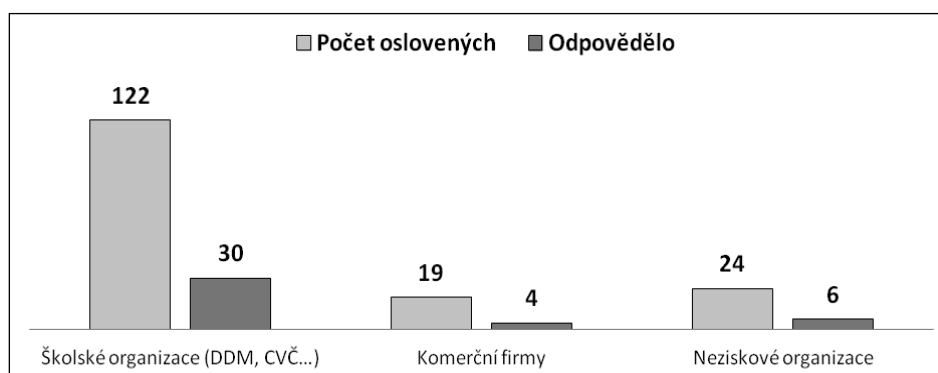
Volný čas a způsob jeho trávení je nezastupitelnou oblastí celistvého rozvoje osobnosti člověka. Cílem našeho příspěvku je vymezit základní rámec a obsahovou strukturu kurzů zaměřených na zvýšení kompetencí pedagogických pracovníků v oblasti volnočasových pohybových aktivit osob se zdravotním postižením. Naší prvotní snahou a prvním dílčím cílem bylo zjistit, jaká je nabídka služeb pro trávení volného času této cílové skupiny, a v čem dané organizace spatřují překážky pro rozšíření své nabídky. Chtěli jsme vyvrátit nebo potvrdit obecně deklarované absence služeb a na základě těchto zjištění pak vydefinovat nejvyužívanější formy, na které bychom se měli zaměřit při realizaci aktivit a programového zaměření kurzů. Dalším dílčím cílem bylo zjistit přijímání vybraných aktivit skupinou účastníků takto orientovaného kurzu. Třetím dílčím cílem bylo zjistit názory účastníků na subjektivně vnímané profesní i osobnostní kompetence. Jedním z výstupů našeho šetření je návrh modelu kurzů, který bude v budoucnu možné nabídnout v rámci systému celoživotního vzdělávání na Fakultě tělesné kultury.

METODIKA

Monitoring nabídky volnočasových aktivit (pilotní screeningové šetření)

Při výzkumném šetření bylo osloveno 165 subjektů (školských a mimoškolských organizací, komerčních firem a neziskových organizací) v 6 krajích (Olomoucký, Královéhradecký, Pardubický, Moravskoslezský, Jihomoravský a Vysočina). Z hlediska typu organizace se výzkumného šetření zúčastnilo 122 školských a mimoškolských organizací, 24 neziskových organizací a 19 komerčních firem.

Všem respondentům byla distribuována anketa vlastní konstrukce dotazující mj. četnost, charakter, délku organizovaných akcí, charakteristiku klientů skupin nebo také překážky bránící organizaci akcí s účastí osob se zdravotním postižením. Vyplňování ankety bylo elektronicky online formou. První otázka rozdělila respondenty na dvě základní skupiny s ohledem na to, zda realizují nebo nerealizují služby i pro osoby se zdravotním postižením. Varianta ANO obsahovala 10 otázek, varianta NE 5 otázek. Anketa byla zavěšena na google.docs a obsahovala otevřené a uzavřené otázky. Následně proběhlo pilotní šetření u pěti organizací. V závislosti na připomínkách vyplývajících z pilotního šetření byla dokončena finální verze ankety a rozeslána respondentům. K distribuci byl zvolen krátký informační e-mail, který obsahoval odkaz na anketu.

Obrázek 1 Celkový přehled jednotlivých subjektů

Respondenti byli osloveni elektronickou poštou. Online anketa pak byla prostřednictvím e-mailů rozeslána ve dvou bĕzích – v polovinĕ listopadu poprvĕ a v polovinĕ prosince podruhĕ.

Vĕbĕr oslovenĕch subjektů byl realizovĕn nĕsledovnĕ:

1. Na zĕkladĕ vyhledĕvání na webu byla vytvořena databĕze ŕkolskĕch, mimoŕkolskĕch zařizenĕ, neziskovĕch organizacĕ a komerĕnĕch firem ve vybranĕch krajĕch.
2. Sbĕr kontaktů probĕhal v nĕkolika ŕrovnĕch. Primĕrnĕ pomocĕ internetovĕch vyhledĕvaĕčů a klĕčovĕch slov prohledĕvĕním jĕž vytvořenĕch databĕzĕ, dĕle pak pomocĕ odbornĕch pracĕ. Při zadĕvĕnĕ klĕčovĕch slov byly využity vyhledĕvaĕe www.seznam.cz, www.google.cz, www.firmy.cz, a dĕle www.neziskovky.cz a www.nidm.cz. Zadĕvĕnĕ klĕčovĕ slova byla *outdoorovĕ akce*, *zĕžitkovĕ akce*, *volnočasovĕ akce*, *zĕžitkovĕ kurzy*.

Vĕsledky zveřejnĕnĕ na zĕkladĕ uvedení klĕčovĕch slov byly dĕle roztrĕzeny do spĕdovĕch krajů. Byly vybĕrĕny subjekty, jež na svĕch webovĕch strĕnĕkĕch uvĕdĕjĕ, že se vĕnujĕ mimo jinĕ organizacĕ různĕch typů jednodennĕch a vĕcedennĕch akcĕ zamĕřenĕch na pracĕ s dĕtmi a mlĕdeží, pobyt v pĕrodĕ, zĕžitkovou pedagogiku, rozvoj osobnosti, teambuildinovĕ akce, vzdĕlavacĕ seminĕre apod. Do databĕze byly zařazeny takĕ subjekty, jež vykonĕvĕjĕ pravidelnou ĕinnost, ať uŕ to jsou domy dĕtĕ a mlĕdeže, stĕrediska volnĕho času ĕi neziskovĕ organizace vĕnujĕjĕ se krouŕkům, oddĕlům a klubům pro ŕirokou vĕřejnost.

3. Kaŕdĕy kontakt byl trĕzen podle dvou kritĕriĕ – podle mĕsta vĕskytu do jednotlivĕch cĕlovĕch krajů a podle formy na ŕkolskĕ a mimoŕkolskĕ subjekty, neziskovĕ organizace a komerĕnĕ firmy. Vŕechny tyto informace byly zadĕvĕnĕ do tabulek v MS Excel a zpracovĕny s vyuŕitĕm matematickĕch operacĕ a bazĕlnĕch deskriptivnĕ-statistickĕch postupů.

Vytvořenĕ pilotnĕho kurzu a ovĕření jeho realizovatelnosti

Cĕlovou skupinou kurzu bylo 29 studentů prezenĕnĕho i kombinovanĕho studia prvĕnĕho roĕnĕku oboru aplikovanĕ pohybovĕ aktivity. Mezi studenty bylo 10 muŕů a 19 žen, pĕrĕmnĕy vĕk byl 28 let. Kurzu se ŕcastnili dva studenti s postiženĕm – žena s dĕtskou mozkovou obrnou (chodĕcĕ, sportovĕnĕ ŕroveň CP7) a muŕ paraplegik, kterĕy vyuŕival k pohybu ortopedickĕ vozĕk. Tento muŕ kurz po druhĕm dni opustil z dĕvodu vĕznĕho onemocnĕnĕ. Celkovĕ bylo na kurzu 8 osob, kterĕ majĕ pracovĕnĕ zkušenosti v domech dĕtĕ a mlĕdeže nebo v dalŕĕch organizacĕch zabĕvĕjĕcĕch se volnĕm ĕasem pro osoby se speciĕlnĕmi potĕbami.

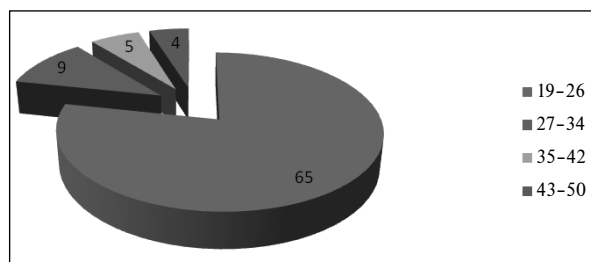
Vzhledem k cĕlovĕ skupinĕ a moŕnostem profesĕnĕho zamĕřenĕ jejich pĕřsluŕnĕků jsme na zĕkladĕ analĕzy literatury sestavili na mĕru dramaturgii kurzu a pĕstředky pro evaluaci dle principů zĕžitkovĕ pedagogiky. Důleŕitĕ bylo zastoupenĕ teoretickĕch i fyzickĕch programů s různĕm typem nĕročnosti, vzdĕlavacĕ programy zamĕřenĕ na organizaci a vedenĕ skupin v outdoorovĕch aktivitĕch. Jako vĕzkumnou metodu jsme pouŕžili dotazovĕnĕ a techniku ankety vlastnĕ konstrukce (otevřenĕ vs. uzavřenĕ otĕzky). Anketou jsme zjiŕŕovali, jak ŕcastnĕcĕ vnĕmajĕ jednotlivĕ aktivity, evaluaci i celĕy kurz. Data byla analyzovĕna pĕstřednictvĕm matematickĕch a zĕkladnĕch statisticko-deskriptivĕch postupů.

Zjiŕŕovĕnĕ rozvoje subjektivnĕ vnĕmanĕch kompetencĕ

Strategie vĕzkumnĕho ŕetĕření byla svou novostĕ pĕřstupu heuristickĕ a s ohledem na heterogennĕ skupiny i komparativnĕ. K vyhodnocenĕ vĕsledků byly využity jak kvalitativnĕ, tak kvantitativnĕ pĕřstupy. Vyuŕitĕ metoda byla dotazovĕnĕ s pouŕitĕm technik ankety vlastnĕ konstrukce a zpĕtnĕ vazby formou facilitovanĕch diskusĕ. Ke zpracovĕnĕ vĕsledků byl vyuŕitĕ standardnĕ software Microsoft Office Excel 2007. Zpĕtnĕ vazby vzhledem k potĕbĕm vĕzkumnĕho ŕetĕření odhalily zĕjmĕna libĕ a nelibĕ pocity a pĕsobenĕ vybranĕch her

a aktivit. Diskuse, sloužící jako nástroj zpětné vazby, byla nahrávána a poté vyhodnocována. Ankety vlastní konstrukce byly aplikovány na konci kurzu (anketa I) a na konci prvního semestru studia (anketa II). Anketa I obsahovala 16 uzavřených i otevřených otázek. Byla aplikována na konci kurzu v papírové formě. Anketa II byla aplikovaná na konci semestru v elektronické formě. K vyplnění byli studenti vyzváni osobně a elektronicky emailem. Obsahovala 16 uzavřených i otevřených otázek, odlišných od ankety I. V průběhu šetření byli studenti seznámeni z obsahem šetření. Z hlediska etických norem věděli, že mohou z výzkumu kdykoliv odstoupit, účastnili se ho dobrovolně a byli informováni o nakládání s daty a o anonymitě výzkumu.

Obrázek 2 Věk účastníků kurzu



Do šetření bylo zahrnuto 88 studentů bakalářského studia ATV a APA v prezenční i kombinované formě studia. Jednalo se o 53 žen a 35 mužů, věkový průměr byl 23 let (nejmladší 19 let, nejstarší 50 let). Celkem bylo šetření realizováno na třech kurzech, přičemž první kurz absolvovali studenti dokončující první ročník studia a další dva kurzy nově příchozí studenti na začátku studia. Jedna třetina studentů označila jako nejvyšší dokončené vzdělání střední, 40 % středoškolské jiného oboru a 13 % středoškolské příbuzného oboru. Jako příbuzný obor bylo bráno vzdělání v oboru tělovýchova, speciální pedagogika, fyzioterapie, sociální péče a vychovatelství, tedy ty oblasti, na které se později během bakalářského studia navazuje. Kurzu se zúčastnilo 8 % vysokoškolsky vzdělaných studentů, z nichž 3 osoby dostudovaly obor podobné specializace.

VÝSLEDKY

Monitoring nabídky volnočasových aktivit (pilotní screeningové šetření)

55 % (22 organizací) odpovídajících subjektů z celkem 40 odpovědělo, že mají v portfoliu i programy, kterých využívají osoby se zdravotním postižením. 45 % (18 organizací) odpovědělo, že tyto programy nemají.

Nejčastější skupinou, pro niž jsou organizovány volnočasové akce a aktivity, jsou osoby s kombinovaným postižením (kombinace tělesného a mentálního postižení). Akce pro tuto skupinu organizuje 14 z oslovených objektů. Druhou nejčastější skupinou jsou pak osoby pouze s tělesným postižením (12 subjektů). Druh postižení, kde respondenti neuvedli žádnou aktivitu, je postižení hluchoslepotou. Respondenti mohli označit více odpovědí. Aktivita oslovených subjektů se z největší části zaměřuje na věkovou skupinu dětí, mládeže a dospělých, z toho převažuje pořádání akcí pro děti školního věku. Nejmenší podíl zaujímají akce pro děti předškolního věku a seniory. I u této otázky však byla možnost označení více možností. Z hlediska frekvence pořádaných akcí se nejčastěji vyskytovala varianta jednorázové (nejčastěji jednodenní) akce. Respondenti ji zvolili celkem 17krát. Pravidelné týdenní, resp. oddílové činnosti, jsou druhou nejčastější formou. Tu si respondenti vybrali 10krát. Nejméně častou formou jsou zimní (2) a letní (3) tábory. Typy volnočasových aktivit byly rozděleny dle Hodaně (2007) na kulturně-umělecké, intelektuální, sociální, zájmové a pohybové. Pro lepší srozumitelnost pro běžnou populaci nezátizenou tímto akademickým dělením jsme definovali typy aktivit na sportovní, umělecké, vzdělávací, jazykové a informačně technologické. Opět zde byla možnost výběru více možností a respondenti mohli doplnit konkrétní prováděnou aktivitu, která nebyla ve výše jmenovaných možnostech. Nejčastěji zmiňovaným typem byl typ vzdělávacích akcí (dle Hodanovy typologie intelektuální) zvolený celkem 13krát. Aktivity uměleckého rázu zaujímají druhou nejčastější formu. Nejméně častý je jazykový charakter akcí. Varianta „jiné“ byla využita celkem 8krát, kdy zde byly uvedeny aktivity jako přírodovědné kroužky, rozvoj osobnosti a společenský klub. Nejčastěji konanými akcemi jsou akce s návštěvností mezi 10 a 50 účastníky. Organizace preferují využití vlastních zaměstnanců pro realizaci těchto aktivit a jen necelá třetina oslovuje ke spolupráci i jiné subjekty. 59 % organizací, které realizují programy pro osoby se zdravotním postižením, se domnívá, že nemá dostatek informací k pořádání těchto programů a polovina z nich by přivítala spolupráci s Centrem APA. Přes výše uvedené výsledky jsou všechny tyto organizace přesvědčeny o smysluplnosti a prospěšnosti organizování programů s využitím pohybových aktivit pro osoby se zdravotním postižením.

Hlavním důvodem, proč se některé organizace nezaměřují na programy pro osoby se zdravotním postižením, je nedostatečný počet kvalifikovaných zaměstnanců. Z toho důvodu také neuvažují o zařazení těchto programů do nabídky svých služeb. A to i přes to, že 94 % z organizací, které tyto služby nenabízí,

považují realizaci těchto programů za smysluplné a potřebné. Stejný počet organizací nemá dostatek informací a jen 44 % by přivítala externího konzultanta či spolupráci s Centrem APA.

Vytvoření pilotního kurzu a ověření jeho realizovatelnosti

Na základě analýzy zdrojů zabývajících se zážitkovou pedagogikou a problematikou volnočasových aktivit byla vypracována dramaturgie kurzu. Ta napomáhá vyváženosti psychické a fyzické náročnosti programů, drží dynamiku skupiny a vytváří podmínky pro dostatečnou pružnost kurzu. Z dramaturgie jsme vytvořili scénář. Hlavními složkami kurzu, na jejichž základě se utvářely programy a aktivity, byly tyto bloky: zvyšování kompetencí studentů při práci se skupinou a při práci s lidmi se speciálními vzdělávacími potřebami, tvorba programů pro osoby se SVP, seznámení se s různorodostí kompenzačních pomůcek, nabídnutí zásobníku aktivit studentům, tj. různých rozcvíček a energizerů pro budoucí praxi, vedení skupiny při relativně tradičních outdoorových aktivitách, jako např. cyklistické výlety, vodní turistika a lanové aktivity, a v neposlední řadě posílení vlastního sebevědomí a získání pedagogické praxe. Na přípravě kurzu se podílel celý instruktorský tým zastoupený třemi muži, působícími jako akademičtí pracovníci na Fakultě tělesné kultury UP v Olomouci coby odborníci v oblasti práce s osobami se speciálními potřebami, práce se skupinou, outdoorových aktivit, vedení a vzdělávání lidí, a třemi ženami zabývajících se cykloturistikou, prací se skupinou, zážitkovou pedagogikou, zpětnou vazbou aj. Po realizaci aktivit probíhaly průběžně zpětné vazby, které byly součástí dramaturgie kurzu. Na konci kurzu poté respondenti vyplnili anketu vlastní konstrukce, která zjišťovala oblíbenost a vnímanou smysluplnost jednotlivých činností. Na základě výsledků těchto zpětných vazeb, výsledků ankety a vnitřní introspekce se došlo k finálnímu návrhu základního rámce kurzu.

Stručná charakteristika a dramaturgické schéma sedmidenního kurzu s hlavními cíli jednotlivých aktivit. Součástí je i konkrétní návrh vhodných činností. Odhad časové dotace tohoto kurzu je 75 výukových hodin:

1. den (začátek cca v 17 hodin)

Zahájení

Aktivita s cílem především představit instruktorský tým a zdravotníka kurzu, seznámit se se základními pravidly kurzu a s areálem.

Le-Mans

Propojením tří níže uvedených aktivit docílíme programové kontinuity.

Výroba reklamy: doplňující program kreativního charakteru. Účastníci zde mohli získat inspiraci a nasát atmosféru delšího programu Le-Mans. Cílem bylo prvotní seznámení jednotlivých účastníků a spoluúčast na tvorbě jednoduchého výstupu. Proběhla základní diagnostika skupinové dynamiky.

Le-Mans - autoškola: součástí aktivity Le-Mans byla autoškola, která se na jiných integračních kurzech zařazuje jako samostatný program. Cílem tohoto programu bylo seznámit účastníky s mobilitou na mechanickém vozíku, s jízdou vpřed, vzad, s otočkami, s dopomocí vozíčkáři a se základními opravami.

