

Editorial

Pět let časopisu Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi. Je to málo nebo moc? Já bych řekl, že je to tak „akorát“ a výdrž při publikování tohoto odborného časopisu vypovídá o dostatečné vyzrállosti, odbornosti a zápalu „aplikovaných“ odborníků z praxe ve školách, ústavech a rehabilitačních centrech i akademických učeben. Podzim tohoto roku přinese řadu zajímavých akcí. V říjnu se bude v Madridu konat evropská konference EUCAPA a v těsném závěsu ji bude následovat severoamerická konference NAFAPA pořádaná na Michiganské univerzitě v Ann Arbor. Pro vás je však ještě významnější informace, že v listopadu tohoto roku se bude v malebném jihomoravském městečku Lednice konat již 3. národní konference APA. Změny v hodnocení akademických pracovníků zapříčinily drobný výpadek recenzovaných textů v druhé části časopisu nazvané „Teorie v APA“ a náš redakční tým bude muset v průběhu tohoto roku najít model, jak vám i nadále přinášet kvalitní poznatky z relevantních českých i zahraničních výzkumných studií. Číslo, které držíte v ruce je nabitě inspirativními informacemi z české i zahraniční praxe v oblasti aplikovaných pohybových aktivit. Nechybí ani oblíbené okénko znakové řeči a rozhovor se zajímavým sportovcem. Máte se tedy na co těšit a já vám za celý tým našeho časopisu přeji příjemné počtení.



doc. Mgr. Martin Kudláček, Ph.D.

PRAXE

- **Osobnost v oblasti APA** (redaktorka rubriky Radka Bartoňová)
Rozhovor s Miroslavem Lidinským 2
- **Informace o projektech** (redaktor rubriky Ondřej Ješina)
Aktivity a projekty v oblasti APA realizované v ČR
ve spolupráci se zahraničními partnery 4
Ondřej Ješina
Aktivity Katedry aplikovaných pohybových aktivit..... 8
Ondřej Ješina
- **APA v praxi** (redaktor rubriky Tomáš Vyhliďal)
Termální lázně Velké Losiny – místo pro Vaše zdraví
bez bariér..... 11
Stanislava Kopecká
Centrum Semafor 12
Jan Řihošek
- **Jak na to...** (redaktor rubriky Martin Kučera)
Volleyslide 15
Martin Kalfar - JE TO AUTOR (viz web)?
Golf pro osoby s postižením..... 17
KDO JE AUTOR???
Sebeobrana pro zrakově postižené..... 19
J. Čihounková, A. Skotáková, M. Bugala
Sebeobrana pro vozíčkáře..... 20
A. Skotáková, J. Čihounková, M. Bugala
- **Řekněte to jinak** (redaktorka rubriky Svatava Panská)
Vybrané pojmy znakového jazyka neslyšících pro využití
v ATV 21
Svatava Panská
- **Informace ze zahraničí** (redaktorka rubriky Romana Dostálová)
Objevování svobody a radosti: Jak potápění pomáhá
lidem s postižením..... 23
Romana Dostálová
Cesta Paula Hockeye na Mount Everest 25
Romana Dostálová

TEORIE

- **Recenzovaná sekce**
Vytvoření webových stránek s nabídkou pro děti s disabilitou
v Jihočeském regionu v kontextu dostupnosti řízených
pohybových aktivit 29
Zuzana Kornatovská, Jiří Jůda
- **Inspirace**
Recenze odborných knih 37

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), Mirosław 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 2014. 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 Radka Bartoňová)

Rozhovor s Miroslavem Lidinským

Popsat ve stručnosti dosavadní profesní život pro představení Miroslava Lidinského je velmi složité. Na internetu je spousta článků, které se dotýkají jeho úrazu při bojovém nasazení v Afghánistánu pod jednotkou SOG, po jehož následcích mu byla amputována noha. Jedna z hlavních funkcí, kterou se teď „baví“ je prezident Česká golfová asociace hendikepovaných.

■ Mirku můžeš nám ve stručnosti představit tuto asociaci?

Česká golfová asociace hendikepovaných je občanské sdružení, které vzniklo dne 21. 12. 2009 a jehož hlavním cílem je umožnit osobám s tělesným či zdravotním postižením hrát golf na golfových hřištích v České republice a v zahraničí. Hlavní snahou České golfové asociace hendikepovaných bylo v minulých letech navázat dlouhodobou spolupráci s golfovými kluby v ČR, Českou golfovou federací, Profesionální golfovou asociací hráčů a učitelů golfu v ČR a stát se členem European Disabled Golf Association. S potěšením mohou konstatovat, že tyto cíle se nám postupně podařilo naplnit.



■ Mohl bys nám něco říct o projektu Golf bez bariér?

Hlavní myšlenkou je, aby se hendikepovaní zapojili do sportovního i běžného života a dění, a to především v prostředí, které je jim blízké, v místě jejich bydliště. CZDGA v rámci projektu zajišťuje důstojné podmínky pro trénink a rozvoj hendikepovaných a v neposlední řadě se snaží o změnu pohledu



široké veřejnosti na postižené spoluobčany. Do projektu je zapojena řada spolupracujících subjektů, které pro cílovou skupinu hendikepovaných zajišťují trénink, materiální a technickou podporu. Spolupracující subjekty dle nabízených a poskytovaných služeb získávají status *Tréninkové centrum hendikepovaných golfistů (TCHG)*, *Partnerské hřiště hendikepovaných golfistů (PHHG)* nebo *Partnerské hřiště reprezentace CZDGA (PHR CZDGA)*.

■ Ty sám jsi velice úspěšný hráč české reprezentace. Co tě na golfu tak baví?

Je to návyková hra, kdy soupeříš proti hřišti. Ne proti hráčům. Díky stablefordovému bodování (body dle aktuální herní výkonnosti) můžou v jednom flightu společně nastoupit profesionál, rekreační hráč a hendikepovaný. A může vyhrát kdokoliv. Navíc díky speciálním vertikalizačním vozíkům pro paraplegiky, mohou hendigolfisté s tímto druhem postižení hrát ve vzpřímené poloze plnohodnotný švih. To se u jiných hendisportů vidí zřídka, pokud vůbec...

■ Jakého největšího úspěchu jsi dosáhl?

Na ten stále čekám... Hole in one. Tedy první rána z odpaliště zahraná přímo do jamky.





■ Dá se věnovat golfu hendikepovaných v ČR na profesionální úrovni?

Zcela jistě ano. Stejně jako u mnoha dalších sportů pro hendikepované. Bohužel zásadním problémem jsou finance. Proto se domnívám, že si na prvního hendikepovaného golfového „profíka“ ještě dlouho počkáme.

■ Myslíš si, že handicapovaní sportovci mají dostatečnou podporu od státních organizací?

Bohužel téměř žádnou.



■ Jak to vidíš do budoucna s profesionalizací ve sportu osob s tělesným postižením?

Jsem spíše skeptický. Systém financování hendisportu v ČR, který zde dlouhé roky přetrvává, umožňuje plnohodnotné profesionální zapojení pouze pro několik „vyvolených“. A tak to dle mého názoru ještě nějaký rok zůstane.

■ Čemu jinému se ve svém životě teď momentálně věnuješ?

K narůstajícím aktivitám naší asociace, jako jsou Golfové dny otevřených dveří s CZDGA pro děti, mládež, veřejnost a hendikepované, zabírají vel-



kou část veškerého času. Vzhledem k výsledkům a úspěchům těchto akcí toho nelituji. Vždyť během posledních dvou akcí v Třeboni a Hluboké nad Vltavou, jsme představili golf více než 1 500 zdravým i hendikepovaným dětem, mládeži a 400 dospělým.

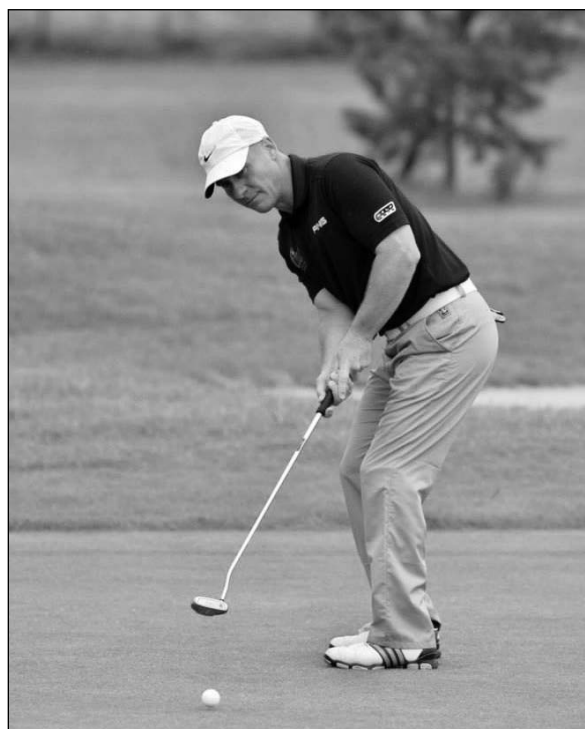
■ Jak těžko pro tebe bylo začít se sportem po úrazu?

Byla to vlastně jedna z mála sportovních alternativ. Po úraze v roce 2007 jsem začal hledat jakoukoliv vhodnou sportovní aktivitu. Golf vyhrál o rok později...

■ Můžeš nějak srovnat, jak těžké to bylo dosahovat kvalitních výsledků ve sportu před úrazem a po úrazu?

Nelze srovnávat. Specifická výkonnost u hendikepovaných se druh od druhu liší. Jde také o trochu štěstí trefit to pravé hendisportovní odvětví. U zdravých je to jednodušší. Běžet „stovku“ znamená srovnávat se bez rozdílu. Kategorizace dle druhu postižení je u hendisportů velmi problematickou otázkou. Golf se stále dělí dle herní výkonnosti. I tím je stále originální.

Fotky zdroj: Jana Brábníková



Aktivity a projekty v oblasti APA realizované v ČR ve spolupráci se zahraničními partnery

Ondřej Ješina

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

ESO Rimmer navštívil Olomouc

James Rimmer, jeden z největších světově uznávaných odborníků v oblasti podpory aplikovaných pohybových aktivit navštívil Olomouc v rámci akce Scientific week, respektive konference Movement and Health. Hlavním cílem jeho návštěvy byla přednáška v rámci sekce „Pohybové aktivity dětí a mládeže se speciálními potřebami“. Jeho návštěva, přednáška i další aktivity na FTK byly hrazeny s projektu ZVYK podporovaného evropským sociálním fondem a rozpočtem ČR.



Kromě výše uvedeného se také zapojil do diskuse u kulatého stolu zaměřeného na mezinárodní výzkum realizovaný v systému HBSC skupiny podporované Mezinárodní zdravotnickou organizací. Jedná se o pracovní skupinu s označením disHBSC, která zkoumá sociální determinanty ovlivňující životní styl a zdraví mládeže se zdravotním postižením a znevýhodněním. Výzkum je pod vedením prof. Andrei

Madarasové-Geckové realizován v kooperaci Lékařské fakulty UPJŠ v Košicích a Fakulty tělesné kultury UP v Olomouci. Centrum APA zajišťuje podporu pro tým pracovníků fakulty, z nichž převážná většina jsou členové Katedry aplikovaných pohybových aktivit, se souhlasem a podporou P.I. (hlavního koordinátora) za ČR, kterým je dr. Michal Kalaman ze stejného pracoviště. Další jeho přínosem pro oblast APA

u nás byla jeho účast na setkání pracovníků mezinárodního projektu E-FIT-W, jehož součástí je také Centrum APA (viz <http://www.apa.upol.cz/web/index.php/european-fitness-inclusion-training-for-work/o-projektu.html>). Jeho připomínky byly velmi pozitivně přijaty členy projektového týmu a prof. Rimmer přislíbil i další možnosti spolupráce při rozvoji aktivit APA v České republice.

Informace o Jamesi Rimmerovi můžete i s odkazy na články a další najít např. na:
<http://www.ihrp.uic.edu/researcher/james-h-rimmer-phd>,
<http://www.uab.edu/shp/home/about-shp/deans-office/20-rimmer>,
<http://www.pgpedia.com/r/james-rimmer>.

P.S.: ESO Rimmer nevyloučil ani možnost další návštěvy Olomouce, pokud jsem však správně pochopil a přeložil jeho poznámku: “Smoke me a kipper, I’ll be back for breakfast!” /poznámka pouze pro znalce :-)/

Ondřej Ješina

Projekt E-FIT-W řešen i v České republice



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



Lifelong Learning Programme



Education and Culture DG

- UNESCO Chair "Transforming the Lives of People with Disabilities, their Families and Communities, Through Physical Education, Sport, Recreation and Fitness"

Lidé se zdravotním postižením mají 3krát menší pravděpodobnost, že budou fyzicky aktivní a dvakrát vyšší pravděpodobnost, že budou obézní, než populace bez postižení (CDC, 2009). Jsou nedostatečně zastoupeny i v hlavním proudu prostředí fitness. Mnoho manažerů a lektorů fitness center nemají důvěru pro práci s lidmi se zdravotním postižením a to ještě zhoršuje nedostatek povědomí mezi zaměstnavateli, osobami se zdravotním postižením a jejich rodinami, přestože jde o výhody, které lze získat z jejich účasti. Řada faktorů k tomu přispívá, včetně: odborná příprava profesionálů a provozní dohled a postoje zaměstnanců, zaměstnavatelů a společnosti jako celku (Mulligan et al, 2012). O vzdělávacích programech odborného vzdělávání a přípravy pro fitness profesionály s dostatečnými znalostmi, kompetencemi a dovednostmi k práci s lidmi se zdravotním postižením hovoří Úmluva o právech osob se zdravotním postižením (2006), která deklaruje, že smluvní státy by měly: a) podpořit jejich zapojení do běžných sportovních aktivit; poskytovat příležitost organizovat, rozvíjet a podílet se v oblasti sportovních a rekreačních aktivit pro osoby se zdravotním postižením a zajistit rovný přístup k rekreaci a volnočasovým aktivitám.

Tento projekt E-FIT-W je založen na práci dvou předchozích projektů EIPET a APAVET a iniciativou Xcessible a Cara centra.

Fakultě tělesné kultury, Katedra aplikovaných pohybových aktivit a zejména její činnosti v rámci Centra APA, je partnerem tohoto projektu, který by v budoucnu měl vést k realizaci prohlubujících kurzů zaměřených

na pracovníky fitness center a dalších (zejména indoorových) sportovních zařízeních a zlepšení jejich profesních kompetencí ve vztahu k osobám se zdravotním postižením.

Cíle projektu

- Předávat filozofii, model školení ITtralee (FIT pro práci), pro širší evropské publikum, poskytovatelům odborného vzdělávání a zaměstnavatelům a to prostřednictvím sociálních partnerů s cílem zlepšit přístup k činnostem, v oblasti fitness, pro osoby se zdravotním postižením.
- Kriticky zkoumat a předávat kompetence a dovednostní rámec znalostí, vzdělávací program a vývoj modelu vytvořeného v ITtralee.
- Zvýšení atraktivnosti, kvality a provedení odborného vzdělávání a přípravy, konkrétně FIT tým, že zajistí srovnání se skutečným pracovním prostředím.
- Zjištění, sledování a předvídaní potřeb pro možnosti začleňování osob se zdravotním postižením do oblasti fitness, vyrovnání s prioritami programu celoživotního vzdělávání a programu ES pro nové dovednosti a pracovní místa.
- Sladění nabídky dovedností s potřebami trhu práce.
- Být nápomocný při vytváření Evropy, kde lidé se zdravotním postižením mají přístup ke službám ve fitness sektoru srovnatelné s intaktními občany, v souladu s Úmluvou o právech osob se zdravotním postižením a s našimi cíli UNESCO.

Ondřej Ješina

Centrum APA zapojeno do mezinárodního projektu VIPER



Projekt VIPER vznikl na Univerzitě Gloucestershire (Velká Británie) a jeho cílem je upravit britský vzdělávací kurz pro přípravu dobrovolníků v oblasti herních činností (úspěšně ověřený ve Velké Británii) dle národnostních specifik a potřeb participujících zemí, vytvořit akreditovaný vzdělávací kurz a rozšířit do dalších evropských zemí. Projekt je zaměřen na oblast podpory získávání klíčových kompetencí v odborném vzdělávání a přípravě osob, které pracují s dětmi. Kurz 'Volunteers in Play' je akreditován SkillsActive (Sector Skills Council). Po úspěšném ověření v Británii se nyní projekt rozšiřuje do dalších evropských zemí. Kromě České republiky jsou zapojené země Itálie (CESIE), Turecko (Dumlupinar University Kutahya), Rakousko (Hafelekar Consulting Ltd), Maďarsko (Rogers Foundation for person Centred learning) a Portugalsko (Tokium Networks).

Cílem projektu VIPER je přenést a upravit britský vzdělávací kurz pro přípravu dobrovolníků v oblasti herních činností dle národnostních specifik a potřeb. Výsledkem bude tvorba kvalitního akreditovaného vzdělávacího kurzu s vícejazyčnými studijními materiály pro poskytování odborného vzdělávání a přípravy dobrovolníků. Kromě zlepšení podmínek pro výchovu dětí projekt předpokládá pozitivní dopad na zaměstnanost, rozvoj aktivního občanství a dobrovolnictví.

Projekt je spolufinancován evropským programem Leonardo da Vinci. Internetový odkaz na projekt www.viperproject.eu.

Identifikace projektu

Název projektu: Volunteers in Play – Employment Routes

Číslo projektu: 2013-1-GB2-LE005-10638

Leonardo da Vinci, Transfer of innovation, October 2013 – September 2015

ID Form: 02180848 Identifikace: UJK2 LLP-Leo-Gru-SV (EOTEC)

Cílové skupiny

Studenti vzdělávacích programů v oblasti pedagogických věd

Zájemci o dobrovolnickou práci v oblasti výchovy dětí

Ženy vracující se do zaměstnání po mateřské dovolené

Pracovníci organizací působících v oblasti vzdělávání nebo asistenčních služeb a v oblasti volného času dětí a mládeže

Rodiče a prarodiče dětí předškolního věku

Partneri projektu

Konsorcium se skládá z vysokých škol zapojených do odborného vzdělávání a realizace vzdělávacích kurzů a studijních programů, organizací se zkušenostmi v oblasti odborného vzdělávání a malých a středních podniků.

Univerzita Gloucestershire – Velká Británie

Univerzita Gloucestershire je primárním tvůrcem projektu. Programy realizované na univerzitě, které mají vztah k tomuto projektu, obsahují kurzy a moduly a krátké kurzy hry a práce v oblasti herních činností. Tým herních specialistů má 22 let zkušeností s poskytováním různých projektů herní přípravy na národní i mezinárodní úrovni. Projekt vedou Leonie Burton a Karen Benjamin.

<http://www.glos.ac.uk>

Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury – Česká republika

Fakulta tělesné kultury hraje důležitou roli ve vzdělávání učitelů tělesné výchovy, výzkumných pracovníků a dalších odborníků v oblasti zdravého životního stylu. Jejím cílem je připravit kvalifikované učitele tělesné výchovy pro všechny typy škol a připravit odborníky pro mimoškolní pohybové aktivity. Projekt je realizován pod vedením Julie Wittmannové a Ivy Klimešové.

