

## Editorial

Dostává se Vám do rukou první letošní číslo našeho časopisu APA v teorii a praxi. Je tak trochu jiné a přitom stále stejné. Číslo bude samozřejmě obsahovat všechny tradiční rubriky, jako osobnost v oblasti APA, informace z vysokých škol, informace o projektech, Jak na to... či APA v praxi, ale hlavní místo bude zaujímat problematika týkající se projektu OP VVV Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti (zkráceně Společně v pohybu). Jako příklady dobré praxe uvádíme informace o projektech spolupracujících partnerů FTVS UK v Praze a Centra celoživotního učení Olomouckého kraje s metodickou podporou PPP a SPC Olomouckého kraje zde budou mít své místo.

Rubriky APA v praxi a Zkušenosti ze zahraničí jsou nejen inspirací, ale také důkazem, že koncept aplikovaných pohybových aktivit je celosvětovým tématem. Česká republika v něm hraje důležitou roli a byli bychom velmi rádi, aby náš význam nerostl jen na mezinárodní úrovni, ale zejména na té národní. S vědomím, že doma není nikdo prorokem, bychom se velmi rádi zasadili o zvyšování povědomí o inkluzivní školní tělesné výchově, velmi rádi bychom zvyšovali a podporovali možnosti zapojení se osob s různými speciálními potřebami v oblasti pohybových aktivit ve volném čase.

Díky podpoře projektů OP VVV jsme schopni zaměřit obsah tohoto a následujících 5 čísel tak, aby vzdělávala, šířila osvětu, pomohla věci měnit, inspirovat i podporovat. Vše v kontextu pedagogické práce a pohybových aktivit žáků se speciálními vzdělávacími potřebami s respektem k jejich spolužákům bez speciálních vzdělávacích potřeb. Vždyť pedagogický proces je jednotný pro všechny, nejen pro ty talentované nebo motivované. Do školy musíme všichni, tak si to školní prostředí udělejme co nejpříjemnější pro VŠECHNY!

Za redakční tým šéfredaktorka  
Julie Wittmannová  
a garant projektu Společně v pohybu  
Ondřej Ješina

Redakční rada: Mgr. Julie Wittmannová, Ph.D. (šéfredaktor, FTK UP v Olomouci), Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D. (zástupce šéfredaktora, FTK UP v Olomouci), doc. PaedDr. Ladislav Bláha, Ph.D. (PedF UJEP Ústí nad Labem), doc. Mgr. Martin Kudláček, Ph.D. (FTK UP v Olomouci), Mgr. Věra Knappová, Ph.D. (ZCU v Plzni), doc. PaedDr. Jitka Kopríková, CSc. (FSpS MU Brno), prof. PaedDr. Milada Krejčí, CSc. (VŠTVS Palestra v Praze), prof. PhDr. Jela Labudová, CSc. (FTVŠ UK Bratislava, Slovensko), Mgr. Iva Obrusníková, Ph.D. (University of Delaware, USA), Mgr. Svatava Panská (FTK UP v Olomouci), prof. PhDr. Hana Válková, CSc. (FSpS MU Brno), PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D. (FTVS KU v Praze), Mgr. Tomáš Vyhliďal (FTK UP v Olomouci), doc. PhDr. Markéta Švamberská Šauerová, Ph.D. (VŠTVS Palestra v Praze). Za jazykovou a stylistickou správnost článků zodpovídají autoři. Foto na obálce Kateřina Faltusová (archiv ExpedicePřesBar). 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 2018. Vychází dvakrát ročně. Časopis je od r. 2011 registrován v databázi EBSCO. ISSN 1804-4204 (print). ISSN 1804-4220 (on-line). Reg. č. MK ČR E 19549.

## PRAXE

- **Osobnost v oblasti APA** (redaktor rubriky Ondřej Ješina)  
Zbyněk Janečka – jeden ze zakladatelů APA a propagátor aktivního životního stylu osob se zrakovým postižením ..... 2  
Julie Wittmannová  
Jiří Hartig a Tereza Kmočková – nejúspěšnější současní čeští sjezdáři se sluchovým postižením ..... 3  
Petr Macháček, Natálie Honců, Zbyněk Šmíd
- **APIV** (redaktor rubriky Martin Višňa)  
APIV newsletter ..... 5  
Martin Višňa
- **Informace z vysokých škol** (redaktor rubriky Ondřej Ješina)  
Informace z Fakulty tělesné kultury UP v Olomouci ..... 9  
Informace z Fakulty tělesné výchovy a sportu UK v Praze ..... 17  
Informace z VŠ tělesné výchovy a sportu Palestra Praha ..... 23  
Informace z Fakulty pedagogické Západočeské univerzity v Plzni ..... 24
- **Informace o projektech** (redaktor rubriky Ondřej Ješina)  
Terapie divočinou aneb Krátké ohlédnutí za 18měsíční projektovou spoluprací s Polskem ..... 26  
Lucie Petrová, Mgr. Tereza Houšková, Michal Vičar  
Outdoorové aktivity v projektu Zdravé občanství ..... 28  
Věra Knappová, Hana Válková, Zuzana Kormatovská, Milada Krejčí, Lucie Francová
- **Jak na to...** (redaktor rubriky Tomáš Vyhliďal)  
„Nevidím, ale nemám strach“ aneb Jednodenní kurz sebeobrany osob se zrakovým postižením ..... 32  
Martin Zobač, Alena Skotáková
- **APA v praxi** (redaktor rubriky Tomáš Vyhliďal)  
Rok 2018 v ČHSO (do 1. 11. 2018) ..... 35  
Hana Válková  
... bláznivý nápad... PARA DOWNHILL ..... 36  
Karel Vondráček  
Sdružení Help Me – Něco z historie sdružení aneb Jak jsme začali ..... 37  
Ivana Boudová  
Putovní tábor vozičkářů Help Me ..... 38  
Ladislav Nový  
Tábor Help Me očima asistentky ..... 41  
Nikola Vojtovičová a Veronika Králová
- **Informace ze zahraničí** (redaktor rubriky Martin Kudláček)  
The Center of Achievement through Adapted Physical Activity – když se věda a vzdělání snoubí s využitím v praxi ..... 42  
Ivona Sobotková  
Worcester 2018 – stáž pro pedagogické pracovníky v rámci projektu APIV .. 44  
Tomáš Vyskočil, Pavel Doležal

## TEORIE

- **Recenzovaná sekce**  
Vojmír Srdečný a Kladrubské hry – počátky sportu osob s tělesným postižením v Československu ..... 47  
Jitka Vařeková, Irena Parry Martínková, Jim Parry, Roman Reismüller, Klára Daďová, Pavel Strnad  
Fenomén rovnováhy jedinců se sluchovým postižením aneb Jak je to s jejich motorikou ..... 56  
Kateřina Tesařová, Jitka Vařeková, Jakub Kokštejn, Klára Daďová, Eva Prokešová  
Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit ..... 65  
Ondřej Ješina, Martin Kudláček (eds.)

**Osobnost v oblasti APA***(redaktor Ondřej Ješina)***Medailonky významných osob uvedených do „Síně slávy APA“***Katedra aplikovaných pohybových aktivit, Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého v Olomouci*

*Sekce Medailonky významných osob uvedených do „Síně slávy APA“ nám v tomto čísle představí osobnost dekorovanou roku 2012 – Zbyňka Janečku, který byl oceněn za rozvoj APA se zaměřením na APA osob se zrakovým postižením.*

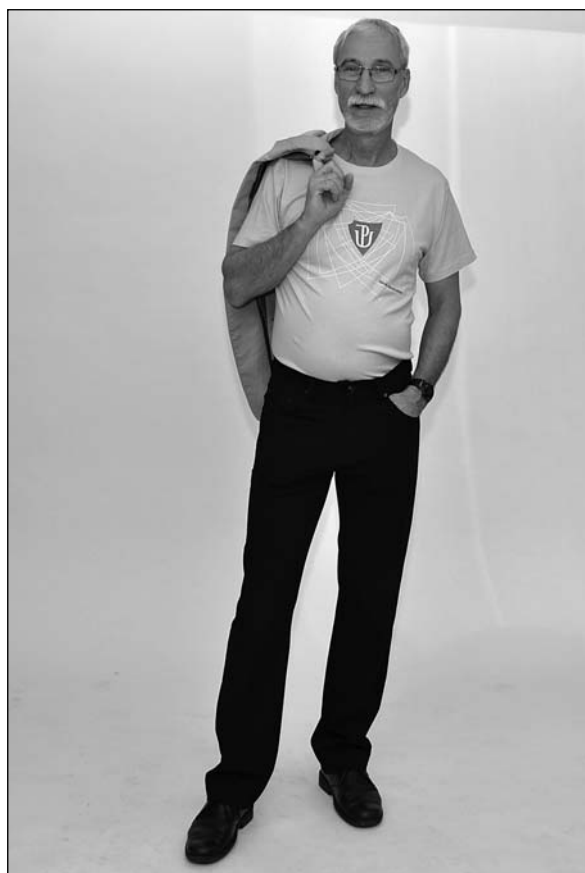
### **Zbyněk Janečka – jeden ze zakladatelů APA a propagátor aktivního životního stylu osob se zrakovým postižením**

Přinášíme medailonek osobnosti uvedené do síně slávy v roce 2012 za rozvoj APA se zaměřením na osoby se zrakovým postižením – Zbyňka Janečky.

Zbyněk Janečka je současný vedoucí katedry aplikovaných pohybových aktivit na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci. Je jednou ze zakládajících osobností oboru ATV a propagátorem aktivního životního stylu osob se zrakovým postižením. V Českém svazu zrakově postižených sportovců dlouhá léta působí jako vedoucí sekce lyžování.

Zbyněk Janečka se narodil 17. 11. 1954 v Šumperku, vystudoval TV a ZSV na Pedagogické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci.

Po ukončení studia nastoupil na Středním odborném učilišti zemědělském v Lipníku nad Bečvou. V roce 1985 vyhrál konkurz na místo odborného asistenta na katedře tělesné výchovy pro 1. stupeň ZŠ a speciální pedagogice. Na této katedře působil až do vzniku FTK UP. Již na PdF UP se začal specializovat na práci s lidmi se zrakovým postižením. Od roku 1999 se stal členem Českého svazu zrakově postižených sportovců, kde působí doposud. Je členem prezidia a vedoucím sekce sjezdového ly-



žování. Další oblastí jeho zájmu byly tábory pro děti se zrakovým postižením. Po dobu deseti let působil v různých rolích v týmu vedoucích, od specialisty na pohybové aktivity osob se zrakovým postižením až po vedení těchto táborů. Dalším projektem, který trval celkem 13 let, byl projekt „Plaváček“. Projekt byl určen nejmenším dětem se zrakovým postižením. Jeho cílem bylo podpořit psychomotorický rozvoj dětí se zrakovým postižením v úzké spolupráci s rodinami těchto dětí. Prostředkem, který vše spojoval, bylo kojenecké plavání a cvičení, muzikoterapie, zraková stimulace a vzdělávání

rodičů v oblasti specifík psychomotorického vývoje dětí se zrakovým postižením. Souběžně s tímto projektem rozvíjel koncept sjezdového lyžování v Českém svazu zrakově postižených sportovců. Projekty Benjamínek, kadet junior a Mladí šampioni běží pod jeho vedením doposud. V oblasti lyžování působil jako trasér, trenér i organizátor lyžařských akcí. Zúčastnil se v různých rolích čtyř zimních paralympijských her. Poprvé v USA v Salt Lake City a naposledy v roce 2018 v Koreji v PyeongChangu.

Tak trochu stál i při startu fotbalu pro nevidomé, když společně s brazilským studentem programu Erasmus Mundus, Gabrielem Mayerem, uspořádali první dva fotbalové campy v Olomouci. Od té doby se fotbal pro nevidomé v České republice hraje.

Je autorem řady článků věnovaných problematice pohybových aktivit pro osoby se zrakovým postiže-

ním. Společně s panem docentem Bláhou a kolegy z katedry Aplikovaných pohybových aktivit vydal monografii věnovanou motorickým kompetencím osob se zrakovým postižením. Tato monografie je v současné době připravována k vydání i v angličtině.