Le-Mans - závod: hlavní aktivita prvního dne vzdělávacího programu. Jedná se o šestihodinový fyzicky i psychicky náročný program motivovaný 24hodinovým závodem formule 1 Le-Mans. Cílem aktivity je snaha o relativní myšlenkové odloučení účastníků od mimokurzovní reality (vtažení do aktivit vzdělávacího programu) a nastavení vhodné dynamiky kurzu. Po stránce psychické jde o strategii týmu, motivaci a výdrž. Na integrovaném kurzu plní tato aktivita i druhý cíl, a to poznávání rozličných kompenzačních pomůcek a způsobů asistence. Na dráhu, kterou musí závodníci absolvovat, jsou vysíláni se zavazánými očima a vodičem, na tandemovém kole, vyzkouší si jízdu na terénním, silničním i trackovém handbiku, na tříkolce, absolvují celý okruh na mechanickém vozíku samostatně, s asistentem a v neposlední řadě samostatným během. *Jedná se o nejlépe hodnocenou hru a jednu z nejpřínosnějších aktivit na kurzu celkově.*

2. den

Raníček

Aktivizující činnost s převládajícím poznávacím cílem (tzv. icebreaker). Vhodná je například hra alfa, beta, čára s plněním různých úkolů.

Hry na řešení problémů/Komunikační hry

Aktivity zaměřené na týmovou spolupráci a na řešení daného úkolu (problému) ve skupině, případně zařazení aktivit na rozvoj komunikace. Bývá složen z cca tří různých zadání, vzestupně od nejjednodušších po nejsložitější. Společným kritériem těchto realizovaných aktivit byl důraz na individualizaci rolí v týmu a uvědomování si variability přístupů k řešení zadaného úkolu. Každý z týmu je pro splnění úkolu důležitý, akcentujeme jedinečnost hráčů (případně jejich jinačnost). Doporučované inkluzivní aktivity (modifikace rolí) – pavoučí síť, slepý čtverec, pavoučí vejce, obrův prsten, atomová bomba, hodně tichá pošta.

Školící středisko

Jedná se o společnou skupinu aktivit na základní seznámení s vodní turistikou, cykloturistikou, pěší turistikou, topografií a legislativou volného času.

Vodohraní: vstupní aktivita pro následné základy vodní turistiky, kdy s pomocí raftu a pádel skupiny procházejí drobnými hříčkami, ale zároveň se již seznamují s materiálem, kompenzačními pomůckami, specifiky v komunikaci s osobami zejména se sluchovým, mentálním a zrakovým postižením.

Cyklistika pro všechny: vstupní aktivita pro cykloturistiku. Účastníkům je představena cyklistika a základy cykloturistiky. Seznámí se se základními relevantními termíny, sportovně-kompenzačními pomůckami, základní údržbou kol, vybavením, povely při pohybu ve skupině a legislativou. Zařazeno je praktické vyzkoušení aktivit na rozvoj cyklistických dovedností – jízdy zručnosti, přeskokování na kole, drobné štafetové soutěže.

Turistika nejen pro pěší: vstupní aktivita pro samostatnou přípravu a realizaci výletu (pod supervizí). Účastníci jsou seznámeni se základy topografie a orientace v přírodě. Jsou jim představena základní možná rizika pobytu v letní (případně zimní) přírodě a limity a způsoby jejich překonávání u osob se zdravotním postižením (např. vozíčkáři). Teoreticky se seznámí s možnostmi přenocování ve volné přírodě, v kempu nebo za nepříznivých klimatických podmínek. Jsou jim představeny základní přístroje pro orientaci v přírodě – buzola, technologie GPS, využití možností přírody (orientace podle slunce, případně hvězd atd.), nebo orientace bez zrakové kontroly.

Legislativní okénko: aktivita, při které se účastníci dozvědí základní legislativní normy ve vztahu k volnočasovým aktivitám v široké oblasti cílových skupin APA napříč věkovým spektrem.

Lanové aktivity

Aktivita, při které umožníme účastníkům rozvíjet nejen úroveň svých koordinačních a silových schopností, ale především kooperaci a komunikaci s ostatními hráči.

Rozcvička ve dvojicích: sociomotorické aktivity zaměřené na rozvoj dyadické spolupráce. Při účasti osob se zdravotním postižením také podporuje rozvoj kreativního myšlení, hledání nových způsobů při řešení úkolů, empatii a komunikaci.

Podbíhání lana: „funová“ aktivita s různými úkoly s akcentem na asistenci a vhodné předávání informací.

Nesvatá aliance: soutěž čtyř družstev vyžadující silové schopnosti, komunikaci uvnitř družstva i mezi družstvy navzájem. Vhodné zapojení modifikací v podobě např. nemožnosti používat verbální komunikaci (hráči se musí předem domluvit na signálech).

To je váš uzlík: drobná soutěživá hra dvou družstev rozvíjející vůli, rychlostní vytrvalost a kooperaci hráčů. Vhodné začlenění hráče se simulovaným zrakovým postižením.

Nízké lanové překážky: klasicky orientovaný program s dominujícími skupinovými překážkami

a s ukázkami různých variací překážek pro potřeby začlenění hráčů s různým zdravotním postižením.

Podvečerní a noční hra – např. UP je jen náhoda

Zařazení jakékoliv hry, která má týmový charakter. Dominujícím prvek je společné řešení úkolu, hledání kompromisů, zažívání společné radosti i pocitu zklamání, diagnostika svého postavení ve skupině. Doporučujeme najít hlavní nosné téma inspirované v budoucnu skutečně řešenými situacemi v kontextu přípravy na budoucí povolání nebo povolání v kontextu osob se zdravotním postižením. Dílčími cíli je rozvoj frustrační tolerance a vytváření copingových strategií pro zvládání potenciálních rizikových situací. Dalším rozměrem této hry je orientace dle předložené mapy a rozvíjení dovedností pro realizaci hry s prvky orientačního běhu.

3. den

Raníček

Ranní zábavná aktivita směřována především k rozvíjení a jako zásobník malých hříček – jin-jong; duel; obr, čarodějnice, trpaslík; drobné úpolové aktivity.

Zpětná vazba

Zařazení zpětné vazby je vhodné pro zjištění očekávání účastníků, umožňuje flexibilní změny programu ve vztahu ke kompetencím a možnostem skupiny. Jako vhodná se nám osvědčila technika zaznamenávání pocitů na škále od -100 do +100 na velký papír pocitů a barev. Tento papír měl taktéž sloužit k hodnocení aktivit bezprostředně po aktivitě. Každá aktivita má svou barvu a po aktivitě je možnost zanechat stopu svou vlastní značkou (tvar a barva dle výběru každého účastníka), která vyjádří, jak se kdo při aktivitě cítil. Každý list (záznamový arch) představuje skupinu realizovaných činností, ale i očekávání před kurzem a dosavadní naplňování.

Cyklistický výlet a základní vodní turistika na klidné vodě

V případě vhodných podmínek spojení základů cykloturistiky a vodní turistiky. Cílem je kromě získání základních návyků, technických informací a rozvoje specifických dovedností také efekt opuštění uzavřeného areálu a konfrontace s okolním světem. U obou aktivit je vhodné zařazení tandemové cyklistiky, případně handcyklingu a vodní turistiky s využitím sportovně-kompenzačních pomůcek.

Spojení her Kasty a Poseidon – Jsem tam, kde chci být?

Kasty – sociální hra: psychicky náročná aktivita se zaměřuje na vnímání sebe sama v sociálních skupinách v životě – „kde jsem a kde bych si přál být“. Každá sociální skupina je omezená na určitý počet

zájemců. Krajiní sociální skupiny mají menší počet členů. Hráč, který chce být součástí vybrané sociální skupiny, musí zdůvodnit, proč do skupiny patří. Skupina demokraticky hlasuje a na základě tohoto hlasování jsou do ní uchazeči zařazeni nebo naopak nejsou.

Poseidon: dle svého postavení v jednotlivých sociálních skupinách jsou hráči rozděleni do jednotlivých palubních tříd (1. nejvyšší třída, 2. třída, 3. třída) na lodi Poseidon (případně Queen Marry). Dle tříd je na lodi zajištěn luxus, strava, komunikace posádky. Zábavný program na lodi probíhá do chvíle, než se spustí siréna s hlášením o potápějící se lodi. Všechny třídy se musejí evakuovat s předností první třídy a pokusit se o záchranu. Aktivita je náročná psychicky i fyzicky, ukazuje možnosti sociálních tříd, odhaluje různé modely chování a následně uvědomění si vlastních preferencí v životě. *Jedná se dlouhodobě o druhou nejoblíbenější aktivitu.*

4. den

Raníček

Hra na překonání vlastního pohodlí. Stupňující se únava v kombinaci s často přirozenými ranními rituály je narušena vybranou hrou. Námí realizovaná hra „Wassermühle“ probíhá ve vodě, ve které realizují hráči společné činnosti za účelem zvládnutí zadaného úkolu.

Dědeček měnil, až vyměnil/Komunální politika (Bezbariérový venkov)

Skupinová tvorba: hráči jsou rozděleni do skupin, ve kterých vyrobí hodnotnou věc z předložených komponentů a přírodního materiálu. Vyrobená věc musí být přenositelná a je vstupní hodnotou v následující hře.

Cesta na trh: socializačně komunikační hra, kdy se účastníci vydají na pouť s vlastním výrobkem. Úkolem je vrátit se s co nejhodnotnějším výrobkem. Na cestě je smyslem potkávat se s různými lidmi, komunikovat s nimi, vnímat jejich reakce, zájem a nezájem, sdílení ve skupině. Dílčím cílem je orientace v mapě, příprava potřebných věcí, včetně stravy (dle skupinových preferencí) na vícehodinový výlet, řešení nenadálých změn při výletě. Vhodné je vybavit každý tým klapičkami pro simulaci zrakového postižení. Pokud je zařazen i efekt simulace zrakového postižení prostřednictvím bílé hole nebo vozíku pro mobilitu tělesně postižených, doporučujeme, aby hráči byli náležitě označeni, aby nedocházelo k nedorozumění a nepochopení ze strany ostatních osob.

Současně s cestou na trh plní skupiny ještě jeden úkol. Ten spočívá v monitoringu bariérovosti okolního prostředí, veřejných budov, zastávek autobusů, restaurací apod.

Divadlo (Cena Thálie): tento program jsme zařazovali jako lehkou zpětnovazební techniku, kdy účastníci hrají vlastní příběh, který na cestě prožili. Pro rozvoj komunikativních dovedností ve vztahu k osobám se

sluchovým postižením je vhodné, aby týmy zvolily jako způsob vyjádření pantomimu s využitím augmentativních způsobů komunikace. Doporučujeme využít posouvání osobních tolerančních hranic – „hráči mají hlad jak herec“. Až po odehrání divadla přichází na řadu občerstvení v podobě obložených stolů.

Zpětná vazba + předání informací o pořádání sportovně-kulturního programu pro osoby s mentálním postižením: rozdělení hráčů do skupin. Instruktori kurzu vedou skupinový semistrukturovaný dialog. Snaží se o co největší aktivizaci hráčů a podporují je ve sdílení svých zážitků z cesty na trh a z divadelního vystoupení. Součástí zpětné vazby je také diskuse nad základními bariérami limitujícími pohyb osob se sníženou schopností pohybu, případně zrakovým, sluchovým nebo mentálním postižením.

5. den

Program s osobami s mentálním či jiným zdravotním postižením

Příprava programu: vlastní tvorba programu akce pro osoby s mentálním postižením. Účastníkům je zadán projekt pro tvorbu zábavného a soutěžního odpoledne pro klienty s mentálním postižením v nedaleké obci. Na skupině je rozdělení si rolí, kdo co bude zastávat, sestavení programu, starají se o hudbu, odměny atd. Přesun do zařízení probíhá na kole a účastníci musí naplánovat skupinový výlet na kole. Ten představí společně s programem po cca 3 hodinách plánování.

Realizace programu: odjezd a realizace celého naplánovaného programu.

Zpětná vazba po návratu z programu: otázky, které instruktorský tým pokládá, se týkají zejména rozdělení pozic a práce v týmu, uspokojení z odvedené práce, předešlých zkušeností s osobami se zdravotním postižením, rozvíjených kompetencí apod.

6. den

Výlet za divokou vodou

Pro hráče (účastníky) je připraven „pohodový“ výlet na kole završený sjetím vybraného úseku na tekoucí vodě. Cílem je ukázat pozitivní rozměr outdoorových aktivit a forem turistiky. Po cestě jsou připraveny drobné úkoly s tematikou APA.

Závěrečná zpětná vazba

Závěrečná zpětná vazba může mít řadu podob. Záleží jen na realizátorech akce, kterou z uvedených aktivit zvolí – např. fotopásmo, zvukové pásmo, video-pásmo.

7. den

Noviny

Prostor pro vyplnění zpětnovazební ankety a individuálního písemného sdělení zážitků z kurzu, vnímaného dopadu apod.

Tabulka 1 Subjektivně vnímané kompetence rozvíjené na kurzu (n = 88)

Kompetence, které byly na kurzu rozvinuty	1. kurz	2. kurz	3. kurz	Celkem
spolupráce	19	22	19	60
schopnost pozitivní motivace okolí	21	17	21	59
tvorba mezilidských vztahů	16	21	20	57
schopnosti týkající se vhodné práce s různými skupinami	14	17	22	53
zvládnutí práce v týmu	14	19	19	52
porozumění hlavním postupům při přizpůsobování aktivit	14	16	20	50
rozvoj kreativity	18	14	17	49
porozumění teorii vytváření programu	19	14	15	48
schopnost naplánovat odpovídající aktivitu	14	18	16	48
všeobecný přehled o sportech pro handicapované	10	18	18	46
schopnost přizpůsobit aktivity funkčnímu potenciálu účastníků	11	11	22	44
porozumění teorii vytváření programu	20	11	11	42
schopnost přizpůsobit se variabilnímu prostředí	9	16	16	41

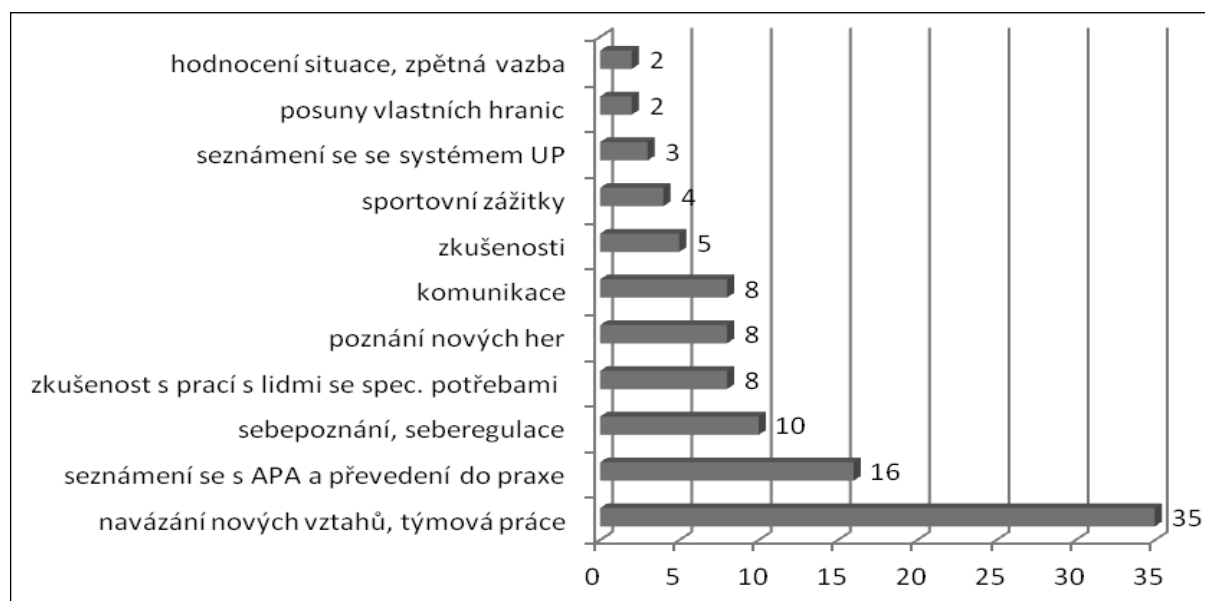
Zjišťování rozvoje subjektivně vnímaných kompetencí

Výše popsaný obsah kurzu i s případnými variacemi (obměny v dramaturgii kurzu, záměna některých aktivit, avšak s podobným cílem nebo obsahem, zkrácení obsahu, zintenzivnění apod.) je jen návodem a inspirací pro realizátory. Naší dalším cílem bylo zjistit, jak tento program ve vztahu k subjektivně vnímanému přínosu přijímají účastníci a kde spatřují největší dopad na profesní a osobnostní kompetence.

Pokud kompetence vnímáme jako způsobilost pro určitou činnost, pak jako pozitivní přínos a rozšíření způsobilosti vnímali účastníci především rozvoj spolupráce, přičemž nacházeli dovednosti pro pozitivní motivaci budoucí cílové skupiny. Dále akcentují tvorbu mezilidských vztahů. Celkem 53 respondentů (60,2%) uvádí pozitivní dopad na pedagogické dovednosti pro nalézání vhodných nástrojů při práci v kontextu APA.

56,9% všech respondentů uvádí, že díky kurzu lépe rozumí postupům při modifikaci aktivit ve vztahu k cílovým skupinám APA. Méně než 50% respondentů po absolvování tohoto kurzu rozumí teorii pro vytváření obdobných programů a nevěří, že jsou schopni se flexibilně při realizaci programů přizpůsobit okolnímu vnějšímu prostředí.

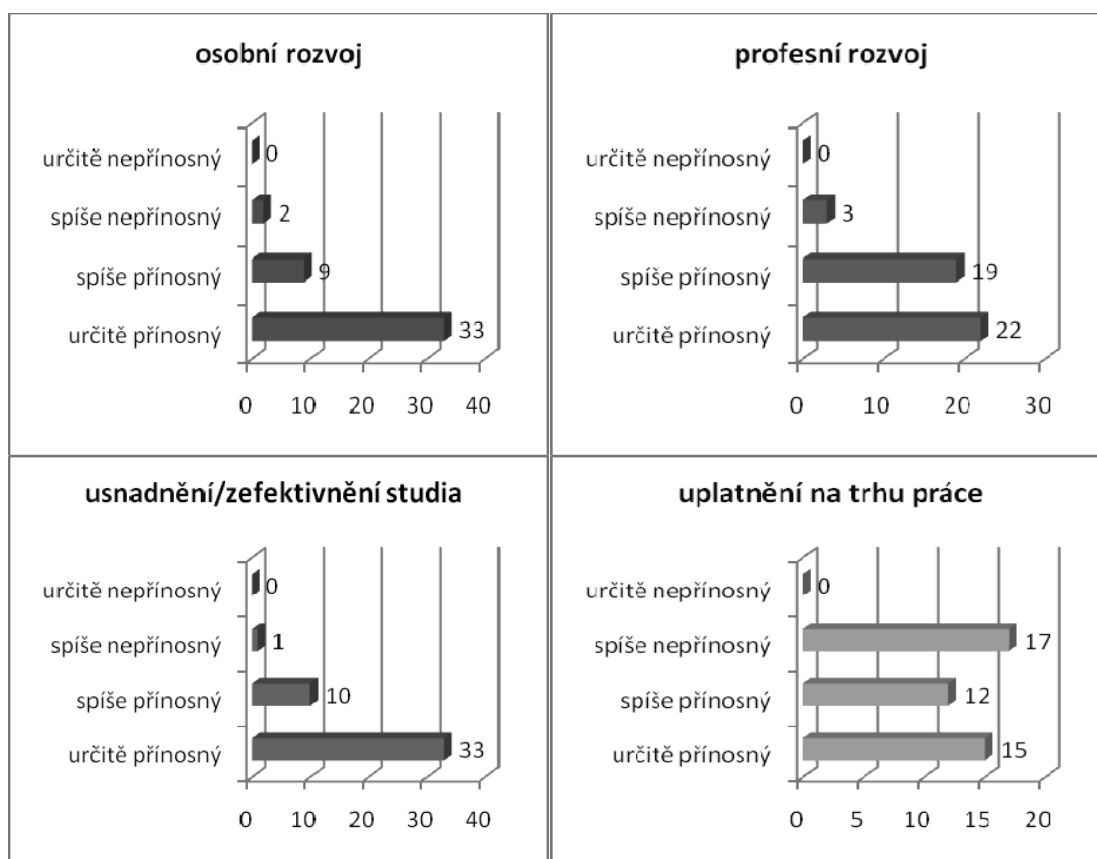
Pro organizátory je velice důležitá zpětná vazba reflektující obsah a samotný přínos kurzu. 85% účastníků označilo předmět jako určitě přínosný a nikdo z dotazovaných neohodnotil kurz jako spíše či určitě nepřínosný. V poslední otevřené otázce měli respondenti možnost vyjádřit se k přínosu kurzu a rozvoji jiných kompetencí, které v dotazníku nebyly zmíněny. V Obrázku 3 (viz níže) jsou přehledně jejich odpovědi zaznamenány.