<http://www.upol.cz/>

Dumlupinar University Kutahya Vocational High School of Social Science – Turecko

Vyšší odborná škola sociálních věd Kutahya je součástí University Dumlupinar a poskytuje formální a neformální vzdělávání pro studenty na evropské úrovni. Škola je zastřešující organizací pro neformální vzdělávací aktivity v Turecku. Realizaci projektu řídí Naci Dogrul a Günsel Dogrul.

<http://www4.dpu.edu.tr/>

Tokium Networks – Portugalsko

Tokium je specialista na ICT vývoj a vzdělávání /obchod, jehož pracovní záběr zahrnuje oblasti, jako jsou mobilní aplikace, web marketing, vývoj webových aplikací, výzkum a vývoj informačních systémů. Zaměřují se rovněž na tvorbu internetových e-podpůrných struktur v rámci projektů EU napříč nadnárodními partnerstvími. Realizaci projektu řídí Claudio Gonzaga.

<http://www.tokium.com/>

Centro Studi ed Iniziative Europeo (CESIE) – Itálie

CESIE je nezisková nevládní organizace EU zaměřená na podporu mezikulturního dialogu, sociální inkluze a rovných příležitostí a celoživotního učení. Realizaci projektu vede Silvia Ciaperoni a Emanuela Salvo.

<http://www.cesie.org/>

Rogers Foundation for person Centred learning – Maďarsko

Rogersova nadace pro vzdělávání je zaměřená na rovný přístup ke vzdělávání dětí i dospělých, rovněž provádí základní výzkum a výzkum v teoriích učení a metodologii vyučování. Projekt vede Virag Suhajda.

<http://www.rogersalapitvany.hu/>

Hafelekar Consulting Ltd – Rakousko

Hafelekar se zabývá především poradenstvím, výzkumem, ověřováním formálního a neformálního učení, rozvojem vzdělávacích modelů, navrhováním osnov, analýzou vzdělávacích potřeb, kariérovým poradenstvím. Projekt vedou Paul Schober a Karin Lackner.

<http://www.hafelekar.at>

Realizace projektu

Mgr. Julie Wittmannová, Ph.D.

PhDr. Iva Klimešová, Ph.D.

doc. Mgr. Martin Kudláček, Ph.D.

prof. PhDr. Hana Válková, CSc.

Administrativní pracovník:

Mgr. Alena Migdauová

Stáž v Irsku očima Davida Pokorného

Dvoutýdenní intenzivní studijní stáž v Irsku (Institut of technology v Tralee) se zúčastnil mezi jinými i David Pokorný, student oboru aplikované pohybové aktivity. Ve svém studiu se zaměřuje na monitorování bezbariérovosti Fitness center a je součástí mezinárodního týmu, který se touto problematikou zabývá. Zároveň hlavním řešitelem projektu je právě irský Institut of technology v Trallee v kooperaci s Cara Centry APA. Jak celá stáž probíhala, co pro něj bylo přínosem a co naopak jako zkušený APAC již věděl? Přečtě si v jeho reportu!

Ze všeho nejdříve bych chtěl poděkovat za to, že mi byla nabídnuta možnost absolvovat tento zahraniční studijní program a mít tak možnost poznat nové prostředí a subjektivně porovnat aktivitu Institutu v Tralee a aktivitu FTK. Do programu jsem se přihlásil s tím, že bych se chtěl dozvědět co nejvíce o zemi, ve které jsem nikdy nebyl, dále mě zajímal institut, jak probíhá forma výuky a jak jsou studenti zapojováni do praxí. Byl jsem velice zvědavý, jak funguje práce osob se specifickými potřebami v Irsku, chtěl jsem se dozvědět něco nového o APA a v neposlední řadě byla pro mě výzva se zdokonalit v anglickém jazyce.

Co se týká aktivity institutu, ihned jsem si všiml mnoho rozlišností, jako vedení přednášek, inkluzivní prostředí a zapojování studentů do praxe přímo na půdě institutu. Zajímavé pro mě byly přednášky, i když se stalo, že jsem sem tam něco nerozuměl (někteří vyučující měli velmi silný irský přízvuk). Studenti se připravovali na přednášku tím, že si vytvořili několik otázek, které vytiskli pro celou třídu a po skončení úvodní přednášky se na tyto otázky doptávali vyučujícího. Všimnul jsem si tak pozitivnímu vztahu studentů ke studiu. Velmi se mi líbilo inkluzivní prostředí, např. na chodbách institutu se procházeli jak studenti, vyučující, ale také osoby s mentálním postižením, kteří zde měli svůj program a jeden den jsme s nimi hráli přehazovanou (kterou vedla paní profesorka Válková). Zde jsem si všiml pozitivního a profesionálního přístupu místních studentů k osobám s mentálním postižením.

Studijní program, který jsme absolvovali, byl velmi různorodý a zahrnoval vždy něco jiného z oblasti APA. Střídali se vyučující z Česka, Polska, Lotyšska s místními vyučujícími. Doufal jsem, že se dozvim více nových informací o aplikovaných pohybových aktivitách v Irsku, jako například o powerchair footballu, který je podle mého názoru vynikajícím sportem pro osoby s těžkým tělesným postižením, dále by mě zajímalo něco o fitness zdravotně postižených, kde ve svém propagačním letáčku přímo po-

pisují funkční zónu pro osoby s různým typem postižení a zdravotního znevýhodnění. Uvítal bych dále informace například o Judu assist, které je zaměřeno na judo zdravotně postižených, nebo o fotbale pro všechny.

Od místních lektorů jsme se ale dozvěděli spoustu zajímavých informací, ohledně fungování institutu a spolupráce institutu s místními středisky pro osoby s postižením. Dále nám bylo předáno mnoho zajímavých informací o Cara centru, a o aktivitách centra. Byly zde přednášky o Speciálních Olympiádách v Irsku a o specifikách trénování sportovců s mentálním postižením, zajímavá přednáška bylo pro mě o letním kempu, který pořádají pro zrakově postižené děti, kde se orientují na aplikované pohybové



aktivity jak ve venkovním, tak i ve vnitřním prostředí. Ke konci každého týdne byl pro nás připravený Body Mind, kde šlo o propojení těla s myslí, byly nám ukázány reflexní masáže dolní končetiny a v dalším týdnu byla možnost vyzkoušet různé druhy tanců. Důležitou částí celého programu byla diskuze na téma: Umožňuje soutěžní sport inkluzi? V této diskuzi měli Čeští studenti obhajovat, že soutěžní sport nepodporuje inkluzi a Polští a Lotyšští studenti nám měli oponovat. Komisi tvořila aula irských studentů.

Čeští učitelé (Prof. Hana Válková, Martin Kučera) nás vzdělávali o Speciálních Olympiádách, sportech pro osoby se zrakovým postižením a také lokomoce osob se zrakovým postižením, Martin měl přednášku i o sportu Boccia. Vše z toho jsme již znali, ale alespoň jsme si mohli oživit informace. Karina Rodionova z Lotyšska se zabývala plaváním osob se specifickými potřebami, byla to velmi zajímavá přednáška, kde jsme se zabý-

vali podrobně specifiky a možnostmi lokomoce osob s postižením ve vodním prostředí, bylo zde i praktické plavání s dětmi s různými druhy postižení, kde jsme se rozdělili do skupin a byl nám přidělen jeden až dva klienti. Dalším přednášejícím byl Prof. Bartozs Molik z Polska, který vedl přednášky a cvičení basketbalu na vozíku. Basketbal na vozíku jsme již také znali, ale dozvěděli jsme se zde spoustu zajímavých informací, především podrobnosti ohledně funkční klasifikace. Posledním zahraničním přednášejícím byl Ken Black, který vedl přednášky a praktické cvičení o inkluzi, možnostech zapojení osob se zdravotním postižením do sportovních her, ukazoval nám aktivity a integrační hry, bylo to pro mě velmi přínosné.

První týden ve středu jsme jeli na poznávací výlet do Corku, kde jsme měli navštívit místní Community centre pro osoby s mentálním postižením. Organizaci výletu považuji za velmi zmatenou, jezdili jsme z jedné strany města na druhou, v jednom středisku jsme dokonce pouze zastavili, absolvovali jsme krátkou přednášku v autobuse a jeli jsme opět na druhou stranu města, kde nám již ukázali bazén, budovy a místní ředitel nám vždy přednášel o místě, kde se právě nacházíme a jaké se zde provádějí činnosti, dále jsme si posedali do tělocvičny, kde se vedla diskuze, kde měli studenti z Irsku opět připravené otázky pro pana ředitele.

Studijní program hodnotím velmi pozitivně a přínosně. I když jsem pro mě spousta informací nebyla nová, program byl pro mě velmi obohacující a splnil mé očekávání. Ubytování bylo na velmi vysoké úrovni a jsem si jistý, že se univerzitní koleje by nemohly konkurovat místnímu zázemí, kde jsme každý měli svůj pokoj i s koupelnou. Důležitým pozitivním aspektem programu bylo mé zlepšení anglického jazyka, naučil jsem se novým frázím a naučil jsem se více rozumět anglickému výkladu. Jsem velmi rád, že jsem se mohl zúčastnit tohoto studijního programu.

David Pokorný, student 2. ročníku APA

Aktivity Katedry aplikovaných pohybových aktivit

Ondřej Ješina

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

Krtek nejen v síti, ale i v tošovickém HEIparku

Ve dnech 15.–17. 5. proběhlo školení s Krtkem v síti, které bylo tentokrát realizováno ve spolupráci s Asociací pedagogů speciálně pedagogických center.



PROGRAM
CEZHRANIČNEJ
SPOLUPRÁCE
SLOVENSKÁ REPUBLIKA
ČESKÁ REPUBLIKA



EURÓPSKA ÚNIA
EURÓPSKY FOND
REGIONÁLNEHO ROZVOJA
SPOLOČNE BEZ HRANÍC

Zúčastnilo se ho celkem 19 osob. Jednalo se nejčastěji o pedagogické a rehabilitační pracovníky. Zázemí nám poskytl tošovický HEIpark, který byl i v nevlídném počasí velmi vlídným zázemím pro praktické i teoretické programy. Třídenní program byl rozdělen do organizačního úvodu doplněného uplatněním nových moderních počítačových technologií v procesu začleňování dětí a žáků se zdravotním postižením a znevýhodněním. Důraz byl kladen na uvědomění si specifík práce v kontextu druhotných následků onkologické léčby, kterými je často i zdravotní postižení a další zdravotní oslabení.

Druhý den byl velmi intenzivní. Účastníky čekalo seznámení se s aktivitami projektu Krtek v síti a dalšími projekty Centra APA. Mohli si sami „osahat“ a vyzkoušet nejrůznější méně známé sportovní a didaktické pomůcky. Seznámili se s aktivitami realizovatelnými bez ohledu na velké prostory hřišť a sportovních hal. Jednalo se nejčastěji o hry na rozvoj psychomotoriky a vybraných pohybových schopností, cílové sporty a jednoduché hry pro dva a více hráčů. Zajímavou součástí pak byl i kulatý stůl, který umožnil diskusi a sdílení zkušeností pracovníků speciálně pedagogických center, zástupců organizací v neziskovém sektoru, rehabilitačních a dalších pedagogických pracovníků škol primárně určených žákům se SVP, ale i z integrovaného prostředí běžných škol.

Lektorský tým čekal nesnadný úkol uzpůsobit program dle rozmarů deštivého počasí. A zatímco se některé další části regionu obávaly záplav, Krtek rozhodl dále svoje síť a zapojil další osoby a organizace do celkové podpory dětí, žáků, ale i dospělých se speciálními potřebami.

Ondřej Ješina

Karneval APA 2014 – ocenění v oblasti APA



V pátek 4. dubna 2014 od 19 hod se uskutečnil již tradičně v RCO (Regionální centrum Olomouc) stále oblíbenější Karneval APA. Jedná se o oficiální společenskou akci Fakulty tělesné kultury, kterou pořádají studenti oborů aplikované pohybové aktivity a aplikovaná tělesná výchova ve spolupráci s katedrou APA (Centrem APA). Letošní téma „Ze století do století“ nabízí fantazii každého prostor k realizaci. Skvělou zprávou bylo, že po roce se opět na pódium postavila kapela Pavel Helan band. Celým večerem provázal Roman Pastorek a nechybělo tradiční vyhlášení APAče roku a dalších ocenění. Elektronicky lze vstupenky objednat na <http://karneval2014.webnode.cz/>.

Vstup byl možný samozřejmě pouze v maskách. Téma vybrané studenty II. ročníku v bakalářské etapě dávalo šanci, aby se potkaly nejrůznější postavy z nedávné minulosti nebo z ne

příliš vzdálené budoucnosti. Dne 4. 4. tedy bylo možné spatřit převleky z 80. let, stejně jako futuristické modely, rytíře kulatého stolu, Obelixe nebo Emila Zátopka. Někteří vzpomněli na svoje dětství, jiní museli zabrouzdat ve wikipedii nebo zaprášených učebnicích dějepisu. Ať tak či onak, účastníci se mohli těšit na zajímavou akci, na kterou se bude zase nějaký čas v pozitivním vzpomínat.

Tak jako každý rok došlo k udílení výročních cen, mezi něž tradičně patří uvedení do síně slávy APA, APAč roku, cena Čápa, výroční cena Centra APA.

Karnevalová síň slávy: 2014 – Vojmír Srdečný (Praha) – celoživotní působení v oblasti rehabilitace s využitím APA, zdravotní tělesné výchovy.

APAč roku: 2014 – Marie Kaletová (dále nominováni Dan Mikeska, Jan Konvička).

Cena Čápa (ČAAPA): 2014 – Jiří Pokuta (Praha) – rozvoj sportu a zdravého životního stylu v rámci aktivit Centra Paraple.

Výroční cena Centra APA (není pravidelně udělována): 2014 – Martin Kučera – za činnost a rozvoj boccie v (nejen) Moravskoslezském kraji a propagace konceptu APA a aktivit Centra APA.

Za realizační tým Ondřej Ješina

Lyžařský kurz SŠ Jihlava podpořen Centrem APA

Škola Ekonomiky a cestovního ruchu Jihlava pořádala pro studenty ve dnech 26. 1.–31. 1. 2014 lyžařský výcvikový kurz v Rakousku (areál Hochficht). V prvním ročníku máme jednoho nevidomého studenta Vládu, který projevils zájem s námi kurz absolvovat. Obrátila jsem se na Centrum APA se žádostí o zajištění asistenta, kde nám byla doporučena Radka Kopecká, což se později ukázalo jako výborná volba.

Radka se Vládovi každý den na svaahu maximálně věnovala. Za týden zvládl jízdu na vleku a dokázal zdotat sjezd-

dovku oblouky v pluhu!!! V době mimo lyžování Vláš trávil čas se svými spolužáky, zapojoval se do všech večerních přednášek a společenských akcí.



Je vidět, že při troše dobré vůle se i jeden handicapovaný student ve třídě může do programu školy plnohodnotně zapojit.

Velké poděkování patří slečně Radce Kopecké, která dokázala k Vládovi najít tu správnou cestu a pro lyžování ho nadchla.

Nikdy jsme zatím na škole handicapovaného studenta neměli, ale nyní víme, že se můžeme na Centrum APA s žádostí o pomoc bez obav obrátit.

Mgr. Eva Suchá – vedoucí lyžařského kurzu

Sto lidí, sto chutí aneb integrovaný zimní kurz 2014

Každoročně pořádaný integrovaný zimní kurz je výzvou jak pro účastníky, tak v mnohém především pro organizátory celé akce. Ve spolupráci s řadou externích organizací jej pořádá katedra aplikovaných pohybových aktivit již 20 let. Zdálo by se, že 20 let je dost dlouhá doba na to, aby si organizace kurzu „sedla“, a že se v podstatě může jednat o opakování jednoho modelu. Opak je však pravdou a kurz dokonale kopíruje všechna specifika, která oblast APA přináší.

Zkusme jen uvést jednotlivé skupiny účastníků této, ve střední (a dle našich informací celé) Evropě, ojedinělé akce: *studenti v prezenční formě magisterského studia oborů APA a ATV; to stejné v kombinované formě, studenti v prezenční i kombinované formě bakalářského studia, kteří si vybrali předmět Kurz instruktora monoski; zahraniční studenti programu Erasmus; zahraniční studenti programu Erasmus-Mundus APA; v rámci celoživotního vzdělávání zájemci o licenci instruktor monoski; v rámci celoživotního vzdělávání zájemci o doživotní licenci instruktor sjezdového lyžování osob se speciálními potřebami; skupina irských speciálních olympioniků z Brothers of Charity (Waterford), pro které paralelně s akcí organizujeme jejich zimní soustředění; skupina dětí se zrakovým postižením a jejich pedagogů ze škol pro žáky se ZP Brno (Orbita) a Opava; lyžaři se sluchovým postižením, kteří se v rámci svého soustředění akce účastní pod hlavičkou Českého svazu neslyšících sportovců; žáci s kombinovaným postižením SŠ, ZŠ a MŠ pro žáky se sluchovým postižením (Olomouc); skupina dospělých s tělesným postižením, kteří na kurzu působí v pozici instruktážních lyžařů; akce je otevřena dalším všem zájemcům s ohledem na možnosti, limity a postižení, kteří se účastní jako samoplátci. Z tohoto výčtu je jasné, proč se jedná o akci každý rok unikátní a v ledačem neopakovatelnou. Zvláště, když si s námi počasí zahrává tak, jako letošní rok. Přes drobné i větší problémy by akce nebyla možná bez spolupráce s dalšími míst-*

ními subjekty, jedná se zejména o komplex Hotel Dlouhé stráně, ski areál Kareš a Přemyslov. Díky tedy patří zejména personálu hotelu, panu Tomáši Karešovi a ing. Podzimkovi za vynikající podmínky organizační i finanční. Neodpustím si poznámku, že „prase na kopec nevyleze“ a toto jsou lidé na svém místě a upřímně díky za ně. Nesmím zde zapomenout ani na výraznou materiální podporu ze strany vyučujících ZŠ Ukrajinská v Ostravě (zejména Petru Musálkovi).

Ačkoliv je stále co zlepšovat a přes snahu hotelu budou nutné další bezbariérové úpravy, drobnosti bude nutné řešit i s pomocí dalších projektů ve ski areálu Kareš, i mediálně propírané zranění (které mrzí všechny zúčastněné), jsem přesvědčen (a s ohlasů účastníků je to více než patrné), že akce splnila svoje cíle. Účastníci významným způsobem rozvinuli svoje kompetence v oblasti organizace a metodiky práce s osobami se zdravotním postižením v zimním prostředí.