Nezanedbatelnou částí jeho práce je jeho role učitele na FTK UP. Již léta předává své zkušenosti jak v teoretické, tak v praktické oblasti týkající se osob se zrakovým postižením. Vždyť všichni jeho kolegové na katedře jsou jeho bývalými žáky. A to je důkazem toho, že jeho práce měla, má a bude mít smysl, protože pomohl vychovat novou generaci pokračovatelů aplikované tělesné výchovy a aplikovaných pohybových aktivit na Fakultě tělesné kultury. ■

Julie Wittmannová

## Jiří Hartig a Tereza Kmochová – nejúspěšnější současní čeští sjezdaři se sluchovým postižením

**Jiří Hartig** se narodil 12. 10. 1998 a žije nedaleko Vrchlabí, v Horním Lánově. Studuje SOŠ a SOU ve Vrchlabí. Jirka má na levé ucho ztrátu 70 dB a na pravé 60 dB. Mimo lyžování hraje fotbal a okrajově se věnuje i požárnímu sportu.



### ■ Ty i Terka závodíte i mezi slyšícími závodníky. Myslíš, že má toto postižení velký vliv na výsledek? V čem je hlavní nevýhoda?

Nemá to velký vliv na výsledek a hlavní nevýhodou je ta rovnováha sluchu, jestli mi rozumíš.

### ■ Momentálně chodíš na střední školu, za rok maturuješ. Jak dokážeš školu skloubit se závody a tréninky, případně s jinými koníčky?

Tak s tím, že když mám nějaký trénink ráno i odpoledne nebo nějaké závody, které jsou přes týden, tak mi to omluví a já zároveň jim oplatím s tím, že se té škole věnuji na 110%.



### ■ Jaká je podpora ze strany svazu? Jak jsou soustředění hrazena?

Dávají mi peníze na materiál a na cestování, díky tomu můžu jet na několik ledovců přes léto, abych mohl trénovat a připravit se na závody.

### ■ Přemýšlel jsi, co bude po tvé lyžařské kariéře? Co by tě dále naplňovalo?

Tak určitě bych chtěl tak nějak trénovat, ale tímhle způsobem bych se asi neuživil.

### ■ Jak vnímají slyšící závodníci tvůj hendikep? Ví o něm?

Všichni vědí, že mám ten hendikep, a vnímají to tak, že jsem jako oni, prostě stejný, akorát jenom ten sluch, no.

### ■ Jak často a kde nejčastěji trénuješ? Trénuješ i s jinými závodníky?

Trénuji každý den, dvoufázově většinou, jednou abych mohl chodit do školy a taky je určitě jeden den volný. A trénuji nejradši ve Špindlu na Stohu, trénuji s jednou skupinkou, s juniorama a s muži, abych se mohl podívat, jak ti nejlepší jezdí a převzal nějaké zkušenosti.

### ■ Byl bys nejraději celý rok na sněhu, nebo se ke konci sezony těšíš na léto a teplo? Co v létě nejraději děláš a jak probíhá letní příprava?

No samozřejmě bych byl nejradši na sněhu pořád, ale někdy je potřeba si odpočinout, tak mám radši léto a teplo. V létě rád chodím na fotbal a občas si chodím přivydělat a trénuji 3x týdně dvoufázově.

**Tereza Kmochová** se narodila 26. 9. 1990 v Praze a bydlí v Harrachově. Studuje na UK v Praze na Přírodovědecké fakultě obor molekulární biologie. Tereza má 100% ztrátu sluchu na obě uši. Mimo lyže mezi její záliby patří tenis, jachting a cestování.



■ **Ty i Jirka závodíte i mezi slyšícími závodníky. Myslíš, že má toto postižení velký vliv na výsledek? V čem je hlavní nevýhoda?**

Myslím, že naše postižení nemá až zas tak velký vliv na výkon. Aspoň já to takhle neberu, protože nic jiného neznám. A navíc jezdím se sluchadly, která mi zprostředkovávají zvuky a pomáhá mi to v prostorové orientaci. V závodech neslyšících máme pravidlo, že musíme závodit bez sluchadel. Takže jsem pak úplně hluchá a neslyším absolutně nic a necítím se na lyžích tak jistá jak se sluchadly. Hlavní nevýhoda je určitě v komunikaci na svahu přes vysílačky, vždycky potřebuju někoho, aby mi přeložil informace z tratě a ze závodu.

■ **Co ty a škola/práce? Jak vše stíháš skloubit s náročnými tréninky a závody? Máš i jiné koníčky?**

Momentálně jsem na magisterském studiu imunologie na Přírodovědecké fakultě v Praze. Skloubit školu a lyžování je téměř nemožné, musela jsem vždycky udělat nějaký kompromis na úkor jednoho. Ale ve škole mi vychází velmi vstřícně, mám individuální studijní plán a možnost rozložení studia na delší dobu, než je normální doba studia. Tréninky, soustředění – jak lyžařské, tak i kondiční – mi zabírají většinu mého času, ale mám to štěstí, že můžu nazývat lyžování svou prací. Koníčky samozřejmě mám, ráda trávím čas s rodinou a s kamarády venku nebo dělám různé sporty, chodím do lesa s naším psem... Když vážně nic nemusím, tak ráda sleduju seriály.

■ **Jaká je podpora ze strany svazu? Jak jsou soustředění hrazena?**

Naštěstí mám podporu ze všech možných stran – rodina, různí sponzoři, materiální sponzoři, vysokoškolské sportovní centrum a Český svaz neslyšících sportovců. Vždycky musím dodat vyúčtování a hodnocení z nějakého soustředění a aspoň nějaká část se pak zpětně proplatí. Svaz ale nehradí všechno, musíme to vždycky poskládat ze všech možností.

■ **Přemýšlela jsi, co bude po tvé lyžařské kariéře? Co by tě dále naplňovalo?**

No, to zatím nevím... Moc o tom nepřemýšlím. Ráda bych chtěla dodělat školu a pak se třeba vydat ve šlépějích imunologie a hledání genetických mutací u vzácných onemocnění. Ale to ukáže čas a kam mě osud zavede.



■ **Jak vnímají slyšící závodníci tvůj hendikep? Ví o něm?**

Vnímají mě jako rovnocennou soupeřku a hlavně v Čechách o mém hendikepu ví. Ale nijak na mě neberou ohledy a závodíme proti sobě tak jako tak. Ale kamarádíme se všichni dohromady.

■ **Jak často a kde nejčastěji trénuješ? Trénuješ i s jinými závodníky?**

Trénuji skoro každý den, hlavně na jaře a v létě, kdy dělám kondiční přípravu. Zároveň občas

na podzim trénujeme na ledovcích ve Francii nebo v Rakousku. Během zimy spíše závodíme, ale když je potřeba, tak trénujeme ve Špindlu nebo v Harrachově. Na tréninky se musíme spojit dohromady, abychom si mohli postavit společně trať – 60 tyčí váží hrozně moc, je potřeba, aby to někdo postavil, pomáhal upravovat trať během tréninku, a to jeden člověk opravdu nezvládne. A vzájemně se můžeme poměřit třeba i na tréninku. Na trénincích si pomáháme, ale pak na závodech každý jede sám za sebe.

■ **Byla bys nejraději celý rok na sněhu, nebo se ke konci sezony těšíš na léto a teplo? Co v létě nejraději děláš a jak probíhá letní příprava?**

Na konci sezóny se nejvíc těším na to, až sníh sleze a zase se oteplí a bude krásně a zeleno. Miluju to letní období – jsem ráda, že žijeme v Čechách, kde máme 4 opravdová roční období. Taky miluju podzim, ty barevné listy a když je ve vzduchu cítit, že se už blíží zima. A když v zimě napadne hodně sněhu a je krásně a zima – to je taky nádherné. Takže mi vyhovuje být v zimě na sněhu a v létě na trávě. V létě nejčastěji sportuju, trénuju, připravuju se na zimu a užívám si tepla a prázdnin. ■

*Petr Macháček, Natálie Honců, Zbyněk Šmíd*

## APIV newsletter

Newsletter projektu Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti shrnuje ve zkratce dění v projektu. Níže naleznete zprávy z období únor až květen 2018.

### APIV newsletter 4 – novinky z projektu únor 2018

Poprvé v roce 2018 vás vítáme u souhrnu novinek z našeho projektu Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti alias APIV. A je to přehled opravdu výživný, jsme totiž v jednom kole. Jen si přečtete, co jsme od začátku roku všechno stihli.

#### Nový web

Začneme novinkou z oblasti IT – náš web dostal novou podobu s responzivním designem, který se přizpůsobí vašim displejům, a s dalšími vychytávkami, které vám umožní lépe a rychleji vyhledávat potřebné informace. Projekt APIV se věnujeme v levém okně hlavního menu. Historickým projektům i nejnovějším akcím Centra APA pak v okně prostředním a pravé okno je primárně určeno pro současné studenty i zájemce o informace z oblasti APA a ATV. Tak snad se vám líbí a bude vám i nám dobře sloužit!

P.S.: Prosíme o shovívavost, potřebujeme ještě několik dní na doplnění obsahu...

#### Dva týdny v Jeseníkách

Nejvýznamnější akcí posledních týdnů byla série kurzů, které naše katedra APA pořádala mezi 22. lednem a 4. únorem v Koutech nad Desnou. Našeho projektu se týkala především odborná příprava instruktorů lyžování pro osoby s různým druhem postižení, kteří jsou nyní k dispozici jednak pro aktivity uskutečňované v rámci našeho projektu, ale také třeba pro školní lyžařské kurzy. V lyžařském areálu Křeš v Koutech s námi absolvovalo celodenní program také CKP Dolní Čermná a v rámci mimoškolních aktivit na kurzy navázal víkend pro rodiny s dětmi s postižením. Během této integrované akce se v monoski svezlo 40 dětí s tělesným postižením i bez postižení, přičemž si na sjezdovce měly možnost zalyžovat se svými zdravými vrstevníky z DDM Kojetín. Celkem se akce zúčastnilo kolem 250 osob.



#### Dny sportovně-kompenzačních pomůček

Neméně významnou akcí byla lednová série workshopů Dny sportovně-kompenzačních pomůček. Její úvodní den byl spojený se setkáním projektu Krajský akční plán rozvoje vzdělávání v Olomouckém kraji, kdy v aule naší fakulty zasedla stovka ředitelů a dalších zástupců škol z kraje a seznámili se mimo jiné s cíli našeho projektu. Odpoledne pak na přednášky navázaly workshopy zaměřené na představení sportovně-kompenzačních pomůček, které máme k dispozici v našem skladu, a jejich využití při našich osvětových programech, jako je Paralympijský školní den a PÁPÁ hrátky. V dalších dnech se mimo jiné sešly pracovní skupiny, které dotvořily kompetenční rámce profesí v oblasti APA, a otevřený byl náš sklad pomůček i během univerzitního Dne otevřených dveří.

#### Centra kolegiální podpory

V uplynulých týdnech došlo k několika schůzkám vytvořených Center kolegiální podpory. Za zmínku stojí například čtyřhodinové setkání centra v Kroměříži, které bylo zaměřené na indoorové aktivity, anebo celodenní setkání CKP Dolní Čermná v Koutech nad Desnou

týkající se lyžování osob se zrakovým a tělesným postižením. Úspěšně se rozvíjí spolupráce s CKP Olomouc, na jehož setkání se aktivně do oblasti psychomotoriky zapojilo jedenáct pedagogů. Také bylo vytvořeno nové CKP na Základní škole Dr. E. Beneše 1 v Šumperku, které začne fungovat od března. Šumperské centrum nahrazuje neúspěšně pracující CKP v Přerově.

#### Kompetenční rámce a metodiky

Jak jsme naznačili výše, dopracovali jsme v průběhu ledna kompetenční rámce pro jednotlivé profese a pozice v oblasti APA. Jedná se o doporučení pro pozice: konzultant APA (poradenský pracovník), učitel ATV, asistent pedagoga v ATV, sportovní trenér v APA, pedagog volného času v APA a terapeutický pracovník v APA. Pro následující období se již připravujeme na tvorbu metodických materiálů pro pedagogické pracovníky, ale i rodiče dětí s postižením a zdravotním znevýhodněním. Chceme je co nejvíce obsahově přizpůsobit potřebám škol a rodičů, proto aktuálně monitorujeme jejich poptávku. Pokud pro nás máte nějaký svůj postřeh či podnět, napište nám prostřednictvím kontaktního formuláře.