Obrázek 3 Přínos kurzu ihned po kurzu (n = 88)

Po třech měsících od skončení kurzu byli respondenti osloveni prostřednictvím další ankety vlastní konstrukce. Čtyři strukturované otázky byly zaměřeny na přínos kurzu s ohledem na další rozvoj a vzdělávání v oblasti APA. Zajímala nás dlouhodobější přínos kurzu a subjektivní vnímání míry benefitů za změněných podmínek (respondenti po celou dobu měli možnost se dále v oblasti APA rozvíjet). Respondenti hodnotili míru přínosu v oblasti uplatnění se na trhu práce, usnadnění studia, profesní a osobní rozvoj. 75 % respondentů při hodnocení míry přínosu kurzu označilo jako určitě přínosný obsah kurzu pro usnadnění, případně zefektivnění studia a osobní rozvoj. Kurz byl pro polovinu respondentů určitě přínosný pro profesní rozvoj, 17 dotazovaných shledává jako spíše nepřínosný obsah kurzu pro uplatnění se na trhu práce, 15 studentů za určitě přínosný. Žádný respondent neoznačil kurz jako nepřínosný pro oblast osobního a profesního rozvoje a usnadnění/zefektivnění dalšího studia.

Jelikož evaluovaný kurz byl zařazen do kurikula vysokoškolských oborů ATV a APA, zajímala nás také spokojenost s obsahem kurzu a spojení kurzu s dalším vzděláváním. Z hlediska spokojenosti respondentů s dosavadním obsahem jejich studia uvedlo 93 %, že studium oblasti APA nebo ATV naplňuje jejich očekávání. Se současným obsahem studia je 93 % respondentů určitě nebo spíše spokojeno. 13 % respondentů, kteří studují v kombinované formě studia, jsou spíše nespokojeni náplní vzdělání (u prezenční formy studia to jsou necelá 4 %). Pokud bychom srovnávali respondenty podle příbuznosti již vystudovaného oboru k oboru aplikované pohybové aktivity, lze vypočítat, že pro 78 % studentů, kteří se již vzdělávali v příbuzném oboru, určitě splňuje studium jejich dosavadní očekávání. Spíše nespokojeni s dosavadním obsahem studia jsou pouze 2 respondenti, jejichž předchozí vzdělání bylo středoškolské jiného zaměření.

Obrázek 4 Míra přínosu předmětu pro další vzdělávání se v oblasti APA (n = 44)



DISKUSE

Výsledky námi realizovaného screeningové šetření poukazují na to, že nabídka většiny organizací zabývajících se organizovanými programy ve volném čase není dostačující. Převažují jednorázové akce bez pravidelné celoroční činnosti. Počet těchto akcí, ani kvalita nebyla předmětem našeho šetření, přesto je možné se

domnívat, že se jedná spíše o intuitivně a entuziasticky vedené akce, než o propracované programy navazující na komplexnější (například ve smyslu komprehensivní rehabilitace) postupy zážitkové pedagogiky, inkluzivních a vzdělávacích aktivit.

Přesto existují organizace, které i přes určitou absenci podpory ze strany zřizovatelů, tj. resortu MŠMT nebo MPSV, mají snahu pozitivně ovlivňovat svými ak-

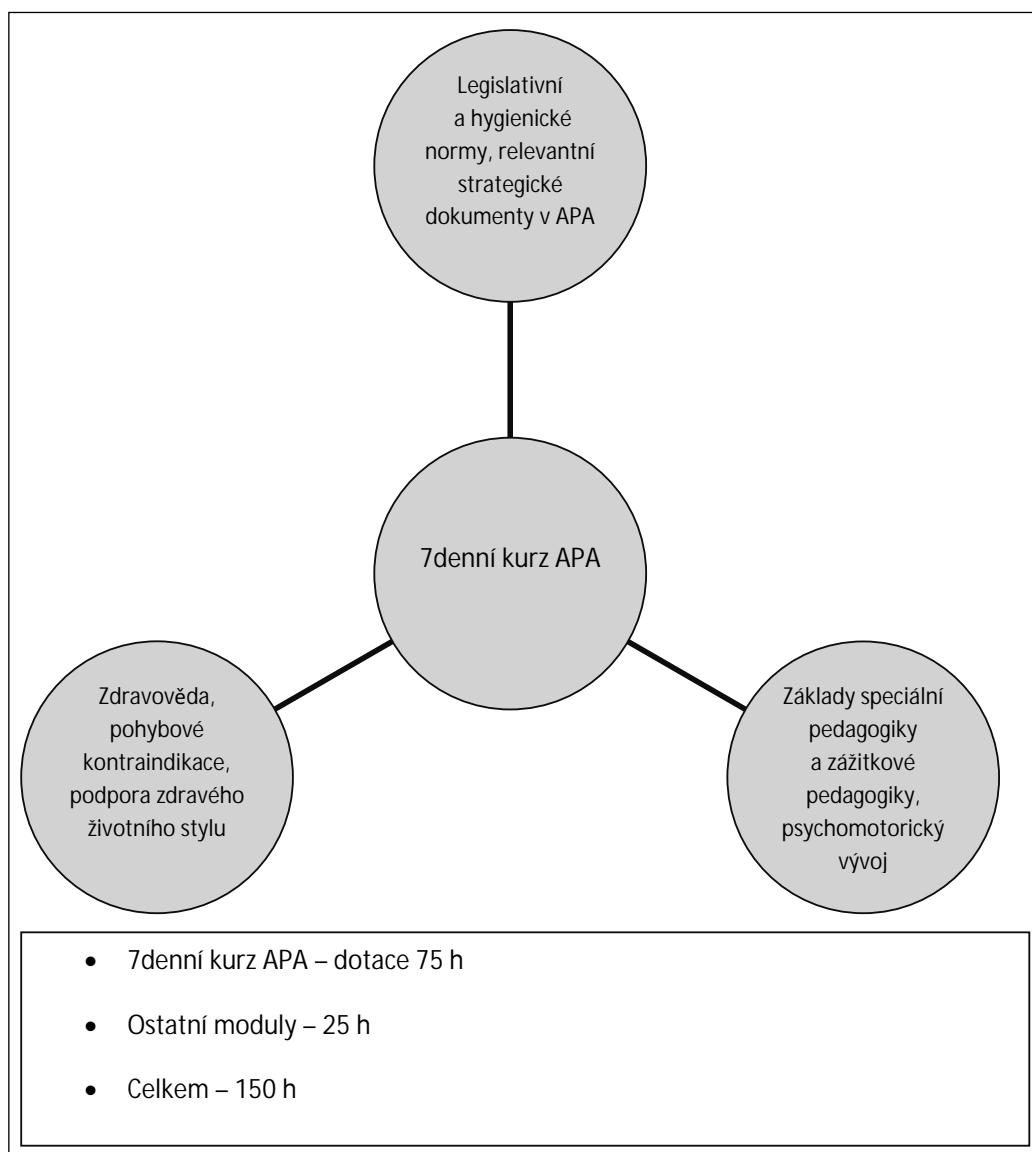
tivitami kvalitu života osob se zdravotním postižením. Právě na již v minulosti realizovaných aktivitách je nutné stavět i v budoucnu a vytvořit platformu pro sdílení informací a rozvoj nabídky služeb právě pro tuto cílovou skupinu. Doporučujeme doplnit stávající systém vysokoškolské přípravy o nabídku v celoživotním vzdělávání tak, aby zájemci z řad instruktorů, pedagogů volného času či ostatních pedagogických pracovníků měli možnost rozšířit své kompetence. Speciální pedagogika nebo osamocený předmět integrace osob se speciálními potřebami sám o sobě nestačí. Je nutné propojení s prostředím volnočasových aktivit. Celoživotní vzdělávání však nemůže být postaveno pouze na teoretické výuce bez praktických a programových aplikací.

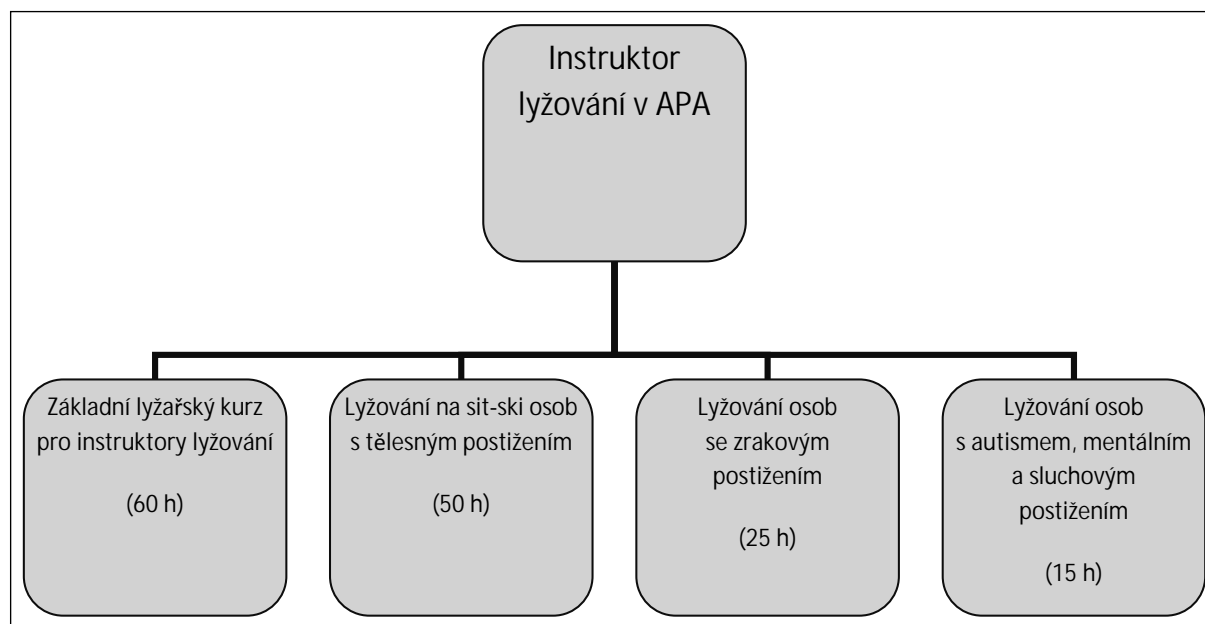
V současné době se jeví reálně dva základní postupy: a) samostatný akreditovaný program zaměřený na vedoucího letních zotavovacích akcí pro osoby se speciálními potřebami; b) doplňující kurz s prvky zážitkové pedagogiky k již existujícím instruktorským

akreditovaným programům specificky zaměřeným na oblast letních či zimních outdoorových aktivit (viz Obrázky 5, 6, 7).

Obsahové zaměření kurzu ad a) může odpovídat rámci kurzu APA s prvky zážitkové pedagogiky doplněné o teoretickou výuku především v oblasti speciální pedagogiky, legislativy a hygienických norem, zdravotní vědy, podpory zdravého životního stylu, specifík v psychomotorice apod. Zaměření přístupu ad b) spočívá především v propojení se stávajícími licenčními kurzy instruktora vodní turistiky, cykloturistiky, turistického průvodce, cvičení a hry v přírodě, kurzu lezení na umělých stěnách i na skalách apod. V zimním prostředí jde poté např. o instruktora lyžování a doplnění o problematiku zvláštností psychomotorického vývoje osob se speciálními potřebami, komunikace, pohybových kontraindikací (v Obrázku 7 souhrnně Základy APA) a praxe v kontextu osob se speciálními potřebami.

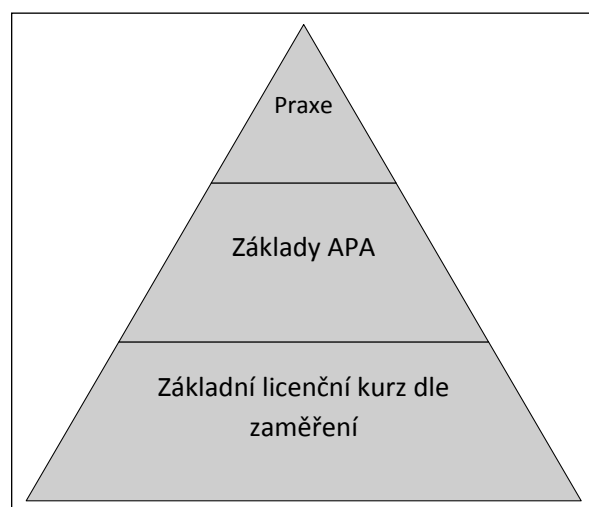
Obrázek 5 Kurz instruktora vedoucího letní zotavovací akce pro osoby se speciálními potřebami



Obrázek 6 Kurz instruktora lyžování v APA

Celková dotace takto navržených kurzů je minimálně 150 hodin s výstupem instruktora vedoucí letní pobytové akce osob se speciálními potřebami (alternativní název může být „...osob se zdravotním postižením“) a instruktor aplikovaných pohybových aktivit (zkráceně instruktor APA) s příslušnou instruktorskou specializací. Oba tyto směry by umožňovaly získání živnostenského oprávnění a kompetence k plánování a realizaci příslušně obsahově orientovaných pohybových aktivit.

Kurz instruktora lyžování v aplikovaných pohybových aktivitách (zkráceně instruktor lyžování APA) chceme koncipovat ve spolupráci s Českým svazem lyžařských škol (ČSLŠ). Na základní lyžařský kurz realizovaný primárně jako vstupní navazuje lyžování v oblasti APA. Instruktor si volí pořadí specializací

Obrázek 7 Doplnění tradičního specificky zaměřeného licenčního kurzu o problematiku APA

dle svého uvážení s ohledem na různé cílové skupiny. Po absolvování specializací je instruktorem lyžování včetně kompetencí pracovat s cílovou skupinou osob se zdravotním postižením. V systému ČSLŠ může v rámci dalšího postupu dokončit své kompetence prostřednictvím tradičního instruktorského studia, a tím získat kompetence instruktora lyžování pro všechny cílové skupiny. A naopak, instruktor lyžování může rozšířit své kompetence o oblast lyžování v APA.

Jako vstupní je programový kurz s minimální dotací 50 hodin – např. vstupní kurz pro instruktory vodní turistiky, instruktory lezení na umělých stěnách, instruktory cyklistiky aj. Na ně navazuje teoretické seznámení s problematikou APA s profilačními informacemi dle zaměření instruktorského kurzu. Nedílnou součástí je praxe s cílovou skupinou osob se zdravotním postižením pod supervizi v celkové časové dotaci min. 50 hodin.

ZÁVĚR

Současné legislativní normy v ČR definují relevantní profese ve vybrané oblasti jako pedagog volného času, katalog prací zná i pozici pedagog volného času specialista (v našem případě specialista v oblasti APA) a instruktor (v současné době s časovou dotací min. 150 hodin). Při pohledu na portfolio možných licenčních programů je možné zvažovat také profesi cvičitel, případně vedoucí letních pobytových akcí (v našem případě opět s orientací na APA). Nami realizované pilotní šetření potvrdilo nedostatečnou nabídku služeb ze strany volnočasových organizací ve vztahu k osobám se zdravotním postižením. Jedním z často uvádě-

ných důvodů byl nedostatek informací z oblasti práce s touto cílovou skupinou. Naplánovali jsme a ověřili model vzdělávacího outdoorového kurzu s prvky zážitkové pedagogiky, který nám při ověření dopadu poskytl zajímavou pozitivní vazbu. Ta nám umožnila sestavit základní dramaturgický model obdobně orientovaných kurzů. Nové legislativní normy umožňují propojení APA s tradičně programově orientovanými volnočasovými pohybovými aktivitami. V příspěvku jsme představili základní modely a trendy v oblasti celoživotního vzdělávání orientované na pracovníky v oblasti outdoorových aplikovaných pohybových aktivit.

Doporučení pro praxi

Velmi pozitivně se nám osvědčilo pestré vyvážení týmu po stránce personálního obsazení i oblastí, kterými se daní odborníci zabývají. Těmito oblastmi byly aplikované pohybové aktivity a pohybové aktivity v přírodě, modifikace a úprava realizovaných aktivit, cyklistický instruktor – průvodce, instruktor vodní turistiky – záchranář vodní turistiky, tvorba programu, práce s dramaturgií, motivací, zážitková pedagogika, zpětná vazba, odborník z oblasti pedagogiky a psychologie, práce se skupinou. Na základě výpovědí účastníků i vlastní logické analýzy doporučujeme, aby součástí realizačního týmu byl člen se zdravotním postižením. Pozitivně a přínosně může působit také host pracující s určitou specifickou cílovou skupinou nebo netradičním programem.

Jako další oblast, která je velmi důležitá pro praxi, je výběr vhodných aktivit pro rozvoj specifických kompetencí, využívání velkého množství dostupných kompetenčních pomůcek (popřípadě i nějaké zapůjčit), ukázat účastníkům, jak široké jsou možnosti a s čím vším mohou v průběhu své praxe pracovat. Nadále je třeba podporovat sportovně-pedagogické kompetence potřebné pro cyklistický výlet a jeho organizaci, základy vodní turistiky, lezecké dovednosti a práci s lanem, orientaci a pohyb v přírodě. To vše je třeba zapojit vyváženě do dramaturgie a scénáře kurzu, kde pracujeme s fyzickým a psychickým rozpořádáním účastníků, zařazujeme programy na základě toho, kam chceme účastníky směřovat a co jim má kurz přinést.

Důležitou součástí dramaturgie je také aktivní plánování a samostatná organizace (pod supervizí) akce pro osoby se zdravotním postižením. Vzhledem k možnostem simulace tělesného, zrakového i sluchového postižení, případně účasti osob s těmito postiženími, není nutná další konfrontace v rámci omezené časové dotace vzdělávacího kurzu. Z těchto důvodů doporučujeme realizovat akci s osobami s mentálním postižením, jejichž postižení není vhodné v rámci programů simulovat, a proto je bezprostřední kontakt více než vhodný.