Závěrem je nutné konstatovat, že celá akce je základním kamenem jedné z vlajkových lodí katedry APA, tedy systému aktivit spojených s lyžováním osob se zdravotním postižením. Ve zkratce se jedná zejména o systém vzdělávání instruktorů a asistentů instruktorů zaměřených na sjezdové



lyžování osob se speciálními potřebami (garance za FTK Zbyněk Janečka; monoski Martin Kudláček ve spolupráci s Lucií Ješinovou a Radkou Bartoňovou), vyškolení pracovníků pro školní lyžování (včetně účastní žáků se speciálními vzdělávacími potřebami), celkový rozvoj lyžování osob se zdravotním postižením (podpořen půjčovnou sportovně-kompenzačních pomůcek na FTK UP v Olomouci), podpora sportovních svazů při vyhledávání talentů (např. spolupráce Svatavy Panské s ČSNS), spolupráce se školami a dalšími subjekty (i zahraničními), podpora rodin v rámci odlehčovacích a aktivizačních služeb a řada dalších, propojenost s organizacemi, které se akce přímo neúčastní, ale následně jsou s aktivitami na kurzu propojeny (Centrum hendicapovaných lyžařů, SKV

Praha, ŽŠ Ukrajinská v Ostravě aj.) v neposlední řadě pak vznik podhoubí pro další akce typu Dny na mono-ski (garance za Centrum APA Martin Kučera). Bez této akce si lze jen těžko představit další rozvoj této oblasti v ČR v celé své šířce. A asi málokdo chce zpátky do „dřevních“ začátků 90. let, kde by rozvoj byl jen těžko představitelný bez osoby prof. Hany Válkové. Proto již teď je nutné po evaluaci celé akce připravovat ročník následující tak, aby ještě efektivněji zapadl do mozaiky lyžování osob se zdravotním postižením na úrovni rekreační, školní i sportovní. A současně s tím se maximálně snažit vyhnout se problémům a maximálně se vyvarovat případným rizikovým momentům s ohledem na zdraví účastníků kurzu, ale i ostatních osob.

Za organizační tým akce Ondra Ješina

Historicky prvním instruktorem je Jiří Jára



Díky spolupráci s Českým svazem lyžařských škol je od konce roku 2013 na Fakultě tělesné kultury možné získat doživotní licenci instruktora sjezdového lyžování osob se speciálními potřebami v rozsahu 150 hod. O této možnosti jsme na našich stránkách informovali již dříve, avšak právě před měsícem se zapojili do systému celoživotního vzdělávání orientovaného na lyžování zejména osob se zdravotním postižením první zájemci.

Již v dřívějších letech byl kurz pilotně ověřován u instruktorů lyžařské školy SkiRaan, avšak až letos bylo možné licenci oficiálně udělit. Prvním absolventem tohoto relativně

rozsáhlého kurzu zaměřeného na didaktiku běžného lyžování (úroveň instruktora školního lyžování, 60 hodin), lyžování na sit-ski (prozatím zaměřením na mono-ski a bi-ski v rozsahu 50 hodin), lyžování osob se zrakovým postižením (minimální rozsah 25 hodin), lyžování osob se sluchovým postižením (minimální rozsah 8 hodin) a lyžování osob s mentálním postižením (minimální rozsah 7 hodin) je učitel tělesné výchovy z jižních Čech Jiří Jára. Doufáme, že jej další zájemci brzy doplní a bude možné další rozšíření možností v oblasti lyžování dětí, ale i dospělých se zdravotním postižením.

Ondřej Ješina

Dny na monoski i v sezóně 2013/2014

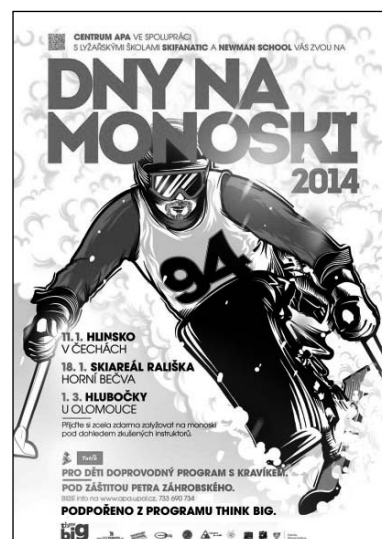
Již podruhé přišlo Centrum APA ve spolupráci s dalšími organizacemi a Dny na monoski, při kterých se nabízí všem zájemcům možnost lyžovat na speciální lyži a užít si spoustu zábavy. Nyní již každoročně jsou zváni především vozíčkáři, dveře areálů jsou ale otevřeny všem. První monoski vyjeli na svah 11. ledna v Hlinsku v Čechách. Spolupracujícím lyžařskými školami jsou Skifanatic a Newman school. Pro rodiče s dětmi byl připraven doprovodný program s Kravíkem. Záštitu nad Dny na monoski převzal český reprezentant Petr Záhrobský.

Letošní zima byla velmi specifická, přesto byl plán realizovat tyto dny v Hlinsku v Čechách, poté ve skiareálu Rališka v Beskydech a v Hlubočkách u Olomouce.

V každém areálu bylo k dispozici 6–8 monoski, které byly v nepřetržitém provozu. Základní nácvik jízdy jak na vleku, tak na svahu bude probíhat pod dohledem instruktorů Centra APA, tudíž o bezpečnost nemusely být obavy. Stejně tak jsou všechny tři areály bezbariérové, nebyl tedy problém s příjezdem a přesednutím z vozíku na monoski. Vzhledem k finanční náročnosti na pořízení monoski provozuje Centrum APA půjčovnu, kde je možné se po celou zimu monoski zapůjčit. Více informací nejen o půjčovně a Dnech na monoski 2014 na www.apa.upol.cz.

Projekt je financován z programu Think Big Nadace Telefónica. Mediálním partnerem akce je rádio KISS.

Martin Kučera (leden 2014)



Termální lázně Velké Losiny – místo pro Vaše zdraví bez bariér

Stanislava Kopecká

Termální Lázně Velké Losiny právem patří mezi nejstarší a nejznámější moravské lázně. Hlavním unikátem lázní je jedinečný přírodní zdroj – **minerální termální sirné prameny o teplotě 37 stupňů**. Prvotřídní léčebná rehabilitace je zde poskytována dětem i dospělým a je zaměřena na **onemocnění pohybového aparátu, neurologická, kožní, onkologická a oběhová**. Pobyty na čistém vzduchu pomohou i lidem, kteří mají problémy s dýchacími cestami.

Termální lázně Velké Losiny můžeme právem označit **místem bez bariér** pro všechny, kteří chtějí okusit léčivou sílu losinské termální vody a načerpat síly v krásné přírodě podhůří Jeseníků. Lázně, mimo jiné, **spolupracují např. s organizacemi, které sdružují děti i dospělé se zdravotním postižením a jsou otevřené pro osoby se zdravotním postižením, zdravotním znevýhodněním i dlouhodobým onemocněním**. K dispozici jim jsou všechny lázeňské budovy – hotel Eliška, sanatorium Šárka, hotel Diana i vila Gazárka, která byla letos upravena speciálně pro děti s doprovodem, i lázeňský dům Chaloupka.

Opravdu každý může v Termálních lázních Velké Losiny najít svoje místo a prožít zde svůj příběh.

V lázeňském sanatoriu Šárka se uskutečnil společný projekt Nadačního fondu dětské onkologie Krtek, Nadačního fondu Na kole dětem a Termálních lázní Velké Losiny – **ozdravný pobyt pro dětské onkologické pacienty z celé republiky**. Pobytu si krásně užívali děti s onkologickým onemocněním a jejich rodiče a sourozenci. Tváří tohoto projektu byl Josef Zimovčák, český velopedista a osminásobný mistr světa, který vzkázal našim hostům: „*Sportovci jsou si velice dobře vědomi, jak je zdraví důležité a kolik vůle je třeba k překonání případných zdravotních potíží. Bez podpory svého okolí to dokáže málokdo. Nikdo z nás také neví, kdy se sám ocitne v takové situaci a bude potřebovat pomoc.*“

Ve Wellness hotelu Diana se podobné pobyty organizovaly ve spolupráci s organizací **Plaváček a Bociia**.

Formu na mistrovství světa sbíral v lázních Velké Losiny v hotelu Eliška také **paralympionik David Drahonínský**, jeden z nejlepších světových handi-

capovaných lukostřelců. Již několik let stojí David Drahonínský na nejvyšších příčkách paralympijských mezinárodních soutěží. Vyhrává však i nad svými zdravými kolegy a je inspirací pro řadu lidí se zdravotním postižením. Svým přístupem k životu a sportovními úspěchy vrací zejména lidem upoutaným na ortopedický vozík naději. Osobní Davidův pozdrav zní takto: „*Člověk si musí uvědomit, že délku života neovlivní, ale ovlivní, jak ho prožije.*“

František a Františka Mičochovi navštěvují Termální lázně Velké Losiny již od roku 1962. Jejich slova: „*Do lázní jezdíme opakovaně, a to z důvodu výborné péče veškerého zdravotního personálu, bezbariérového prostředí vhodného pro vozíčkáře a hlavně kvůli termální vodě, která nám pomáhá.* V lázeňském domě Chaloupka již několik let pořádáme v jarních a podzimních měsících **rehabilitační pobyty ve spolupráci s organizacemi, které se starají o děti i dospělé se zdravotním postižením**, jako jsou např. ústavy sociální péče a další.

V rehabilitační péči o naše klienty stavíme především na léčebném přírodním zdroji, termální sirně

vodě. Při léčbě dětí se používají speciální léčebné metody, např. **Vojtova metoda**, **Bobath koncept**, **metoda Ludmily Mojžíšová**.

Kromě zajištění stravy, ubytování a profesionální rehabilitace myslíme v lázních i na **volnočasové aktivity našich hostů**. V lázeňském sanatoriu Šárka pořádáme pravidelně zajímavé přednášky a hudební večírky. Ve Wellness hotelu Diana připravují studenti **animační programy s pohybovými aktivitami** nejen pro zdravé děti, ale i pro děti s postižením.

Velkým vkladem je i **kulturní a historické bohatství regionu**. Nádherný renesanční zámek, mrazivá historie čarodějnických procesů, přečerpávací

vodní elektrárna, vzácná výroba ručního papíru a jedinečné termální lázně se sirnou léčivou termální vodou o teplotě 37 °C. To dělá Velké Losiny ve spojení s kouzelnou přírodou podhůří Hrubého Jeseníku báječným místem.

Na podzim letošního roku bude dokončena výstavba **jedinečného termálního aquoparku**. Tři venkovní i tři vnitřní bazény budou stejně jako dětské brouzdaliště naplněny výhradně vodou z našeho termálního minerálního pramene Žerotín. Největší efekt na zdraví pak bude mít bazén, v němž nebude minerální voda nijak chemicky upravována a v němž budeme doporučovat maximálně třicetiminutový pobyt. ■

www.lazne-losiny.cz

www.diana-losiny.cz

CENTRUM SEMAFOR



Jan Řihošek

CENTRUM SEMAFOR (CeSe) se zaměřuje na dopravní výchovu a s ní spojené volnočasové aktivity pro děti i nejširší veřejnost z Olomouce i okolí. Činnost CeSe spočívá ve čtyřech oblastech:

1. dopolední systematická dopravní výchova pro děti a žáky MŠ a ZŠ;
2. odpolední (o prázdninách i celodenní) a celovíkendový provoz pro veřejnost (převážně jde o rodiče s malými dětmi);
3. odpolední semináře dopravní výchovy pro seniory;
4. celodenní zábavně sportovní akce pro veřejnost (500–100 osob) se zaměřením na dopravní výchovu a podporu cyklo dopravy.

Dále je CeSe klinickým pracovištěm Centra aplikovaných pohybových aktivit (CAPA) FTK UP v Olomouci, kde se studenti oboru Aplikovaných pohybových aktivit a Aplikované tělesné výchovy v rámci své pedagogické praxe podílejí na výuce dopravní výchovy a seznamují veřejnost se specifickými pohybovými aktivitami pro osoby s tělesným postižením.

Nejvýznamnější pravidelné akce CENTRA SEMAFOR:

Grand Prix Semafor: každoroční seriál dopravní soutěže pro rodinné týmy.

Kostka Kolobka Cup: závody na koloběžkách a šlapacích kárách.

Tempish Night Skates: noční jízda Olomouci na in-line bruslích a koloběžkách.

Prázdninová škola dopravní výchovy: dopravní kurz pro děti od 10 let formou příměstského tábora.

EDBA – Evropský den bez aut: happening na podporu nemotorové dopravy.

Prázdninový semafor aneb cyklokuriózy: nesoutěžní setkání všech zájemců o cyklo dopravy.

Vedle vlastních projektů se pravidelně zúčastňujeme i **dalších akcí** souvisejících tak či onak s nemotorovou dopravou:

Nakupuj na kole: propagace nakupování na farmářských trzích.

Do práce na kole: propagace každodenní městské cyklo dopravy.

Ekologické dny Olomouc: propagace ekologických aspektů cyklo dopravy.

Součástí CeSe je **cykloservis**, ale také **půjčovna** kol, šlapacích kár, koloběžek, ale i např. handbiků.

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 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 specifickým potřebám (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 (třiletého) 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)

Volleyslide

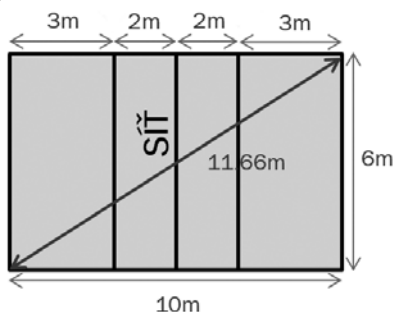
Martin Kalfar

JAK ZAČÍT S VOLEJBALEM SEDÍCÍCH

Tento článek představuje základy volejbalu sedících všem volejbalovým trenérům, učitelům TV, vedoucím sportovních oddílů, trenérům sportovců s postižením nebo pracovníkům fyzioterapeutických/rehabilitačních zařízení, a to ať už se jedná o zábavu, týmový rozvoj nebo samostatné vzdělání... Tento článek vám řekne, jak začít.

ZAČÍNÁME: HRŠTĚ A SÍŤ

Když označujete hřiště, snažte se využít čáry, které jsou již vytvořené. Například badmintonový kurt má téměř totožnou šířku jako hřiště pro volejbal sedících, nebo využijte třetinu volejbalového hřiště. Kde je to možné, použijte pro vyznačení hřiště pásku na palubovku. Rozměry hřiště jsou 6 × 10 m (viz obrázek). Výška sítě je pro muže 1,15 m, pro ženy 1,05 m.



Dvě nejdůležitější věci týkající se hracího místa jsou tyto:

- [1] hraje se na hladkém povrchu bez ostrých nebo nebezpečných předmětů, které mohou poškodit kůži;
- [2] poblíž nejsou žádné křehké předměty (světla, obrazy atd.), protože míč se může dostat kamkoli!

ZAČÍNÁME: HRÁČI, TÝMY A MÍČE

V začátcích můžete hrát v jakémkoli počtu hráčů na obou stranách. Běžnou filozofií trenérů je začít hrát na malém hřišti a poté pomalu postupovat ke hře 6 na 6. Míč se skutečnou velikostí a váhou se může pohybovat ve vzduchu pro začátečníky příliš rychle, ti ho pak odehrávají s obtížemi. V začátcích je možné zjednodušit cvičení hraním míče výše, použít lehčí a větší míč, či povolit dopad míče před odehráním.

KLOUZÁNÍ: Jak „sedět“ a „pohybovat se“

Je důležité, jak hráči sedí. Střehová pozice je založená na další reakci a čtení hry. Udržení nezkrížených nohou obvykle umožňuje efektivnější pohyb. Hráče při sezení ovlivňuje pozice na hřišti, předvídaní další hry, jeho postižení (pokud nějaké má), individuální hráčova preference toho,

ZAČÍNÁME: PRAVIDLA

Pravidla volejbalu sedících jsou totožná s běžným volejbalem s následujícími výjimkami:

- Na mezinárodní úrovni mohou hrát pouze hráči splňující kritéria WOVD.
- Jedna část středu těla (hýždě nebo ramena) se musí dotýkat země, pokud hráč hraje míč.
- Hráči nemají povoleno dělat kroky.
- Hráčovy hýždě musí být při podání za koncovou čarou.
- Hráči mají povoleno blokovat podání.

co mu je pohodlné. Nejdůležitější prvek volejbalu sedících je ani ne tolik síla, jako pohyb.

Nyní si přiblížíme základní body, jak sedět v přední části hřiště. Sedte v blízkosti sítě (nohy mohou být pod sítí nebo položené do strany). Ruce mějte připravené k pohybu, nahrávce či bloku. Vyhněte se dotekům sítě.

KLOUZÁNÍ: Rozvoj tří doteků

Tým, který vrací míč při první možné příležitosti, může dosáhnout lepšího úspěchu v prvotních fázích rozvoje (hráči mají méně kontaktu s míčem, a tak je zde menší pravděpodobnost udělat chybu). Je ovšem důležité pobízet tým hrát na tři doteky. Můžete toho dosáhnout tak, že hráč, který se první dotkne míče, bude mít stanovený cíl.

TECHNIKA:

Kontrola míče

Jak se správně naučit hrát „prsty“? Budte ve správné pozici pro odehrání míče (pokud spustíte ruce, míč by vám měl spadnout na čelo); vytvořte volejbalové okénko (trojúhelník) nad čelem; nechte si spadnout míč na ruce; současně se dotkněte míče prsty obou rukou; odrazte míč od prstů. Další možnosti odehrání a kontrolování míče je „bagr“. Ujistěte se, že palce jsou ve stejné úrovni a míč odehrajte předloktím (ne dlaní nebo zápěstím). Použijte co nejméně pohybu loktů k nasměrování míče na cíl.



TECHNIKA:

Podání

V průběhu podání má míč pod kontrolou jediný hráč. Rozhodující je důsledný nadhoz míče na správné místo. Používáme spodní a horní podání. Správná technika je komplikovaná. Hýždě jsou za základní čarou hřiště. Úder je prováděn jednou rukou, využíváme sílu dlaně a kontrolujeme otevřenými prsty. Určete si cíl (např. dostat míč do volného prostoru). Po servisu se přesuňte do základní pozice a při podání se vyhněte bloku soupeře.



Potřebujete začít vaši hru servisem? Při vývoji hry bude dobrý hráč na podání dominovat nad přijímacími hráči, kteří budou mít malý úspěch. Hra se velmi rychle rozloží a bude málo kontaktů s míčem a méně radosti. Je vhodnější podání nebo odehrání míče pro vaši skupinu při jejich rozvoji v této aktivitě? Podání je klíčové, nicméně když představujete lidem tento sport nebo se zaměřujete na jinou část hry, je lepší vyhnout se podání. Pokud se vyhnete esům nebo chybným podáním, ušetří to spoustu času, kdy se jen velmi málo lidí skutečně něco naučí nebo si užijí volejbalovou hru.

TECHNIKA: Blok

Při blokování musíte být připraveni pohybovat se všemi směry. Nesmíte stát za dalším blokářem. Přesuňte se dopředu, kde útočí protihráč. Natáhněte se co nejvíce nad síť bez pozvednutí (hráč hraje míč bez kontaktu středu těla se zemí). Pokuste dostat své otevřené ruce co nejvýše přes síť a použijte ruce k nasměrování míče zpět do pole soupeře.