### Individuální plány

V prvním projektovém monitorovacím období, které jsme završili v lednu, jsme vypracovali dvanáct individuálních vzdělávacích plánů a šest plánů pedagogické podpory, většinu z nich pro žáky v Olomouckém kraji, také ale třeba pro žáky na Ústecku, Plzeňsku nebo na jižní Moravě. Zároveň intenzivně připravujeme další pro následující pololetí školního roku.

### Lyžařské výcvikové kurzy s konzultanty APA

Naši konzultanti APA, kteří prošli školením zaměřeným na lyžování žáků se zrakovým a také s tělesným postižením, se od začátku roku zúčastnili lyžařských výcvikových kurzů podpořených naším projektem. Jednalo se o zajištění odborné lyžařské asistence pro integrované žáky s tělesným, zrakovým nebo mentálním postižením. Jednou z těchto akcí byl lyžák Waldorfské školy Olomouc v Karlově pod Pradědem, kde měla žákyně 8. třídy k sobě osobní instruktorku lyžování na monoski Janu Sklenařikovou. Do Karlova zamířili také žáci ZŠ a MŠ Pohořelice, kdy si žák 7. třídy užil vůbec poprvé jízdy na monoski, což ho bavilo tak, že ze svahu odjížděl mezi posledními. Následovaly i další z naší strany podpořené kurzy, například ZŠ České Petrovice.

### Mimoškolní aktivity

Nadále podporujeme děti se speciálními potřebami v plavání, kterým poskytujeme in-

dividuální plavecké lekce. Od začátku února pak děti s postižením mohou navštěvovat v Aplikačním centru BALUO lekce všestranné pohybové přípravy s Michaelou Veličkovou. Do tohoto ojedinělého kroužku se zatím zapojily čtyři děti. Proto neváhejte, přijďte se podívat. Anebo se můžete hned přihlásit. . .

### Z osvětových akcí

I v letošním roce navštěvujeme školy a školky s našimi osvětovými programy. Od začátku roku proběhl například Paralympijský školní den v Teplícih a pětkrát měli školáčky na různých místech země možnost zažít pÁPÁ hrátky.

A rozjela se také série Dny na monoski, kde mají nejen osoby s postižením možnost vyzkoušet si jízdu na speciálně upravené lyži. Na první zastávce v Hlubočkách u Olomouce jsme společně s instruktory z Newman school svezli čtyři desítky zájemců, podle ohlasů se jim den strávený na sjezdovce líbil. Následovala zastávka v Olešnici na Blansku a 24. února na Rališce v Beskydech (fotky najdete v samostatných příspěvcích na webu). V březnu se bude pokračovat 3. v Hlinsku na Vysočině a 10. na Trojáku v Hostýnských vrších. Osvětové programy představují v těchto týdnech velkou porci naší práce, a proto věnujte pozornost kalendáři akcí. Díky němu včas zjistíte, co plánujeme a můžete se na některou z akcí přihlásit a zúčastnit.



### Představujeme konzultanty: Kateřina Tesařová

Jihočeský a Středočeský kraj má jako konzultantka APA na starosti Kateřina Tesařová. Jako rodačka z Brd má ráda kopce a lesy a také vás dokáže náležitě poučit o nejnižším místě České republiky, které se nachází v dolech u Příbrami. O studiu tělovýchovy a speciální pedagogiky na pražské FTVS říká, že to byla skvělá volba. Časem se začala zaměřovat na oblast APA, která ji i díky osobnostem, jako je Jitka Vařeková, Andrea Levitová nebo Klára Dařová, začala neskutečně bavit. A díky ČAAPA se pak dostala k nám do Olomouce. V APA by chtěla především kouzlit každému na tváři úsměv, mít z toho radost a užívat si zábavu se skvělými lidmi. Co se týče koníčků, Kateřina jezdí na kajaku a vůbec miluje vodu, dříve také hrála volejbal. Jako domácího mazlíčka chová tarantulu.

## APIV newsletter 5 – novinky z projektu duben 2018



Určitě to znáte také. Do něčeho se pustíte se vši vervou a najednou zjistíte, že jste pro samou zaneprázdněnost na něco zapoměli. Jako třeba my. V březnu jsme neshrnuli novinky z našeho projektu a květen už je tu. Nicméně jako důkaz, že jedeme na plné obrátky, může posloužit například číslo týkající se uskutečněných programů pÁPÁ hrátky – v dubnu jsme totiž završili padesátku realizací a jedeme dál. Stejně tak jsme připsali i nové kapitoly do pomyslné kroniky Paralympijského školního dne, celkově (tedy i pod hlavičkou jiných projektů, např. *KLIKO*) jsme tento program realizovali napříč Českem již 230krát. A ani v tomto případě rozhodně nekončíme. . .

## Z Center kolegiální podpory

Jak jsme avizovali již v předchozím newsletteru, v březnu zahájilo činnost nové Centrum kolegiální podpory na Základní škole Dr. E. Beneše 1 v Šumperku. Na úvodní setkání, kde se mluvilo o inkluzivní tělesné výchově i třeba o šikaně, dorazilo rekordních dvacet účastníků. Vedoucím centra je Věra Formánková. Centra kolegiální podpory tedy nyní fungují již na šesti školách, na jejich pravidelných setkáních se vždy věnujeme vybraným tématům, která účastníky zajímají, v uplynulých týdnech to byly mimo jiné cílové hry a sporty, lanové aktivity nebo třeba komunikace s rodiči, „problémovým“ žákem a mezi vrstevníky. Na počátku dubna jsme také uspořádali setkání vedoucích těchto center v Olomouci, kde jsme mimo jiné předali tabulku informující o spojení s naším projektem a naší fakultou.

## APA v teorii a praxi

Dovolujeme si upozornit, že vyšlo nové číslo našeho časopisu APA v teorii a praxi, v němž mimo jiné najdete i informace o našem projektu a již uskutečněných aktivitách. Pokud by to pro vás byl malý důvod k tomu jej na našich stránkách naklikat, vězte, že v něm najdete například i několik her vhodných na tábor pro děti se zdravotním postižením a znevýhodněním anebo přehled abstraktů přednášek z loňské IV. české národní konference APA, kterou hostila FTK UP. Mimochodem od příštího čísla bude vydávání tohoto časopisu také podpořeno naším projektem.

## Aktivní víkend v terénu

Na sklonku dubna jsme vyrazili s mottem Turistika pro všechny do terénu a připravili osvětové programy věnované pěší a vodní turistice, cykloturistice a také hrám a dalším aktivitám v přírodě. Desítka lidí s různými postiženími, ale také třeba rodiče s dětmi, se tak s námi podívali na kolech, případně handbicích či jiných vozítkách na Velký Kosíř, kde jsme poseděli u táboráku. Hned následující den jsme prošli v padesátihlavé výpravě kus Litovelského Pomoraví, přičemž jsme důkladně prozkoumali areál centra ekologických aktivit Sluňákov, a také jsme sjížděli řeku Moravu. Nutno podotknout, že studenti naší katedry APA si v těchto dnech mohli v terénu procvičit dovednosti, které se jim budou hodit na červnové Expedici přes bar v Alpách. Zároveň o posledním dubnovém víkendu proběhl první z pobytů s Krtkem pro děti s onkologickým onemocněním.

## Workshop indoorových aktivit

Pokud jsme mluvili o posledním dubnovém víkendu, je třeba se zmínit také o tom prvním, který jsme věnovali workshopu zaměřenému na metodiku indoorových aktivit. Zúčastnilo se ho na padesát pedagogů a studentů z různých koutů země, kteří se mimo jiné mohli seznámit s formami a metodikou výuky inkluzivní tělesné výchovy, plavání či gymnastiky pro žáky se speciálními potřebami. Účastníci se v prostorách Aplikačního centra BALUO podívali také třeba do bezbariérového fitness centra nebo si vyzkoušeli kin-ball. K aktivitám představeným na workshopu nyní vznikají metodické karty, které budou dalším výstupem našeho projektu využitelným v praxi.

## Z mimoškolních aktivit

Vedle již zavedených aktivit, jako je plavání dětí se zdravotním postižením, se nám podařilo v uplynulých týdnech rozjet v Aplikačním centru BALUO unikátní pohybový kroužek nazvaný Všestranná pohybová příprava dětí a mládeže, v němž se nejen děti se speciálními potřebami pod vedení lektorky Michaely Veličkové každé úterý od 15.00 hod. věnují různým pohybovým hrám, gymnastice, skokům na trampolíně a dalším aktivitám. Na základě poptávky po mimoškolních aktivitách jsme také zahájili přípravu programu v rámci celoživotního vzdělávání, který bude zaměřen na plavání dětí se zdravotním postižením. Samozřejmě nezahálíme ani v práci na školách a připravujeme dalším žákům individuální vzdělávací plány a zejména plány pedagogické podpory.

## Karneval APA nadchl prvorepublikovou atmosférou

Zpátky v čase, do doby první československé republiky jste se s námi mohli vrátit na Karnevalu APA, společenských akcí, kde se již jedenáctým rokem protínají světy lidí zdravých a s postižením. Večer se nesl ve výborné atmosféře, které přispívala i řada vskutku originálních kostýmů a masek nebo kapely Michala Vičara, jež karneval hudebně doprovodily. Neoddiskutovatelný podíl ale mají také samotní pořadatelé z řad studentů APA a ATV. Bez přehánění odvedli při přípravách a v průběhu samotného večera nejlepší práci za poslední roky. Velký dík a respekt všem, kteří se na letošním Karnevalu APA podíleli.

## Dny na monoski byly úspěšné

Jak jste si mohli na našem webu už dříve přečíst, završili jsme v březnu letošní seriál Dnů na monoski, a sice zastávkami v Hlinsku na Vysočině a na Trojáku v Hostýnských vrších. Celkově jsme v pěti areálech společně s partnerskými sportovními školami Newman school, Ski fanatic a Yetti ski Troják svezli na tři stovky zájemců, z toho skoro třetinu jen v závěru na Trojáku. Mákli jsme si, ale dle spokojených ohlasů to stálo za to.



## Představujeme konzultanty:

### Michal Šmíd

Dalším z konzultantů APA, které si v našem newsletteru představíme, je ten, který má v gesci Liberecký a Ústecký kraj, Michal Šmíd. Student olomoucké Fakulty tělesné kultury UP pochází z Mříčné, odkud je to, jak on sám říká, co by člověk dohodil jedním kamenem do Krkonoš a druhým do Českého ráje. V Jilemnicích studoval sportovní gymnázium, a když absolvoval týdenní běžecké soustředění dětí se zrakovým postižením a získal tak první zkušenosti z oblasti APA, bylo rozhodnuto, co chce po škole dělat. Nejvíce se soustředil na sportovní aktivity, které se dají realizovat i v netradičních podmínkách a při kterých člověk překonává sám sebe. Nezapomene na Expedici přes bar, které se zúčastnil a kde spolu s dalšími studenty zprostředkovali účastníkům s různými postiženími sportovní a cestovatelské zážitky, ke kterým by se možná jinak nedostali. Kromě toho sám sportuje, hraje na kytaru a hudbu i rád poslouchá a mimo jiné také již několik let patří k pořadatelům Olomouckého majálesu UP, největší studentské akce v Olomouci.



## APIV newsletter 6 – novinky z projektu květen 2018

Máj je už za námi, přehoupli jsme se do posledního měsíce školního roku, což znamená minimálně tři věci. Zaprvé vyrazíme na Expedici přes bar. Zadruhé letní prázdniny a čas dovolených jsou na dosah. A zatřetí bychom se měli ohlédnout za tím, co jsme v květnu všechno pod hlavičkou našeho projektu zvládli. Tak pojďme na to.