REFERENČNÍ SEZNAM

- Baloun, L., Kudláček, M., & Ješina, O. (2013). Výsledky pilotní studie dotazníku SE-PETE-D, který zjišťuje důvěru budoucích učitelů ve své kompetence ve vztahu k práci v integrované tělesné výchově (p. 12). In L. Brůžková, & I. Trávníková (eds.). *Aplikované pohybové aktivity: Sborník abstraktů z mezinárodní odborné konference konané 23.-24. května 2013 v Brně*. Brno: Masarykova univerzita.
- Brindová, D., Kmeť, M., & Ješina, O. (2013). Sociální determinanty zdraví školáků so zdravotním postižením (p. 16). In L. Brůžková, & I. Trávníková (eds.). *Aplikované pohybové aktivity: Sborník abstraktů z mezinárodní odborné konference konané 23.-24. května 2013 v Brně*. Brno: Masarykova univerzita.
- Cimbalníková, L. (2009). *Manažerské dovednosti I.: Vybrané manažerské dovednosti +50 manažerských cvičení a testů*. Olomouc: Univerzita Palackého
- Hodaň, B. (2007). *Sociokulturní kinantropologie*. Olomouc: UP v Olomouci.
- Ješina, O. (2011). Kompetence učitelů aplikované tělesné výchovy. *Tělesná kultura*, 34(2), 19-44.
- Ješina, Hamřík, et al. (2011). *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Olomouc: UP v Olomouci.
- Kudláček, M., Ješina, O., Bláha, L., & Janečka, Z. (2010). Kompetence učitelů tělesné výchovy ve vztahu k integraci žáků se speciálními vzdělávacími potřebami ve školní tělesné výchově. *Tělesná kultura*, 33(1), 43-57.
- Kudláček, Morgulec-Adamowicz, & Verellen. J. (2010) *EUSAPA: European Standards in Adapted Physical Activities*. Olomouc: UP v Olomouci.
- Ministerstvo zdravotnictví (2012). Návrh vyhlášky o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu. Retrieved from http://www.mzcr.cz/Legislativa/obsah/oddeleni-legislativy-zdravotnich-sluzeb-a-primo-rizenych-organizaci_1799_11.html.
- Organizace spojených národů (2006). *Úmluva o právech osob se zdravotním postižením*. New York: Autor.
- Parlament ČR (2004). *Zákon 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících*. Praha: Autor.
- Parlament ČR (2011). *Zákon 373/2011 Sb., o specifických zdravotních službách*. Praha: Autor.
- Průcha, J., Walterová, E., & Mareš, J. (2003). *Pedagogické slovník*. Praha: Portál
- Válková, H. (2010). Teoretické vymezení APA jako kinantropologické disciplíny: Co to je, když se řekne APA (aplikované pohybové aktivity). *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*, 2010/1 (1), 25-32.
- Válková, H. (2012). *Teorie aplikovaných pohybových aktivit pro užití v praxi I*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Vašendová, J., & Ješina, O. (2013). Nabídka programů pro osoby se zdravotním postižením v oblasti volného času (p. 43). In L. Brůžková, & I. Trávníková (eds.). *Aplikované pohybové aktivity: Sborník abstraktů z mezinárodní odborné konference konané 23.-24. května 2013 v Brně*. Brno: Masarykova univerzita.
- Vládní výbor pro zdravotně postižené občany (2010). Národní plán vytváření rovných příležitostí pro osoby se zdravotním postižením na období 2010-2014. Retrieved

Ondřej Ješina, Petra Brusová, Jana Vašendová, Klára Šindelková

from <http://www.vlada.cz/cz/ppov/vvzpo/dokumenty/narodni-plan-vytvoreni-rovnnych-prilezitosti-pro-osoby-se-zdravotnim-postizenim-na-obdobi-2010-2014-70026/>.
Vyhlídal, T., Ješina, O., & Holická, K. (2013). Životní způsob a jeho vybrané determinanty u dětí s onkologickým

Vzdělávání budoucích pedagogických pracovníků pro realizaci outdoorových aktivit s účastí osob se zdravotním postižením

onemocněním (p. 45). In L. Brůžková, & I. Trávníková (eds.). *Aplikované pohybové aktivity: Sborník abstraktů z mezinárodní odborné konference konané 23.-24. května 2013 v Brně*. Brno: Masarykova univerzita.

Volný čas jako součást životního stylu osob se sluchovým postižením

Leisure Time and Lifestyle of Persons with Hearing Impairment

Jana Menšová¹, Svatava Panská²

¹Oblastní Unie Neslyšících, Olomouc

²Katedra aplikovaných pohybových aktivit, Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci

Práce vznikla v rámci projektu „Příprava pro tělesnou výchovu osob s postižením“ CZ.1.07/2.2.00/15.0336.

ABSTRAKT

Neslyšící lidé tvoří jazykovou a kulturní menšinu. Odlišnosti ve způsobu komunikace, v možnostech získávání informací i v pravidlech chování vyžadují specifický přístup ve vzdělávání a v edukaci obecně. Vybraná skupina osob má vzhledem ke svému těžkému zdravotnímu postižení omezený přístup k zájmovým aktivitám, které jsou určeny pro širokou veřejnost nebo uzpůsobeny pro osoby s jinými typy zdravotního postižení. Hlavním cílem této studie bylo získat přehled o nabídce zájmových aktivit pro osoby se sluchovým postižením, které poskytují organizace v oblasti Moravy. Dílčími cíli bylo zjistit, zda této nabídky osoby se sluchovým postižením využívají, jakým aktivitám dávají přednost, jestli navštěvují organizace pro sluchově postižené, zda jsou spokojeni a co si přejí změnit. Empirickým šetřením pomocí řízeného strukturovaného rozhovoru se sluchově postiženými osobami byl realizován průzkum zaměřený na volnočasové aktivity, na způsoby získávání informací a způsob komunikace v různých prostředích jejich života. Respondenti, dospělí neslyšící od 18 let výše, byli anonymní. Výsledky této studie mohou být využity k vytvoření a plánování zájmových činností pro osoby s postižením sluchu.

Klíčová slova: sluchové postižení, komunikace, komunita, kultura neslyšících, organizace pro osoby se sluchovým postižením, volný čas.

ABSTRACT

Persons with hearing impairments (HI) are considered cultural minority. Differences in ways of communication, opportunities to access information and behavior require specific approach in education. Persons with HI have limited access to leisure activities for mainstream population or for persons with different disabilities. The purpose of this study was to provide information about availability of leisure activities for persons with HI organized in regional HI organizations in Moravia. Partial goals were to find out preference in leisure activities and satisfaction with opportunities provided for persons with HI. We have used structured interview with the help of certified sign language translator. Participants were adults with HI. The results can be used for planning and facilitation of leisure activities for persons with HI.

Key words: *Hearing impairment; communication; community; deaf culture; leisure time.*

PROBLÉM

Dříve, než se budeme zabývat problematikou způsobu trávení volného času, zaměříme se na charakteristiku a specifické znaky zkoumané skupiny osob, v našem případě lidí se sluchovým postižením. Sluchové postižení není na první pohled zřejmá vada. Pokud se setkáte s jedním neslyšícím člověkem a vidíte jej „na dálku“, tak netušíte, že je „úplně hluchý“. Uvedené postižení není pro laiky závažné, vždyť ten člověk vidí, může číst a psát, vyjde do schodů... Problém je však v komunikaci a orientaci v prostředí sociálních vztahů. Již tyto dva aspekty mohou být příčinou neuspokojení

ní potřeb člověka, například v možnosti adekvátního využití volného času. Životní styl a způsob trávení volného času může být z obecného pohledu jednou z nejvýznamnějších oblastí života, kdy může člověk ve volném čase uplatňovat svá svobodná rozhodnutí na základě potřeb, zájmů a hodnot. Obecně lze způsob trávení volného času vymezit jako „*strukturovaný souhrn relativně ustálených způsobů realizace každodenních činností a praktik ve volném čase*“ (Duffková, 2008, s. 70).

Jedinci se sluchovým postižením představují velice nehomogenní skupinu, jejíž variabilita je dána především různou strukturou a hloubkou sluchové vady

a dobou, kdy k postižení došlo. Závisí také na celkové úrovni rozvoje osobnosti a sociokulturních podmínkách, v nichž probíhala časná i následná surdopedická intervence. Sluchové vnímání je po stránce genetické důležitou složkou dorozumivacího procesu, protože sluchem přicházejí informace, které slouží ke správné orientaci v prostředí a normální funkce sluchového analyzátoru je nezbytným předpokladem pro rozvoj mluvené řeči. V surdopedické praxi se pro označení velikosti sluchové ztráty nejčastěji používají termíny nedoslýchavost a hluchota. Nedoslýchavost se může pohybovat od minimálních ztrát sluchu, kdy si okolí nemusí zhoršeného stavu sluchu vůbec všimnout, přes střední nedoslýchavost, která již představuje určité omezení sluchových vjemů zejména v nevyhovujících akustických podmínkách až po těžkou nedoslýchavost. V tomto případě má závažnost sluchové poruchy podstatný vliv na kvalitu komunikace. Hluchota představuje nejtěžší stupeň sluchové poruchy, znemožňuje vnímání mluvené řeči i její přirozený vývoj a jedinec je zcela odkázan na vizuální způsob příjmu informací.

Dorozumívání se slyšícím okolím patří k největším problémům jedinců se sluchovým postižením, protože pro hlavní prostředek komunikace, mluvený jazyk, nejsou patřičně smyslově vybaveni. Při kontaktu se slyšícími jsou odkázáni především na vizuální příjem informací a při vnímání mluvené řeči na její odezírání ze rtů mluvící osoby.

Abychom byli schopni akceptovat potřeby neslyšících lidí a respektovat jejich komunitu a jejich kulturu, je potřebné mít alespoň základní povědomí o tom, co je komunita neslyšících, kdo může být její součástí a také, co vlastně je kultura neslyšících a jaké jsou její složky.

Nyní si vysvětlíme pojem komunita. „*Komunita je společenství lidí, kteří mají jeden či více společných znaků, jimiž se odlišují od ostatních*“ (Zima, 1999, s. 149). Woll a Ladd (2003) označují za charakteristické rysy, na jejichž základě vytvářejí neslyšící své komunity, hluchotu, komunikaci a vzájemnou podporu. Výše bylo uvedeno základní rozdělení sluchových vad, které právě tímto kritériem oddělují komunitu neslyšících od společnosti a komunit slyšících. Komunikace v komunitě neslyšících probíhá v národním jazyce neslyšících, tedy u nás v českém jazyce neslyšících. Dalším rysem je vzájemná podpora členů komunity neslyšících, které spojuje právě sluchové postižení a problém s ním související, jako nepochopení se s lidmi z okolí, dokonce i s rodinnými příslušníky nebo nedorozumění, vyplývající z chybné interpretace sdělení intaktní populace. Neslyšící lidé si z těchto důvodů navzájem pomáhají a podporují se, je to pro ně charakteristické a tento rys je specifický právě pro příslušníky kultury neslyšících.

Kultura neslyšících je důležitá především pro ně samotné. Její přítomnost má vliv na vývoj osobnosti

a psychiky neslyšících osob a je podstatným faktorem pro vytváření identity neslyšících lidí. Člověk si vytváří svou osobní identitu během celého svého života, kdy se identitou rozumí pozitivní přijetí sebe sama, svého místa ve společnosti i způsobu, jakým jsme vnímáni a chápáni druhými. Pokud člověk na sebe nahlíží kladně, pak je na dobré cestě k tomu, aby získal zdravé sebevědomí.

Termín **kultura neslyšících** vznikl v sedmdesátých letech 20. století proto, aby prokazatelně potvrdil existenci neslyšících jakožto specifické skupiny. V současné době je uvedený termín současně s proklamací této skupiny běžně zažitý v USA a v zemích severní a západní Evropy. V České republice se o jeho šíření snaží především mladí neslyšící, kteří bojují za respekt ke své komunitě a za její rovnoprávnost. Základní charakteristikou komunity českých neslyšících je komunikace českým znakovým jazykem. V minulých letech nebyl osud znakovému jazyku nakloněn a v České republice se stále musí za jeho rovnoprávnost bojovat. Přesto znakový jazyk byl a je hlavním dorozumivacím prostředkem neslyšících lidí a prostředkem předávání kultury neslyšících (Kosinová, 2008).

Komunita neslyšících bude vždy menšinovou komunitou a je nutné zabývat se jejími možnostmi komunikace s většinovou slyšící společností – komunitou. Je obvyklé, že se kultura předává z generace na generaci a kultura neslyšících má svoje priority transferu převážně v klubech, kde je prostor pro snadnou interakci a pro komunikaci ve vlastním jazyce. Mízi zde jakékoliv komunikační problémy a neslyšící si mohou bez potíží vyměňovat zážitky a zkušenosti ze svého života. V České republice se v klubech a spolcích pro neslyšící scházejí lidé především středního a staršího věku. Mladí lidé volí k setkávání místa v jiných prostorách. V klubech se konají pravidelná setkání za účelem sociálního kontaktu, tedy posedět a popovídat si o událostech minulých dnů a předat si vzájemné zkušenosti a poznatky. Neslyšící osoba se musí cítit „doma“, být součástí komunity neslyšících. Tento proces je přirozený a nenucený (Kosinová, 2008).

Setkávání neslyšících při různých událostech patří neodmyslitelně k jejich životu. Mezi oblíbené aktivity patří plesy, Mikulášská setkání, pálení čarodějnic, benefiční koncerty a jiné. K dalším činnostem můžeme řadit umění neslyšících, ať je to vystoupení pantomimy, vystoupení herců, divadelní vystoupení neslyšících herců, přehlídka umělecké tvorby ve znakovém jazyce a v neposlední řadě jsou to sportovní akce – turnaje, soutěže, mistrovství České republiky, turistické a poznávací zájezdy a další.

Každý člověk touží po uspokojení svých potřeb, tuto touhu však neuspokojuje libovolně. Způsoby, kterými mohou lidé uspokojovat své touhy a potřeby jsou určeny také tím, co očekávají druzí lidé ve společnosti, protože i jejich očekávání vychází z kulturně hodno-

tového vzorce společnosti a z hodnotových orientací. Člověk tedy při uspokojování svých potřeb vybírá ze způsobů uspokojování, které jsou ohraničeny kulturně hodnotovým vzorcem. Jedinec se rozhoduje na základě konkrétní situace, v níž se ocitnul. S každou situací se pojí určité alternativy uspokojení potřeb, tedy možnosti, z nichž lze vybírat. V rámci daného kulturně hodnotového vzorce se jedinec rozhoduje, jak bude konkrétně jednat a dosahovat svých cílů (Kubátová, 2010).

Možnosti zájmových aktivit osob se sluchovým postižením jsou ovlivňovány subjektivně i objektivně. Ze subjektivních hledisek to jsou např. vzdělání, temperament jedince, zájmy, vztah k různým oblastem a směrům a rodina, s níž může neslyšící své zájmy sdílet. Určitou roli hraje i věk, kdy se sluchově postižený rozhoduje pro některou z aktivit. Jako druhé, objektivní hledisko, které může omezit výběr aktivit, nebo naopak podpořit, jsou sluchově postižení přátelé, s nimiž neslyšící osoba udržuje kontakty. Dalším objektivním kritériem, které může být ale i limitujícím, je vzdálenost od organizace či spolku sluchově postižených osob a nemožnost být v kontaktu se svou komunitou. V neposlední řadě je zde další faktor, což je finanční zabezpečení osob se sluchovým postižením ve vztahu k zájmovým aktivitám.

Specifikum komunity neslyšících spočívá mimo jiné v přenosu kultury na další generace. Samotná kultura neslyšících se v rodině z generace na generaci přenáší pouze u 5–10 % neslyšících, 90–95 % neslyšících si kulturu předává ve školách pro sluchově postižené, na internátech škol a v organizacích neslyšících. Důvodem je skutečnost, že neslyšící děti se rodí v 90–95 % do slyšících rodin. Přírozený přenos kultury zde tedy není možný. Neslyšící dítě se o kultuře neslyšících dozvídá zprostředkovaně, ne pouhým nabýváním v rodině. Záleží pak pouze na rodině, zda kulturu neslyšících představí dítěti již v raném věku, nebo zda se k ní dítě dostane až v průběhu školní docházky (Komorná, 2008).

Panská (in Ješina, Hamřík a kol., 2011) uvádí, že ve výchově sluchově postižených dětí můžeme nalézt vzorce chování, postoje, hodnoty i zkušenosti, které si přinášejí ze svého blízkého okolí. Kromě rodiny, školy či internátu to může být také účast na víkendových aktivitách nebo letních táborech. Právě doba, po kterou je sluchově postižené dítě v prostředí volnočasové letní akce, je pro ně velmi podstatná a může mít vliv na jeho osobnost. Do programů těchto pobytových akcí jsou zařazovány především sportovní pohybové aktivity v přírodě s důrazem na zvyšování kondice, zapojení co nejvíce smyslů, získávání zkušeností, neobyčejnost zážitků, naplní je také relaxace, odpočinek smysluplná i nezávazná komunikace.

Díky pohybovým aktivitám se člověk setkává s ostatními lidmi a přizpůsobuje se jiným situacím.

Naučí se cílevědomosti, vytrvalosti, týmové spolupráci, respektování určitých pravidel, naučí se prohrávat i vítězit a mnoho dalšího (Ješina, Kudláček a kol., 2011, 131).

Dovolíme si představit monitorování zájmových aktivit neslyšících na Moravě, které bylo sledováno v roce 2012 (Menšová, 2013). Hlavním cílem této práce bylo získat přehled o nabídce zájmových aktivit pro osoby se sluchovým postižením, které poskytují organizace v oblasti Moravy, zda této nabídky osoby se sluchovým postižením využívají a zda je nabídka v souladu s poptávkou. Výstupem realizovaného zjišťování bude zmapování spektra možných aktivit v dané organizaci pro sluchově postižené, nabídka uvedených aktivit a její transfer do společnosti osob se sluchovým postižením, včetně reflexe na individuální či skupinové využití nabízených aktivit. Výsledky šetření by měly odpovídat na otázky: a) Které aktivity preferují neslyšící jako hlavní náplň volného času? b) Provozujete ve svém volném čase pohybovou aktivitu a sport? c) Která činnost vám ve škále nabídek chybí? d) Jakým způsobem se k vám dostávají informace o nabídce aktivit určených primárně pro sluchově postižené?

METODIKA

Pro získání informací byl zvolen dotazník vlastní konstrukce. Průzkum byl realizován na objektivním a nezaujatém přístupu. Práce je rozdělena do dvou oblastí. V první části byl empirickým šetřením pomocí řízeného strukturovaného rozhovoru se sluchově postiženými osobami proveden průzkum zaměřený na volnočasové aktivity, na způsoby získávání informací a způsob komunikace v různých prostředích jejich života.

Dotazník

Dotazník vlastní konstrukce se skládá z 27 otázek, které mají za cíl získání názorů od anonymních respondentů. Formou rozhovoru s neslyšícími klienty byly získány informace o požadavcích a pocívaných potřebách v oblasti zájmových činností. S ohledem na výzkumný záměr a specifickou komunikaci neslyšících osob byl zvolen pro šetření standardizovaný rozhovor s otevřenými otázkami, které tvořily těžiště rozhovoru. Uzavřené otázky byly použity jako filtrační, některé jako demografické a kontextové (Kapr, Šafář, 1969).