TECHNIKA: Útok

Vždy čekatě nahrávku. Budte připraveni vyrazit k síti smečovat, poté se posuňte dopředu směrem k linii nahaného míče a udeřte míč co nejvýše (bez pozvednutí). Použijte otevřenou dlaň při udeření do míče a pokuste se ho nasměrovat do vámi vybraného prostoru.

CVIČENÍ: 'Jeden na jedno'

- Dvojice sedí naproti sobě, začínají s házením a poté soutěží:
1. jak dlouho dokáží udržet míč ve vzduchu pomocí prstů, než některý hráč použije bagr;
 2. jak dlouho dokáží udržet míč ve vzduchu pomocí jakéhokoliv volejbalového úderu.

Klíčem tréninku je, aby všichni hráči pokaždé vrátili ruce po odehrání úderu k zemi. Měli by se také vrátit do základní pozice, aby se mohli přesunout k získání dalšího míče. Základní pozice je rozpoznání místa na hřišti stanoveného systémem, který tým používá a jenž dává hráči nejlepší možnost ubránit míč.

Další varianty této hry jsou například posunout se dále od sebe, umístit mezi hráče síť, měnit výšku sítě, označit hrací území, měnit rozměry území nebo přidat dalšího hráče a pokračovat v činnosti před sebe nebo v trojúhelníku.

CVIČENÍ: Rybaření

Toto je zajímavá a poutavá hra, která může být použita při rozcvičení nebo při tréninku podání. Vše, co potřebujete, je tým a označené hřiště se sítí. Jeden hráč z týmu sedí na jedné straně hřiště za základní čárou. Ostatní spoluhráči sedí na opačné straně připraveni na příjem podání. Druhý tým provádí to samé. Podávající hráč z každého týmu začne hrát na jednoho ze svých spoluhráčů, který se snaží míč chytit. Jakmile hráč chytne míč, připojí se k podávajícímu hráči. Je to závod mezi dvěma týmy, kdy cílem je dostat všechny hráče za základní čáru. Pokud toto cvičení chcete udělat více podobné hře, přijímací hráč by mohl nahrát na určitý cíl před připojením se k podávajícímu. Můžete omezit nebo povolit pohyb přijímacím hráčům podle toho, na co se chcete zaměřit. Můžete jim povolit pohyb, pokud chcete zjednodušit pro podávajícího hráče, nebo zakázat pohyb, aby podávající hráč zpřesnil servis.

Toto cvičení můžete obrátit, tzn., že celý tým bude podávat a jeden hráč přijímat. Jakmile chytí hráč míč, podávající jde do hřiště a přijímací hráč se posune např. z pozice 1 do pozice 2, 3, 4, 5, 6. Jakmile je celý tým v poli, vítězí.



CVIČENÍ: 'Wozzaball'

Wozzaball je hra podobná klasické hře, nicméně podání (a následkem toho i příjem) je velmi odlišné a začíná náhodným uvedením míče od vedoucího družstva. Nejlepší je provedení v tempu, což je náročné jak na rychlé přemýšlení hráčů, tak na schopnost znovu začít a být vždy připravený. Trenér vhodí míč týmu, který vyhrál předchozí bod buď co nejsložitěji nebo nejjednodušeji pro nahrávače/obránce. Očekává se zapojení bodovacího systému, kde musí tým dosáhnout něčeho předtím, než se bude točit nebo než změní pozici. Můžete sami zvolit obtížnost. Nicméně si můžete být jistí, že hráči vědí, jak funguje vytváření soutěžního prostředí; můžete jmenovat nahrávače, systém a taktiku nebo nechat řešení problému na hráčích. ■

Celý článek naleznete na:

<http://volleyslide.net/short-resource-czech/4584270568>.

Pro více informací o volejbalu sedících v ČR navštivte www.volejbalvsede.cz.

Stránka bude spuštěna během června 2014.

Golf pro osoby s postižením

???

Golf je sport vhodný pro každého bez ohledu na věk, pohlaví, fyzickou kondici či fyzické problémy. Jde o skvělý způsob, jak budovat přátelství, zacvičit si a zároveň poskytuje příležitost pro osobní výzvu a růst.



Neexistuje žádný důvod, proč by tento sport nemohli zkusit všichni, včetně těch se zdravotním postižením. Po celém světě existuje mnoho organizací pro golfisty se zdravotním postižením, které nabízejí příležitosti se tuto hru naučit se, dále hrát i soutěžit.

Ve snaze překonat jisté specifické problémy se kterými se někteří hráči se zdravotním postižením setkávají při hraní golfu, vydaly společnosti R&A a USGA¹ „A Modification of the Rules of Golf for Golfers with Disabilities“. Tato publikace obsahuje rady a přípustné změny pravidel a poskytuje prostředky, s pomocí kterých hráči se zdravotním postižením mohou hrát spravedlivě s golfisty s jinými typy postižení nebo bez postižení.

Z praktického hlediska je vhodné rozdělit golfisty s postižením do skupin, z nichž každá potřebuje odlišné modifikace pravidel.

Pro účely úpravy pravidel bylo identifikováno pět takových skupin:

- Nevidomí golfisté.
- Golfisté s amputací.
- Golfisté používající hole nebo berle.
- Golfisté používající vozík.
- Golfisté s poruchami učení.

Někteří golfisté se zdravotním postižením používají vybavení a zařízení neshodující se s pravidly golfu. V těchto případech může R&A udělit výjimku z pravidel.

V České republice vznikla Česká golfová asociace hendikepovaných dne 21. prosince 2009. Hlavním cílem tohoto občanského sdružení je umožnit osobám s tělesným či zdravotním postižením hrát golf na golfových hřištích v České republice a v zahraničí a pod záštitou sdružení probíhá každoročně od roku 2011 Mistrovství ČR v golfu osob s postižením.

Dnes se zaměříme na golf pro nevidomé.

Historie

Nejstarší záznam ke golfu pro nevidomé je z roku 1920 z USA. Clint Russell z Duluth z Minnesoty ztratil zrak, když mu pneumatika explodovala do obličeje, golf začal hrát v roce 1922 a postupem času zvyšoval své skóre, až se mu v roce 1930 podařilo zahrát 84 na 18jamkovém hřišti (pro srovnání, profesionální hráč bez postižení by na stejném hřišti při hendikepu 0 nahrál 72 úderů).

První zaznamenaný zápas mezi dvěma nevidomými Angličany a dvěma Američany proběhl před druhou světovou válkou.

Organizované golfové turnaje pro nevidomé se zpočátku uskutečňovaly v USA, kde byla v roce 1947 také založena Blind Golf Association (USBGA) a následně v roce 2001 American Blind Golf organization.

Golf pro osoby se zrakovým postižením zaštiťuje International Blind Golf Association (IBGA), která vznikla v roce 2002 a zatím nebyl zařazen mezi paralympijské sporty.

V současné době má IBGA devět členských zemí: Austrálii, Kanadu, Anglii, Německo, Irsko, Japonsko, Severní Irsko, Skotsko a Spojené státy americké.



B1 je definována jako „žádné vnímání světla na obou očích až do jistého vnímání světla, avšak neschopnost rozeznat tvar ruky z jakékoliv vzdálenosti nebo v jakémkoliv směru“.

B2 je definována jako „schopnost rozeznat tvar ruky až po zrakovou ostrost 2/60 nebo zorného pole menšího než 5 stupňů“.

B3 je definována jako „ostrost vidění více než 2/60, do zrakové ostrosti 6/60 nebo zorného pole nad 5 stupňů a menšího než 20 stupňů“.

B4 je definována jako „zraková ostrost 6/60 až po zrakovou ostrost 6/46“.

Tato klasifikace je založena na lékařské, nikoliv funkční klasifikaci. Klasifikační postup golfu pro nevidomé se řídí prohlášením International Blind Golf Association.

Hendikapy² v golfu pro nevidomé jsou strukturovány dle skutečnosti, že někteří lidé jsou více zrakově postižení než ostatní.

IBGA pořádá mistrovství světa jednou za dva roky. K turnajům podporovaným IBGA patří National Open Events v Austrálii, UK, Kanadě, Japonsku a v USA.

Klasifikace

Klasifikace golfu pro nevidomé existuje od roku 1990, kdy byla poprvé použita při Australian Open Golf Tournament. Hraje se ve čtyřech kategoriích, které jsou založeny na úrovni ostrosti zraku, stejně jako v jiných sportech pro zrakově postižené.

B4, jakožto kategorie s nejlepším zrakem, má maximální pánský hendikep 28, maximum pro B3 je 36, maximum pro B2 je 45 a pro B1 54. Dámské maximální hendikepy jsou vždy o devět úderů vyšší než u mužů.

Golf pro nevidomé je význačný v oblasti sportů pro osoby se zdravotním postižením, protože obsahuje pouze drobné úpravy standardních pravidel golfu. Jedním z nich je, že hráči se mohou v překážce (např. v písečném bunkru) dotknout holí země. Další dovoluje průvodci stát na linii úderu bez trestných bodů v průběhu hraní úderu.

- 1 R&A – The Royal and Ancient Golf Club of St. Andrews přebírá odpovědnost za správu pravidel golfu se souhlasem 152 amatérských i profesionálních organizací a za více než 30 milionů golfistů ve 138 zemích po celé Evropě, Africe, Asii, Tichomoří a Severní a Jižní Americe. Společně s USGA (USA a Mexiko) vydává R&A pravidla golfu od roku 1952.
- 2 Hendikep (zkráceně hcp) je číselné vyjádření herní úrovně amatérského golfisty. Na turnajích se používá jako „výhoda“ pro méně zkušené hráče, aby i oni měli šanci vyhrát. Nejvyšší možný hendikep je 54. Změna hendikepu – hendikep stoupá či klesá podle aktuálního herního skóre hráče pomocí tzv. stablefordových bodů, což je jeden ze způsobů hry, ve kterém se rány nesčítají za celou hru, ale porovnávají se hodnotou závislou na paru jamky, hendikepu hráče a obtížnosti jamky v jednotlivých jamkách. Když golfista zahraje 37 bodů a víc, hendikep se mu snižuje; když zahraje 36, stagnuje a když má méně než 36, handicap se obvykle zvyšuje. Jednotlivé kategorie mají ochrannou zónu, ve které se hendikepy ještě udržují. Hendikep se nepoužívá v profesionálním golfu.

Britský šampión (British Masters, mistrovství British Strokeplay, Candian Open) **Simon Cookson** o hře vysvětluje více.

Co je to golf pro nevidomé?

Simon Cookson: Golf pro nevidomé je úplně stejný jako běžný golf. Obsahuje pouze drobné úpravy standardních pravidel golfu, přičemž hlavní rozdíl je, že hráč může využít pomoci svého nosiče holí jako průvodce. Tento průvodce může stát bez trestných bodů na linii úderu v průběhu jeho hraní.

Co dělá průvodce?

SC: Průvodce jsou hráčovy oči. Můj průvodce Stuart mi popisuje, jak míček leží na zemi, jaká je vzdálenost, směr a charakteristika jamky a, co je nejdůležitější, pomůže mi před úderem s položením a nasměrováním hlavy golfové hole za míčkem tak, abych ho správně trefil.

Jaky je Váš zrak v porovnání s jinými nevidomými golfisty?

SC: Mám asi 10% vizi, takže patřím do kategorie B3, což je kategorie golfistů, kteří vidí docela dobře. Maximální hendikep v této kategorii je 36.

Kolik toho vidíte například při odpálení míčku?

SC: Vidím kontrast mezi tím co je tráva, dráha a okolní stromy. A samozřejmě obloha. Ale jinak než to nevidím vůbec žádné konkrétní prvky.

Můžete pořádně vidět míček?

SC: Vidím míček po celou dobu. Ale u švihů z vodorovné polohy je hůl zcela neviditelná až do doby, dokud není asi dva centimetry od míče.

Jak moc potřebujete důvěřovat svému průvodci?

SC: Jestli chcete zahrát dobrý golfový úder, musíte do toho dát vše. Věřím informacím, které mi Stuart dává a pracuji s nimi. Hrajeme spolu už asi čtyři roky.

Musí být průvodce také dobrý hráč?

SC: Ne, Stuart jako golfista je hrozný! Viděl jsem ho hrát – občas i zvedne míček ze země, ale to je asi tak všechno!

Jak těžké je patování na greenu?

SC: Jakmile se dostaneme na green, cíl se stává mnohem menší. Plánování správného úderu při patování na greenu je mnohem složitější než rána z odpaliště nebo z hřiště. Když dorazím na green, tak si vždycky projdu pat od jamky k míči. To mi umožňuje změřit vzdálenost patu. Pak položím hlavu hole za míč, pokud možno do středu. Stuart mi řekne, jestli je třeba upravit úhel golfové hole nebo ne. Když je Stuart spokojený, zahraju pat a poslouchám, jak jde míček dovnitř!

Informace o golfu osob s postižením v ČR můžete najít na:
<http://www.czdga.cz/index.html>

Zdroje:
<http://www.randa.org/en/RandA.aspx>
<http://internationalblindgolf.com/>

Sebeobrana pro zrakově postižené

J. Čihounková, A. Skotáková, M. Bugala – FSpS MU

Dne 6. června 2014 proběhl na Fakultě sportovních studií Masarykovy univerzity pilotní seminář zaměřený na „Sebeobranu pro zrakově postižené“. Tým odborníků z Katedry gymnastiky a úpolů pod vedením Mgr. Jitky Čihounkové, Ph.D., prezentoval svou koncepci, která měla účastníky semináře seznámit s problematikou zvládnutí konfliktních situací. Účastníky byli zejména studenti Masarykovy univerzity se zrakovým postižením, které sdružuje a podporuje Středisko Teireisiás. Po dobu realizace semináře měl každý účastník svého asistenta, na kterém

zkoušel prezentované sebeobránné dovednosti. Asistenti z řad studentů Fakulty sportovních studií Masarykovy univerzity prošli školením a výcvikem, který byl zaměřený na komunikaci a doprovázení osob se zrakovým postižením. Tímto krokem byla zkvalitněna interakce mezi účastníky a asistenty.

Čtyřhodinový seminář byl po úvodní teorii rozdělen do tří cvičebních bloků, kde si klienti vyzkoušeli orientaci v prostoru, práci s taktilními a akustickými podněty a verbální sebeobránné techniky, vyzkoušeli si také obra-

nu proti různým typům útoku. Na závěr semináře, byli účastníci požádáni o zpětnou vazbu na prezentovanou koncepci a případné připomínky.

O akci se zajímala Česká televize a natočila o úvodním kurzu reportáž – lze shlédnout na <http://www.ceskatelevize.cz/porady/10122427178-udalosti-v-regionech-vikend/314281381900608/video/>.

Impulzem k realizování tohoto semináře je projekt specifického výzkumu Fakulty sportovních studií, který si dává za cíl vytvořit a evaluovat metodiku sebeobrany osob se zrakovým postižením. Na základě detailních průzkumů týkajících se zkušeností osob se zrakovým postižením s rizikovým či násilným chováním vůči této

specifické skupině a jejich bezpečnostním obavám byla vytvořena metodika sebeobrany pro osoby se zrakovým postižením. Metodika vychází z teorie konfliktu a je zaměřena především na počáteční fáze řešení konfliktu (tzv. prekonfliktní fáze a verbální komunikace).

V podzimních měsících proběhne oficiální tříměsíční kurz s časovou dotací 20 hodin. Kurz bude vycházet nejen ze zjištěných teoretických informací z předešlých výzkumů, ale také z praktických poznatků a potřeb zrakově postižených. V závěru kurzu si účastníci vyzkouší naučené dovednosti a sebeobrané strategie v modelových situacích. Kurz bude otevřen i veřejnosti z řad osob se zrakovým postižením. ■

Sebeobrana pro vozíčkáře

A. Skotáková, J. Čihounková, M. Bugala – FSpS MU

Dne 1. června 2014 se v Brně v prostorách Fakulty Sportovních studií uskutečnil seminář „Sebeobrana pro vozíčkáře“ pod vedením Bc. Mariana Komrsky. Marian Komrska se sebeobraně věnuje dlouhodobě a vytvořil koncept výuky, který lze aplikovat i u osob na vozíku.

Aby pochopil obtíže a problematiku vozíčkářů, učil se po dobu tří měsíců používat ortopedický vozík a zjišťoval, jaké sebeobrané techniky je možné aplikovat. Díky těmto zkušenostem mohl své dovednosti demonstrovat a dokázat tak, že se lidé na vozíku mohou plně věnovat sebeobraně i dalším bojovým systémům, například Kali, S.D.S. – CONCEPT, T.C.S. Knife Fighting Concept.

Celý kurz byl veden velmi profesionálně. V úvodu byli účastníci kurzu seznámeni s programem a průběhem semináře a každý účastník měl k dispozici svého asistenta, který pocházel z řad klubu Selfdefence Brno. Pan Komrska byl také po celou dobu na vozíku tak, aby byl v neustálé interakci s účastníky semináře. Seminář byl rozložen do čtyř hodin, ve kterých se účastníci učili obrany proti úchopům, úderům, kopům a následně úderové techniky. Dále se pak účastníci kurzu seznamovali s improvizovanými zbraněmi a obranami proti napadení nožem.

Zvolený koncept výcviku na sebe navazoval, obsahoval instinktivní obranné reakce, které byly upraveny do podoby krytů. Dále využíval techniky navolnění do vitálních míst (karotida, solar plexus a genitálie). Obrany se držely struktury konceptu, ale přitom dávaly prostor kreativě cvičících. Každá nově prezentovaná technika byla kompatibilní s předcházejícími. Silnou stránkou konceptu je jeho možnost použití při různých typech postižení. To umožňovalo vždy upravit demonstrovanou techniku tak, aby ji zvládali všichni účastníci.

Zpočátku se účastníci seznamovali s udržováním perimetru a bezpečné vzdálenosti, kdy každý z asistentů prováděl různé změny směru a cvičící museli na tyto změny reagovat tak, aby se potenciální útočník nedostal za jejich záda, což je velice důležité ze strategicko-taktického hlediska.

Poté se účastníci učili různé obrany proti úchopům, které byly prováděny asistenty jak souhlasnou, tak také nesouhlasnou rukou na jednotlivé části těla. Účastníci se snažili aplikovat prezentované techniky jako například Ikkyo, Sankyō, Kotegaeshi a řadu dalších. Po bloku obran proti úchopům se účastníci zaměřili na tvorbu krytů, kdy asistenti prováděli různé typy úderů a účastníci reagovali na tyto útoky pomocí krytů. Dalším typem obran byly úhyby a srážení úderů. Úhyby byly cvičeny pomocí drilů a následně v kombinaci s navolňovacími údery. Úderová technika nevycházela jen ze základních tří typů úderů (přímý, obloukový a zvedák), ale byla orientována také na údery loktů a kladivové údery. Účastníci si zkoušeli jednotlivé úderové techniky na bloky a lapy, kde mohli v plné síle aplikovat úderovou techniku. Následně se úderová technika procvičovala pomocí úderových drilů. Závěr kurzu byl zaměřený na obranu proti ohrožování nožem. Asistenti opět prováděli různé typy ohrožování, kdy nůž byl přikládán na hrdlo a hrudník.