### Paralympijský den v televizi

Jak jistě tušíte, i v květnu jsme pokračovali v řadě našich osvětových programů, tedy v pÁPÁ hrátkách a Paralympijském školním dni. Co se týče Hrátek, kromě realizovaných programů na školách jsme se vrhli na přípravu velkých pÁPÁ hrátek v olomouckých Smetanových sadech, chystáme je na 20. června. Paralympijský školní den zase „vyletěl“ do velkého světa. Co tím myslíme? Mezi sedmi realizovanými programy v květnu byla i zastávka v Bruntále na ZŠ Okružní, na kterou zavítal i štáb České televize a pořídil tam pěknou reportáž.

Za zmínku jistě stojí Paralympijský školní den v Horce nad Moravou. Zdejší akční pedagogové chtěli více proniknout do problematiky, a tak samotnému programu pro žáky předcházelo školení učitelů o tom, co jsou paralympijské hry, co se bude po dětech během

programu chtít nebo do jakých dalších předmetů lze tuto problematiku promítnout. Pokud by byl o podobné školení zájem i z vaší školy, kontaktujte nás, domluvíme se.

### APAči na majálesu a veletrhu sociálních služeb

V květnu jsme naše projektové aktivity či sportovně-kompenzační pomůcky prezentovali na několika akcích. Jako tradičně jsme nechyběli například na Olomouckém majálesu Univerzity Palackého a o několik dní později také na Veletrhu sociálních služeb v Olomouci. V rámci majálesu naši pracovníci připravili mimo jiné i dopolední sportovní program pro klienty olomouckých stacionářů a dalších organizací. Během veletrhu, kde se prezentovaly organizace sdružené v městské akční skupině odboru sociálních služeb, si pak dopoledne žáci a odpoledne další zájemci z řad veřejnosti mohli u nás vyzkoušet jízdu na tandemovém kole nebo třeba nové čtyřkolce (o ní se dočtete něco více níže) anebo třeba zvukem naváděnou střelbu. Málem jsme neměli ani čas vydechnout, jaký byl o nás zájem!

### Sportujeme společně

Zajímavou akcí byl i integrovaný sportovní program Sportujeme společně, který v Apli-

kačním centru BALUO připravila i za podpory našeho projektu naše katedra ve spolupráci s Českým hnutím Speciálních olympiád. Pod hlavičkou našeho projektu jsme účastníkům, kterých bylo téměř dvě stovky, nabídli mimoškolní aktivity inkluzivního charakteru zaměřené na atletiku, florbal, sportovní hry pro všechny a také fitness.

Jako spoluorganizátoři jsme se koncem května podíleli i na cyklozávodě Slováký okruh v Žeravicích u Kyjova, kam jsme zapůjčili cyklistické pomůcky, tandemová kola nebo handbiky, a také jsme uskutečnili inkluzivní program zaměřený na bocciu.

### Nové sportovně-kompenzační pomůcky

Díky našemu projektu se podařilo v posledních týdnech zakoupit do naší půjčovny některé nové sportovně-kompenzační pomůcky. Jednoznačnými hvězdami na našich osvětových programech a veřejných prezentacích, o nichž jsme mluvili výše, se ihned staly dvě singletrackové čtyřkolky značky Quadrix. Jedna umožňuje i jízdu na lanovce, druhá je zase upravena tak, aby šla ovládat jednou rukou. Snad nebudeme přehánět, když napíšeme, že jde o jednu z prvních čtyřkolek svého druhu v Česku.

Do finále doběhl také nákup dvaceti indoorových dětských vozíků a probíhají výběrová řízení na nové rehabilitační a outdoorové sportovně-kompenzační pomůcky.

### Z center kolegiální podpory

I v květnu probíhala setkání center kolegiální podpory. Tématy byla mimo jiné zdravotní tělesná výchova, psychomotorické hry, také jsme otevřeli problematiku pohybové gramotnosti žáků s poruchou autistického spektra nebo přišla na přetřes alternativní a augmentativní komunikace, tedy komunikace osob se závažným postižením řeči, jazyka a psaní.

### Míříme do (euro)parlamentu

Naše projektové aktivity zajímají i politiky, a tak jsme dostali možnost v listopadu prezentovat oblast APA na půdě evropského parlamentu v Bruselu. Ještě předtím proběhne na konci září na půdě parlamentu setkání našeho podvýboru pro sport, kde se bude mluvit i o aktivitách našeho Centra APA. ■



*Martin Višňa*



## Informace z Fakulty tělesné kultury UP v Olomouci

Pro informování čtenářů o akcích pořádaných Fakultou tělesné kultury UP v Olomouci jsou využity zprávy publikované na webu Žurnálu UP a webu Radosti z pohybu, také je využito článků z tištěného Žurnálu UP. Přehled sestavil Marin Višňa a je také většinou autorem finální podoby zpráv, samozřejmě s přispěním organizátorů daných akcí.

### Zimních radovánek si užívali i lidé s postižením



Velkou část zimy strávili zaměstnanci a studenti katedry aplikovaných pohybových aktivit fakulty tělesné kultury na horách. Kromě tradičních výcvikových kurzů, na nichž se školili instruktoři lyžování pro osoby s různým druhem postižení, uspořádali také třeba lyžařský víkend pro rodiny s dětmi s postižením a objeli zimní střediska se Dny na monoski.

„Víkend pro rodiny s dětmi s postižením bezprostředně navázal na dvoutýdenní sérii kurzů v Koutech nad Desnou. Během této integrované akce si lyžování v monoski, speciálně upravené lyži pro osoby s postižením, vyzkoušely čtyři desítky dětí, které tak mohly strávit na sjezdovce společný čas se svými zdravými vrstevníky,“ uvedl Ondřej Ješina. „Naši konzultanti se od začátku roku zúčastnili i několika školních lyžařských výcviků, kde zajišťovali odbornou asistenci integrovaným žákům s tělesným, zrakovým nebo mentálním postižením. Například na kurzu ZŠ a MŠ Pohořelice žáka sedmé třídy tak bavila jízda

na monoski, že ze svahu odjížděl mezi posledními,“ uvedl Ondřej Ješina ze zmíněné katedry.

Lyžování v monoski si zájemci mohli vyzkoušet také na pěti osvětových Dnech na monoski. Na úvodní zastávce série v Hlubočkách využilo této možnosti na čtyřicet lidí, velký zájem byl třeba i v beskydském areálu Rališka, kde se lyžovalo v chumelenici a v silném mrazu. „Přestože jsem sama na vozíku a v monoski jsem letos neseděla poprvé, ráda se této akce účastním a mám radost, když běžní lidé pochopí, že vozičkáři nejsou odlišní a pohybové omezení nemusí být překážkou pro aktivní život. Organizátorům této akce patří velký dík,“ podělila se o své dojmy Jana Hrubá z Prostějova.

Uspořádání Dnů na monoski i dalších aktivit umožňuje projekt Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti. ■

Martin Višňa, Žurnál UP, březen 2018



### O Dny na monoski byl nečekaný zájem

Letošní série Dny na monoski je již minulostí. Minulostí, na kterou se ale bude velice příjemně vzpomínat, protože se jednotlivé zastávky vyvedly nad očekávání. Celkově naši instruktoři s kolegy z partnerských sportovních škol Newman School, Ski Fanatic a Yeti Ski Troják a spolku Monoski Zlín svezli v monoski na tři stovky zájemců.

Během letošního „turné“ jsme se Dny na monoski zavítali do pěti lyžařských areálů. Původně bylo plánováno zastávek šest, ale úvodní

Kunčice pod Králickým Sněžníkem jsme museli kvůli nedostatku sněhu zrušit. V Hlubočkách, Olešnici na Moravě, na Rališce, v Hlinsku a na Trojáku ale program proběhl podle plánu a vždy s příjemným překvapením – nečekaným zájmem. V Hlubočkách, kde jsme v únoru začínali, si monoski vyzkoušely čtyři desítky zájemců, Troják pak byl vrchol par excellence, když jsme tu v monoski svezli na osmdesát lidí.

Jezdilo se pod zamračenou oblohou, ve slunečních paprscích i v husté chumelenici a jezdilo se nejen na monoski, ale v rámci doprovodného programu se třeba i závodilo na pekáčích. A pokud se v ohlasech účastníků objevuje něco nejčastěji, pak je to slovo „super“.

Tímto bychom chtěli poděkovat všem, kteří se Dnů na monoski zúčastnili, a také všem, kteří se podíleli na jejich organizaci. A ahoj zase v zimě!



Daniel Mikeška, web Centra APA

## Karneval APA se vrátil do doby první republiky



Do časů první republiky se na jeden večer přenesl sál olomouckého BEA centra, kde studenti aplikovaných pohybových aktivit a aplikované tělesné výchovy uspořádali jedenáctý ročník Karnevalu APA. Společenský večer přilákal na tři sta hostů, v reji masek bylo možné spatřit páry v elegantních šatech, vojáky, kočičku a pejska, kteří vařili dort, sudetského Němce nebo třeba limuzínu Tatra, na vše z výšky dohlížel T. G. Masaryk.

Tančilo se za hudebního doprovodu New Street Bandu a Jamr's, jásalo se a předávaly se také výroční APA ceny. Za přínos oboru byl uveden do Síně slávy docent Ladislav

Bláha z Univerzity J. E. Purkyně v Ústí nad Labem. Cenu Centra APA si odnesla Pavla Třesterová, bez níž by se neobešla řada našich projektů. Česká asociace APA ocenila Lucii Ješinou a APAčkou roku se stala studentka Veronika Chvojková, mimo jiné autorka osvětového programu pro MŠ pÁPÁ hrátky.

Jedenáctý „prvorepublikový“ karneval se vydařil, podle Ondřeje Ješiny šlo o nejlepší společenský večer APAčů za poslední léta.

Martin Višňa, web Centra APA



## Putování Pomoravím si užili i turisté s handicapem



Turistická série FTK UP Větrání se po čase vydala do svých dřívějších stop, konkrétně na trasu chráněnou krajinnou oblastí Litovelské Pomoraví, kudy turisté putovali na jednom z vůbec prvních větracích výletů. Tentokrát ovšem byla výprava v mnoha ohledech jiná. Především se s mottem Turistika pro všechny k větráčům připojili APAči, studenti aplikovaných pohybových aktivit, a jejich handicapovaní hosté, kteří se připravovali na červnovou expedici v Alpách.

Na fotce z amfiteátru centra ekologických aktivit města Olomouce Sluňákov v Horce nad Moravou, kde byl start cesty, tak lze napočítat na padesát účastníků, mezi nimiž jsou i děti, dva účastníci na vozíku, dále pak turisté se zrakovým nebo sluchovým postižením. A také Standa, medvěd z ponožek, maskot blízcího se olomouckého majálesu. APAči a jejich hosté se



ale přidali jen na úvodní úsek cesty do Hynkova, kde je pak čekal vodácký program. Areál Sluňákova nicméně neposloužil jen pro úvodní fotku výpravy, výletníci v jeho zákoutích strávili přes hodinu, prozkoumávali život ve zdejších tůních, zdolali Sluneční horu nebo si třeba vyzkoušeli, jak zní stromový xylofon. Na závěr okruhu po areálu se ještě u „lodě“ rajské zahrady zastavili u pasoucích se ovcí a pak

už se vydali na procházku lesem do sousedního Hynkova. Protože tudy vedou pevné cesty, hojně využívané i cyklisty, nebyl přesun žádný problém ani pro vozíčkáře či kočárky a brzy nastalo loučení s APAči, přičemž alespoň jejich hosté obdrželi pamětní list, tak jako pravidelně dostávají v cíli cest větrači, a někteří i jako malý dárek placku Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého.