Rozhovor

Podkladem pro rozhovor byl sestavený formulář dotazů (specificky upravený pro respondenty) vycházející z výzkumného záměru. Tazatelem byla pracovníce v sociálních službách a tlumočnice do znakového jazyka, která při žádosti o rozhovor objasnila každému respondentovi důvod sběru informací, tzn. materiál

pro uvedenou studii a její vazbu na přípravu a realizaci požadovaných volnočasových činností, a také důvod výběru dotazovaného, tzn., že osoba byla oslovena, neboť je schopna podat cenné informace. S respondenty byl dopředu dohodnut postup zaznamenávání sdělovaných informací, včetně ujištění, že ve formuláři nebude uvedeno jméno.

Rozhovor probíhal ve znakovém jazyce, případně v jiném komunikačním systému, jež si zvolil sám respondent dle zákona 155/1998 Sb. o komunikačních systémech neslyšících a hluchoslepých osob. U několika respondentů bylo před vlastním průzkumem ověřeno, zda je formulář správně sestaven.

Respondenti

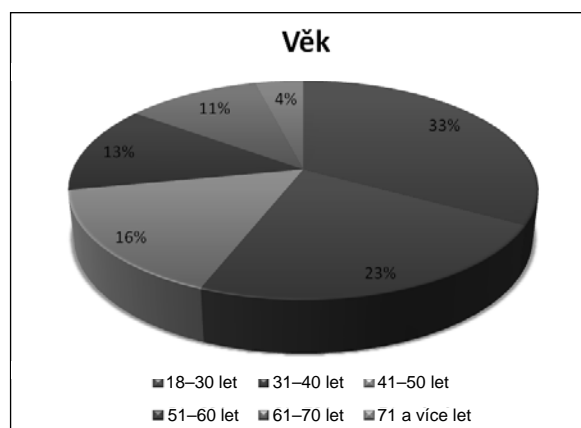
Vzorek respondentů byl vytvořen z dospělých neslyšících a uživatelů sociálních služeb, kteří navštívili Oblastní unii neslyšících v Olomouci nebo se zúčastnili větších akcí jako je Handicap Rally, přednášky a společná setkání komunity neslyšících. Věk respondentů byl stanoven od 18. roku. Byly získány výpovědi od 75 respondentů v časovém horizontu červen až listopad 2012.

	Počet respondentů	Vyjádření v %
nedoslýchavý/á	15	20 %
neslyšící	51	68 %
ohluchlý/á	9	12 %
celkem	75	100 %

VÝSLEDKY

V uvedené studii byl zjišťován, kromě jiných parametrů v souvislosti s hlavním cílem, také věk respondentů, vzdělání a stupeň sluchového postižení. Autorka rovněž sleduje možnosti a preference komunikace v domácím prostředí a ve sféře intaktní populace. Zaznamenávala skladbu nabízených aktivit v prostředí města, venkova, památek, přírody, ale i v prostorách kluboven organizací a na pobytových akcích. Byly zkoumány aktivity, které přináší lidem se sluchovým postižením radost, dobrou pohodu, vzdělání, identifikaci se skupinou.

Způsob, jakým člověk tráví svůj volný čas, může být velmi různorodý. Z toho vyplývá, že činnosti, způsoby chování a aktivity vytvářející životní způsob ve volném čase jsou vždy vázané na svého nositele. V textu jsme se rozhodli zaměřit se na skupinu dospělých osob se sluchovým postižením, protože u této skupiny se, dle mého názoru, objevuje široké spektrum možností, jak svůj volný čas využívají.



Průzkumu se zúčastnilo 75 osob se sluchovým postižením ve věku od 18 let výše, které žijí na území Moravy. Nejpočetnější skupinou byli respondenti ve věku 18–30 let, kteří tvoří 33 % z celkového počtu. Dále se průzkumu zúčastnilo 23 % osob ve věku 31–40 let, 16 % ve věku 41–50 let, 13 % osob ve věku 51–60 let, 11 % osob ve věku 61–70 let a 4 % osob ve věku 71 a více let. Lidé, kteří odpovídali na otázky strukturovaného dotazníku, uváděli svá bydliště po celé Moravě. Soubor ale není tak početný, aby mohly být jednotlivé lokality sledovány a porovnávány. Na druhé straně, již zmíněná setkávání sluchově postižených osob mohou ovlivnit zájmy, jednání a preference aktivit neslyšících bez ohledu na jejich bydliště. Koheze komunity neslyšících je velká a bezpochyby se podílí na výběru aktivit jednotlivců i skupin.



Na otázky odpovídalo více mužů (59 %) než žen (41 %). Oblast Moravy je zastoupena čtyřmi kraji. Nejvíce respondentů (55 %) bylo z Olomouckého kraje. Kraj Jihomoravský stejně jako kraj Zlínský zastupuje 16 % respondentů a nejméně respondentů zastupuje kraj Moravskoslezský (13 %).

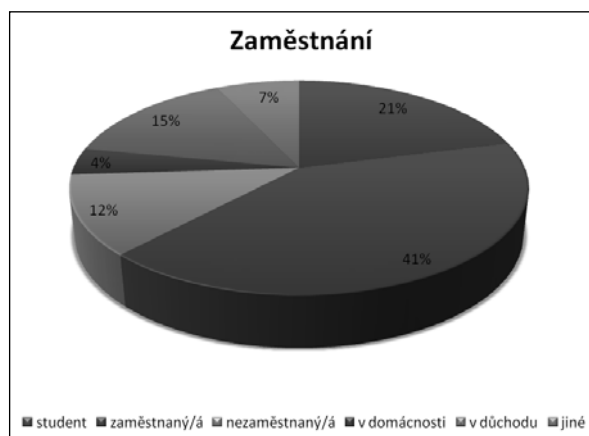
Sluchové postižení sehrává roli i při výběru aktivity. Jak můžeme sledovat z výsledků, nejvíce zastoupena je skupina osob, které se samy identifikovaly jako neslyšící. Tito lidé inklinují ke komunitě nejvíce a jsou v mnoha případech komunitou ovlivněni i při výběru možností trávení svého volného času. Bezproblémová

komunikace ve skupině neslyšících je uvolňuje v projevu, nacházejí zde tedy komunikační potenciál, který v běžném životě mimo komunitu, tedy například v pracovním procesu, vůbec nemohou uplatnit. Lidé s nedoslýchavostí se řadí do komunity také, ale jejich podíl na sdílené aktivitě společného trávení volného času v ní bývá zastoupen méně. Nedoslýchaví lidé si častěji nacházejí své záliby doma, v rodině, případně, díky možnosti orální komunikace, i v pracovním kolektivu.



Z grafu vyplývá, že nejvíce respondentů (68 %) je neslyšících, (20 %) je osob nedoslýchavých a nejmenší zastoupení tvoří skupina osob ohluchlých (12 %).

Můžeme říci, že výběr zájmové činnosti a trávení volného času ovlivňuje i další aspekt, a to je pracovní činnost, tedy zaměstnání. Sluchově postižení lidé v současné době velmi těžce hledají práci, a pokud ji naleznou, tak většinou jejich pracovní pozice neodpovídá jejich kvalifikaci, jinými slovy, přijmou téměř každou práci.

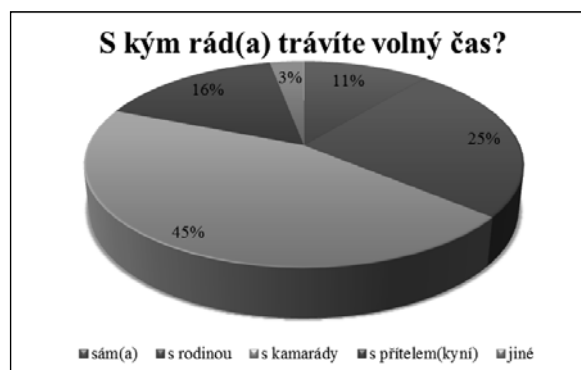


V současné době je zaměstnáno 41 % respondentů, což je v dnešní době charakteristické četnou nezaměstnaností možné považovat za úspěch. 7 % dotázaných vybralo v odpovědi možnost „jiné“, z toho 3 ženy jsou na rodičovské dovolené a 2 respondenti soukromě podnikají. Před rokem 1989 měly základní školy pro sluchově postižené odlišný režim, žáci jezdili na víkendy domů jednou za 14 dnů, jejich volný čas byl neustále organizován a byli nepřetržitě pod pedagogickým

dohledem. V současnosti, když jsou již dospělí, mohou si uspořádat své časové dispozice podle svých představ a možností s vazbou na rodinu, práci a také přiměřený kapitál.

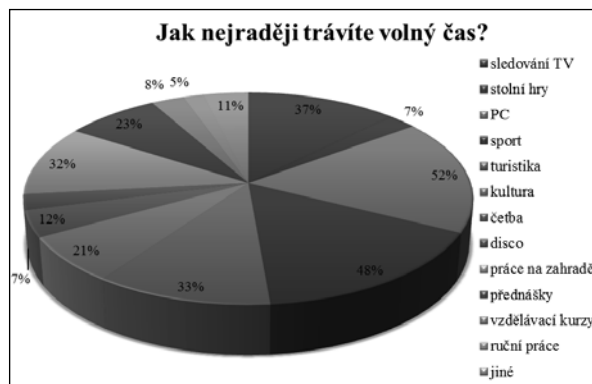


Svůj volný čas nejvíce respondentů (45 %) nejraději tráví venku, 27 % osob uvedlo doma a téměř stejný počet respondentů (28 %) uvedl, že svůj volný čas tráví střídavě doma i venku. Pokud se budeme snažit objasnit a přiblížit problematiku života lidí se sluchovým postižením, především pak problematiku komunikace jako jedné z nejsilnějších a vrozených potřeb člověka, je zásadní si uvědomit, že právě odlišný komunikační systém – vizuálně motorický – prohlubuje komunikační bariéru mezi světem slyšících a neslyšících lidí. Je to právě existence komunikační bariéry, která uzavírá neslyšící do „jiného světa“ a potřeba plnohodnotné komunikace vede neslyšící ke sdružování se do skupin, spolků a dalších systémů v jejich organizacích.

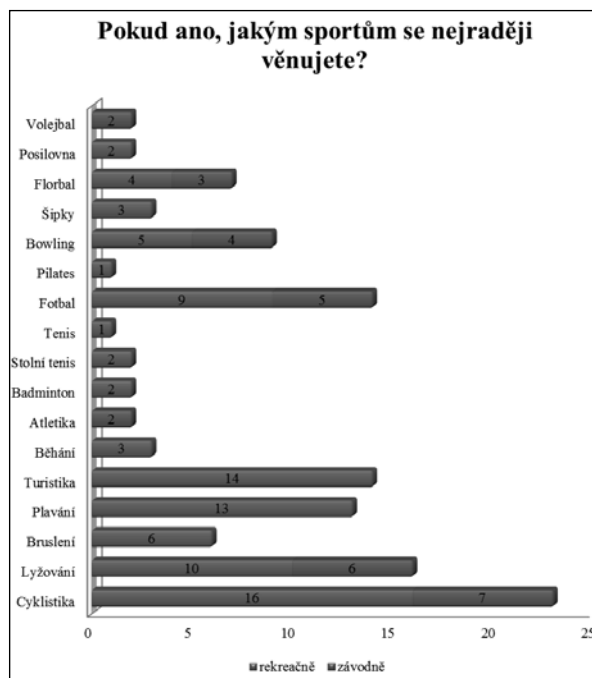


V otázce s kým nejraději trávíte volný čas, uvedlo nejvíce respondentů (45 %) s kamarády, 25 % se svojí rodinou, 16 % s přítelem, 11 % osob se SP tráví svůj volný čas nejraději sami a při odpovědi „jiné“ uvedli 2 respondenti (3 %) se svým psem.

Mezi možnostmi kvalitně trávit volný čas můžeme najít v nabídce široké spektrum aktivit a činností, z nichž poměrně překvapivě „vítězí“ počítač. Nabízí se otázka, zda osobám se sluchovým postižením slouží počítač ke komunikaci s přáteli nebo ke vzdělávání a k získávání nových informací.

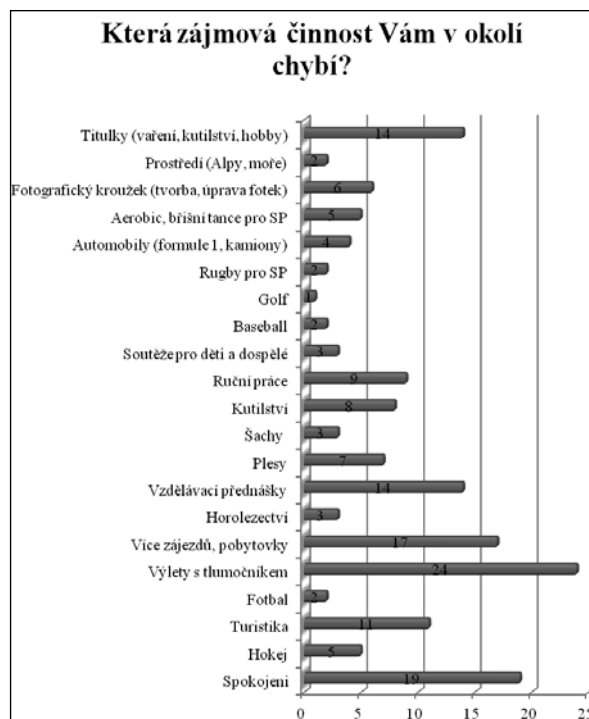


V této otázce měli respondenti možnost vybrat více odpovědí. Z výsledku vyplývá, že nejvíce respondentů (52%) tráví volný čas u počítače a druhé místo zaujímá sport (48 %). Téměř shodné rozložení odpovědí bylo u sledování TV (37 %), turistiky (33 %) a práce na zahradě (32 %). 11 % dotázaných vybralo v odpovědi možnost „jiné“, z toho 2 osoby odpověděly povídání s kamarády, 1 osoba má v oblíbě šachy, 2 respondenti tráví nejraději svůj volný čas v pohostinství, 2 ženy rády vaří, 1 žena nejraději maluje a 1 respondent tráví svůj volný čas fotografováním.



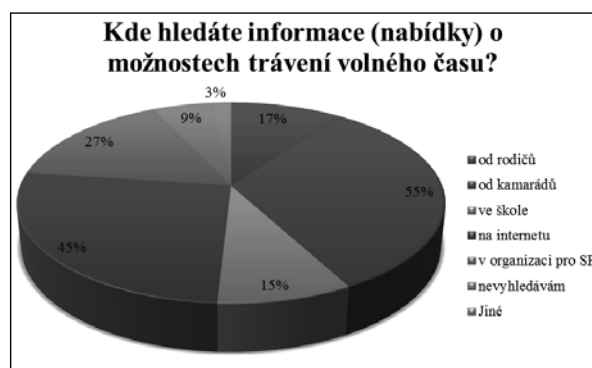
Z odpovědí je patrné, že sportu se věnuje celkem 51 respondentů (68 %), z toho 45 % respondentů na rekreační úrovni a 23 % na závodní úrovni. 32 % dotázaných respondentů uvedlo, že vůbec nesportuje. Škála sportů, které sluchově postižení lidé provozují, je poměrně obsáhlá. Neslyšící si většinou vybírají takové sportovní vyžití, které již znají a s nímž se setkali například na základních a středních školách pro sluchově postižené.

Z grafu vyplývá, že nejoblíbenější rekreační sportovní činností je jízda na kole (45 %), poté následuje lyžování se 31 %, na stejné úrovni je turistika a fotbal s 27 % a téměř stejně oblíbené je plavání s 25 %. Na závodní úrovni je obliba sportů podobná jako u rekreačních činností. Na grafickém znázornění můžeme vidět, které aktivity jsou podle samotných neslyšících nedostačující, po kterých nejvíce touží. Jedná se o výlety s tlumočnickem, zájezdy a pobytové akce. Opět zde máme specifikum komunity, komunikaci a její bariérovost, ale na druhé straně touhu po informacích, a to jak na výletech s tlumočeným výkladem a na pobytových akcích, tak i, což je velmi zajímavé a pozitivní zjištění, neslyšící požadují vzdělávací přednášky (většinou lékařského zaměření, ale i ze sociální sféry). Ačkoliv televizní vysílání má stanovenou titulkovací povinnost, netitulkuje některé z oblíbených pořadů, jež sledují i neslyšící.



Na poslední otázku týkající se chybějící činnosti odpovědělo 19 respondentů, že jsou spokojeni s nabízenými aktivitami. Nejvíce respondentů (24) apelovalo na malé množství výletů a exkurzí po kulturních památkách za asistence tlumočnicka. Sedmnáct dotá-

zovaných by uvítalo více společných pobytových akcí. Více vzdělávacích přednášek, které by se orientovaly na péči o zdraví, předcházení zdravotních problémů, první pomoc s praktickou ukázkou, masáže a jejich význam, kulturu, gramatiku českého jazyka, péči o květiny a zahradu, ale také nejaktuálnější informace zaměřené na dopravní, finanční a sociální oblast, by přivítalo 14 respondentů. Devíti osobám chybí v jejich okolí ruční práce zaměřené na malování, vyšívání a výrobu vlastních výrobků. Muži by uvítali více informací o kutilství a autodopravě. Mladší osoby se SP postrádají ve svém okolí aktivity, jako jsou extrémní sporty (paragliding, bungee jumping a horolezectví). Šesti respondentům chybí fotografický kroužek, kde by získali více informací o tvorbě a úpravě fotografií a také prostor, kde by si mohly své fotky vystavit, případně si mezi sebou zasoutěžit o ty nejlepší. V rozhovoru si několik dotazovaných (14) postěžovalo, že se ve svém volném čase rádi dívají na televizi a stále je málo titulovaných pořadů orientovaných na kutilství, kuchařské programy a zajímavé vzdělávací pořady. Jedna těhotná žena uvedla, že by se jí v místě jejího bydliště líbilo zřízení koutku pro neslyšící maminky s dětmi. Dva respondenti uvedli, že jim chybí spíše prostředí pro jejich oblíbenou aktivitu, a to Alpy pro lyžování a velký vodní prostor pro windsurfing.



Odpovědi na výzkumné otázky:

1. Které aktivity preferují neslyšící jako hlavní náplň volného času?
Z výsledků vyplývá, že nejvíce respondentů (52 %) tráví volný čas u počítače, další aktivitou je sport (48 %). Téměř shodné je rozložení sledování TV (37 %), turistiky (33 %) a prací na zahradě (32 %).
2. Provozujete ve svém volném čase pohybovou aktivitu a sport?
Neslyšící v odpovědích uváděli, že sport a pohybovou aktivitu většinou rekreačně provozují (45%), závodnímu sportu se věnuje 23 % a 32 % dotazovaných respondentů sdělilo, že nesportuje vůbec.
3. Která činnost vám ve škále nabídek chybí?
Jak je uvedeno výše současně s grafickým vyjádřením, neslyšící respondenti nejvíce postrádají výlety po kulturních památkách a exkurze za asistence

tlumočnicka. Dále je zde apel na více titulovaných vzdělávacích pořadů v televizi.