Závěrem bychom chtěli říci, že šlo o velice zajímavé pojetí sebeobrany zaměřené na specifickou skupinu. Realizovaný seminář představil širokou škálu možností, jak vzdělávat osoby na vozíku v problematice sebeobrany.

Fotky z kurzu.

Zdroj: <http://www.selfdefence-brno.eu/2014/06/01/seminar-sebeobrana-pro-vozickare-1-6-2014/>



Vybrané pojmy znakového jazyka neslyšících pro využití v ATV**Svatava Panská***Katedra aplikovaných pohybových aktivit, Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého v Olomouci*

Každý z nás se určitě setkal s lidmi, kteří „špatně slyší“ a „jinak mluví“. Pokud jsme měli příležitost poznat dokonce několik osob se sluchovým postižením, naši zkušenost lze podložit faktem, že dopad sluchového deficitu na osobnost jedince může být v závislosti na druhu a stupni postižení velmi závažný, projevuje se především v oblasti vnímání, paměti, pozornosti, řeči i chování. Jedinci se sluchovým postižením představují značně nehomogenní skupinu, jejíž variabilita je dána především různou strukturou a hloubkou sluchové vady a dobou, kdy k postižení došlo. Hlavní odlišností osob s těžkým postižením sluchu od intaktní populace je komunikace uvnitř skupiny znakovým jazykem. Tato jinakost přivádí osoby se sluchovým postižením do skupin a společenství, kde je možnost plynulé a uspokojující komunikace. Celkovou úroveň rozvoje osobnosti samozřejmě také určují sociokulturní podmínky a na základě prolnutí kultury intaktní populace se přizpůsobují navzájem. Integrovaní trendy ve vzdělávání a dále v pracovním procesu můžeme sledovat v majoritní společnosti nejen v legislativě, ale i v životě sluchově postižených lidí.

Lidé se sluchovým postižením mají podobné zájmy i aktivní život jako lidé bez sluchového postižení. Pojmová zásoba, kterou zde předkládáme, svědčí o identických potřebách komunity neslyšících i slyšících. Výlety, zájezdy, aktivity i činnosti a v neposlední řadě správná životospráva a stravování je nesmírně důležitá v životě každého jednotlivce. Uvedené znaky můžete využít v průběhu výletů, zájezdů a podobných činnostech.

Platí jméno
pro grafickou
úpravu???

Znaky prezentuje figurantka Jana Menšová
Graficky upravil Marek Schwarz

**Brambory**

volně natažený pravý ukazovák se opakovaně pohybuje přes levý, mírně pokrčený, naznačuje škrabání brambor

**Chutnat, chutný**

prsty nejdříve mírně sevřené se při pohybu od úst sevrou do štipce – směrem dolů

**Jíst**

ukazovák spojený s palcem se pohybuje opakovaně k ústům

**Káva**

štipce palce a ukazováku se opakovaně dotýká pravého koutku úst

**Maso**

palec a ukazovák pravé ruky uchopí dlaň levé ruky na malíkové hraně a mírně potřese

**Kuřecí**

palec a ukazovák pravé ruky se u obličeje několikrát spojí



Vepřové
obě ruce dlaněmi k sobě se spojí
konečky prstů směrem šikmo dolů
a pohybují se 2x ve směru šipek



Objednat
pravá pěst s nataženým
ukazovákem dopadne
na levou



Odpočínout si
pohyb rukou
do stran mělkým
klidným obloukem



Pivo
pravý palec klepne 2x
na horní část
sevržené levé ruky



Příloha
ruce ve stejném tvaru dlaněmi k sobě
a mírně vzhůru – pravá ruka
se „přikládá“ do středu dlaně ruky levé



Restaurace
naznačíme
„držení příboru“
podle šipek



Sednout si
dlaně směřují
na podlahu a naznačíme
„posazení se“ na židli



Zaplatit, platit
dlouhý tah a poklepání
pravé ruky
(„drží peníze“ na levou dlaň



Žízeň
ukazovák a prostředník
se dotknou krku a pak před krkem
se krátce zvedají

Objevování svobody a radosti: Jak potápění pomáhá lidem s postižením

Romana Dostálová

Přeloženo ze stránky <http://www.sdtm.com/>

Díky potápění objevilo mnoho osob se zdravotním postižením nové možnosti. S pomocí speciálně upraveného vybavení a správného tréninku tak nechávají potápěči se zdravotním postižením svá postižení na chvíli za sebou a objevují radost a svobodu, kterou potápění přináší.

Mezi druhy postižení, se kterými je potápění možné, patří zrakové i stavy po poranění míchy.

Jako sportovní a relaxačně-rekreační aktivita posiluje potápění účastníky psychicky, fyzicky, citově a dokonce i duchovně. Poskytuje neuvěřitelné spojení s přírodním světem, kterého je těžké dosáhnout v jiných prostředích, a zároveň nabízí příležitosti k objevování. Posiluje tělo, inspiruje mysl a představuje svým způsobem výzvu.

Vzhledem k tomu, že potápění vyžaduje určitou úroveň fyzické zdatnosti, jsou lidé, kteří podlehlí touze se potápět, schopni se posunout na takovou úroveň, kterou možná nikdy ani nepovažovali za možnou. Když je přítomná touha a skvělá odměna je na dosah, jsme schopni neuvěřitelného úsilí!

Potápění obohacuje v mnoha ohledech

Potápění je forma rekreační terapie. Ochrunutí potápěči často uvádějí, že cítí projevy změn na svých tělech. Někteří potápěči, kteří jsou ochrunutí od pasu dolů, znovu získali schopnost cítit v oblasti kyčlí i nohou a tato jejich znovuzískaná schopnost se zlepšuje s každým dalším ponořením.

I když potápěči potřebují být dobrými plavci, i lidé s těžkým zdravotním postižením, včetně těch s chybějícími končetinami, se mohou s pomocí asistenta potápět.

Vzhledem k tomu, že při potápění je důležitá svalová síla, cítí se většina účastníků namotivovaná k cílenému posilování i mimo samotné potápění. Cvičením se dále zlepšuje svalový tonus a zvyšuje se pocit celkové pohody.



Potápění je sport vyžadující vysokou úroveň pozornosti, což může přispět také ke zmírnění stresu a úzkosti v každodenním životě.

Potápěči, kteří trpí chronickými bolestmi, zjistili, že se tyto bolesti během potápění výrazně snižují. Jiní zjistili, že při ponoru jejich bolest dokonce zmizela úplně.

Potápění představuje vynikající kardiovaskulární cvičení, které není příliš náročné ani nezatěžuje klouby.

Jedním z hlavních problémů týkajících se mnoha osob se zdravotním postižením, je sociální izolace, přičemž další nespornou výhodou potápění je právě společenská aktivita, při které mají účastníci možnost potkat řadu dalších osob z různých oblastí života. Zvyšování sociální interakce a účast na zábavných aktivitách s ostatními je výborný způsob, jak celkově zlepšit kvalitu života. Potápění je jeden z mála sportů, u kterých člověk s postižením nepotřebuje žádnou kompenzační pomůcku jako např. vozík, monoski atd.

Potápěčské kluby a organizace

Existuje celá řada organizací, které se specializují na poskytování výcviku a asistence osobám se zdravotním postižením. Zde uvádíme několik příkladů:

International Association For Handicapped Divers (IAHD) – momentálně jediná ISO certifikovaná organizace poskytující kurzy pro potápěče s postižením

Handicap Scuba Association

Disabled divers international

Open Waters

V České republice to je například Sportovní klub vozíčkářů Praha a jeho partner Občanské sdružení RESTART, kteří se výcvikem potápěčů s postižením zabývají už patnáctým rokem

Kurzy potápění pro osoby se zdravotním postižením

Existuje celá řada kurzů potápění pro osoby se zdravotním postižením. Patří mezi ně následující:

IAHD kurzy jsou sestaveny speciálně pro osoby se zdravotním postižením a jsou šité na míru schopnostem jednotlivých účastníků. Na závěr kurzu musí každý z účastníků splnit seznam kontrolních praktických i teoretických úkolů a na základě získaných dovedností se uděluje certifikace, která specifikuje, za jakých podmínek a s jakým počtem asistentů je absolventu kurzu dovoleno se potápět při všech budoucích ponorech. IAHD nabízí kurzy pro lidi s tělesným i s mentálním postižením.

Confined Water Diving je školení s certifikací pro potápění pouze v bazénech, pro lidi, kteří hledají cvičení, terapii a zábavu.

Open Water Handicapped Diving Course je certifikát založený na soběstačnosti pro potápění na otevřené vodě, pro něž získají frekventanti základní dovednosti a znalosti. Kurz se zakládá na výkonnosti a certifikace je udělena jen v případě, že potápeč pracuje velice dobře.

Advanced Handicapped Diver Course – pro získání certifikátu z tohoto kurzu je třeba, aby potápeč provedl společně se svým instruktorem nejméně pět úspěšných ponorů.

Multilevel Training je systém víceúrovňové certifikace – skládá se ze tří úrovní a všechny jsou založeny na výsledcích, přičemž hlavní důraz je kladen na bezpečnost.

Dive Buddy Course je určen pro lidi s i bez zdravotního postižení, kteří se zde naučí, jak dopomáhat k bezpečnému potápění jiné osobě, zejména osobě s postižením.



Lokality vhodné pro potápeče s postižením

Pro potápění osob s postižením je třeba zajistit optimální podmínky nejen pro samotné potápění, ale i pro „vedlejší činnosti“, což obnáší vyškolené odborníky, kvalitní bezpečnostní opatření a upravené bezpečnostní zařízení. Místa, která toto dovedou nabídnout, jsou považována za „Lokality vhodné pro potápeče s postižením“.

Zde jsou některé z nejlepších světových destinací pro potápeče se zdravotním postižením:

Brac Reef Beach Resort, Kajmanské ostrovy
 Unique Water Sports, Aruba, Karibské ostrovy
 Divi Flamingo, Ostrov Bonaire, Karibské ostrovy
 Bay Island Beach Resort, Roatan, Honduras
 Cobalt Coast Resort, Kajmanské ostrovy
 Hotel Cozumel, Cozumel, Mexiko
 Aqua Safari, Cozumel, Mexiko
 Mayan Palace, Playa Del Carmen, Mexiko
 Unexso, Bahamy

Ubytování pro potápeče se zdravotním postižením nabízí i mnoho dalších destinací a počet míst se stále zvyšuje. Další oblíbené destinace, řazené k těm nejlepším jsou tak například na Havaji, Filipínách a v Nizozemsku.



Na světě žije zhruba 15% lidí s různými typy postižením (které je zapříčiněné nehodami, nemocemi nebo se jedná o vrozené postižení). Některé činnosti se mohou zdát jako méně bezpečné nebo nevhodné, ale neznamená to, že prožívání dobrodružství by se stalo zcela nemožným. Díky potápění se mnoho lidí s postižením těší lepšímu zdraví, potkávají nové přátele a mohou spatřit některá z nejkrásnějších míst na této planetě. Pokud Vy nebo někdo ve Vaší blízkosti má zdravotní postižení, doporučujeme zvážit potápění, které přináší nové výzvy, bezmeznou radost a schopnost oceňovat divy života!

Photo By IAHD www.iahd.org



Cesta Paula Hockeye na Mount Everest

Romana Dostálová

Autor originálního článku v angličtině: Sam Davis

Paul Hockey se v roce 2005 stal první osobou se zdravotním postižením, která zdolala ze severní strany Mount Everest. Ted' zvažuje vylézt na K2 považovanou za nejtěžší horu na světě... Při svých veřejných vystoupeních mluví o neuvěřitelných věcech, které ho v životě potkaly. Například, že i se svým postižením je držitelem černých pásů v Shaolin Kung Fu a v Hapkidu. Mluví o ztrátě matky a otce, kteří zemřeli na rakovinu a jak ho stejná nemoc připravila během tří týdnů o ruku. Největší událostí ze všech je ale jeho výstup na Mount Everest. Odborná příprava mu trvala pět let, stála jej celé jmění a po celou dobu se nacházeli kritici, kteří o jeho schopnostech pochybovali. Nakonec nejen, že na Everest vystoupal, ale podařilo se mu takto získat i peníze pro Children Cancer Institute v Austrálii.

Paul říká, že vize úspěšného výstupu na Everest ho vždycky okouzlovala. Je v ní obsažená symbolika nejvyššího bodu na světě a zároveň ztělesnění toho, co může být překonáno navzdory všem překážkám.

„Když jsem byl malý kluk,“ říká, „slyšel jsem příběh o prvním výstupu sira Edmunda Hillaryho a Tenzinga Norgaye na Everest v roce 1953, což tehdy podnítilo mou představivost. Jde o nejvyšší horu na světě a ti dva ji dokázali zdolat. Ale nikdy jsem vážně neuvažoval, že bych tam skutečně jel a sám se na ni pokusil vystoupat. To přišlo, až když jsem byl starší, poté co jsem přišel kvůli rakovině o ruku a, což bylo mnohem horší, i o své milované rodiče z téhož důvodu. Chtěl jsem tehdy opravdovou výzvu. Nechtěl jsem udělat něco, co dokáže kdokoliv, ale něco opravdu výjimečného.“

Pro Paula byl výstup na Mount Everest i možností, jak otestovat hodnoty podle kterých žil.

Než se pro Mount Everest rozhodl, neměl žádné lezecké zkušenosti. Proto vycestoval na Nový Zéland, kde se začal učit horolezeckému „umění“.

„V Alpách Nového Zélandu jsem se pár týdnů učil od těch nejlepších horolezců,“ vzpomíná. „V následujícím roce jsem odjel do Jižní Ameriky a vylezl na nejvyšší horu jižní polokoule, kterou je Mount Aconcagua. Je téměř 7 000 m vysoká a výstup mi trval asi tři týdny.“

Paul vystoupil na horu s dobře známým šerpou Ang Dordžem a výstup dokončil bez použití kyslíku. Další rok pokračoval v tréninku doma, kde nosil každý druhý den 25 kilogramů knih nahoru a dolů po pětikilometrové horské silnici.

„V té době,“ říká Paul, „jsem si myslel, že jsem připravený pokusit se o Everest.“

Zatímco Paulův fyzický stav byl na vrcholu, problémy měl s finančním zajištěním svého snu,

protože získávání prostředků pro expedici bylo pomalé a obtížné.

„Vzpomínám si, co mi řekl jednou jeden horolezec – cesta do základního tábora je těžší než skutečný výstup, protože je potřeba hodně peněz,“ říká Paul. „Mnoho lidí, kteří jdou na Everest, jsou bohatí lidé, kteří se věnují horolezectví mnoho let. Ale já rozhodně bohatý nejsem. Prostě jsem finanční prostředky na Everest neměl.“

Společnosti a organizace nebyly ochotné ho sponzorovat, tak Paul, ač nerad, zastavil svůj dům a v roce 2004 dorazil do Nepálu.

„Strávil jsem na hoře zhruba dva měsíce,“ přemítá Paul. „Skončil jsem tenkrát asi 280 metrů od vrcholu, protože mi došel kyslík. Lezl jsem příliš pomalu a kvůli tomu jsem zásoby kyslíku vyčerpal. Přesněji řečeno, měl bych dostatek kyslíku pro cestu na vrchol, ale už by ho nebylo dost na cestu zpátky. Vůdce naší expedice Russell Brice, který mě pozoroval z tábora dalekohledem, udělal ‚matematiku‘ za mě a v podstatě řekl: ‚Podívej kámo, je mi to líto, ale budete to muset otočit.‘ A já jsem ho poslechl.“

Paulovo zklamání bylo brzy zmírněno blízkým setkáním se smrtí.

„Dostal jsem tam velkou lekci, protože jiný horolezec, co tam byl se mnou, se tehdy neotočil a už jej nikdy nikdo neviděl,“ říká.

Poté, co téměř dosáhl vrcholu, se Paul vrátil domů. Aby byl jeho návrat o něco těžší, Garry Guller, jednoruký horolezec ze Spojených států, dosáhl vrcholu Everestu z jižní strany hory nedlouho po Paulově neúspěšném výletu.

Paul ale beznadějí nepropadl a okamžitě začal plánovat svůj návrat na Everest. „Pokud Garry Guller dosáhl vrcholu Mount Everestu z jižní strany, měl bych vystoupit ze severu,“ uvažoval. Někteří horolezci ho odrazovali, že to nemůže

dokázat. „Bylo mi řečeno, že není možné, aby jednoruký člověk vystoupil po severní straně, a to zejména proto, že pod vrcholem jsou obtížná skaliska,“ říká Paul.

Paul ale věděl, že to dokáže. Podle filozofie, kterou si osvojil z bojových umění, věděl, že musí změnit postup.

„V roce 2004 to bylo velmi těžký výstup. Hodně jsem zhubnul, bylo to asi o 15 kilo. Měl jsem omrzliny na tváři a viděl jsem čtyři mrtvé horolezce. Všechno to pro mě byly velmi důležité lekce. Byl jsem příliš pomalý a pochopil jsem, že abych mohl stoupat rychleji, musím změnit svůj výcvik.“

Paul také přišel na způsob, jak zajistit finance na novou expedici. „Místní noviny v Cairns mi pomohly vybrat finanční prostředky prostřednictvím komunity,“ říká Paul. „Udělal jsem velikou vlajku a napsal jsem na ni jména lidí – 20 dolarů za jméno osoby a 100 dolarů za firemní logo. Tuto obrovskou vlajku jsem pak vzal s sebou na Everest, což byl vlastně způsob, jak jsem si na svou druhou expedici vydělal peníze. Bylo to velmi obtížné, ale svůj účel to splnilo.“

Přítom první pokus odmítl považovat za selhání. „Měl jsem dvě možnosti, jak se na to dívat,“ říká Paul. „Mohl jsem to brát jako selhání, vrátit se domů a říct si: ‚Dostal jsem se po severní straně Everestu výš než jakýkoliv jiný horolezec s postižením.‘ Bylo by možné tak uvažovat, ale byl by to konec mého snu o Everestu. Nebo jsem to mohl vzít z té lepší stránky. Tento postoj mi naopak říkal, že to byla ta nejlepší zkušenost, jakou jsem kdy mohl získat.“

Paul se rozhodl využít metodu, kterou se naučil z bojových umění a nazývá se „střed okamžiku“. Jeho příprava byla velmi pečlivá a cíleně se zaměřil na nedostatky z předchozího výstupu – neustále pít, aby zabránil výškové nemoci, pečlivě kontrolovat zařízení a pozorněji pozorovat šerpy. Chtěl zdolat Everest, ale chtěl také přežít.

„Velmi dobře jsem si uvědomoval přítomnost smrti; kolem 220 horolezců, kteří na té hoře zemřeli, je hodně vysoké číslo,“ říká.