Zbylá třináctka větračů se po krátké pauze vydala na cestu vstříc Litovli. Selská hráz, po níž šlapali, byla obsypána z obou stran barevnými koberci pomněnek, pampelišek a dalších květů, sem tam se až k hrázi ukázal některý z meandrů Moravy či jejích ramen, které dávají krajině Litovelského Pomoraví její nezaměnitelný ráz. Ve Lhotě nad Moravou ovšem turisté opustili červenou značku, kterou až dosud sledovali, a dále pokračovali po břehu hanáckého moře, tedy pískovny Náklo. Trasa to byla sice příjemnější, protože nevedla po asfaltu, na druhou stranu slunce páliło tak, že když skupina došla od vesničky Březové do stínu lužního lesa, byl opět na asfalt, ne jeden větrač si oddychl. Cesta tu a tam křížila řeku Moravu a její ramena, co však zanechalo větší dojem, byla takřka neustálá vůně medvědího česneku, kterému se ve zdejších přírodních rezervacích tuze daří. A někteří se vyřídili i na zastaveních Lesánkovy naučné stezky s lanovými aktivitami nebo třeba zavěšenými plošinami, na nichž si lze procvičit rovnováhu. Brzy se pak objevily první litovelské domy a po návštěvě informačního centra bylo Větrání číslo 82 prohlášeno za úspěšně ukončené. ■

Martin Višňa, web *Radost z pohybu*

## Expedice přes bar? Nezapomenutelný týden, který stojí za zopakování

Týden plný zážitků a překonávání vlastních limitů si užilo jedenáct cestovatelů s postižením, kteří vyrazili se studenty katedry aplikovaných pohybových aktivit Fakulty tělesné kultury UP do rakouských Alp na Expedici přes bar. V okolí měst Zell am See a Hallstatt absolvovali pěší i cyklistické výlety, sjíždění horských řek i zdolávání ferrat.

V jedenáctce handicapovaných hostů expedice, jež nesla motto „Kde ostatní končí, my začínáme“, přitom byli účastníci s různým druhem postižení. Do alpské krajiny za zážitky a zkušenosti, které by jim možná jinak zůstaly zapovězeny, se vydali neslyšící, vozíčkáři nebo osoby s mentálním postižením.

Jedním z účastníků byl Lukáš Polčák, který se narodil bez části pravé horní a dolní končetiny. Rád by si prý expedici zopakoval. „Nezapomenu na nádhernou přírodu, hory, jezera, kolem nichž jsme projížděli na kole, taky

na sjíždění řeky na raftu, ale především nezapomenu na první zážitek na ferratách, který jsem na expedici měl. Právě na ferratách jsem měl na pár vteřin pocit, že se asi už nepohnu z místa a zůstanu na té skále trčet, než doletí vrtulník,“ vzpomněl na moment, kdy překonával sám sebe.

### Psychické bariéry

„Největší bariéry byly tam, kde jsem se necítila psychicky dobře, když jsem se nemohla naplno zapojit nebo když jsem se cítila někomu na obtíž. Například když jsem cítila, že jeden den potřebuji zvolnit a jet na vyhlídku lanovkou, zatímco ostatní chtěli pěšky, bylo nepříjemné stát si za tím a čekat, kdo se ‚obětuje‘ a pojede se mnou. Naštěstí se taková dobrá duše rychle našla a nakonec to byl vážně krásný den,“ nechala nahlédnout do svých pocitů další z účastníků, částečně ochrnutá Alžběta Vlková.



Za největší přínos expedice považuje to, že se musela naučit říkat si o pomoc a mohla si vyzkoušet nové věci, jako je například handbike nebo lezení na skalách. „Pročistila jsem si hlavu. A také jsem zjistila, že jsem absolutně zapoměla, co to je stanování, a že bych byla neschopná přežít sama v přírodě delší čas. Teď jsem ochotná to dále zkoušet. Od expedice jsem už spala dokonce pod širákem a to je vážně něco, když uvážím, jak jsem se bála týdne ve stanu,“ dodala Vlková.

Práce studentů, kteří expedici připravovali, hostům celý týden asistovali, a získávali tak praktické zkušenosti pro své budoucí povolání, si oba váží. Polčák by jim ve škole udělil jedničku s hvězdičkou.

### Intenzivní týden

„Myslím, že se všechno zvládlo podle plánu. Určitě jsme udělali dobře, že jsme pro naše aktivity, oproti našim loňským kolegům, zvolili jen dvě místa. Jednak jsme neměli tolik stresu s přemístováním a jednak jsme více využili možností v okolí našich kempů. A co si obzvláště uvědomuji, jak nám nakonec dobře vyšlo počasí. První dny sice přšelo, ale postupně se vyčáslilo a poslední den jsme už u jezera strávili hezky na sluníčku. Pro psychiku všech a zpětnou vazbu to bylo určitě pozitivní,“ hodnotil jeden z organizátorů Robert Mazouch.

Během expedice asistoval vozičkáři Eustachu Janouškovi. I když prý nastaly nějaké krizové situace vyvolané

především únavou, společně si rozuměli a dobře fungovali. „Nebyla to dovolená, ani škola. Hodně mi expedice dala po stránce organizační, i co se týče zkušeností s outdoorem. Za celou dobu studia jsem nezažil nic tak intenzivního, ale rád jsem vystoupil ze své komfortní zóny.

Nejsilnější moment pro mě určitě bylo, když jsme s Estou lezli ferraty. Sice potřeboval velkou pomoc, ale dali jsme do toho maximum a ten jeho zážitek, jak leze na skále, to se nedá popsat,“ prozradil Mazouch.

Návratem z Rakouska nicméně expedice neskončila. Na sociálních sítích už lze vidět některé fotografie a videa z cesty, chystá se výstava nebo třeba prezentace na říjnové Noci vědců.

A také je třeba cestu ještě vyúčtovat, přece jen realizace takové velké akce vyjde na statisíce. Nutno podotknout, že i když si část nákladů hradili účastníci expedice sami, podařilo se studentům získat dotaci od města Olomouce a Olomouckého kraje, které pokryly náklady na ubytování,

a také třeba podporu od firem, jako je Hamé nebo Nutrend. Významným partnerem expedice byl i prodejce sportovního vybavení Decathlon, když účastníkům věnoval mikiny a společně uspořádali před olomouckou prodejnou benefiční sportovní akci pro veřejnost na podporu expedice. ■

Martin Višňa, Žurnál UP



## Společný den si užili nejen sportovci se speciálními potřebami

Přizpůsobené atletické disciplíny a míčové sporty, jízdu na handbiku, tai-chi nebo třeba cvičení v bezbariérovém fitness centru, to vše si mohli vyzkoušet účastníci akce Sportujeme společně, který v Aplikačním centru BALUO připravila katedra aplikovaných pohybových aktivit fakulty tělesné kultury s Českým hnutím Speciálních olympiád.

Pestrý program, který zahrnul také třeba pÁPÁ hrátky, prostřednictvím nichž studenti a zaměstnanci pořádající katedry seznamují



žáky mateřinek a mladší školáky se světem sportu handicapovaných, exhibici biketrialisty Tadeáše Kříže či možnost vyzkoušet si no-



vou hru sixball, přilákal na Neředín téměř dvě stovky sportovců. Byli mezi nimi například žáci a studenti olomouckých SŠ a ZŠ prof. Zdeňka Matějčka, SŠ a ZŠ DC 90 či ZŠ a MŠ Svato-plukova nebo klienti obecně prospěšné společnosti Jitro Olomouc, kteří se postarali i o hudební vložku, či Klíče – centra sociálních služeb.



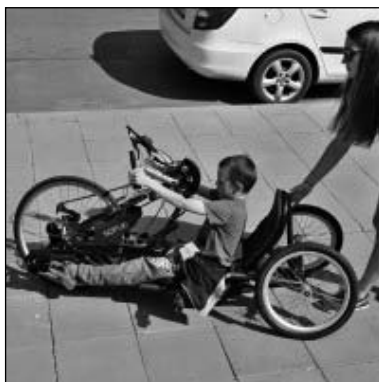
„Původně jsem se trochu bála, jestli zvládneme takový počet účastníků ukočírovat a prostřídat tak, aby si skupiny vyzkoušely všechno, ale myslím si, že se to vydařilo. Od skončení akce dostávám pozitivní odezvu, že se zúčastněným u nás líbilo a že by chtěli více takových akcí. Ze školy pro sluchově postižené na Kosmonautů se dokonce nechali slyšet, že příště budou muset přijet s celou školou, protože medaile by chtěly mít na krku všechny děti,“ uvedla organizátorka dne Julie Wittmannová.



Zájemci se na místě mohli také dozvědět o činnosti Českého hnutí Speciálních olympiád, pedagogičtí pracovníci si navíc odnesli informace k metodickým materiálům, které vznikly v rámci Erasmus+ projektu EQuIPPE, jehož







cílem je zvýšení kvality výuky tělesné výchovy na základních školách. I díky jeho podpoře a také díky projektu APIV – Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti se sportovní den v Aplikačním centru BALUO pod záštitou děkana Michala Šafáře uskutečnil. ■

Martin Višňa, Julie Wittmannová, Žurnál UP

## Běh pro Světlušku prozářil sady



Přes šest set běžců s čelovkami na hlavách rozsvítilo Bezručovy sady během druhého ročníku Nočního běhu pro Světlušku v Olomouci. Mezi běžci nechyběli ani zástupci Univerzity Palackého, na trať se vydal například prorektor pro zahraničí Martin Kudláček. Univerzita se zapojila i po organizační stránce, na hladkém průběhu akce mají velký podíl studenti a zaměstnanci fakulty tělesné kultury, někteří si trasu zaběhli i jako asistenti zrakově postižených běžců. Výtěžek z benefičního běhu podpořil činnost nadačního fondu Českého rozhlasu Světluška. ■

Martin Višňa, Žurnál UP

## Student Tadeáš Kříž jel díky divoké kartě na paralympijské hry

Mezi čtyřiaadvaceti sportovci, kteří na březnových paralympijských hrách v Jižní Koreji reprezentovali české barvy, byl díky tak zvané divoké kartě i student Fakulty tělesné kultury UP Tadeáš Kříž. Účast na největší světové sportovní akci pro sportovce s postižením si chtěl hlavně užít. V obřím slalomu zajel pěkné 12. místo.

Zrakově postižený student aplikovaných pohybových aktivit ještě nedávno slavil úspěchy především ve světě biketriálu, když se v roce 2016 stal mistrem Evropy. Nedlouho poté ale začal závodit také v alpském lyžování a na loňském mistrovství republiky lyžařů se zrakovým postižením si vyjel dva tituly.

„Účast na paralympiádě byla první myšlenka, co mě napadla. Když jsem se závodním lyžováním začínal, chtěl jsem se tam jednou dostat, protože v biketriálu to nejde. Poslední dobou jezdím celkem stabilní výsledky a limit pro některé disciplíny jsem splnil, takže i proto divoká karta vyšla,“ uvedl Kříž.

„Samozřejmě jsem rád, že můžu na paralympiádu vyrazit. Bude to největší sportovní zkušenost a zážitek v mém živo-



tě. Chci si to hlavně užít. Jelikož jezdím teprve chvíli, nějaký velký výsledek neočekávám,“ dodal.

Kříž, kterému byla před časem diagnostikována Leberova hereditární optická neuropatie projevující se úbytkem optických nervů a rozostřeným viděním, jezdí závody s trasérem Radimem Nevrlým, jenž jede před ním a přes komunikační zařízení ho informuje o terénu a dalších potřebných detailech. Podle reprezentačních trenérů má velký potenciál a zlepšuje se závod od závodu. ■

Martin Višňa, Žurnál UP

## Má to smysl – vzpomínka na paralympiádu v Jižní Koreji



Mnozí si dnes ještě myslí, že handicapovaní nemůžou sportovat. Naopak, pohyb pro handicapované má spoustu benefitů, od využití volného času po tvorbu sociálních vazeb.

Jmenuji se Tadeáš Kříž. Jsem zrakově postižený. V létě se věnuji biketriálu a v zimě závodnímu lyžování handicapovaných.

K lyžování jsem se dostal před dvěma lety, když při studiu na vysoké škole, přesněji na Univerzitě Palackého v Olomouci, jsem narazil na Zbyřka Janečku. Tento člověk mi na zimním kurzu, který jsem v rámci studia absolvoval, nabídl lyžovat závodně mezi handicapovanými a já se rozhodl do toho jít.

Jako zrakově postižený závodím se svým trasérem, který jede celou dobu před mnou a přes interkom mi hlásí

nerovnosti a signály na kterých jsme oba domluveni. Za ty dva roky, co se lyžování věnuji závodně, jsem navštívil spoustu středisek a potkal spoustu zajímavých lidí. Byl jsem v Kanadě a tento rok jsme se dostal až na Paralympijské hry do Pyeongchangu v Koreji.