4. Jakým způsobem se k Vám dostávají informace o nabídce aktivit určených primárně pro sluchově postižené?

V této otázce měli respondenti na výběr více možností. Někteří z nich uvedli 2 až 3 odpovědi. Z daných odpovědí vyplynulo, že nejvíce respondentů (55 %) hledá informace u svých kamarádů. Druhé místo zaujímá internet se 45 % a třetí místo (27 %), kde si dotázaní vyhledávají informace, jsou organizace pro SP.

DISKUZE

Cílem výzkumného šetření bylo zjistit a analyzovat, jak se žije osobám se sluchovým postižením v oblasti Moravy. Výzkumného šetření se zúčastnili respondenti ze čtyř moravských krajů. Nejvíce respondentů bylo z Olomouckého kraje. Většina dotazovaných je nejčastěji vyučena, na druhém místě jsou respondenti se středoškolským vzděláním s maturitou. Nejvíce dotazovaných navštěvovalo ZŠ a učiliště/střední školu pro sluchově postižené.

Dotazované osoby nejčastěji tráví svůj volný čas u počítače, ale také sportem a dalšími volnočasovými aktivitami. Osoby se sluchovým postižením se rády společně setkávají na kulturních akcích. Starší lidé se rádi setkávají v klubech, kde si mohou popovídat, rádi hrají šipky, karty, chodí společně hrát bowling.

Podle průzkumu si nejvíce informací neslyšící řecknou mezi sebou. Starší lidé si zjišťují informace docházením do svých organizací a mladší generace vyhledává informace pomocí internetu. Mladí lidé navštěvují i jiná místa k setkávání s přáteli, se kterými si dobře rozumí.

Z průzkumu vyplývá, že největší zájem je o společné výlety za kulturou (hrady, zámky...) s možností tlumočení výkladů průvodce do znakového jazyka, dále by uvítali více pobytových akcí s výlety po okolí a turistikou, větší možnosti pro ruční práce, kolektivní hry a soutěže a mužům chybí více informací zaměřujících se na kutilství a hobby. Z rozhovorů s několika respondenty, kteří tráví nejraději svůj volný čas sledováním televizních pořadů, vyplynulo, že je stále málo titulovaných pořadů, které by je zajímaly. Mezi netitulovanými pořady uvedli například, Receptář prima nápadů, Rady ptáka Loskutáka, kuchařské programy, ale také různé vzdělávací pořady.

Nabídku zájmových činností zaměřenou na intaktní společnost navštíví bez asistence tlumočnicka většinou mladší osoby se sluchovým postižením. Starší ročníky uvedly, že se zúčastní, ale pouze za přítomnosti tlumočnicka nebo raději vůbec ne. Jistě je to dáno stupněm sluchového postižení, ale hlavně sociální

izolaci v průběhu školního vzdělávání, kdy neslyšící uvedli, že po celou dobu pobývali v ústavech na internátě a domů se vraceli jen o svátcích a prázdninách. Dle vyprávění starší a střední generace neslyšících respondentů jsem tak došla k názoru, že lidé, kteří vyrůstali právě v tomto období, byli díky internátům vedeni k určité „závislosti“ na učitelích a vychovatelích a na svých rodičích, a z toho důvodu neustále očekávají nabídku a předložení různorodých aktivit. V dialogu, který jsem s nimi vedla, měli připomínky k některým nabízeným aktivitám, ale sami téměř žádný návrh neposkytli. Domníváme se, že by se i samotní neslyšící měli více snažit zapojit se do připravování aktivit a nečekat jen na to, co je jim připraveno.

Rozhovory a zaznamenávání anketních odpovědí bylo někdy velmi zdoluhavé, neboť respondenti občas nepochopili smysl otázky a odpovídali mimo téma. V některých případech se rozpovídali nad životem jich samých, nad studiem a zážitky z ústavního prostředí. Aby rozhovor měl zachovanou stanovenou strukturu, musela jsem proto mluvčí upozorňovat, aby neodbíhali od stanovených otázek.

ZÁVĚR

Kvalitní a smysluplné trávení volného času nám umožňuje nejen odpočívat a relaxovat, ale plní řadu sociálně výchovných funkcí, a proto je zapotřebí toto téma nepodceňovat. Je důležité si uvědomit, že úsilí a prostředky vložené do podpory volnočasových aktivit se jistě vrátí. Zmenší se počet sociálně patologických jevů a bude možné dosáhnout důležitého pokroku ve změně systému hodnot, což se později také při výchově dětí. Využívání služeb a výběr aktivit závisí na typu a stupni sluchového postižení a také na věku jedince. Sluch je pro život člověka jedním z nejdůležitějších smyslů, pomáhá člověku orientovat se v prostředí, cítit se v něm bezpečně, napomáhá pochopení okolních dějů. Nejzávažnějším důsledkem sluchového postižení je komunikační bariéra, kterou musí jedinec se sluchovým postižením denně překonávat. Právě vlivem sluchového postižení, a tím omezeného přísunu informací, jsou možnosti a získávání informací značně omezeny. Lidé se sluchovým postižením mají dle zjištěných výsledků možnost zúčastňovat se pod záštitou svých center zajímavých přednášek, společných setkání nejen ve dnech vánočních, velikonočních, ale také výletů a pobytových akcí. Průzkum také prokázal, že

většina respondentů je spokojena s možnostmi využití volného času, který je jim v jejich regionech nabízen, ale stále je co zlepšovat.

Každý, bez ohledu na svůj zdravotní stav, by měl mít možnost se ve svém volném čase věnovat něčemu, co ho baví, co mu přináší odreagování a uspokojení. Zbývá snad jen popřát, aby byly nabízené aktivity přijímány účastníky s takovou radostí, s jakou jsou připravovány a vytvářeny. A také doufat, že realizace nabízených činností přispěje ke zlepšení kvality života neslyšících osob i jejich snadnější integraci do většinové společnosti. Tato práce bude podnětem k vytváření struktury programů nejen v Oblastní unii neslyšících, ale také v dalších organizacích, které na výzkumu participovaly. Vzhledem k tomu, že se pracovníci těchto organizací navzájem znají, budou schopni společně diskutovat a vnášet nové náměty ke zkvalitnění zájmové činnosti osob se sluchovým postižením. Výsledky této práce budou prezentovány po jejím obhájení.

REFERENČNÍ SEZNAM

- Ješina, O., Hamřík, Z. a kol. (2011). *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Ješina, O., Kudláček, M. a kol. (2011). *Aplikovaná tělesná výchova*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Kapr, J., Šafář, Z. (1969). *Sociologie nebo zdravý rozum? Praxe sociologického průzkumu*, 1. vyd. Praha: Mladá fronta, 70–85.
- Kebza, V. (2005). *Psychosociální determinanty zdraví*. Brno: MU v Brně.
- Kircher, J. (2007). *Emotivní pohybové aktivity jako součást kvality života*. Ústí nad Labem: Pedagogická fakulta UJEP.
- Kosinová, B. *Neslyšící jako jazyková a kulturní menšina*. Praha, 2008.
- Křivohlavý, J. (2003). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
- Kubátová, H. (2010). *Sociologie životního způsobu*. Praha, GRADA.
- Payne, J., et al. (2005). *Kvalita života a zdraví*. Praha: Triton.
- Pelikán, J. (2007). *Základy empirického výzkumu pedagogických jevů*. Praha: Karolinum, 2007.
- Prokop, J. (2008). *Kvalita života seniorů*. In Hermanová a kol. *Aktuální kapitoly z péče o seniory*. Brno: T.I.G.E.R.
- Urban, L., Dubský, J. (2008). *Sociologie životního stylu*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, s. r. o., 2008.
- Woll, B. & Ladd, P., 2003. *Deaf communities*. Oxford: Oxford University Press.

Posouzení a rozvoj koordinačních schopností u dětí se sluchovým postižením

Evaluation and Development of Coordination Abilities by Children with Hearing Impairment

Mgr. Věra Knappová, Ph.D., Mgr. Martina Vinterlíková

Katedra tělesné a sportovní výchovy, Fakulta pedagogická, Západočeská univerzita v Plzni

Práce vznikla v rámci projektu „Příprava pro tělesnou výchovu osob s postižením“ CZ.1.07/2.2.00/15.0336.

ABSTRAKT

V předloženém příspěvku se zabýváme problémem týkajícím se koordinační úrovně dětí se sluchovým postižením. Je zřejmé, že koordinace u jedinců s touto specifickou potřebou bývá zhoršená, což má dopad i na jejich běžné denní aktivity. Projevem bývá například nevhodné načasování pohybu, narušený časoprostorový sled pohybu apod. Stejně problémy zaznamenáváme při provádění sportovních a pohybových aktivit. I zde se setkáváme s problémem provést pohyb koordinovaně, žáci provádějí cvik nepřesně, zaznamenáváme zhoršenou rovnováhu a další. Naším cílem bylo testování a rozvoj koordinačních schopností u dětí se sluchovým postižením. Na základě vstupního testování pomocí testové baterie jsme následně stanovili a realizovali pohybovou intervenci zaměřenou na ty oblasti, ve kterých jsme při úvodním šetření zjistili nižší úroveň schopností a dovedností. Dále jsme také posuzovali, do jaké míry se liší úroveň koordinačních schopností neslyšících žáků od žáků nedoslýchavých. K vyšetření dětí se sluchovým postižením byla použita testová baterie pro diagnostiku nedostatků motorického projevu Movement Assessment Battery for Children 2 (MABC-2). V přípravě pro systematický rozvoj jsme se proto zaměřovali zejména na rovnovážné a orientační schopnosti žáků. Výsledky vstupního testování jsou zřetelně horší, než výsledky výstupních dat. Po vstupním testování spadala do zóny s minimálním rizikem vzniku koordinační poruchy pouze přibližně třetina žáků, po tříměsíční pohybové terapii již do této oblasti spadaly tři čtvrtiny examinovaných. Domníváme se, že cílená pohybová terapie zaměřená na největší problémy v koordinačních schopnostech u těchto dětí se specifickými potřebami měla na výsledné výkony žáků významný vliv, ovšem promítá se sem v určitém měřítku i znalost testů MABC2 již ze vstupního examinování. Během pohybové intervence jsme zaznamenali další rozdíly mezi žáky neslyšícími a nedoslýchavými, konkrétně se potíže u neslyšících žáků nejvíce projevovaly v orientaci a rytmických cvičeních. Na základě našeho pozorování jsme si také povšimli rozdílů v psychice a reakcích žáků na nové situace. Nedoslýchaví jedinci byli ve srovnání s žáky neslyšícími více sebevědomí, nebojácní a samostatní. Test MABC2 je výbornou pomůckou pro zjištění koordinační úrovně, doporučujeme ji tedy používat terapeutům, zdravotníkům, pedagogům, speciálním pedagogům a dalším. Je však třeba počítat s i určitými nedostatky testu, zejména s časovou a materiální náročností.

Klíčová slova: sluchové postižení, děti, motorika, koordinace pohybu.

ABSTRACT

In presented paper we focus on problem of level of coordination by children with hearing impairment. It is obvious that coordination by individuals with this specific need is worsened, which influence their common daily activities. It is demonstrated by e.g. inappropriate timing of movement, disrupted time-space sequence of movement and so on. The same problem we notice by performing sport and movement activities. In this area we also meet problem that children do not perform movement in coordinated way, make exercises inaccurately and have worsened balance and so on. The aim of our study was testing and development of coordination abilities by children with hearing impairment. On the basis of entrance examination by test battery we determined and implemented movement intervention focused on areas, in which we found out lower level of abilities and skills. Next we evaluated, how different are the levels of coordination abilities of the deaf pupils and hard of hearing pupils. The Movement Assessment Battery for Children 2 (MABC-2) for diagnostics of imperfections of motor performance was used to examine children with hearing impairment. Already after the first test we noticed motoric differentness of pupils with hearing impairment, especially in the balance area. In preparation for the systematic development, we therefore focused mainly on the balance and orientation abilities of pupils. Results of the entrance testing are visibly worse than the results of the final testing. After the entrance testing just about a third of pupils belonged within the zone with minimal risk of development of

coordination disorder and after three months of movement therapy already three quarters of pupils belonged to this zone. We believe that targeted movement therapy focused on the biggest problems in the coordination abilities of these children with special needs had a significant impact to the pupils' final performance, however it reflects in a certain way the knowledge of the MABC2 tests from the previous entrance examination. The MABC2 test is an excellent tool for determining the level of coordination skills. We recommend its use to the therapists, health professionals, pedagogues and others. We note, however, some limitations of the test, especially its higher time and material demands.

Key words: hearing impairment, children, motorics, movement coordination

ÚVOD

V předloženém příspěvku se zabýváme problémem týkajícím se koordinační úrovně dětí se sluchovým postižením. Je zřejmé, že koordinace u sluchově postižených jedinců bývá zhoršená, což má dopad i na jejich běžné denní aktivity. Projevem bývá například zhoršené načasování pohybu, časoprostorový sled apod. Stejně problémy zaznamenáváme při provádění sportovních a pohybových aktivit. Zde se v rámci učení se novým dovednostem setkáváme s problémem provést koordinovaně pohyb, cvik bývá proveden nepřesně, zaznamenáváme mírný třes, zhoršenou rovnováhu a další obtíže.

Kvalita koordinace pohybu významně ovlivňuje každodenní život člověka a vytváří předpoklady pro efektivní osvojování motorických dovedností (Doty, McEven, Parker a Laskin, 1999). Mnohdy však nejsou děti se sluchovým postižením schopny vykonávat základní motorické dovednosti na stejné úrovni jako jejich intaktní vrstevníci.

Mezi základní motorické dovednosti řadíme stabilitu, lokomoční pohyby (chůze, běh, poskoky, skoky, cval) a manipulaci s objekty (házení, chytání a kopání) (Doty, McEven, Parker a Laskin, 1999; Gallahue, 1996). Pro jedince se specifickými potřebami obecně je nejdůležitější přínos rozvoje základních motorických dovedností v oblasti funkčních dovedností, které jsou nezbytné pro provádění pohybů vyžadovaných v běžném životě.

Narušená koordinace může způsobovat potíže např. při zavazování tkaniček, zapínání knoflíků, držení přístroje, balancování, orientaci v prostoru, dochází ke zhoršené rytmizaci pohybu apod. To se může odrazit i v sociální integraci. Nedostatky koordinace pohybu u dětí se specifickými potřebami se promítají do kvality jejich života a negativně ovlivňují mimo jiné i jejich psychickou stránku a postavení ve skupině.

V naší práci se zaměřujeme na posuzování úrovně základních motorických dovedností a jemné motoriky u této specifické skupiny dětí a především na práci s nimi. Na základě publikovaných poznatků o vhodných pohybových intervencích pro rozvoj koordinace pohybu u dětí intaktních jsme se rozhodli aplikovat vybrané specifické pohybové činnosti i na cílovou skupinu dětí se specifickými potřebami. Jako vhodné shledáváme např. využití prostředků rytmické gymnastiky

(hudebně pohybová výchova, manipulace s náčiním, rovnováhová průprava apod.), psychomotoriky apod.

METODIKA

K vyšetření dětí se sluchovým postižením byla použita testová baterie pro diagnostiku specifických poruch učení Movement Assessment Battery 2 (MABC-2). Podmínky testu MABC2 jsou pro všechny testové osoby stejné. Využívají se standardizované pomůcky, např. mince, kuličky, fazolový pytlík, podložky, kladinka atd. Tato testová baterie je jak časově, tak materiálně náročná, splnění testu trvá přibližně 30 minut (Johnson, 2006).

Testování probíhalo na ZŠ a MŠ pro žáky se sluchovým postižením v Plzni, a to na začátku a na konci prvního pololetí. Ve vymezeném časovém období jsme se snažili prostřednictvím cílených pohybových aktivit zdokonalovat a rozvíjet koordinační schopnosti u testovaných dětí a toto zlepšení koordinační úrovně ověřit výstupním testováním.

MABC 2 obsahuje 8 úkolů pro každou ze tří věkových kategorií: 3–6 let, 7–10 let a 11–16 let. Úkoly jsou rozděleny do těchto tří oblastí: manuální zručnost, dovednosti s míčem, statická a dynamická rovnováha. Examinovanými jedinci byli chlapci a dívky ve věku od 7–10 let navštěvující první, druhý a třetí ročník. Pracovali jsme celkem se čtyřmi žáky neslyšícími a osmi žáky nedoslýchavými. Škola pracuje podle školního vzdělávacího programu „Neslyším, ale rozumím“.

Námi sledovaná věková etapa 7–10 let zahrnuje tyto úkoly.

8 úkolů pro školní děti:

- Umisťování kolíků.
- Provlékání tkaničky.
- Kreslení cesty.
- Házení a chytání tenisového míčku.
- Házení fazolového pytlíku na cíl.
- Balancování na jedné noze.
- Chůze po čáře, pata ke špičce.
- Skákání jednož na podložkách.

Kvalitativní výkony jsou ke každému úkolu rozpracovány zvlášť. Pokud je žák v nějaké činnosti výrazně horší, kvalitativní výkony nám mohou sloužit

jako vodítko při zjišťování příčin. (Johnson, 2006). Výsledky vyhledáváme dle tabulek, které jsou vytvořeny v závislosti na věku žáků. Než tedy začneme pracovat s tabulkami, je nutné správně a přesně vypočítat věk examinovaných. Tento údaj pak převádí-

me na standardní skóre (SS). Některé úkoly je nutné provést na obě ruce, výsledky SS se v tomto případě vydělí dvěma.

Na základě výsledků jsou žáci rozděleni do těchto výkonnostních skupin:

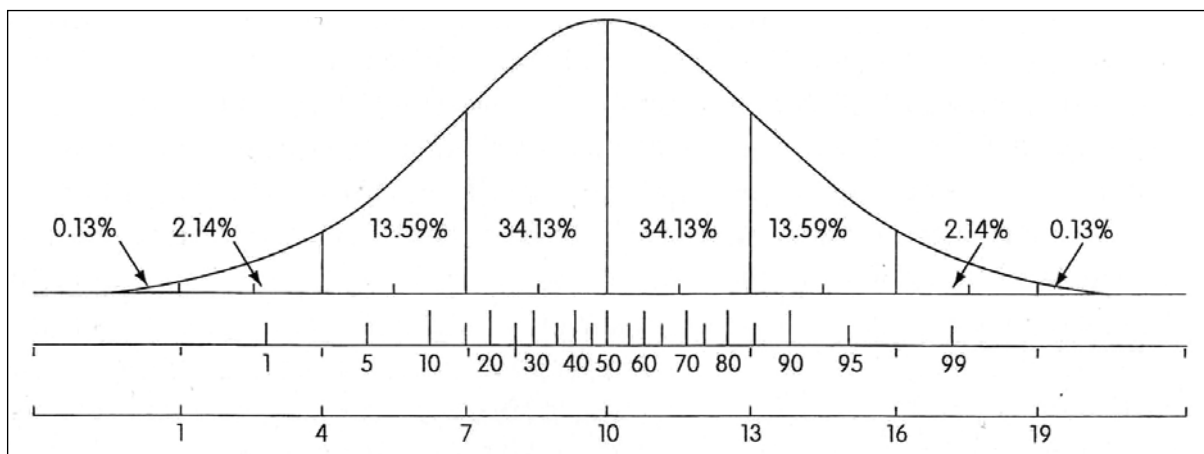
Tabulka 1 Výsledné skóre (Engel-Yeger, B. & Rosenblum, S. & Josman, N., 2010)

Dětské skóre	Konečné skóre	Percentil	Výsledek
červená zóna	56 a méně	do 5 P	pohybové potíže
žlutá zóna	57 až 67	5-15 P	riziko pohybových potíží
zelená zóna	nad 67	nad 15 P	žádné pohybové potíže

Standardní výsledky získáváme zvlášť u každé ze tří skupin (manuální zručnost, dovednosti s míčem, statická a dynamická rovnováha) a úzce souvisí se standardními odchylkami (viz Obrázek 1). Pokud jsou u žáka dle výsledků stanovené dvě odchylky, či je více pod průměrem, je nutné přistupovat k jedinci indivi-

duálně, více se mu v této sféře věnovat a poskytnout pomoc. Žáky s jednou standardní odchylkou řadíme do rizikové skupiny. Vrchní křivka grafu znázorňuje procenta případů, prostřední procentuální rozpětí a spodní linie standardní výsledky v testu MABC2.