Poté, co provedl všechny nezbytné přípravy, dorazil konečně do Nepálu, kde na něj čekaly další změny. Místo šerpy Karsanga, který jej doprovázel v roce 2004, měl tentokrát mít jiného. „Karsang byl skvělý šerpa, ale v některých ohledech jsem měl pocit, že nemá 100% víru v mé schopnosti jednorukého horolezce,“ říká Paul. „Němčině byla pravda, že v roce 2004 jsem byl prostě příliš pomalý. Nakonec jsem byl rád, že jsem tentokrát potkal Nima, svého nynějšího šerpu.“

Nima a Paul rozebírali první výstup z roku 2004, Paul hovořil o tom, v čem se cítil na

hoře jistý a rozebíral svou horolezeckou techniku, která je specifická kvůli tomu, že má jen jednu paži. Nima byl vnímavý a oba si okamžitě padli do noty. „Hodně jsem mu toho o sobě řekl a vytvořili jsme si jakýsi vztah,“ říká Paul. „Vysvětlil jsem Nimovi svůj životní postoj a to, že věci, které dělám a zdají se nemožné, nemožné ve skutečnosti nejsou, což se projevilo, když jsme se dostali do vyšších částí hory, kde už vše bylo záležitostí života a smrti. Tam jsem zjistil, že ve mně měl Nima plnou důvěru, což bylo mé velké štěstí.“

Paul vzpomíná na svůj druhý výstup na Everest jako na poměrně jednotvárnou záležitost. Práce, kterou vložil do přípravy v průběhu posledních pěti let, se vyplatila. „Věci, které jsem změnil po svém prvním pokusu, byly znatelné zejména v okamžicích, kdy jsem zdolával výšku 8850 m, opatrně a přesně. Lezení s Nimem působilo jako rutina,“ říká. „Udělal jsem vše podle pravidel.“

Po týdnech lezení konečně došli k úseku, který Paul při svém posledním výstupu nemohl překonat. Uvědomil si, že tohle bude ta těžší část – vše do tohoto bodu dělal už předtím. Okol-



nosti naznačovaly, že tento výstup bude velmi obtížný. Existují jen velmi krátké časové úseky, kdy je bezpečné lézt na Everest. Paul zahájil výstup později než by bylo vhodné, což s sebou přineslo obavy, že počasí už nebude na lezení bezpečné – poryvy větru o rychlosti 80 až 100 km/h a teploty kolem $-40\text{ }^{\circ}\text{C}$ to jen potvrzovaly. „Den výstupu na vrchol je tou pravou výzvou Everestu,“ říká Paul. „V ten den jsem viděl asi deset mrtvých těl. Byl jsem vyčerpaný a zároveň jsem měl obavy, protože vrchol je jen půl cesty. Je tu přece ještě cesta zpět. Docházely nám zdroje a uvědomovali jsme si nebezpečí změn počasí.“

Přesto Paula vůle dostat se až na vrchol hnala dál. „Na vrcholu jsem nakonec strávil půl hodiny a vychutnal si každíčku vteřinu. Opravdu jsem si to užil,“ říká. Až sem jej dovedla ztráta členů rodiny, jeho vlastní postižení i touha dokázat těm, co v něj nevěřili, že to zvládne. Paul popisuje při vzpomínání na tento výstup sérii kaskádových emocí: „Myslel jsem na svou matku, které jsem věnoval výstup i na ostatní, které jsem miloval, ale kvůli rakovině jsem o ně přišel,“ říká. „Myslel jsem také na pět let boje o to dostat se sem a na všechny ty přípravy. Byla to neskutečně kouzelná půl hodina. Nejsem negativní člověk, ale zvednutým prostředníčkem jsem pozdravil i své kritiky, když jsem tam byl. Bylo to skvělé.“

Poté, co pořídil několik fotografií a naplnil požadavky sponzorů, zahájil společně s Nimem sestup.

„Když jsem sestoupil z vrcholu, měl jsem ještě jeden úkol,“ vysvětluje Paul. „Před cestou mě kontaktovala jedna dáma z Canberry, která mi nabídla 5000 amerických dolarů, když na vrcholu rozptýlím popel její matky a otce. Přímo na vrcholu bylo příliš větrno, ale těsně pod vrcholem jsem svůj slib splnil, popel jsem rozptýlil a věnoval oběma svou modlitbu. Potom to se mnou ale začalo jít fyzicky z kopce. Síla mě prostě opustila. Neměl jsem žádnou energii a nemohl jsem pořádně ani dýchat. Došlo mi, že by to mohl být skutečný problém.“

Paul odhadoval příčinu potíží v plicním edému nebo krvácení z plic. Úmyslně si odkašlal, a když si odplivl, objevily se stopy krve. Jeho diagnóza tak byla správná. Věděl, že pokud se nedostane urychleně níž, zemře. „Věděl jsem, že to bude jen horší a horší a jediným lékem bylo sestoupit tak rychle, jak jen to bylo možné,“ říká.

Nima mu pomáhal a povzbuzoval ho, zatímco Paul plival krev a snažil se udržet v pohybu. Dýchání bylo obtížné. Snažil se držet rutiny *nádech, vyplivnout, krok, nádech, vyplivnout, krok* a tak dále. Nemohl dovolit, aby se mu tekutiny hromadily v plicích, protože to by znamenalo smrt.

Nádech, vyplivnout, krok, pořád si opakoval *nádech, vyplivnout, krok*. Nima ho stále povzbuzoval a oba se snažili dojít do čtvrtého výškového tábora. Zatím byli stále ještě v takzvané „zóně smrti“.

Ostatní šerpové a horolezci z expedice nechali Nima s Paulem, aby sestoupili sami. Počasí se stále zhoršovalo. „Nikdy na to nezapomenu,“ říká Paul. „Hrozně jsem se bál. Vzpomínám si na sníh a led a na neuvěřitelný vítr. Sledoval jsem šerpy a oni se také báli, a když vidíte, že se bojí šerpové...“

Nakonec dosáhli čtvrtého výškového tábora v 8300 metrech, kde čekalo na Paula překvapení. „Vrátil jsem se do tábora kolem půl osmé nebo osmé večerní a tam na mě čekal australský horolezec Dean Staples, kterému se podařilo dosáhnout vrcholu o den dříve.“ Nebylo toho moc, co by Dean mohl udělat, ale Paul si tohoto gesta cenil. Jeho situace se však nadále zhoršovala. Byl sice o 600 metrů níže než ráno, ale jeho symptomy se nezlepšovaly. Vůbec nespál. Posadil se u vchodu do stanu a pokračoval ve vyplívání krve. V časných ranních hodinách prožil kritický okamžik, kdy si myslel, že zemře. „Mé srdce bušilo neskutečně rychle, až jsem měl obavy, že se prostě naráz zastaví,“ říká.

Druhý den ráno Dean, Nima i Paul pokračovali v sestupu. „Dean a Nima zůstali po mém boku a sešli jsme přes třetí, druhý a první tábor až do základního tábora,“ říká Paul. Po příchodu do základního tábora Paula uvítal vůdce expedice Russel Brice, který byl v šoku z toho, v jakém je Paul stavu. Tu noc, poté co se Paul malinko zklidnil, mluvili o tom, co se bude dít dál. Paul ztratil 21 kilogramů, omrzliny mu zakrývaly tvář a jeho plíce byly stále plné krve. O Russellovi Paul říká, že si ho vždy cenil pro jeho přímočarý charakter. „Russell ke mně byl upřímný a na rovinu mi řekl, že to stále ještě nemusím přežít, přičemž se o mě ale stále staral. Okamžitě mi opatřil kyslíkovou masku, i když to je „tam nahore“ docela drahý zdroj,“ prozrazuje Paul.

„Podařilo se mi přežít do dalšího dne, a to už jsem věděl, že jsem Everest zdolal, a že nezemřu! Musím přiznat, že jsem to ráno plakal jako dítě, protože když Russell přišel a podíval se na mě, řekl: ‚Máš velké štěstí, vypadá to, že se z toho dostaneš.‘“

Paul se vrátil domů do Cairns jako hrdina. Byl na předních stránkách novin a jeho příběh s dramatickým návratem mu získal pozornost národních médií. Momentálně Paul kombinuje zaměstnání průvodce s veřejnými přednáškami a plánuje novou výpravu, tentokrát na K2, což je technicky nejtěžší hora světa.

Osoby s postižením a Mount Everest

První osobou se zdravotním postižením, která stanula na vrcholu, se v roce 1998 stal **Tom Whittaker**, který o téměř dvě desetiletí dříve přišel při automobilové nehodě o nohu.



Prvním nevidomým člověkem, který vystoupal na vrchol Mount Everest, byl 25. května 2001 **Erik Weihenmayer**. Zdolal také horu Ararat a v roce 2002 i tzv. Seven Summits.¹ Je autorem autobiografie *Touch the Top of the World: A Blind Man's Journey to Climb Farther Than the Eye can See* (Cesta na vrchol světa).

Prvním jednorukým člověkem byl Američan **Gary Gulle** v roce 2003, který zjistil, že jeho největším problémem bylo udržet rovnováhu, zejména při sestupu, protože neměl levou ruku ani protézu pomocí níž by rovnováhu udržoval.

Šerpa bez rukou, **Ungdi Tshering** se dostal jen do výšky 7 300 metrů, ale tvrdí, že dokáže dosáhnout vrcholu, podaří-li se mu najít sponzora pro další pokus.

Mark Inglis, který přišel o obě nohy kvůli omrzlinám před více než 20 lety, je první člověk s oboustrannou amputací, kterému se poda-

řilo dosáhnout vrcholu Everestu, a to v květnu 2006. Svůj výstup Inglis věnoval fundraisingovému projektu na koupi protéz dolních končetin pro Tibeťany se zdravotním postižením, kteří ve stínu Everestu žijí. On sám použil pro svůj výstup pro lezení speciálně upravené protézy z karbonového vlákna.

Arunima Sinha, indická žena, která přišla o nohu poté, co byla vyhozena z jedoucího vlaku při loupežném přepadení, se stala v květnu 2013 ve svých 26 letech první ženou s amputací stojící na vrcholu Everestu. ■



¹ Seven Summits – Sedm vrcholů – Koruna planety je tvořena nejvyššími horami všech sedmi kontinentů. Jde o horolezecký projekt, který byl poprvé definován v 80. letech 20. století amatérským horolezcem a podnikatelem Richardem Bassem.

Vytvoření webových stránek s nabídkou pro děti s disabilitou v Jihočeském regionu v kontextu dostupnosti řízených pohybových aktivit

Establishment of website for children with disability in the South Bohemia region in the context of availability controlled physical activities

Zuzana Kornatovská

Katedra výchovy ke zdraví, Pedagogická fakulta, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Jiří Jůda

*Student magisterského studia „Vychovatelství se zaměřením na výchovu ke zdraví“ Pedagogická fakulta,
Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích*

ABSTRAKT

V průběhu realizace výzkumného projektu „Dostupnost řízených pohybových aktivit pro děti s disabilitou“ vznikly jako významný produkt webové stránky pro Jihočeský region s přehledem nabídek a odbornou garancí řízených pohybových aktivit pro děti s disabilitou mentální, sluchovou, zrakovou. Základním cílem výzkumného projektu bylo komparovat dostupnost řízených pohybových aktivit u dětí s disabilitou mentální, sluchovou, zrakovou ve věku od 8 do 15 let ve vybraných regionech zemí EU (Jihočeský region-ČR, Plovdiv-Bulharsko, Primorska-Slovinsko, West Midlands-Velká Británie). Tvorba webových stránek byla založena na bázi evaluačních kritérií pro tvorbu www stránek, viz Boklaschuk, Caisse (2001), tj. Aktuálnost; Cílové publikum; Přesnost obsahu; Přístupnost; Vizuální zpracování. Vytvořené webové stránky mohou být důležité pro informovanost rodičů dětí s disabilitou žijící v Jihočeském regionu.

Klíčová slova: webové stránky, děti s disabilitou, řízené pohybové aktivity, disabilita mentální, disabilita sluchová, disabilita zraková, dostupnost a organizace řízených pohybových aktivit, Jihočeský region.

ABSTRACT

During the implementation of the research project “Availability of controlled physical activities in children with disability” as a significant by-product were developed websites for the South Bohemia region with an overview of the menus and the guarantee of the controlled physical activities for children with mental, hearing, visual disabilities. The main aim of the research project was to compare the availability of controlled physical activities for children with the named disabilities, aged 8-15 years in selected regions of the EU countries (South Bohemia region-Czech Republic, Plovdiv-Bulgaria, Primorsko-Slovenia, West Midlands-UK). During the websites formation and creation we have assumed the evaluation criteria for the creation of websites, see Boklaschuk, Caisse (2001), e.g. Topicality; Target groups; Exactness of content; Accessibility; Visual processing. The websites can be important for the awareness of parents with challenging children, living in the South Bohemia region.

Keywords: Websites, disability children, controlled movement activities, mental disability, deaf disability, visual disability, availability and organization of physical activities, South Bohemia Region.

ÚVOD

Pojem „řízené pohybové aktivity“ je označením pro systém pohybových aktivit rekreačně prováděných ve volném čase s cílem dosáhnout zdravotně-sociálních benefitů prostřednictvím vysoce odborně vedeného pohybového učení specializovanými trenéry, instruktory, cvičiteli. Jedná se o odborně řízený, intencionální proces směřující k plnění cílů vzdělávacích, výchovných a zdravotních s významným socializačním efektem.

Pro řízené pohybové aktivity u dětí s disabilitou je významnou determinantou to, že podmiňováním v oblasti somatické dochází současně k mentálním a sociálním podnětům. Je tak rozvíjena rozumová výchova dítěte v těsné vazbě s výchovou smyslovou a sociální. Górný uvádí příklady, kdy aplikace řízených pohybových aktivit u osob s disabilitou sluchovou a zrakovou vedla k pozitivním posunům ve schopnosti diferenciací velikosti, tvarů, barev, k odhadu vzdálenosti, dodržování směru pohybu, citlivé orientaci v prostoru (Górný 2013).

Mansell, Beadle-Brown upozornili, že možnost aktivně se účastnit řízených pohybových aktivit na jakékoli úrovni je pravděpodobně důležitým integračním prvkem pro osoby s disabilitou mentální a sluchovou, neboť velice úzce souvisí s rozvojem jejich sociálních kompetencí (Mansell, Beadle-Brown 2010). Pojem disabilita je odvozen z anglického slova „disability“, což v doslovném překladu znamená „nezpůsobilost“. Podle Votavy představuje pojem disabilita „funkční změnu na úrovni celého jedince, omezující ho v některé činnosti, neschopnost člověka zvládat nejrůznější životní úkony“ (Votava 2005). Podle Schur, Kruse, Blancka je pojem disabilita definován jako: „Omezení až znemožnění některých fyzických, psychických nebo sociálních funkcí a činností vyplývající např. z choroby, závady, poruchy nebo stáří“ (Schur, Kruse, Blanck 2013). Přikláníme se k této definici, neboť uceleně pojímá osobnost člověka v holistickém kontextu.

Ve výchově dětí by měly být využívány řízené pohybové aktivity s využitím modifikací či úprav tradičních pohybových aktivit tak, aby byla umožněna celoroční účast dětí s postižením v řízených volnočasových aktivitách pohybových i sportovních (Adamčák, Němec 2010). Lidská motorika se nezačíná projevovat až s narozením dítěte, ale již v prenatálním vývoji. Fylogeneticky směřuje k charakteristickým rysům druhovým, její úroveň je však podmíněna výchovou. Mimoškolské instituce zaměřené na programy a kurzy řízených pohybových aktivit (sportovní kluby, turistické oddíly, organizace a sdružení, zájmové kroužky, zimní a letní tábory, rekondiční pobyty, apod.) mají užší zaměření, mohou více reflektovat uchované schopnosti. (Ješina, Kudláček 2011; Ješina, Hamřík a kol. 2011). Jedná se zejména o různorodý program řízených pohybových aktivit ve volném čase dětí s postižením, které se nemohou neomezeně účastnit běžných hodin školní tělesné výchovy (Winnick 2011).

Pokud uvažujeme o aplikaci řízených pohybových aktivit ve formě kurzů v letní nebo zimní přírodě, je nutné respektovat určité zvláštnosti, které pobyt v přírodě osob s postižením vyžaduje. Týká se to především specifík termoregulace, složitější přístupnost sportovišť, areálů i ubytování, materiálního vybavení, než je tomu u osob bez disabilit. Je třeba také očekávat stále ještě nepřipravené sociální okolí. Je vhodné upozornit, že se na sportovištích pohybují děti s postižením. Lze použít viditelné označení na oděvu, zejména u osob se sluchovým a zrakovým postižením (Ješina, Janečka 2010; Ješina, Hamřík a kol. 2011).

Bartík již v roce 2005 uváděl, že do popředí zájmu odborníků se dostávají otázky humanizace a demokratizace v problematice řízených pohybových aktivit pro děti s disabilitou a že rozvoj jejich sociálních kompetencí je třeba chápat především jako edukaci prostřednictvím různých pohybových aktivit se zřetelem na to,

zda daná pohybová aktivita přináší jednotlivci radost a uspokojuje jeho potřeby (Bartík 2005).

Práva dítěte s disabilitou se stále ve větší míře stávají součástí legislativy i v tzv. bývalých socialistických zemích. Tento jev dokládá jak legislativa EU, tak přijetí Úmluvy OSN o „právech dítěte s postižením“ (OSN 2006). Z nich vyplývá právo na život komunitní, sociální a občanský ve smyslu výkonů a úkonů, které rozvíjejí angažovanost v životě společnosti mimo rodinu, v komunitě, ve společenských a občanských oblastech života. V dokumentech OSN „Všeobecná deklarace lidských práv“ z roku 1948 (OSN 1948) a „Standardní pravidla vyrovnání příležitostí pro osoby se zdravotním postižením“ z roku 1993 se uvádí, že člověk s disabilitou má právo na sebeurčení nebo nezávislost, právo na kontrolu vlastního rozhodování (OSN 1993). Může užívat všechna národně a mezinárodně uznaná práva, která jsou lidem poskytnuta silou jejich vlastní lidskosti, jako lidská práva, uznaná OSN (1993) v článku 39. K tomu se státy Evropské unie zavázaly přijmout následující opatření:

- podporovat a podněcovat co nejširší zapojení osob se zdravotním postižením (dále ZP) do běžných sportovních aktivit na všech úrovních;
 - zajistit osobám se ZP možnosti organizovat a rozvíjet speciální sportovní a zájmové aktivity a účastnit se jich;
 - zajistit osobám se ZP přístup na sportoviště a do rekreačních a turistických zařízení;
 - zajistit dětem se ZP na rovnoprávném základě s ostatními dětmi přístup k účasti ve hře k rekreačním, zájmovým a sportovním činnostem včetně účasti na uvedených činnostech v rámci školy;
 - zajistit osobám se ZP přístup ke službám osob a institucí podílejících se na organizaci rekreační, turistické, zájmové a sportovní činnosti.
- (Úmluva o právech osob se zdravotním postižením, čl. 39. str. 116–117 z roku 2008.)