I přes spoustu úspěchů v biketriálu, kterému se věnuji od malička a závodím jako jediný handicapovaný mezi zdravými, byla paralympiáda zatím můj největší sportovní zážitek. Tak velkou sportovní akci jsem zatím ještě nezažil. Zázemí, které bylo pro nás připraveno, bylo moc pěkné a já si celou akci moc užil. Tato zkušenost mě motivuje dále se zlepšovat a nominovat se na další paralympiádu.

Na závodech se setkáváme i s tělesně postiženými. Závodní kategorie se dělí na ženské a mužské, a to do tří skupin. Tělesně postižení stojící, tělesně postižení sedící a zrakově postižení. Podle vážnosti postižení má pak každý sportovec klasifikaci a koeficient, se kterým se mu přepočítává čas.

Jsem rád, že jsem se rozhodl do lyžování pustit a mít možnost vidět, s jakými různými handicapy se dá sportovat a užívat si života. ■

Tadeáš Kříž, student 3. roč. APA

## pÁPÁ hrátky ve velkém

Předškoláci z deseti školek z Olomouce a okolí měli možnost nahlédnout do světa osob se zdravotním postižením, „pohádkový“ osvětový program pro ně ve Smetanových sadech připravila katedra APA pod hlavičkou projektu APIV – Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti a Programy pro přijímání osob s postižením a odstraňování postojoyých bariér. A děti si to podle všeho náramně užily. Mohly si vyzkoušet jízdu na vozíku, orientaci v prostoru bez zrakové kontroly a další aktivity spjaté s určitými znevýhodněními. ■

Martin Višňa, web FTK UP





## EXPEDICE PŘES BAR-IÉRY – Pohledem Zuzky Chamulové

*Na expedici bylo prima, ani horko, ani zima.  
Když někoho tížil chlad, musel se víc oblíkat.*

*Letos stejně jako loni jsem dostala možnost zúčastnit se tohoto úžasného projektu, kterým je Expedice přes BAR. Mé dojmy jsou víc než pozitivní.*



Vše začalo v pondělí 11. června 2018, a to odjezdem z Olomouce směr Rakousko, kde nás čekal bohatý sportovní program. Než jsme se ke sportování mohli dostat, museli jsme po příjezdu do kempu vyndat stany a další potřebné vybavení. Já při stavění stanů většinou pomáhám tak, že skládám tyčky, případně pak dávám kolíky, moc mě to baví. Já nebyla ve stanu poprvé, jezdím někam poměrně často, ale ne každý z nás účastníků s různým handicapem má takové štěstí, aby jezdil pod stan. Je pravda, že v zahraničí jsem byla teprve podruhé. Když nepočítám prázdniny u babičky na Slovensku, což se z mého pohledu ani jako zahraničí brát nedá. Ale zpět k Rakousku. Je to úžasná země s ještě úžas-



nějšími lidmi a možnostmi sportovního vyžití. Můžeme zde najít řeky, které dokonce tečou, což je pro sjezd na kánoích potřeba. Taky zde najdeme velké množství dálnic pro kola, u nás se takovým místům říká cyklostezky. Ale až ty cykloalánce uvidíte, nejspíš Vás, kdo jste tam ještě nebyli, přejde zrak. To ale vůbec nevadí i nevidomí můžou jezdit, a to na tandemovém kole. Jsou zde i krásné stezky via feratta a to je teprve výhled, když si člověk vyleze úplně na vrchol. Letos jsme vyzkoušeli, že takové lezení se dá provozovat i s chybějícími končetinami – našemu kamarádovi musela stačit jedna noha, jedna nožní protéza a jedna ruka, té druhé má jenom kousek. Občas se jím drbal o moji hlavu, já totiž kvůli kožním potížím nemůžu mít vlasy, alespoň je to skoro bez práce a je při tom i legrace.

I dalšího kamaráda vozičkáře se povedlo dostat na skálu. Jak to přesně probíhalo, bohužel nevím, nejspíš jsem tou dobou někde ležela i já nebo jsem sjížděla krátký úsek říčky, kterou jsme jeli, a na letošní suché poměry to docela i teklo krásně. Byly i peřejky.



Absolvovali jsme i několik turistických pěších výletů. Po pravdě já mám raději kolo, skály nebo lodě. Ale ani turistice se nevyhýbám. Myslím, že ostatní si turistické pěší výlety užili víc než já. Já během takových výletů fotím, případně



natáčím, moc mě to baví i přes to, že výsledek je nejasný a často je potřeba zásah vidícího kamaráda nebo kamarádky.

Během dne krev potili, večer jídlo vařili a pak bříška plnili. A kdo všechno? 9 účastníků s různým handicapem spolu se studenty FTK a jejich akademičtí pracovníci.

No zkrátka a jednoduše těm, kteří touží po dobrodružství, adrenalinu, nových kamarádech a prima zážitcích, expedici můžu vřele doporučit. ■

*Zuzka Cvrček Chamulová*



## Informace z Fakulty tělesné výchovy a sportu UK v Praze

**Akce v rámci projektu Pohyb pro inkluzi (Podpora společného vzdělávání v oblasti školní tělesné výchovy a pohybově orientovaných programů, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/16\_037/0004664)**

Autoři: Klára Daďová, Alena Migdauová, Ilona Pavlová, Ondřej Ješina  
UK FTVS

*Během jara a léta se na UK FTVS rozjely projektové aktivity naplno. Byly zorganizovány dvě akce pro veřejnost, 5 teambuildingových akcí pro třídy žáků zapojených do projektu, 3 Paralympijské školní dny a integrační příměstský sportovní tábor. V následujícím textu detailněji přiblížíme akce pro veřejnost a teambuildingy. Samostatný článek je věnován příměstskému sportovnímu táboru pro děti se SVP.*



### UK FTVS žije paralympiádou v PyeongChangu

Cílem osvětové akce, která se konala 15. 3. 2018, byla nejen popularizace tématu paralympijských her, ale i seznámení dětí pražských základních škol a širší veřejnosti s tématy zdravotního postižení netradičním způsobem. Organizace se ujali studenti 2. ročníku bakalářského studia oboru Aplikované tělesné výchovy a sportu osob se specifickými potřebami, společně s projektovým týmem.

Slavnostní zahájení paní děkankou, doc. MUDr. Evou Kohlíkovou, CSc., a moderátorem akce, studentem Michalem Winnerlichem, proběhlo po 9. hodině ranní. Skupiny dětí se následně vydaly na trasu po budově školy, kde pro ně byla připravena celá řada interaktivních stanovišť.

Pro navození atmosféry bylo možné celý den sledovat na velkoplošných obrazovkách přenosy přímo z paralympiády v PyeongChangu. Účastníci se rovněž mohli setkat s korejskými ženami oblečenými v tradičním korejském oděvu *hanbok* a spolu s nimi se naučit korejský pozdrav a ochutnat korejský čaj, korejské sušenky, ženšenové bonbony, lisované mořské řasy či krevetové chipsy, prostě přiblížit si Koreu všemi smysly.

Velice zajímavá byla pro děti možnost osobně se setkat s našimi úspěšnými sportovci se zdravotním postižením,

kterými byli Kateřina Komárková, Aleš Kisý, Anežka Floriánková, Pavel Dvořák, David Půlpán a Michaela Krunclová. Ti měli pro děti připravené povídky o zážitcích z paralympijských her, dalších vrcholových sportovních akcí, ale i z běžného rekreačního sportování. Děti měly možnost prohlédnout si medaile i sportovní pomůcky, aktivně diskutovat, nechat si podepsat fotografie a upomínkové předměty. Stolní tenista David Půlpán si přímo v kongresovém sále s dětmi zahrál stolní tenis.

Další aplikované sporty si děti mohly vyzkoušet se studenty oboru ATVS OSP. Na různých stanovištích děti mohly blíže poznat: paralympijský sport goalball, fotbal





amputovaných a kurling (sálová modifikace curlingu). K dispozici byly i informace o paralympijském sportu, a to zábavnou formou kvízů, hádanek a soutěží.

Největší zájem měly děti o možnost vyzkoušet si jízdu na mechanických a elektrických invalidních vozících, kterou jim zprostředkovala firma Meyra. Děti se také seznámily s různými pomůckami, které zdravotně postiženým usnadňují každodenní život. Zažily, jak obtížné je namazat si chleba jednou rukou a co k tomu může pomoci. Zážitky z oblasti technické rehabilitace pak doplňovala prezentace firmy Otto Bock, která dětem předváděla moderní protézy nejen pro každodenní nošení, ale i speciálně vyrobené a upravené protézy pro sport.

Velký úspěch měla také prezentace organizace Cesta za snem, která se zabývá pořádáním pohybových akcí pro širokou veřejnost bez ohledu na handicap. Její zástupci Heřman Volf a Dana Selnekovičová představili účastníkům své projekty, jako např. zážitkové vikendy, kurzy sebeobrany pro vozíčkáře, Handi cyklomaraton či projekt 7 statečných. Poselstvím těchto akcí je, že ať už se v životě přihodí cokoli, člověk si nesmí přestat plnit své sny, a že sport je dobrý způsob, jak vrátit životu ten správný rytmus. Součástí programu této organizace byla i možnost vyzkoušet si „handbike trenážér“.

V průběhu celého dopoledne probíhala soutěž Můj největší zážitek z akce Žijeme paralympiádou, která spočívala v zachycení nejlepšího dojmu z navštíveného programu, buď formou nakreslení obrázku, nebo složení básničky. Studenti FTVS potom do každé třídy, která odevzdala své výtvary, poslali balíček s dárky od partnerů akce.

Celé akce se zúčastnilo téměř 300 žáků a jejich vyučujících z šesti základních škol. Na závěr programu mohli účastníci vyplnit dotazníky spokojenosti, ze kterých vyplynulo, že se jim připravený program moc líbil a získali díky němu mnoho nových informací a zážitků.

Akci zdokumentovala také Česká televize, která odvysílala reportáž v rámci paralympijského studia na ČT sport ještě týž večer (<http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/12198191441-xii-zimni-paralympijske-hry-2018-pchjongcchang/218471290251106/>).

Věříme, že akce přinesla nové zážitky a zkušenosti nejen dětem a jejich pedagogům, ale že obohatila i organizační tým studentů a pedagogů oboru APTV. Za podporu je třeba poděkovat všem sponzorům akce, prezentujícím sportovcům i organizacím a marketingovému centru UK FTVS. ■

## Turnaj moudré sovy

Dne 21. června 2018 se ve sportovní hale Fakulty tělesné výchovy a sportu konal již čtvrtý ročník Turnaje moudré sovy v integrované boccie. Účastníci si mohli v párech zasoutěžit v tomto paralympijském sportu, který vypadá jednoduše, ale pro vítězství je třeba dobré koordinace, taktiky a strategie. Na organizaci turnaje spolupracoval projektový tým spolu s paralympijským reprezentantem Františkem Serbusem a Českou federací boccii, z. s. Hodnocení se ujala mezinárodní rozhodčí Pavla Vrbová. Turnaj byl otevřen



zaměstnancům a studentům UK FTVS i pedagogům ze spolupracujících institucí. Pozváni byli také učitelé základních škol zapojení v projektu Pohyb pro inkluzi. Vzhledem ke končícímu školnímu roku a mnoha povinnostem však nikdo z nich pozvání nepřijal. Do turnaje se registrovalo 8 dvojic, přičemž jeden z týmů byl mezinárodní (česko-izraelský). Turnaj uváděl moderátor České televize Jiří Rejman. Během odpoledne proběhlo



napínavé sportovní klání, vítězové jednotlivých kol postupovali přes semifinále až k finále, kterého se zúčastnily dvojice Hana Sládková s Batche Ben Uriel (Izrael) a Michal Štefl s Kateřinou Wojasovou. Během přestávek doplňovali závodníci energii u občerstvovacího pultu, tradičně plného pochutin, a to i domácí výroby. V nesoutěžních tréninkových boxech si zkoušely tuto hru i děti zaměstnanců. Vítězným párem turnaje se nakonec stali „Katka a Michal“ (Michal Štefl a Kateřina Wojasová). Druhé místo obsadil pár „Izra-Czech“, třetí místo pak „Vy vite kdo“ (Eva Prokešová a Tomáš Brtník). Atmosféra na Moudré sově byla vynikající. Všichni zúčastnění si navíc vyzkoušeli paralympijský sport pro jedince se specifickými potřebami na profesionální úrovni. Mnozí z nich se s boccii setkali poprvé. ■