Obrázek 1 Standardní odchylka a standardní výsledek v testu MABC2 (Engel-Yeger, B. & Rosenblum, S. & Josman, N., 2010)



Obrázek 2 Testování jemné motoriky - vkládání kuliček



Obrázek 3 Testování rovnováhových schopností - stoj na kladince jednož



V rámci aplikované pohybové intervence jsme se zaměřili na pohyby, které žákům činily největší potíže, jednalo se tedy o udržení rovnováhy, orientaci v prostoru a rytmická cvičení. V prvních hodinách jsme využívali asistence učitelek, které dětem ve znakovém jazyce tlumočily naše požadavky. Zhruba po třetí vyučovací jednotce jsme dokázali s žáky komunikovat sami, pouze na základě dostatečné artikulace a žákova odezírání.

Při nácviu motorických dovedností jsme individuálně dbali zvláště na optimální držení těla, přesnost a preciznost provedení.

VÝSLEDKY

Již po prvním testování jsme postřehli motorickou jinakost u žáků se sluchovým postižením, a to zejména v oblasti rovnovážné. V pohybové intervenci jsme se

proto zaměřovali zejména na rovnovážné a orientační schopnosti. Výstupní testování nebylo tolik zdlouhavé, žáci úkoly dobře znali a nemuseli jsme je tak opětovně demonstrovat. Examinování probíhalo během února opět v hodinách tělesné výchovy. Téměř všichni žáci vykazovali ve výstupním testování lepší výsledky až na jednoho examinovaného, u kterého se ve výsledcích prokázalo zhoršení. Při srovnávání dat žáků nedoslýchavých a neslyšících jsme došli k závěru, že celkově se standardní výsledky neslyšících žáků nijak výrazně neliší od jedinců nedoslýchavých.

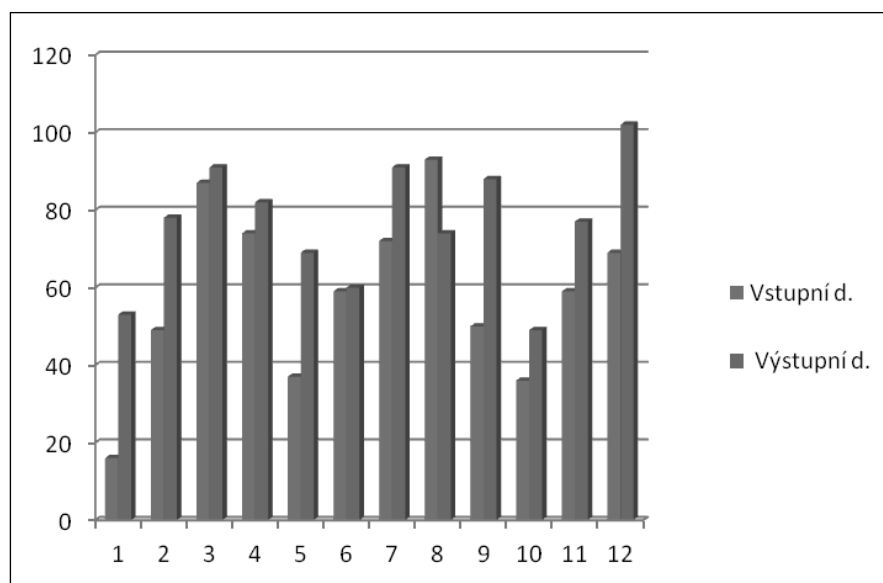
Pro lepší přehlednost jsou v tabulce tučně označeni neslyšící žáci, ostatní jsou žáci nedoslýchaví. V tabulkách jsou zaznamenány údaje všech činností dohromady, tedy čísla jednotlivých úkolů jsou převedena na SS a sečtená, popřípadě vydělená, pokud činnost byla plněna oběma horními končetinami. Následně se čísla převedla na percentil a zařadila do výkonnostních tabulek.

Tabulka 2 Tabulka vstupních a výstupních dat testovaných žáků

Identifikace žáka	Věk	Pohlaví	PRE: Standardní výsledek/percentil	POST: Standardní výsledek/percentil
1	8	M	16,2/69, 7	53/9
2	9	M	49/2	78/50
3	10	Ž	87/75	91/84
4	9	Ž	73,5/37	82/63
5	9	Ž	37/0,5	69/25
6	9	M	59/9	60/9
7	9	Ž	71,5/25	91/84
8	10	M	92,5 /91	74/63
9	7	M	49,5/5	88/75
10	10	M	36/0,5	49/2
11	8	Ž	59/9	77/37
12	10	M	69/25	102/99

Věk $x = 9,1$, $P_{max} = 91/99$, $P_{min} = 0,5/2$, $ss_{max} = 92,5/102$, $ss_{min} = 16,2/49$, $ss_x = 58,2/76,25$

Graf 1 Graf vstupních a výstupních výsledků testování



Výsledky vstupního testování jsou zřetelně horší, než výsledky výstupních dat. Dle tabulky výkonnostních skupin zařazujeme po prvním examinování pět žáků do červené zóny, která se vyznačuje výraznými potížemi při pohybu (1, 2, 5, 9, 10). Do žluté zóny zvýšeného rizika spadaly dvě děti (6 a 11) a bezproblémovou, tedy zelenou zónu splňovalo pět žáků, a to čtyři nedoslýchaví a jeden neslyšící (3, 4, 7, 8, 12).

Výstupní data po pohybové intervenci s odstupem jednoho pololetí vykazovala podstatná zlepšení. Pouze dva žáci spadali do červené zóny (1, 10). U těchto žáků jsme zaznamenali výrazné potíže s motorikou již u prvního vstupního testování. Žák 6 je zařazen do zóny žluté, kam spadal i při prvním testování. Při výsledném testování spadala již většina žáků do zóny zelené, která vypovídá o bezproblémovém pohybu. Při porovnání vstupních a výstupních dat tak můžeme spatřit významný posun v zařazování jedinců do jednotlivých zón. Při vstupním vyšetření spadalo do zóny s minimálním rizikem přítomnosti koordinační poruchy pouze pět žáků (přibližně jedna třetina), po tříměsíční pohybové terapii jsme už do této zóny zařadili celkem 9 examinovaných (tři čtvrtiny).

Zejména v oblasti rovnovážné se po pohybové terapii projevilo ve výkonech žáků zlepšení. Zásahu přikládáme pečlivému procvičování rovnováhy, kterou jsme rozvíjeli téměř každou hodinu. Rovnováhu na jedné noze na kladince žáci neslyšící při vstupním vyšetření ukončovali většinou již po 3 sekundách. V dalších činnostech této oblasti (chůze po čáře, skoky jednož) nebyly rozdíly mezi žáky neslyšícími a nedoslýchavými tolik zřetelné jako u stoje na kladince. Při tomto specifickém testování jsme si také u všech žáků povšimli zásadního vlivu jejich pozornosti, ale také vlivu držení těla na proces testování. Žáci byli často nezpevnění, rozevlátí a neklidní. V pohybové intervenci jsme se proto zaměřili zvláště pozorně na problematiku vadného držení těla, svalových dysbalancí a pohybových stereotypů.

Z našeho pozorování jsme dále zaznamenali rozdíly v psychice žáků. Nedoslýchaví jedinci byli sebevědomí, nebojácni a samostatní ve srovnání se žáky neslyšícími, kteří se vždy při nácviu nových dovedností řadili až na konec zástupu, aby nemuseli provádět úkol mezi prvními.

DISKUZE

Pomocí dat, která jsme získali, můžeme zhodnotit, zda se výsledky testu MABC2 po souvislém tříměsíčním cvičení zlepšily či nikoliv a do jaké míry se liší výkony žáků neslyšících od jedinců nedoslýchavých. Data jsme porovnávali mezi těmito dvěma skupinami s různými úrovněmi poruchy sluchu. Během pohybové intervence jsme zaznamenali další rozdíly mezi žáky

neslyšícími a nedoslýchavými, konkrétně se potíže u neslyšících žáků nejvíce projevily v orientaci a rytmických cvičeních. Z našeho pozorování jsme si také povšimli rozdílů v psychice a v reakcích žáků na nové situace. Nedoslýchaví jedinci byli ve srovnání se žáky neslyšícími více sebevědomí, nebojácni a samostatní.

Domníváme se, že cílená pohybová intervence zaměřená na největší problémy v koordinačních schopnostech u těchto dětí se specifickými potřebami měla na výsledné výkony žáků významný vliv, ovšem promítá se sem v určitém měřítku i znalost testů MABC2 již ze vstupního examinování.

Můžeme tedy shrnout, že testová baterie MABC2 není určena pouze pro intaktní děti a dokáže diagnostikovat úroveň pohybové koordinace i u jedinců se sluchovým postižením.

Test je výborný jak pro lékaře, terapeuty, pedagogy, zdravotní sestry, tak i pro speciální pedagogy. Nevyžaduje zvláštní zaškolení, k pochopení a seznámení s testem MABC2 postačuje samostudium. Na základě kvalitativního a kvantitativního pozorování nám baterie umožňuje zjistit motorickou úroveň žáka díky čemuž jsme schopni stanovit diagnózu, popřípadě podat jedincům určitá doporučení.

Oblast testování manuální zručnosti byla pro žáky nejméně zábavná, a to jak její zdoluhavostí, tak i omezenou schopností dětí udržet pozornost na jednu činnost. Jedince jsme mnohokrát museli přesvědčovat, aby opravdu dodržovali počet pokusů a od úkolu neodcházeli dříve.

ZÁVĚRY

Cílem této práce bylo zjistit úroveň koordinačních schopností dětí na ZŠ pro SP ve věku 7–10 let pomocí MABC 2. Tuto testovou baterii lze používat v mateřských školách, vzdělávacích programech či v dětských poradnách díky dobře a přesně zpracovanému manuálu.

U sluchově postižených dětí se objevují odchylky v koordinaci, především v rovnovážných a orientačních schopnostech. Ne tolik výrazné potíže se mohou objevit i v jemné motorice (manuální činnosti, navlékání korálků, šití atd.). Veškeré tyto odchylky se projevují následně i ve statické i dynamické složce jejich pohybového aparátu. U těchto dětí se specifickými potřebami se setkáváme s vadným držením těla, a to ve vyšší míře, než je tomu v intaktní dětské populaci.

Z důvodu odchylek od optimálního stavu v testech koordinačních (Movement Assessment Battery for Children 2), ale i z preventivního a intervenčního důvodu vzhledem k výskytu vadného držení těla doporučujeme u dětí zařadit pravidelnou pohybovou intervenci psychomotorického charakteru do běžných hodin tělesné výchovy. Výsledky testování po pohybo-

vé intervenci nám poskytují relevantní zpětnou vazbu o přínosu možných pohybových intervenčních programů pro tyto děti.

Po tomto výzkumu se domníváme, že použitá testová baterie není určena pouze pro intaktní jedince a lze ji efektivně využít i u žáků se sluchovým postižením. MABC2 je výbornou pomůckou pro zjištění koordinační úrovně, doporučujeme ji tedy používat terapeutům, zdravotníkům, pedagogům, speciálním pedagogům a dalším. Manipulace s testem nevyžaduje zvláštní zaškolení, k seznámení stačí příslušná literatura a standardizované pomůcky, které se ve školách běžně vyskytují. Zaznamenali jsme však také nedostatky testu, zejména jeho časovou a materiální náročnost.

Na základě porovnání výsledků jsme došli k závěru, že úroveň sluchového postižení může mít vliv na

motorické schopnosti žáků, a to zejména v oblasti rovnovážných, rytmických a orientačních schopností.

REFERENČNÍ SEZNAM

- Doty, A. & McEven, I. & Parker, D. & Laskin, J. (1999). Effects of testing context on ball skill performance in 5-year-old children with and without developmental delay. *Physical Therapy*. vol. 79, p. 818–826.
- Engel-Yeger, B. & Rosenblum, S. & Josman, N. (2010). *Movement Assessment Battery for children (M-ABC)*.
- Eichstaedt, C. & Lavay, B., W. (1992). *Physical activity for individuals with mental retardation: Infancy through adulthood*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gallahue, D., L. (1996). *Development physical education for todays children*. Dubuque, IA: Brown & Benchmark.

Pokyny autorům recenzované sekce

Publikační styl

Standard časopisu **Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi** je založen na publikačním stylu Americké psychologické asociace – *Publication Manual of the American Psychological Association*, 6th edition, 2008 (viz www.apastyle.org). Hlavním jazykem časopisu je **čeština**. Název článku, abstrakt a klíčová slova jsou publikována také v angličtině.

Formátování textu

Soubor příspěvku musí být ve formátu souboru Microsoft Word (.doc nebo .docx). Text má jednoduché řádkování, je zarovnaný do bloku, používá dvanáctibodový font Times New Roman a všechny ilustrace, obrázky a tabulky jsou umístěny v samostatných souborech s vyznačením jejich umístění v textu. Maximální povolená délka příspěvku je 15 stran celkem (včetně obrázků, tabulek a případných příloh).

Abstrakt a klíčová slova

Doporučená délka abstraktu je 400 slov a nesmí přesáhnout 500 slov. Autoři musí uvést 3 až 10 klíčových slov.

Struktura příspěvku

Výzkumný článek musí být strukturován následujícím způsobem: ÚVOD, METODIKA, VÝSLEDKY, DISKUZE, ZÁVĚRY, REFERENČNÍ SEZNAM. Doporučená struktura teoreticky orientovaného článku: ÚVOD, CÍLE PŘÍSPĚVKU, VÝSLEDKY, DISKUZE, ZÁVĚRY, REFERENČNÍ SEZNAM. Názvy kapitol musí být napsány velkými písmeny a zarovnány doleva.

Tabulky a obrázky

Tabulky a obrázky musí být zaslány v samostatných (zdrojových) souborech ve formátech .xls, .jpg, .tif apod. V textu bude uvedeno umístění každé tabulky a obrázku a jejich identifikace. Identifikace je zarovnaná doleva a sestává z popisku (např.: Tabulka 1, Obrázek 1) a názvu tabulky nebo obrázku pokračujícím na stejném řádku.

Referenční seznam

Reference jsou umístěny na konci příspěvku v abecedním pořadí a musí být v souladu s APA publikačním stylem (viz příklady). Pro reference nelze nikdy použít poznámky pod čarou. Pečlivě přezkontrolujte reference, abyste se ujistili, že jsou správně a zařazeny pouze v případě, že jsou citovány v textu. Kde je to možné, musí být uvedena URL adresa odkazující na referenci.

Příklady

NEPERIODIKA (knihy, závěrečné zprávy, monografie, brožury)

Autor, A. A., & Autor, B. B. (rok). *Název práce*. Místo: Vydavatel.

Např.:

Kudláček, M., & Ješina, O. (2008). *Integrace žáků s tělesným postižením do školní tělesné výchovy*. Olomouc: Univerzita Palackého.

ČÁST NEPERIODIKA (kapitoly knih, sborníky)

Autor, A. A. (rok). Název kapitoly. In A. Editor & B. Editor (Eds.), *Název knihy* (pp. strany). Místo: Vydavatel.

Např.:

Válková, H. (2008). Integrace v evropském kontextu. In M. Kudláček & T. Vyskočil (Eds.), *Integrace – jiná cesta II* (pp. 83–113). Olomouc: Univerzita Palackého.

PERIODIKA (články v časopisech)

Autor, A. A., Autor, B. B., & Autor, C. C. (rok). Název článku. *Název periodika, ročník*(číslo), strany.

Např.:

Janečka, Z., Šterbová, D., & Kudláček, M. (2008). Psychomotorický vývoj a vývoj motorických kompetencí kongenitálně nevidomých dětí do 36 měsíců věku. *Tělesná kultura*, 31(1), 20–29.

Recenze odborných knih

RECENZE VÝUKOVÉHO DVD „UŽ TO TAKÉ DOKÁŽU!“

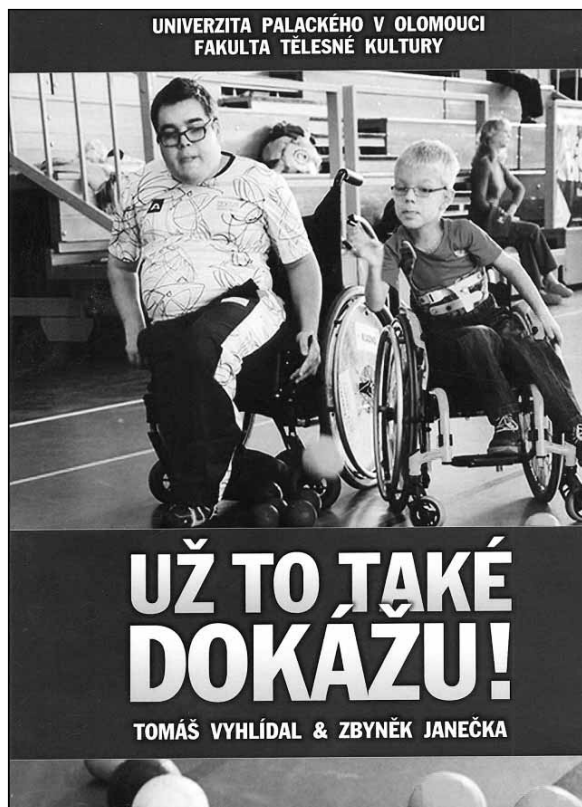
Tomáš Vyhlídal a Zbyněk Janečka

Recenzi zpracoval: Martin Kudláček

Jedná se o velmi zdařilou publikaci, která navazuje na předchozí DVD „Společně v pohybu“ a velmi vhodně doplňuje dříve vzniklé studijní texty i články v odborných časopisech. V českém jazyce. Dle mého názoru je toto DVD originální i z pohledu mezinárodních odborných publikací, které jsou převážně textového charakteru a DVD či videa se zaměřují spíše na výuku konkrétních sportů či dovedností. Toto DVD je rozděleno/zaměřeno na čtyři cílové skupiny: a) osoby s tělesným postižením, b) osoby se zrakovým postižením, c) osoby s mentálním postižením a d) osoby se sluchovým postižením. Dále se zaměřuje na tři oblasti tělesné kultury: a) tělesnou výchovu, b) tělocvičnou rekreaci a c) sport.