Zpětná kontrola plnění cílů, které si státy přijetím a podepsáním této úmluvy stanovily, by měla být dle čl. 35 zajištěna zprávou o opatřeních přijatých za účelem plnění svých závazků a o pokroku dosaženém v tomto ohledu do dvou let ode dne, kdy se staly smluvní stranou této úmluvy. Následně státy předkládají doplňující zprávy o činnosti nejméně každé čtyři roky, nebo na vyžádání Výboru pro práva osob se ZP.

V České republice je posledním realizovaným opatřením v tomto smyslu „Národní plán vytváření rovných příležitostí pro osoby se zdravotním postižením na období 2010–2014“, který byl přijat v roce 2010 usnesením vlády ČR č. 253 (aktualizován 20. 6. 2011 usnesením vlády ČR č. 568), viz /<http://www.vlada.cz/cz/ppov/ppzpo/dokumenty/>.

Významné mezinárodní a národní normy v oblasti podpory pohybových aktivit lze uvést v následující chronologii:

- „European Charter of Sports for all: handicapped people“ vydáno ve Štrasburku v roce 1987. V české verzi (Válková 1996) vydáno jako „Evropská charta sportu pro všechny: zdravotně postižené osoby“ Jedná se o vůbec první evropský dokument, týkající se sportování osob s disabilitou;
- „Evropská charta sportu“ přijata v roce 1992 v Lisabonu (Komise evropských společenství 1992);
- „Národní program rozvoje sportu pro všechny v České republice“ z roku 2000 (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy 2000);
- „Bílá kniha sportu“ dokument Komise evropských společenství projednaný v Bruselu v roce 2007 (Komise evropských společenství 2007);
- „Národní program rozvoje sportu pro všechny v České republice“ z roku 2010 (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy 2010);
- „Rozvoj evropského rozměru sportu“ dokument přijatý Evropskou komisí z roku 2011 (Evropský parlament 2011).

Dítě s disabilitou má na legislativní bázi právo účastnit se všech aspektů společenského života, včetně participace na řízených pohybových aktivitách organizovaných různými asociacemi, ať již mají charakter formální nebo neformální. Řízené pohybové aktivity mající charakter rekreace a volnočasového vyžití by měly být přístupné všem dětem. Umožňují jim podílet se na hře, rekreaci nebo odpočinkové aktivitě ve sportech. Cílem je optimální tělesná zdatnost, relaxace, zábava a rozptýlení. Děti s disabilitou mají také samozřejmě právo na výkonnostní organizovaný sport, tj. účastnit se závodů, soutěží a neformálních nebo formálně organizovaných her a sportovních činností, provozovaných samostatně nebo ve skupině, jako je např. bowling, gymnastika nebo fotbal (WHO 2001, v překladu Pfeiffer, Švestková 2008).

Vhodně zvolený pobyt v kolektivu ve vhodnou dobu je pro dítě s disabilitou přínosem (Velemínský ml. 2012). Michalík již v roce 2007 uvádí, že stát by měl dítěti s disabilitou zajistit přístup do běžných škol, s cílem přispět nejenom k eliminaci sociálního vyloučení dítěte s disabilitou, ale zejména ke změně postoje jejich vrstevníků směrem k rozvoji tolerance a respektování odlišnosti (Michalík 2007).

Vzhledem k relativně novým trendům v edukačním systému umožňuje současná legislativa integraci dětí s disabilitami do řízených pohybových aktivit. Danou problematikou se zabývá především vědní disciplína v České republice označovaná jako „Aplikované pohybové aktivity“, mezinárodně pak jako „Adapted Physical Activity (APA)“. Zabývá se problematikou

pohybových aktivit, her, sportů a rytmických aktivit určených osobám s disabilitou (Galladhue, Donnely 2007; Winnick 2011).

Zdravotními benefity pohybových aktivit u dětí s disabilitou by se měli více než dosud zabývat lékaři (viz Véle 1997; Votava 2005). Do kompetence lékařů patří rovněž doporučování pohybových aktivit odpovídajících věkovým kategoriím dětí s disabilitou v takové úrovni zátěže, která by měla přinášet žádoucí zdravotní benefity (Haywood, Getchell 2005). V součinnosti s nimi nebo návazně na jejich výstupy by pak měli danou problematiku řešit kinantropologové.

Předpokladem úspěchu v trenérské a asistentské práci v oblasti řízených pohybových aktivit, a obzvláště u dětí s disabilitou, je úspěšné zvládnutí procesu pohybového učení při osvojování si pohybových dovedností. U dětí s disabilitou je nutné kromě tradičních postupů a metod v oblasti pohybového učení hledat nové možnosti a ověřovat je v praxi. Z tohoto pohledu je velmi důležitá schopnost stimulace, aktivace, komunikace trenéra, cvičitele, asistenta a jeho sociální dovednosti (Krejčí, Kornatovská 2010). Integrace do tělesné výchovy má významný efekt pro dítě s postižením a může fungovat bez negativního vlivu na vrstevníky bez postižení (Holbová, Válková, Hynková 2012). Úspěch integrace je značně vyšší, pokud existují faktory, jako jsou podpora, personál, školení a pozitivní postoje (Ješina, Kudláček 2011). Problematika specifické komunikace a stimulace u dětí s disabilitou je obzvláště aktuální. Správné pochopení toho, co trenér, cvičitel, asistent od svých svěřenců vyžaduje, je podmíněno určitými metodami komunikace (Válková 2009).

METODIKA

Charakteristika souborů ve vybraných regionech zemí EU

Analytická výzkumná šetření ve vybraných regionech zemí EU zahrnovala děti ve věku 8–15 let s disabilitou mentální, s disabilitou sluchovou, s disabilitou zrakovou, registrované ve školských systémech analyzovaných regionů zemí EU (N = 12 073 dětí, 6 355 chlapců, 5 718 dívek). V Tabulce 1 jsou uvedeny zjištěné sumy těchto dětí v jednotlivých zkoumaných regionech. Vedle výše jmenovaných disabilit jsou v Tabulce 1 uvedeny také sumy dětí s „ostatní“ disabilitou. Podle IDEA („Individuals with Disabilities Education Act“ – Zákon o vzdělávání osob s postižením v USA) jsou termínem „dětí s ostatní disabilitou“ (angl. „other/different intellectual disability“) označovány děti s jiným zdravotním postižením, tj. např. mající omezenou sílu, vitalitu. Některé mohou reagovat zvýšenou pozorností na podněty z okolního prostředí, jindy je pozornost omezena, což ovlivňuje efektivitu vzdělávání. K dalším negativním faktorům, ovlivňujícím vzdělávací výkon

Tabulka 1 Přehled prevalence disability mentální, sluchové, zrakové a ostatní u dětí ve věku 8–15 let ve zkoumaných regionech (N = 12 073, 6 355 chlapců, 5 718 dívek)

REGION	Σ s disabilitou	Σ s disabilitou mentální	Σ s disabilitou sluchovou	Σ s disabilitou zrakovou	Σ s disabilitou ostatní
	N	N	N	N	N
Jihočeský	2 812	1 355	84	49	1 324
Plovdiv	3 115	640	76	53	2 346
Primorska	3 211	1 416	80	55	1 660
West Midlands	2 935	598	81	51	2 205
CELKEM	12 073	4 009	321	208	7 535

dítěte, patří chronické nebo akutní zdravotní problémy jako je astma, diabetes, epilepsie, onemocnění srdce, hemofilie, otravy olovem, leukémie, nefritidy, revmatická horečka, srpkovitá anémie a Tourette syndrom (Hale, Naglieri et al. 2004).

Metody

Základním nástrojem výzkumu byla **metodologická triangulace**, která představuje kombinaci kvalitativních a kvantitativních metod.

K analýze dostupnosti řízených pohybových aktivit ve zkoumaných regionech zemí EU byla použita analytická investigativní šetření založená na explanační, exploraci a přímém pozorování doplněná o **nástroj „ArcGis“** (výzkum polygonů dojezdu; „obalových zón“ podle doby jízdy v EU) ARCDATA Praha (2011).

V analytických investigativních šetřeních byli kontaktováni zastupitelé regionů pro sport, pro oblast péče o občany se specifickými potřebami v daném regionu (školní registry); analyzovány nejnovější statistické přehledy, regionální webové stránky příslušných klubů a institucí. Metoda **Investigativní pentagram** (Molnár, Middleová, Řezanková a kol. 2012) byla využita v plném rozsahu:

1. zkoumání struktury (kategorizace a identifikace);
2. zkoumání důvodů a příčin existence hledaných vlastností směřují k vysvětlení vztahů (argumentace, kauzalita);
3. zkoumání změn, zákroků, opatření (refo takovýchto webových stránek v Jihočeském regionu, reorganizace);
4. zkoumání možných změn z hlediska časového (projekce);
5. zkoumání možných nositelů změn (garance).

Metoda tvorby webových stránek v Jihočeském regionu – ČR. V průběhu realizace výzkumného projektu vznikl jako významný vedlejší produkt záměr vytvořit webové stránky pro Jihočeský region s přehledem nabídek a odbornou garancí řízených pohybových aktivit pro děti s disabilitou mentální, sluchovou, zrakovou. Hlav-

ním důvodem byla neexistence webových stránek. Při tvorbě jsme vycházeli z evaluačních kritérií pro tvorbu www stránek, viz Boklaschuk, Caisse (2001). Aktualnost; Cílové publikum; Přesnost obsahu; Přístupnost; Vizualní zpracování. Webové stránky jsou důležité pro rodiče dětí s disabilitou žijící v Jihočeském regionu.

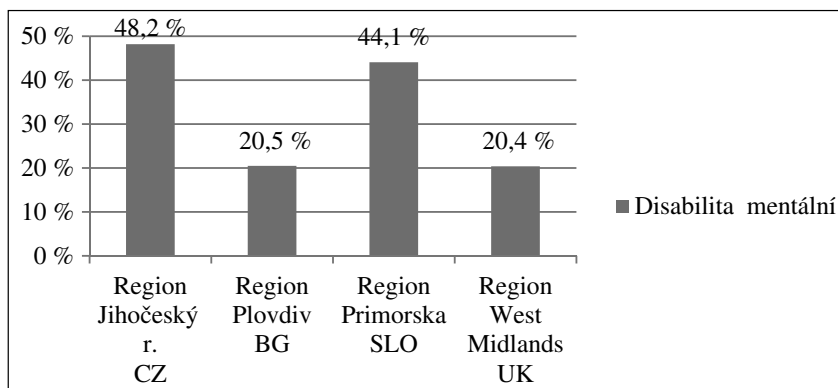
Statistické zpracování bylo realizováno pod vedením Ing. Martina Hilla, DrSc., odborníka v oboru statistiky na Přírodovědecké fakultě UK v Praze (repeated measures ANOVA) – software Statgraphics Centurion, verze XVI od firmy Statpoint Inc.

VÝSLEDKY

Výsledky analytických investigativních šetření ve vybraných regionech zemí EU

Z výsledků vyplynulo, že britští a bulharští odborníci zařazovali děti, pokud to bylo možné, do skupiny tzv. „disability ostatní“ („other/different intellectual disability“). Z Grafu 1 vyplývá substituční snaha v regionu West Midlands a v regionu Plovdiv. V Tabulce 2 a v Tabulce 3 jsou názorně prezentovány definované sumy dětí s mentální disabilitou a s tzv. disabilitou ostatní ve věku od 8–15 let, získané na základě analytických investigativních šetření ve vybraných regionech. Z tohoto názorného přehledu jasně vyplývá substituční snaha v regionu West Midlands a v regionu Plovdiv ve smyslu snížit sumy dětí s „mentální disabilitou“ za současného zvýšení počtu dětí s tzv. „disabilitou ostatní“.

Analytická investigativní šetření, včetně analýz polygonů dojezdu a kvantifikace tzv. „obalových zón“, přinesla zjištění, že dostupnost řízených pohybových aktivit pro děti se zkoumanými druhy disabilit je signifikantně vyšší v regionu West Midlands oproti ostatním zkoumaným regionům. Rovněž škála nabídky řízených pohybových aktivit byla verifikována ve prospěch regionu West Midlands oproti ostatním regionům, přičemž bylo zjištěno, že v britském regionu byl akcentován nekonfrontační ráz řízených pohybových aktivit s přesahem zdravotně preventivním (jóga, pla-

Graf 1 Sumy všech dětí s disabilitou mentální ve věku od 8–15 let registrovaných ve školských systémech analyzovaných regionů zemí EU (N = 4009, 2053 chlapců, 1956 dívek)**Tabulka 2** Přehled sum a procentuálních podílů sledovaných dětí ve věku 8–15 let z hlediska prevalence disability mentální, sluchové, zrakové a tzv. disability ostatní ve zkoumaných regionech (N = 12 073, 6 355 chlapců, 5 718 dívek)

REGION	Σ dětí s disabilitou		Σ dětí s disabilitou mentální		Σ dětí s disabilitou sluchovou		Σ dětí s disabilitou zrakovou		Σ dětí s disabilitou ostatní	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Jihočeský	2 812	100	1 355	48,2	84	3,0	49	1,7	1 324	47,3
Plovdiv	3 115	100	640	20,5	76	2,4	53	1,7	2 346	75,3
Primorska	3 211	100	1 417	44,1	80	2,5	55	1,7	1 660	51,7
West Midlands	2 935	100	598	20,4	81	2,8	51	1,7	2 205	75,1
CELKEM	12 073	100	4 009	33,2	321	2,6	208	1,7	7 543	62,5

Tabulka 3 Analyzované hodnoty indexů dostupnosti řízených pohybových aktivit pro děti s disabilitou mentální, sluchovou, zrakovou ve zkoumaných regionech EU

REGION	Index dostupnosti
Jihočeský	3,43
Plovdiv	6,83
Primorska	5,68
West Midlands	1,44

Poznámka: Index dostupnosti je definován v rozpětí [1;10]. Platí: čím nižší je hodnota indexu, tím vyšší je dostupnost.

vání) a sociálně integračním (tanec, chůze, turistika) Technologií „ArcGis“, umožňující analyzovat polygon dojezdu a kvantifikovat tzv. „obalové zóny“, byla vyhodnocena dostupnost řízených pohybových aktivit pro děti s disabilitou mentální, sluchovou, zrakovou ve vybraných regionech. Dále bylo zjištěno, že v regionu Primorska a v regionu West Midlands byly pohybové aktivity hrazeny účastníky, v Jihočeském regionu byly hrazeny účastníky z 40 %, v regionu Plovdiv byly hrazeny státem. V regionech Primorska a West Midlands byly způsoby financování a organizace k nalezení na webových stránkách. Nejvyšší nabídka řízených pohybových aktivit byla zjištěna v regionu West

Tabulka 4 Přehled financování řízených pohybových aktivit a možnost získávání informací o způsobu organizace řízených pohybových aktivit pro děti s disabilitou na webových stránkách ve zkoumaných regionech

REGION	Podíl účastníků na financování	Webové stránky
Jihočeský	40 %	ne
Plovdiv	0 %	ne
Primorska	100 %	ano
West Midlands	100 %	ano

Midlands a zároveň zde byla analyzována nejvyšší nabídka řízených pohybových aktivit zvláště pro chlapce a zvláště pro dívky.

Z analytických investigativních šetření dále vyplynulo, že v regionech Primorska a West Midlands měli rodiče účastníků možnost vyhledat způsoby financování a organizace řízených pohybových aktivit na veřejně dostupných webových stránkách. Naproti tomu v Jihočeském regionu a v regionu Plovdiv neměli rodiče účastníků možnost způsoby financování a organizace řízených pohybových aktivit na veřejně dostupných webových stránkách získat (viz Tabulka 4), neboť takto zaměřené webové stránky nebyly vytvořeny.

DISKUSE

V průběhu realizace výzkumného projektu vznikl záměr vytvořit webové stránky nabídkou a odbornou garancí řízených pohybových aktivit v Jihočeském regionu pro děti s disabilitou. Záměrem bylo podat aktuální a cílený přehled nabídek řízených pohybových aktivit pro děti ve školním věku s disabilitou mentální, zrakovou, sluchovou. Výhledově pak hodláme přidávat aktuální informace přístupu k řízeným pohybovým aktivitám u dětí s tělesnou disabilitou a dalšími specifickými potřebami. Chtěli bychom, aby webové stránky propojily co nejvíce všechny děti s disabilitou ve věku 8–15 let, nejenom ty, ale také jejich rodiče, trenéry, v ekologickém modelu společnosti.

Domníváme se, že budoucnost řízených pohybových aktivit pro děti s disabilitou tkví v integrovaném tréninku s volnočasovým asociálním přesahem zaměřeným pro děti s disabilitou. Je to výhodné z ekonomického hlediska a z hlediska nároků na organizaci řízených pohybových aktivit dětí (Kornatovská, Trajková 2012). Vždyť úroveň pohybového učení u dětí v současnosti upadá. Je to dáno proměnou společnosti k hypokinetickému způsobu života a omezením spontánního pohybového vyžití a uvolnění dětí. Správné pohybové návyky pomáhají předcházet úrazům a umožňují zažívat saturaci pohybem s následnou tendencí se vracet k pohybu pravidelně.

Bylo potěšitelné, že v průběhu ověřování webových stránek přibývalo jejich návštěvníků, především rodičů. V návštěvnosti stránek však byli zaznamenáni i lidé ze zahraničí, což svědčí o aktuálnosti této problematiky. Stránky jsou přehledné, jednoduché a mohou být velice nápomocné rodičům dětí s disabilitou mentální zrakovou, sluchovou. Do budoucna je plánován rozvoj a rozšíření těchto stránek, jak jen to bude možné.

Analýza prevalence disability mentální, sluchové, zrakové u dětí ve věku 8–15 let ve vybraných regionech zemí EU vyžadovala rozsáhlá a časově náročná výzkumná šetření ve 3 zahraničních regionech a v 1 domácím. Sledování sum dětí v kontextu disability přineslo překvapivé zjištění, že v regionu West Midlands a v regionu Plovdiv byly sumy dětí s disabilitou mentální zhruba o 50% nižší oproti sumám v Jihočeském regionu a v regionu Primorska. Explorativním šetřením v regionech West Midlands a Plovdiv bylo zjištěno, že odborníci upřednostňují trend zařazovat dítě do skupiny tzv. „disability ostatní“ (angl. other/different intellectual disability) namísto „disability mentální“.

Dostupnost řízených pohybových aktivit pro děti s disabilitou mentální, sluchovou, zrakovou ve zkoumaných regionech v tzv. bývalých socialistických zemích byla analyzována s rozdílným indexem dostupnosti. Je potěšitelné, že Jihočeský region byl vyhodnocen na 2. místě. Je otázkou, zda je možný posun k ještě lepší dostupnosti v Jihočeském regionu a za jakých pod-

mínek. Zejména oblast Jindřichova Hradce a oblast Šumavy by se měla více „otevřít“ k lepší dostupnosti pro děti, neboť v obou uvedených lokalitách jsou dostupné řízené pohybové aktivity pouze pro dospělé se zkoumanými druhy disabilit. Znamená to, že prostory zde jsou a chybí zřejmě odhodlanost věnovat se dětem.