## Teambuildingy pro třídní kolektivy

V červnu 2018 byly teambuildingy připraveny pro žáky těchto pražských základních škol: FZŠ Umělecká (1. a 4. třída), ZŠ Grafická (4. třída) a ZŠ Na Smetance (2. a 6. třída). Cílem těchto jednodenních akcí bylo stmelení kolektivu, posílení spolupráce ve třídě a získání zážitků z netradičních aktivit, kterých se účastní celá třída. Scénář byl v všech akcích podobný, pouze se přizpůsoboval věku účastníků. Když třída dorazila na UK FTVS, projektový tým roze-



hrál scénku, která navodila cíl aktivit a spolupráce třídy – nalezení odcizeného náhrdelníku „hraběnky von Vokovice“. Pro získání indicií měli žáci překonat překážky poslepu, prolézt lanový park, ale také zapojit kreativitu při výrobě společných mandal. Díky indiciím pak po obědě složili zprávu a zjistili, kde se náhrdelník nachází a předali ho „hraběnce“. Ta jim poděkovala drobnou sladkou odměnou i věcnou cenou. Aktivita měla kromě zprostředkování nevšedního zážitku také formovat kompetence účastníků ve vztahu k výstupům některých vzdělávacích oblastí z RVP. Děti (ale i paní učitelky) získaly spoustu nových informací a dovedností, například z oblasti peer-tutoringu, který na akci nenásilně probíhal. Aktivita byla školou hodnocena vždy velmi pozitivně. ■



**Příměstský sportovní tábor pro děti se specifickými vzdělávacími potřebami v rámci projektu Pohyb pro inkluzi (Podpora společného vzdělávání v oblasti školní tělesné výchovy a pohybově orientovaných programů, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/16\_037/0004664)**

Autoři: Klára Daňová, Ilona Pavlová, Marie Cahlíková  
UK FTVS

*Nabídka příměstských táborů se v současné době výrazně zvyšuje, avšak pro děti se speciálními vzdělávacími potřebami (SVP) jsou možnosti omezené. Rodičům se stává, že když chtějí dítě s postižením či chronickým onemocněním na vybraný tábor přihlásit, není přijato. Z uvedených důvodů jsme se rozhodli podpořit možnosti příměstských táborů pro děti se SVP tvorbou metodiky a zejména praktickou realizací táborů v letech 2018–2020.*



Po pilotním otestování programu integrovaného příměstského tábora s 5 dětmi v roce 2017, o kterém jsme referovali na konferenci Adapted Physical Activity through the lifespan (22. 9. 2017), jsme v rámci projektu Pohyb pro inkluzi realizovali první takový tábor na UK FTVS, a to v termínu 6.–10. 8. 2018. Organizačně byl tento tábor součástí oblíbené akce Sportovní dětské léto, která má na FTVS mnohaletou tradici.



Naši táborovou družinu tvořilo 15 účastníků, děti se SVP spolu s jejich sourozenci a kamarády, ve věku od 6 do 14 let (9 dívek a 6 chlapců). Šest dětí, které splňovaly kritéria cílové skupiny projektu Pohyb pro inkluzi, mělo tábor zdarma. Tým APA vedoucích a asistentů tvořilo celkem 9 osob – 5 zaměstnanců katedry ZTV a TVL (tým projektu Pohyb pro inkluzi) a 4 studenti různých ročníků APTV.

Program probíhal denně od 9 do 17 hodin. Jeho cílem bylo seznámit účastníky s co největší škálou pohybových aktivit (např. zdravotní cvičení / dětská jóga, tchoukbal, atletika, beachvolejbal, přehazovaná, gymnastika, frisbee, florbal, tenis, hry v přírodě, orientační běh, badminton, stolní tenis, házená, minigolf, fotbal, basketbal, ringo, úpoly, goalball a další). Dalším cílem bylo zlepšení motorických a sociálních kompetencí dětí.

Celý program byl orámován celotáborovou hrou „výcvik astronautů“. Děti se první den ráno dozvěděly, že byly vybrány do výcviku astronautů pro důležitou misi – prozkoumání vesmíru a hledání dalších míst, kde je voda. Poté prošly „vstupním testováním“, při němž zjistily, že jsou sice šikovné, ale potřebují další trénink. V rámci „výcviku astronautů“ pak absolvovaly tchoukball, základy atletiky a psychomotorické aktivity. Při poledním klidu, který byl věnován výtvarným dílnám, jsme s dětmi v rámci podpory pitného režimu zdobili lahvičky na pití ve tvaru rakety.



Druhý den výcviku astronautů si účastníci vyzkoušeli opět různé pohybové aktivity (sumo, volejbal, florbal, fotbalovou průpravu, tenis atd.) a vyrobili kosmický míček. Vzhledem k nesnesitelnému horku jsme vynechali plánovaný softball a místo toho jsme v plavkách běhali od vody k vodě (resp. od jedné zavažovací trysky k druhé ☺). Při této aktivitě došlo k přirozené inkluzi s dalšími skupinami Sportovního dětského léta, které přilákala možnost osvěžení. Vyzkoušeli jsme také sportovní vozíky, které u dětí měly velký úspěch.

Třetí den jsme začali odpočinkově – děti se seznámily s plastovým modelem opravdové kosmické rakety a dozvěděly se zajímavosti o letech raket do vesmíru. Během dopoledne pak absolvovaly procházku do Divoké Šárky, při níž plnily úkoly od „mimozemšťanů“ a kde se také mohly seznámit s asistenčním pejskem jménem Chelsea. Odpoledne bylo trochu volnější – po výrobě náramku přátelství si děti vyzkoušely bubnování a další rytmické aktivity, paralympijský sport goalball a v závěru jsme si všichni užili vodní bitvu na beachvolejbalovém kurtu.

Čtvrtý den tábora děti prozkoumávaly areál FTVS pomocí orientačního závodu, hrály fotbal, barvily trička, řádily na hřišti a učily se základy juda s úspěšným judistou Jakubem Zachovalem.



V pátek jsme náš program uzavřeli fotbalem, basketbalem a minigolfem. Proběhlo také nové otestování astronautů, které ukázalo zlepšení ve svalové síle, držení těla, ohebnosti i rovnováze. Výcvik byl završen nácvikem chůze po zvláštním povrchu jiných planet (bosky), chůze v jiném gravitačním poli (na chůdách) a s „kyslíkovou lahví“ (RCT válec pod tričkem), skokem do černé díry (skrz obruč) apod. Program byl ukončen rozdělením diplomů a odměněním každého účastníka.



Tábor byl dětmi a rodiči hodnocen velmi kladně, níže uvádíme některé komentáře (jména dětí jsou změněna): „*super příměstský tábor, Honza byl velice nadšen, moc se mu na táboře líbilo, domů jezdil plný zážitků*“; „*již v průběhu tábora bylo patrné, že je Tomáš nadšený... oceňuji flexibilitu týmu, který vyšel vstříc potřebám jednotlivých dětí a netlačil na pilu, když bylo třeba polevit... po týdnu celodenních pohybových aktivit bych očekávala u všech dětí jistou změnu koordinace, flexibility, síly, kooperace v týmu, co ale číší z fotografií obličejů dětí, je spokojenost... mnozí z nich nás velmi překvapili, co nakonec zvládli a čeho jsou schopni*“; „*Maruše se na táboře líbilo... každý večer se těšila na další den... udělala veliké pokroky, překvapilo nás například, že Maruška, která má panický strach ze psů, si, jak jsme viděli na fotografiích, psa pohladila...*“; „*Pěta chodil na tábor*

*rád a v pátek se zeptal – mami, proč to musí končit?*“; „*pro Adélku bylo skvělé mít svůj tábor, protože je velmi společenská a ráda tráví volný čas ve společnosti dětí. Každé ráno vstávala ještě před zazvoněním budíku, oblékla se, nasnídala a těšila se na další táborový den...*“; „*... u Moniky spatřuji největší přínos v setkání s dalšími handicapovanými dětmi a nabídkou jim uzpůsobených sportů. Měla tak možnost setkat se i s jinými dětmi, které mají jiný druh zdravotního znevýhodnění než její sestra Adélka a vidět, jak se mohou i přes svůj handicap radovat z pohybu. Bylo krásné vidět na fotkách, jak jste všem dětem pomáhali zapojit se do všech aktivit a z jejich šťastných úsměvů mi běhal mráz po zádech. Monika sama si tento úhel pohledu na prožitý týden neuvědomuje, ale já vnímám, že jí velmi pomohl*







*v uvědomění si, že není jediná, kdo má postiženého sourozence a že je to s nimi prima...“; „jsem především ráda, že Marek neseděl doma v křesle, ale že se hýbal a byl na vzduchu. Je to puberták a konečně v pátek jsem od něj získala kloudnou větu, že to bylo všechno fajn, což je v mluvě Marka, že se mu to moc líbilo. Příští rok klidně více týdnů...“; „Ona sama tábor vnímala jako velmi dobrý a zábavný. Líbilo se jí setkání s astronomií a podle svých možností se do problému poznání trochu sama vrhla. Nahrálo mi, že zrovna o víkendu byly vidět krásně perseidy, a tak jsme se mohli všichni na chalupě dívat na oblohu... Trička, která jste společně vyrobili, jsou naprosto ojedinělá. Byla na několika táborech a tak hezké si nikdy nepřivezla!“; „Naše dcera byla ze sportovního tábora FTVS i z lektorů, kteří děti vedli a podporovali, nadšená a věříme, že jí to pomůže při zlepšování nejen fyzických, ale zároveň i osobnostních schopností a dovedností.“* ■

## **Akce pořádané studenty oboru Aplikovaná tělesná výchova a sport osob se specifickými potřebami na UK FTVS v akademickém roce 2017/2018**

*David Půlpán, Filip Hruša, Alena Migdauová  
Katedra ZTV a TVL, UK FTVS*

V akademickém roce 2017/2018 organizovali studenti oboru Aplikovaná tělesná výchova a sport osob se specifickými potřebami (ATVSOSP) z UK FTVS několik akcí z oblasti aplikovaných pohybových aktivit (APA). Rádi bychom je tímto článkem krátce představili. Všechny tyto akce byly uspořádány v rámci předmětů somatopedie a základy somatopedie.

### **Projekt Sportovní den s APA**

9. 12. 2017 se konal projekt Sportovní den s APA v centru Paraple. Studenti 1. ročníku navazujícího magisterského studia oboru Aplikovaná tělesná výchova a sport osob se specifickými potřebami (ATVOSP) připravili aktivity, do kterých se

i sami zapojili společně s klienty centra. Jednalo se o stolní tenis, zumbu a střelbu tenisovým míčkem golfovou holí na terč. Tyto aktivity probíhaly v místní tělocvičně. Dále se v přílehlém okolí konal orientační běh na vozíku, přičemž každá oso-



ba na vozíku měla k dispozici asistenta. Jednalo se o nejnáročnější disciplínu, ať už z hlediska přípravy a organizace nebo samotné fyzické náročnosti zúčastněných. Akce se

konala od ranních do odpoledních hodin, a tak se klienti měli možnost různě prostřídat a záleželo pouze na nich, v jakém časovém intervalu se aktivit zúčastní. Na akci se také podílela

firma Otto Bock, která zajistila pro každého z účastníků malé dárky. Vzhledem k prosincovému termínu se tak pořadatelé snažili naladit vánoční atmosféru. ■

## Paralympijské školní dny

V prosinci 2017 a dále v lednu, dubnu, květnu a červnu 2018 se studenti podíleli na organizaci Paralympijských školních dní (PŠD) na šesti základních školách. První z nich proběhl 12. 12. 2017 v ZŠ Jeseniova v Praze 3, druhý se uskutečnil 15. 12. 2017 v ZŠ Na Smetance v Praze 2, třetí 10. 1. 2018 v ZŠ Buzulucké v Teplicích, 12. 4. 2018 byl PŠD organizován na ZŠ Dědina, 31. 5. 2018 na ZŠ Červený vrch (obě školy jsou z Prahy 6) a 21. 6. 2018 v ZŠ Umělecká na Praze 7.