Velmi důležitou a povedenou částí DVD je video galerie zaměřená na problematiku ATV. Video galerie je zaměřena (obdobně jako celé DVD) na čtyři cílové skupiny a sekce v těchto skupinách. Video galerie doprovází všechny sekce s výjimkou TV u osob s mentálním postižením a TV a rekreace osob se SP.

Video galerie je koncipována tak, že každá ze sekcí má obecný úvod, ve kterém je komentovaný přehled celé problematiky. Za úvodem pak následují další videosekvence, které ukazují možnosti a modifikace v daných prostředích. Pozitivně hodnotím orientaci videosekvenci do čes-



kých podmínek. Ve většině sekcí videosekvence plní spíše inspirativní funkci tj. ukázky různých aktivit, které jsou možné u dané populace. Z tohoto pohledu velmi pozitivně hodnotím sekce TV osob se zrakovým postižením, kde jdou vidět rozdíly zapojení u žáků s různými typy zrakových vad. V sekci osob s TP zaměřené na školní TV by bylo vhodné ukázat různé typy postižení resp. funkčních profilů (př. el. Vozík – CP1 či kvadruplegie; mech. vozík; či ambulatní). U sportu osob s mentálním postižením je patrná převaha zaměření na Speciální Olympiády.

BUILD IT SO THEY CAN PLAY: AFFORDABLE EQUIPMENT FOR ADAPTED PHYSICAL EDUCATION

T. Sullivan, C. Slagle, T. J. Hapshie,
D. Brevard, V. Brevard

(2012)

Champaign, IL: Human Kinetics

Rozsah publikace – 130 s.

**Postav to, ať si mohou hrát: cenově dostupné zařízení
pro aplikovanou tělesnou výchovu**

Tato kniha je zásobník nápadů pro vytváření cenově dostupných pomůcek, které mohou využít učitelé a jednotlivci pracující se studenty s tělesným postižením, ať už v oblasti tělesné výchovy, zdravotní tělesné výchovy, nebo

při rekreaci. Obsahuje praktické rady, jak lze využítovát předměty denní potřeby i věci, které by se jinak vyhodily. Použitím materiálu, jako jsou například levné PVC trubky a překližky, můžete vytvořit pomůcky, které se snadno přizpůsobí individuálním potřebám studentů.

Publikace je určena pro pedagogy tělesné výchovy, kteří pracují se sportovními pomůckami s cílem pomoci mladým lidem rozvíjet a procvičovat fyzické dovednosti. Bohužel náklady na tělovýchovné načiní a zařízení stále stoupají a je všeobecně známo, že upravené a specializované pomůcky nezbytné k uspokojení vývojových potřeb studentů s tělesným postižením stojí mnohem víc než běžné pomůcky. Tato kniha je inspirativním zdrojem nápadů jak získat nové, vhodné pomůcky bez vysokých nákladů. Dle návodu lze většinu pomůcek snadno vyrobit, i když některé kusy vyžadují složitější montáž. Jako vizuální průvodci slouží schémata a fotografie uvedené v knize. Každý popis zároveň obsahuje nápady pro

používání pomůcek a jejich možné uzpůsobení různým schopnostem studentů a záměrům učitele.

Kapitola 1 se zaměřuje na výrobu pomůcek, které lze použít pro konkrétní sportovní a rekreační činnosti jako jsou basketbal, fotbal a různé upravené stolní hry. Všechny pomůcky se zdají být efektivní z hlediska nákladů a jednoduchosti výroby. Zároveň díky jejich snadnému přenosu je možné je používat v jakémkoli výukovém prostředí.

Kapitola 2 ukazuje způsoby, jak upravit nebo vyrobit pomůcky, které mohou být použity v běžných sportovních a rekreačních aktivitách. Tyto pomůcky by měly umožnit všem studentům stát se aktivními účastníky většiny činností v rámci tělesné výchovy i v rekreačním prostředí, například při bowlingu nebo pozemním hokeji.

V kapitole 3 naleznete pomůcky napomáhající rozvoji vestibulární a jemné motoriky. Tyto pomůcky jsou určeny mladým lidem, kteří potřebují podpořit vestibulární vývoj v důsledku nedostatečné kontroly držení těla v jejich statické a dynamické rovnováze, která se projevuje v pohybových vzorcích při sportovních dovednostech, a také všem dalším studentům, kteří se účastní tělesné výchovy nebo aplikované tělesné výchovy.

Kapitola 4 se týká pomůcek, které lze použít k senzomotorickým aktivitám a které podporují audio-vizuální a hmatové stimulační. Tato kapitola poskytuje pokyny pro sestavení senzomotorické pohybové laboratoře a výrobu pomůcek pro senzomotorické aktivity, které mohou být použity v různých prostředích. Je zaměřena na studenty s mírným až závažným postižením, pro které běžná tělesná výchova není nejvhodnější. Popsané aktivity jsou zaměřeny na studenty neschopné uchopovat předměty, jejichž úroveň hry je na mnohem nižší úrovni než u jejich vrstevníků.



Dodatek nabízí kreativní nápady pro využití běžných, levných nebo běžně dostupných věcí (př. PET lahve) - pomůcek při tělovýchovných aktivitách. Vyhledávač pomůcek pomáhá při hledání pomůcek a činností, které vyhovují konkrétním potřebám jednotlivých studentů.

Výběr abstraktů výzkumných článků z oblasti APA

Tilinger, P. (2012). Komparace výkonnosti intelektově postižených a intaktních sportovců v plavání. *Česká kinantropologie*, 16(3), 189–200.

Srovnávací studie mezi IP a intaktními byly realizovány v řadě oblastí (psychika, somatické charakteristiky, motorika jedinců s IP, srovnání úrovně intelektu a motorické výkonnosti). Studie přináší srovnání výkonnosti intelektuálně postižených plavců se sportovci většinové populace. Pro komparaci jsme využili stávající světové rekordy vedené mezinárodní plaveckou federací FINA a Inas (mezinárodní organizací pro paralelní sport pro osoby s intelektovým postižením). Pro srovnání nejlepších českých plavců se světem byly využity rekordy ČSMPS (Českého svazu mentálně postižených sportovců). Srovnáme-li světové rekordy Inas a FINA potom u mužů jsou u intelektově postižených plavců hodnoty výkonů až na výjimky vesměs nižší o cca 20–25 %. Ve výkonech žen jsou u intelektově postižených plavkyň hodnoty rekordů Inas vesměs nižší o 19,1 až 26,5 % než rekordy FINA, tedy situace je prakticky obdobná jako u mužů. Porovnání světové úrovně výkonnosti intelektově postižených mužů se sportovci s obdobným postižením v České republice ukazuje na diference ve výši 11 až 29,3 %. Porovnání světové úrovně výkonnosti intelektově postižených žen s plavkyněmi s obdobným postižením v České republice ukazuje na diference ve výši 10,9 až 28,8 %.

Lejčarová, A. (2012). Tělesná výchova na základních školách praktických v historickém pohledu. *Tělesná kultura*, 35(2), 81–103.

Cílem tohoto příspěvku je nastinit vývoj tělesné výchovy vyučované na speciálních školách určených primárně pro děti s lehkým mentálním postižením. Těmito institucemi jsou miněny základní školy praktické (dříve zvláštní školy), které existují již od roku 1948. Z analýzy historických i současných legislativních dokumentů a dalších pramenů týkajících se vzdělání dětí se specifickými vzdělávacími potřebami vyplývá v podstatě neměnná tendence v týdenní dotaci výuky tělesné výchovy. S určitými výjimkami (zejména v obdobích 1953–1960 a 1978–1993) zůstávají ve vzdělávacím programu v každém ročníku tři hodiny týdně. Změny jsou zaznamenány spíše v obsahovém zaměření a organizačních záležitostech pojících se s výukou. Tento fakt souvisí bezpochyby se společenskými změnami ve všech oborech lidské činnosti a z postupného vytváření a vylepšování právních podmínek pro vzdělávání osob se speciálními vzdělávacími potřebami. S ohledem na množství a rozpracovanost přijatých zákonných ustanovení a předpisů lze konstatovat, že po zlomovém roce 1989 se na jedince se specifickými vzdělávacími potřebami, resp. s lehkým mentálním postižením zaměřovala legislativa podstatně více než v minulých obdobích.

Dlouhý, M., Dlouhá, J., Slezáček, M., & Kuhnová, V. (2012). Psychomotorika a sebeobrana jako efektivní pohybová intervence ovlivňující pozornost adolescentů se sluchovým postižením. *Česká kinantropologie*, 16(4), 65–77.

Článek se zabývá problematikou rozvoje pozornosti u adolescentů se sluchovým postižením v období adolescence prostřednictvím speciálního pohybového programu. Cílem výzkumu bylo ovlivnit specifickým sportovně pohybovým programem pozornost u mládeže se sluchovým postižením. V rámci metodiky práce byl zvolen základní empirický postup prostřednictvím jednoduchého experimentu. Hlavním experimentálním činitelem byl pohybový program, který se skládal ze základů sebeobrany a psychomotoriky. V rámci metodiky zjišťování úrovně pozornosti, byl použit Test pozornosti (Bakalář, 1987). Vyhodnocení získaných výsledků bylo provedeno základními statistickými metodami, protože testy normality (Shapiro-Wilcoxonův a Kolmogorov-Smirnovův) zamítly hypotézu o normalitě dat, proto byly používány neparametrické testy. Pro zjištění rozdílu mezi pre-testem a post-testem byl použit Wilcoxonův neparametrický t-test pro závislá pozorování. Stanovená hypotéza, že vlivem intervenčního programu se zvýší úroveň pozornosti u experimentální skupiny adolescentů se sluchovým postižením, byla potvrzena. Výzkum potvrdil předpoklad, že základy sebeobrany a psychomotoriky mají signifikantní vliv na rozvoj pozornosti u vybrané skupiny adolescentů se sluchovým postižením.

Cervantes, C. M. & Porretta, D. L. (2013). Impact of After School Programming on Physical Activity Among Adolescents With Visual Impairments. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2013, 29, 127–146.

Vliv mimoškolních programů na pohybovou aktivitu u mládeže se zrakovým postižením

Účelem této studie bylo prozkoumat vliv mimoškolní pohybové aktivity na mládež a dospívající se zrakovým postižením v kontextu sociálně kognitivní teorie. Účastníky se stali čtyři adolescenti se zrakovým postižením (1 dívka, 3 chlapci) z internátní školy ve věku 14 až 19 let. Pohybová aktivita byla měřena s využitím akcelerometru ActiGraph. Pro získání informací o vybraných pojmech sociálně kognitivní teorie byly použity dotazníky. Výsledky ukazují, že intervence vyvinula funkční kontrolu nad chováním účastníků (např. volnočasové pohybové aktivity) během intervenčních fází. Stejně tak změny ve skóre u vybraných pojmů sociálně kognitivní teorie, obzvláště u výsledků očekávaných hodnot, naznačují pozitivní vztah mezi těmito konstrukty a chováním při pohybové aktivitě.

An, J. & Hodge, S. R. (2013). The Ohio State University, USA Exploring the Meaning of Parental Involvement in Physical Education for Students With Developmental Disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2013, 29, 147–163.

Zkoumání významu zapojení rodičů žáků s vývojovými poruchami do tělesné výchovy

Účelem tohoto fenomenologického průzkumu bylo zjistit zkušenosti a význam zapojení rodičů žáků s vývojovými poruchami do tělesné výchovy. Pomocí rozhovorů, fotografií, školních dokumentů a vědeckých deníků byly shro-

mážděny příběhy čtyř matek dětí v mladším školním věku (3 chlapci, 1 dívka) a dvou matek a jednoho páru (otec a matka) mladistvých ve středoškolském věku (1 dívka, 2 chlapci). Bronfenbrennerova (2005) ekologická teorie poskytla koncepční rámec k interpretaci výsledků tohoto šetření. Z tematického rozboru vyšla tři témata: být obhájcem svého dítěte, pochopení souvislosti a nerozvinuté spolupracovní partnerství v GPE (Global partnership for education). Závěry poskytly dodatečnou podporu pro potřebu vytváření partnerství a spolupráce v oblasti tělesné výchovy mezi rodinami a školou (An & Goodwin, 2007, Tekin, 2011).

Bryan, R. R., McCubbin, J. A., & van der Mars, H. (2013). The Ambiguous Role of the Paraeducator in the General Physical Education Environment. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2013, 29, 164–183.

Nejasná úloha asistentů pedagoga v prostředí běžné tělesné výchovy

V současné době se velmi rozšířilo využívání asistentů pedagoga, které je hnacím mechanismem při integraci studentů se zdravotním postižením ve veřejných školách v USA. Přestože využití asistentů mělo být podpůrnou službou, došlo k mnoha problémům a těžkostem. Účelem této studie bylo prozkoumat roli asistentů pedagoga v prostředí tělesné výchovy z perspektivy učitelů a asistentů pedagoga speciálního školství (pedagogiky), tělovýchovy a aplikované tělesné výchovy. Data byla získána na základě fenomenologického přístupu s využitím dotazníků, rozhovorů a pozorování. Výsledky naznačují obavy z nejasností spojených s rolí asistentů pedagoga v tělesné výchově. Mezi vznikajícími tématy jsou „flexibilní“ definice ochrany bezpečnosti žáků a podpory učitelů, protichůdná očekávání a smíšené přijetí a nejasná úloha asistentů pedagoga. Závěry týkající se role asistenta pedagoga jsou podstatné pro rozhodování o osvědčených postupech a právních normách pro odpovídající využití asistentů pedagoga v tělesné výchově.

Block, M. E., Hutzler, Y. Barak, S. & Klavina, A. (2013). Creation and Validation of the Self-Efficacy Instrument for Physical Education Teacher Education Majors Toward Inclusion. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2013, 29, 184–205.

Vytvoření a ověření nástroje „self-efficacy“ u učitelů tělesné výchovy v kontextu integrace

Účelem bylo ověřit dotazník „self-efficacy“ (SE) zaměřený na integraci žáků se zdravotním postižením do tělesné výchovy (TV). Nástroj, který má tři škály odkazující na mentální postižení (MP), tělesné postižení (TP) a zrakové postižení (ZRP), byl předložen 486 učitelům tělesné výchovy. Vzorek byl náhodně rozdělen a byla provedena průzkumná a konfirmační faktorová analýza (EFA a CFA, v tomto pořadí). Po odstranění položek, které nesplňovaly kritéria pro zařazení, byly EFA položky zatížení v rozmezí 0,53–0,91 a na vysoké úrovni byla Cronbachovo alfa spolehlivost (MP = 0,86, TP = 0,90, a ZRP = 0,92). CFA ukázala, že škála pro MP vykazuje dobrou vnitřní konzistenci, kdežto TP a ZRP škály projeví střední konzistenci. Tím byla doložena obsahová a konstrukční validita tohoto nástroje.

Bredahl, A-M. (2013). Sitting and Watching the Others Being Active: The Experienced Difficulties in PE When Having a Disability. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2013, 30, 40–58.

Pasivní sledování ostatních při aktivitě: zkušenosti žáků s tělesným postižením z TV

Zkušenosti z účasti při pohybových aktivitách byly prozkoumány v kvalitativní studii u dvaceti dospělých osob s tělesným a zrakovým postižením z Norska. Z rozhovorů vyplynulo, že více než 75 % negativních zkušeností uvedených v této studii pochází z tělesné výchovy (PE), což naznačuje, že se jedná o obzvláště problematickou oblast. Negativní zkušenosti se soustředily kolem těchto společných témat: zkušenosti s nezačleněním, zkušenosti s neúspěchem a zkušenosti s nenasloucháním. Rozhovory byly analyzovány za použití existenciálně-fenomenologického přístupu. Účastníci s relativně nízkým a nejméně viditelným postižením byli ti, kteří nejčastěji informovali o negativních zkušenostech vztahujících se k TV. To naznačuje, že zkušenosti nebyly generovány výhradně dle aktuálního tělesného nebo smyslového postižení, ale spíše tím, jak dobře učitelé porozuměli těžkostem souvisejícím s postižením a do jaké míry byly realizovány vhodné úpravy.

Cowan, R. E., Callahan, M. K. & Nash, M. S. (2012). The 6-min push test is reliable and predicts low fitness in spinal cord injury. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 44 (10), 1993–2000. DOI: 10.1249/MSS.0b013e31825cb3b6.

Šestimínutový test jízdy na vozíku, fitness a poranění míchy

Šestimínutový test jízdy na vozíku je obdobou šestiminutového testu chůze s možnostmi využití coby praktického testu pro měření celkové kondice a aerobní kapacity. V této studii provedlo 40 jedinců (37 % kvadruplegie, 63 % paraplegie) s poraněním míchy a se schopností samostatně pohánět mechanický vozík dva šestiminutové testy jízdy na vozíku s hodnocením maximální spotřeby kyslíku. Korelační koeficienty byly překročeny o 0,90 pro celý vzorek i pro podskupiny tetraplegiků a paraplegiků. Jedinci s vysokou úrovní zdatnosti byli schopni vozík pohánět déle, než jejich vrstevníci s nižší úrovní. Při použití binomické logistické regrese prokázal šestiminutový test jízdy na vozíku dobrou citlivost a specifitu při správné predikci o nízké či vysoké úrovni fyzické zdatnosti účastníka. Celkově může být šestiminutový test jízdy na vozíku užitečným nástrojem pro lékaře a výzkumné pracovníky zabývající se poraněními páteřní míchy. Šestimínutový test jízdy na vozíku vykázal vynikající spolehlivost a také citlivost na rozdíly v úrovni fyzické kondice.

Rintala, P., Valimaa, R., Tynjala, J., Boyce, W., King, M., Villberg, J., & Kannas, L. (2011). Physical activity of children with and without long-term illness or disability. *Journal of Physical Activity and Health*, 8, 1066–1073.

Pohybová aktivita u mladistvých s postižením a bez postižení

Tato studie usiluje o určení střední až intenzivní pohybové aktivity (SIPA) dětí s nebo bez dlouhodobých nemocí či zdravotního postižení (DNZP). Studie se zúčastnilo 6 179 osob ve věku mezi 13 až 15 roky z Kanady a Finska, které navštěvují hodiny všeobecného vzdělávání. Údaje byly získány na základě průzkumu studie Health Behavior in School-aged Children (u školních dětí) (HBSC). Pohybová aktivita byla měřena pomocí screeningové (prověřovací) metody pracující se střední až vysokou intenzitou fyzické aktivity. Analýza odchylek byla použita k testování rozdílů mezi skupinami prostřednictvím SIPA. Výsledky ukázaly, že v obou státech mělo přibližně 20% mladistvých DNZP a neaktivita byla stejná u dívek i chlapců. Výsledky dále ukázaly, že mládež s i bez DNZP byla stejně pohybově neaktivní. Výzkumníci poukázali na to, že mládež s DNZP spolu s jejich zdravými vrstevníky nesplňovala mezinárodní normy pro pohybovou aktivitu. Z tohoto se vyvozuje, že rodiče i učitelé v obou zemích by měli podněcovat a poskytovat příležitosti pohybových aktivit nejen u mladistvých s nemocí či zdravotním postižením, ale i u jejich zdravých mladistvých vrstevníků.