ZÁVĚRY

Analýzou škál četnosti nabídky řízených pohybových aktivit ve zkoumaných regionech bylo zjištěno, že škála nabídky řízených pohybových aktivit pro děti s disabilitou byla signifikantně nejvyšší ve zkoumaném britském regionu West Midlands oproti ostatním zkoumaným regionům v Bulharsku, České republice a ve Slovinsku. Ukázalo se, že kde je vysoká dostupnost řízených pohybových aktivit, tam je zesilován zájem rodičů a dětí participovat v pohybovém učení v rámci řízených pohybových aktivit, a tím je vyvolávána vyšší nabídka řízených pohybových aktivit, což je v souladu se zjištěními Eileen, Glynnes (2011). V britském prostředí se jedná o zajištění servisu, který je podporován vládou. V souvislosti s tím je potřebné diskutovat trend členit řízené pohybové aktivity dětí podle pohlaví, tj. výlučně pro dívky a výlučně pro chlapce, i když jsou nabízeny i formy koedukované. Hraje zde roli anglosaská tradice výchovy, a dále kulturní vlivy indické, turecké, kdy je upřednostňována pohybová výchova oddělená z hlediska pohlaví. Z hlediska způsobu organizace řízených pohybových aktivit pro děti s disabilitou mentální, sluchovou, zrakovou ve vybraných regionech EU bylo prokázáno, že pouze britský region West Midlands mohl garantovat integraci do volnočasových sportovních klubů a center. Je to způsob pragmatický, zohledňující významně ekonomickou stránku celé problematiky.

Tento závěr odpovídá pohledu zahraničních odborníků (Smith 2008; Marcus, Forsyth 2010; Winnick 2011), kteří vnímají jedince s disabilitou jako člověka, jehož problémy vznikly na bázi dynamické interakce mezi ním a prostředím. Současným trendem zdravotně-sociální péče v EU je model občanský, který zdůrazňuje aktivní sociální participaci občanů s disabilitou ve společnosti. Je potřebné, aby vědecká a výzkumná činnost odborníků různých profesí podporovala tento záměr EU, aby občanům s disabilitou byla zaručena co nejvyšší dosažitelná míra autonomie, tedy rozhodování o vlastním osudu, aby se mohli v co nejširší míře zapojit do života společnosti ve smyslu ekonomickém, sociálním i kulturním. Je pochopitelně nezbytné získat i podporu široké veřejnosti tak, aby se osobám s disabilitou vytvářely podmínky pro co největší míru samostatnosti. Při vědecko-společenské kooperaci je reálné, aby se zvýšila kvalita života osob s disabilitou v nejširším kontextu.

Konečně v úplném závěru lze vzpomenout myšlenky Vohry o dětech s disabilitou: „V nich jsou neomezené schopnosti. Kolem nich jsou neomezené příležitosti. Dotek lidskosti a nádech otevřenosti zmírní jejich boj při konání jejich nekonečných možností. Objevme je znovu, spojením jejich rukou s našimi. Společně to můžeme uvést v život!“ (Vohra 2011)

REFERENČNÍ SEZNAM

- Adamčák, Š. a M. Němec. (2010) *Pohybové hry a školská tělesná a sportovní výchova*. Vyd. 1. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela. 207 s. ISBN 978-805-5700-991.
- Bartík, P. (2005) *Zdravotná tělesná výchova I*. Vyd. 3. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela. 123 s. ISBN 978-808-0831-325.
- Boklaschuk, K. a K. Caise. (2001) *Evaluation of educational websites. Educational communications and technology*. [online] Saskatoon: University of Saskatchewan. [cit. 2013-10-22]. Dostupné z: <http://members.fortunecity.com/vqf99>.
- Eileen, K. A., E. C. Glynnis. (2011) *The Exceptional Child: inclusion in Early Childhood Education*. 7 ed. Cengage Learning. 648 p. ISBN 11-113-4210-5.
- Galladhue, D. L. a F. C. Donnelly. (2007) *Developmental Physical Education for all Children*. Champaign: Human Kinetics. ISBN 978-073-6071-208.
- Górny, M. (2013) *Eстетika pohybu dětí se zrakovým postižením*. Vyd. 1. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 181 s. ISBN 978- 80- 244-3645-6.
- Hale, J. B., J. A. Niglieri, A. S. Kaufman, K. Kavele. (2004) Specifics Learning Disability Classification in the New Individuals with Disabilities Education Act: The Danger of Good Ideas. *The California School Psychologist*. 58/1:6–29. ISSN 1087-3414.
- Ješina, O. a M. Kudláček. (2011) *Aplikovaná tělesná výchova*. Vyd. 1. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 180 s. ISBN 978-80-244-2738-6.
- Ješina, O., Z. Hamřík a kol. (2011) *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Vyd. 1. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 152 s. ISBN 978-80-244-2946-5.
- Ješina, O., Z. Janečka a kol. (2010) *Aplikované pohybové aktivity v zimní přírodě II*. Vyd. 1. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 61 s. ISBN 978-80-244-1887-2.
- Kornatovská, Z. a A. Trajková. (2012) Availability, organisation and health-social benefits of physical activities in disabled children – a comparative study of 2 regions in Bulgaria and the Czech Republic. In *Rozprawy Naukowe AWF Wrocław*. 39 (1) 19–30. ISSN 0239-4375.
- Krejčí, M. a Z. Kornatovská. (2010) Stimulation of personal and social development in persons with intellectual disability using water environment. In *Rozprawy Naukowe AWF Wrocław*. Vol. 30, (1): 4–12. ISSN 0239-4375
- Mansell, J. a J. Baedle-Brown. (2010) *Active support: enabling and empowering people with intellectual disabilities*. London: Jessica Kingsley Publishers. 224 s. ISBN 978-184-9051-118.
- Marcus, B. H. a L. H. Forsyth. (2010) *Psychologie aktivního způsobu života*. Vyd. 1. Praha: Portál. 224 s. ISBN 978-80-7367-654-4.
- Michalík, J. (2007) *Metodika přípravy poradců uživatelů sociálních služeb*. Vyd. 1. Praha: Institut Eda Robertse, 2007. 116 s. ISBN 978-80-903657-2-8.
- Molnár, Z., S. Mildeová, H. Řezanková, a kol. (2012) *Pokročilé metody vědecké práce*. Vyd. 1. Praha: Profess Consulting. 170 s. ISBN 978-80-7259-064-3.
- Pfeifer, J. a O. Švestková. (2008) [překlad dokumentu] *WHO – Mezinárodní klasifikace funkčních schopností, disability a zdraví*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing. 280 s. ISBN 978-80-247-1587-2.
- Schur, L., D., Kruse, P. D. Blanck. (2013) *People with disabilities: Sidelined or mainstreamed?* Cambridge: University Press. 300 s. ISBN 978-110-7000-476.
- Smith, B. (2008) Disabled bodies and storied selves: An example of qualitative research and narrative inquiry. *EJAPA*. 1(1): 23–34. ISSN 1063-8652.
- Velemínský, M. ml. (2012) *Nová kniha o těhotenství a mateřství*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing. 229 s. ISBN: 978-80-247-3081-3.
- Válková, H. (2009) Adapted physical activity study programs in European mobility schemes. *Studies in Physical Culture and Tourism*. 16 (4): 413–420. ISSN 1548-6613.
- Véle, F. (1997) *Kineziologie pro klinickou praxi*. Vyd. 1. Praha: Grada Publishing. 272 s. ISBN: 978-80-7169-256-0.
- Vohra, R. (2011) *Making a difference ability beyond disability rekindled hope* [online]. New Delhi: Heritage Foundation with input from Tapasch Kumar Chatterjee [cit. 2013-10-28]. Dostupné z: <http://www.integratedfineprotection.net/>.
- Votava, J. (2005) *Ucelená rehabilitace osob se zdravotním postižením*. Vyd. 1. Praha: Karolinum. 207 s. ISBN 80-246-0708-5.
- Winnick, J. P. (2011) *Adapted physical education and sport*. Ed. 5. London: Human Kinetics, 656 s. ISBN: 978-07-3608-918-0.
- Organizace spojených národů. (1948) *Všeobecná deklarace lidských práv. Usnesení č. DE01/48* [online]. New York, [cit. 2013-10-22]. Dostupné z: <http://www.osn.cz/dokumenty-osn/soubory/vseobecna-deklarace-lidskych-prav.pdf>.
- ARCDATA Praha. (2011) *ArcGIS Network Analyst tutorial, Mapovací platforma* [online] [cit. 2011-12-12]. Dostupné z: <http://help.arcgis.com/en/arcgisdesktop/10.0/help/index.html#//00470000005r0000>>.
- Komise evropských společenství. (2007) *Bílá kniha o sportu* [online]. Brusel [cit. 2014-01-23]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/sport/bila-kniha-o-sportu>.
- Komise evropských společenství. (1992) *Evropská charta sportu* [online]. Praha [cit. 2013-08-11]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/sport/evropska-charta-sportu>.
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2000) *Národní program rozvoje sportu pro všechny* [online]. Praha [cit. 2013-08-11]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/sport/narodni-program-rozvoje-sportu-pro-vsechny>.
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2010) *Národní program rozvoje sportu pro všechny* [online]. Praha [cit. 2013-08-11]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/sport/narodni-program-rozvoje-sportu-pro-vsechny>.
- Evropský parlament. (2011) *Rozvoj evropského rozměru sportu* [online]. Praha [cit. 2013-08-11]. Dostupné z: www.msmt.cz/file/15690_1_1.
- SCIBLOGS *Distorted internal body maps, anyone?* [online]. Science media center Wellington, 2013 [cit. 2013-08-11]. Dostupné z: <http://sciblogs.co.nz/misc-ience/tag/homunculus/> 2011.
- Organizace spojených národů. (2006) *Úmluva o právech osob se zdravotním postižením* [online]. Brusel, [cit. 2013-10-22]. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/10775/umluva_info_160511.pdf
- Organizace spojených národů. (1993) *Standardní pravidla pro vyrovnání příležitostí pro osoby se zdravotním postižením* [online]. Praha [cit. 2013-10-22]. Dostupné z: www.vlada.cz/scripts/file.php?

Kontakt

Mgr. Zuzana Kornatovská, DiS.
Jihočeská univerzita
Pedagogická fakulta
Dukelská 9
CZ 371 15 České Budějovice
e-mail: zkornatovska@pf.jcu.cz

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 zarovnaný 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

PŘEHLED SPECIÁLNÍ PEDAGOGIKY Rámcové kompendium oboru prof. PaedDr. Milan Valenta, Ph.D.

Nakladatelství: Portál

Recenzi zpracovala:
Mgr. Jana Sklenaříková, Ph.D.

Publikace uvádí čtenáře do vědního oboru speciální pedagogika, a to zejména do důležitých okruhů problémů, které jsou jejím předmětem. Seznamuje čtenáře s oborem jako takovým a provází jednotlivými dílčími obory. Editorem publikace je prof. PaedDr. Milan Valenta, Ph.D., který působí jako profesor Ústavu speciálněpedagogických studií Univerzity Palackého v Olomouci, kde se věnuje psychopedii a dramaterapii.

V předložené knize čtenáři naleznou základní přehled o členění speciální pedagogiky do systému podle různých klíčů na psychopedii, logopedii, surdopedii, tyflopeditii, somatopedii a etopedii. Dále se mohou seznámit s konceptem speciálně-pedagogické péče o osoby ohrožené sociálně patologickými jevy a se speciálně-pedagogickou andragogikou a gerontogikou. Nechybí přehled specifických

oborů, jako jsou alternativní a augmentativní komunikace, bazální stimulace, expresivní terapie, zooterapie a Feursteinova metoda instrumentálního obohacování. Jsou zde diskutována nejprve základní teoretická východiska, která kladou důraz na stávající trendy speciální pedagogiky, a dále jsou rozebírány vybrané základní problémy speciálně pedagogických oborů.

Kniha se nezabývá řešením složitých problémů jednotlivých speciálně pedagogických disciplín, chce pouze poskytnout obecný přehled základní problematiky týkající se výchovy, vzdělávání a dalších forem pomoci lidem s postižením. Je určena především studentům speciální pedagogiky a zájemcům o toto studium i ostatním posluchačům vysokých škol, kteří budou profesionálně pracovat s lidmi s různými druhy postižení. Je ale určena také všem zájemcům, kteří se chtějí dozvědět více o práci s těmito lidmi. Text je sestaven tak, aby mohl být využit i pedagogickými pracovníky specializovaných institucí, poraden, ústavů apod., kteří se na výchově a vzdělávání již podílejí.

Kniha vyšla letos v nakladatelství Portál, vázaná, počet stran 272, doporučená cena 385 Kč.



SVĚT DĚTSKÉ MOZKOVÉ OBRNY Nahlížení vlastního postižení v průběhu socializace

Miroslav Kudláček

Svět dětské mozkové obrny s podtitulem Nahlížení vlastního postižení v průběhu socializace autora Miroslava Kudláčka je v podstatě autobiografií člověka s dětskou mozkovou obrnou. Jedná se o nevšední pohled na sebe



sama z pohledu sociologického a sociálního, máme-li na mysli integraci, která se týká jak malého dítěte, tak žáka školou povinného a dospívajícího i dospělého člověka.

Publikace se skládá z devíti kapitol. V první kapitole je definován pojem invalidita, na kterou autor pohlíží jako na fenomén 20. století. Ve druhé kapitole je definovaná dětská mozková obr-

na (DMO), kterou se autor zabývá z různých pohledů ve všech dalších kapitolách. Třetí kapitola je věnovaná problematice zdraví a nemoci v sociologickém diskurzu. Autor uvádí posun v chápání disease, který zohledňuje medicínský pohled na nemoc, a illness jako předivo sociálních, ekonomických, psychických a dalších vztahů, a to ve smyslu chápání nemocného jedince jako jednoho z aktérů léčebného procesu s tím, že se na podpoře zdraví podílí i jeho rodina a blízké okolí. Ve čtvrté kapitole je popsán vývoj mozkové obrny. Kapitola obsahuje krátký příběh čtyř dětí s DMO s použitím narativní analýzy. V páté kapitole se představuje problematika a možné prostředky léčby DMO, a to zejména se zaměřením na rehabilitaci jako součást integrace jedince. V kapitole šesté se autor zamýšlí nad problematikou poznání vlastního postižení a vychází ze základní teze, že každý jedinec je v průběhu svého života nucen se přizpůsobovat prostředí, ve kterém žije. V sedmé kapitole myšlenku poznání vlastního postižení autor konkretizuje na příkladech. V osmé kapitole charakterizuje návštěvu školy dítěte s DMO formou autobiografie. Devátá kapitola pojednává o tématu soběstačnost – samostatnost – integrace.

Kniha se snaží přispět k řešení problematiky přístupu k jedinci s tělesným postižením, konkrétně s dětskou mozkovou obrnou v průběhu jeho života.

KANADSKÝ SPORT PRO ŽIVOT - DLOUHODOBÝ ROZVOJ SPORTOVČŮ (VERZE 1.5)

Kanadský sport pro život - dlouhodobý rozvoj sportovců, verze 1.5, je dokument vydaný v rámci působení hnutí, které nese stejný název (Canadian sport for life). Toto hnutí usiluje o zlepšení kvality sportu a pohybové aktivity v Kanadě, snaží se spojovat sport, vzdělání, rekreaci a péči o zdraví, a také uvádí v soulad obecní, provinciální a národní programy. Hlavním cílem hnutí jsou kvalitní programy pro všechny obyvatele Kanady založené na vývojově odpovídající sportovní a pohybové aktivitě.

Systém popisovaný v tomto dokumentu se snaží o holistický přístup k dlouhodobému rozvoji sportovců, který zohledňuje mentální, kognitivní a emocionální vývoj spolu s vývojem fyzickým. Díky tomu jsou vytvářeny podmínky pro celkový rozvoj osobnosti sportovce. Svým obsahem lze tuto publikaci charakterizovat jako příručku či návod k vytváření podmínek pro vývoj sportovců od dětských hřišť k olympijským stupínkům a celoživotní akti-

vitě, a to zejména pro trenéry a funkcionáře, ale také pro širokou veřejnost.

Dokument obsahuje kapitoly zaměřené na popis a činitele systému *Dlouhodobého rozvoje sportovců*, dále na poznatky z oblasti anatomického, fyziologického a psychologického vývoje člověka se zaměřením na věkové a pohlavní rozdíly a na poznatky ze sportovního tréninku. Součástí dokumentu je mnoho grafů, tabulek a obrázků, které výstižně dokreslují popisovanou problematiku. Samotný pojem *Dlouhodobý rozvoj sportovců* je popisován jako systém založený na mentálním, emocionálním a kognitivním rozvoji dětí a dospívajících, jež zajišťuje pohybovou gramotnost u obyvatelstva, a to včetně osob se zdravotním postižením, a na kterém lze založit vysokou kvalitu a celoživotní účast ve sportu a pohybové aktivitě. Publikace *Kanadský sport pro život - dlouhodobý rozvoj sportovců* je podle autorů paradigmatickým zlomem v koncepci provozování kanadského sportu, snaží se sjednocovat potřeby sportovců s postižením do celkového rozvrhu a provedení sportovních programů, identifikuje chyby kanadského sportovního systému a nabízí vodítka k řešení problémů.

ŽÁDNÍ NÁHODNÍ VÍTEŽOVÉ - DLOUHODOBÝ ROZVOJ SPORTOVCE S POSTIŽENÍM

Publikaci s názvem *Žádní náhodní vítězové - dlouhodobý rozvoj sportovce s postižením*, v originále s anglickým názvem *No accidental champions - Long term athlete development for athlete with disabilities*, vytvořil autorský kolektiv kanadských univerzitních pracovníků a vydalo ji Canadian Sport Center. Jde o materiál zaměřený na podporu sportovní přípravy kanadských obyvatel s postižením. Publikace se snaží popsat zde fungující model s názvem *Dlouhodobý rozvoj sportovců*, a zároveň se tento systém snaží aplikovat na sportovní prostředí osob s postižením. Popisovaný systém, který v posledních letech přinesl kanadským reprezentantům mnoho medailí na světových sportovních soutěžích (např. olympijské hry či mistrovství světa) by mohl dle autorů tohoto díla přispět k lepším výsledkům sportovců s postižením na mezinárodních soutěžích a zároveň přitáhnout větší pozornost intaktní populace ke sportu osob s postižením.

Dílo obsahuje celkem 11 kapitol, které jsou zaměřené na popis cílů kanadského modelu *Dlouhodobého rozvoje sportovců*, charakteristiky sedmi stupňů, do kterých se řadí jednotliví sportovci, klíčové faktory, které ho ovlivňují atd. V závěrečných úvahách se probírá vzdělávání trenérů, zajištění odpovídajícího financování, podpora funkcionářů a rozvoj talentů. V příloze jsou od-



kazy na webové stránky kanadských organizací vztahující se ke sportu osob s postižením podle kategorie zdravotního postižení.

Ladislav Baloun