Aktivitami na jednotlivých stanovištích byly například: boccia, goalball, volejbal sedících, mobilita bez zrakové kontroly, curling a mobilita na vozíku. Mimo jiné si žáci také osvojili základní informace, jak správně pomoci lidem se speciálními potřebami, např. jak oslovit nevidomého člověka na přechodu pro chodce. Velmi zajímavým zpestřením byly besedy s významnými osobnostmi paralympijských sportů, např. s Davidem Drahonínským – paralympijským vítězem a několikanásobným medailistou z paralympijských her, který soutěží v lukostřelbě. Dále se stolním tenistou na vozíku Františkem Glazarem, taktéž medailistou z paralympijských her, plavkyněmi Janou Beruškovou a Dominikou Mičkovou, nevidomým paralympijským běžcem Petrem Novákem a v neposlední řadě s Tomášem Zelenkou, bývalým hokejistou a trenérem paralympijského sledgehokejového týmu.

PŠD na většině pražských škol byl realizován v rámci projektu Podpora společného vzdělávání v oblasti školní tělesné výchovy a pohybově orientovaných programů, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/16\_037/0004664 (Pohyb pro inkluzi), který je řešen na katedře zdravotní tělesné výchovy a tělovýchovného lékařství FTVS UK. V Teplicích byl pak PŠD uspořádán ve spolupráci s FTK UP, a to v rámci projektu Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti. ■



## Projekt APA na sněhu

27. 1. 2018 se uskutečnil jedinečný projekt APA na sněhu. Tato akce byla organizována studenty



ve spolupráci s Centrem pohybových aktivit zdravotně postižených studentů UK. Celá akce se konala v Peci pod Sněžkou, přičemž hlavní zázemí

bylo situováno na Husově boudě. Začínajícím i pokročilým lyžařům se specifickými potřebami asistovalo celkem deset studentů, mezi kterými byli i instruktoři lyžování pro osoby se zdravotním postižením. S jejich pomocí pilovala jedna účastnice jízdu na monoski, tři účastníci po nadkolenní amputaci zlepšovali techniku své jízdy na lyžích a dva účastníci po podkolenní amputaci měli díky této akci šanci postavit se na lyže vůbec poprvé od operace. Sportovní akce měla úspěch a i přes mrazivé počasí vydrželi někteří z účastníků lyžovat až do odpoledních hodin.

Závěrem je potřeba poděkovat protetickému týmu firmy Otto Bock za odbornou asistenci při nastavování a úpravách lyžařských pomůcek a také fyzioterapeutickému týmu Škola chůze z rehabilitačního ústavu Malvazinky za pomoc s propagací a oslovováním klientů s nabídkou této akce. ■



### Aktivity APA na VŠTVS PALESTRA leden – červen 2018

#### Projekt Zdravá společnost (česká zkratka ZAS – identifikační číslo Y1 16-600-14)

**Aktivity APA na Vysoké škole tělesné výchovy a sportu PALESTRA (dále VŠTVS PALESTRA) v první polovině roku 2018 byly zaměřeny cíleně na řešení projektu Zdravá společnost, ZAS – ID Y1 16-600-14 (viz [www. specialolympics.cz/zdravy-atlet/zaspraha](http://www.specialolympics.cz/zdravy-atlet/zaspraha)).**

VŠTVS PALESTRA je jedním ze spoluřešitelů tohoto projektu v ČR a řeší problematiku v Praze a pražském regionu. Projekt je mezinárodní a časová osa projektu, tj. od dubna 2016 do dubna 2019, je identická s časovou osou řešených projektů v dalších zemích (Arkansas, Austrálie, Britská Kolumbie, Čína, Connecticut, Kostarika, Egypt, Florida, Havaj, Keňa, Nebraska, Severní Karolína, Pákistán, Paraguay, Samoa a Uganda, z Evropy byly vybrány pouze Belgie, Česká republika a Polsko). Hlavním řešitelem projektu je prof. PhDr. Hana Válková, CSc., z FSpS MU Brno.

Snahou o integraci a inkluzi osob s mentálním postižením při sportovních aktivitách je vytvářen postupně realistický model zdravé komunity, která by byla přátelská a vstřícná k osobám s mentálním postižením. Jeho cílem je analyzovat, jak lidské zdraví asociuje s fyziologickými změnami, které vznikají při činnosti autonomního nervového systému v době zátěže. Postmoderní doba je takzvanou „dobou stresu“, a proto výchova k odolnosti a kondici se jeví jako zásadní. Konečným cílem edukace je pozitivní behaviorální modifikace ve smyslu:

- předávat informace o zdravotní péči osob s mentálním postižením a zvyšovat přístupnost ke zdravotní péči na základě dat získaných v rámci screeningu;
  - předávat informace o zdravotní situaci osob s mentálním postižením odpovědným pracovníkům v sociálních službách a zdravotnictví;
  - iniciovat výcvik profesionálů i studentů těchto profesí;
  - sbírat, analyzovat data ze screeningů a předávat argumenty veřejnosti, profesionálům a představitelům komunální politiky;
  - vstupovat exaktními daty do ovlivňování zdravotní politiky ve prospěch osob s mentálním postižením.
- ([www.specialolympics.org/health\\_programs](http://www.specialolympics.org/health_programs); překlad Válková, 2016)

Jedním ze záměrů projektu Zdravá společnost je podpora wellness s ohledem na aktuální stav a potřeby jednotlivce s mentálním postižením pomocí vzorů a metod, které nejen podporují znalosti o zdravém životním stylu, ale posilují vnitřní motiva-

ci k odpovědnosti za své zdraví. Takovéto chápání pojmu wellness je důležitou součástí zdravotní prevence a může být nástrojem pro úsporu nákladů na drahé lékařské ošetření chronických onemocnění vyplývajících z nesprávného životního stylu. Vzdělávání k wellness v komunitně sportovním prostředí Zdravá společnost s inkluzivním akcentem na osoby s mentálním postižením umožňuje formulovat nové otázky a výzvy výchovy ve sportovním prostředí. Výzkum je založen na speciálně navržených dotaznicích, intervencích a způsobech hodnocení. Znalosti a dovednosti vedoucí ke snížení nebo odstranění nezdravých stimulů v každodenním životě (včetně sportovního prostředí) u osob s mentálním postižením mohou přispět k rozvoji potenciálu ve smyslu vhodného a reálného života v rámci individuálních perspektiv. Vybrané zdravotní determinanty se vztahují také k tělesné hmotnosti sportovců, formám pohybových aktivit, k jejich cvičebnímu režimu a vyhodnocení sportovního výkonu, stejně jako k analýze zvýšené tělesné hmotnosti, která je pravděpodobně výsledkem sedavého způsobu života v kombinaci s dalšími rizikovými faktory. Zajímavou součástí intervenční studie je podpora spánku a duševního zdraví mladých sportovců Speciálních olympiád.

Programy uskutečněné v rámci projektu Zdravá společnost VŠTVS PALESTRA byly orientovány v první polovině roku 2018 na inkluzi osob s mentálním postižením v outdoorových podmínkách, v přírodním prostředí, dále na prověřování wellness markerů týkajících se životního stylu, včetně výživy, vnímání péče o zdraví a percepce individuálního stavu well-being.

#### **Pokračující implementace problematiky APA do studijních programů VŠTVS PALESTRA**

V letním semestru 2017/2018 v rámci předmětu wellness zdravotně hendikepovaných a předmětu jóga se studenti VŠTVS PALESTRA učili řešit otázky týkající se základních motorických dovedností, rozvoje pohybové paměti a pohybové zdatnosti u osob s různým typem postižení. Studenti magisterského studia Wellness specialista absolvovali dvě pro ně velmi zajímavé exkurze, a to v centru Paraple v Praze a v CASRI – vědeckém a servisním pracovišti tělesné výchovy a sportu v Praze. V centru Paraple si studenti vyzkoušeli prakticky fitness na vozíku

a dále byli seznámeni s kompenzačními pomůckami pro sporty osob s tělesnou disabilitou, jako např. pro sledge hokej, basketbal na vozíku, monoski, handbike, kanoistiku aj. V centru CASRI pak byla hlavní náplní exkurze prezentace možností aplikování motorických testů u osob s postižením.

Výzkum a tvůrčí projektová činnost studentů VŠTVS PALESTRA s tematikou aplikovaných pohybových aktivit byly součástí Studentské vědecké konference, uspořádané 1. 6. 2018. Problematika APA se stává součástí mnoha aktuálně řešených i již ob-

hájených bakalářských a diplomových prací v roce 2018. Aplikované pohybové aktivity jsou v těchto pracích na VŠTVS PALESTRA řešeny z pohledu budoucího profesního zaměření absolventů, tj. zaměření na sportovní diagnostiku a výživové poradenství, profesi volnočasového pedagoga, kondičního specialisty, wellness specialisty. Pohybová aktivita je zde na jedné straně chápána jako předpoklad a na druhé straně jako významný determinant kvality života lidí žijících v podmínkách postmoderní společnosti. ■

**Přehled programů pořádaných týmem projektu VŠTVS PALESTRA v součinnosti s ČHSO, klubem „Běchovických běžců“ se zapojením učitelů a studentů vysoké školy:**

- Leden 2018 – **Inkluzivní kurz zimních pohybových aktivit**, Krkonoše.
- Únor 2018 – **Dny zdravého společenství v Praze – Workshop dobrovolníků z VŠTVS PALESTRA**, konané 17. 2. 2018 v nových prostorách vysoké školy.
- Březen 2018 – Dne 2. 3. 2018 v prostorách vysoké školy den před PROMO akcí Kbelská 10 byly uspořádány 2 významné akce. Jednak **školení instruktorů, trenérů a dobrovolníků ČHSO** s náplní ZAS – Zdravá společenství, a jednak **Fórum rodičů, trenérů, partnerů** sportovců s mentálním postižením.
- Březen 2018 – **Den ve zdravém společenství**, konaný 3. 3. 2018 v rámci PROMO akce Kbelská 10 (významný tradiční běžecký závod pořádaný VŠTVS PALESTRA, 33. ročník, více viz [www.palestrakbelska10.cz](http://www.palestrakbelska10.cz)), kde již podruhé byla zařazena běžecká kategorie „divocí koně“ pro sportovce s mentálním postižením. Dále byli integrováni 2 sportovci s mentálním postižením do běžecké kategorie na 5 km.
- Červenec–srpen 2018 – **Inkluzivní tábor letních pohybových aktivit** 22. 7.–4. 8. 2018, obec Skokovy, přírodní areál v okrese Mladá Boleslav s účastí vyškolených dobrovolníků na VŠTVS PALESTRA.

*Prof. PaedDr. Milada Krejčí, CSc., VŠTVS PALESTRA, [krejci@palestra.cz](mailto:krejci@palestra.cz)*

## Informace z Fakulty pedagogické Západočeské univerzity v Plzni

### **Projekt ZAS ve spolupráci trianglu město Plzeň – Západočeská univerzita v Plzni – sportovní klub Spirála**

Centrum tělesné výchovy a sportu Fakulty pedagogické ZČU v Plzni již třetí rok participuje na projektu Zdravé společenství (Healthy Community) v rámci Hnutí Speciálních olympiád. Základním smyslem projektu bylo vytvořit „zdravá společenství“, která by byla přívětivá pro zdravý životní styl osob s mentálním postižením a jejich rodin. K naplnění tohoto cíle měla sloužit součinnost mezi vzděláváním (osvětou), zpřístupněním pohybových aktivit pro tyto jedince a monitorováním jejich zdraví a pohybových aktivit. Projekt financuje Mezinárodní program Speciálních olympiád (SOI) a soukromý sponzor Tom Golisano. Z evropských zemí byly prostřednictvím grantové soutěže SOI vybrány Česká republika, Polsko a Belgie.



Základem je propojení v tzv. TRIANGLU: jedním z vrcholů je univerzita či jiný typ terciálního vzdělávání, další vrchol tvoří jednotka místní politiky a posledním je právě cílová skupina osob s mentálním postižením a jejich blízkých. V Plzni tvoří vrcholy Západočeská univerzita v Plzni, zastupitelé z ÚMO 1 Irena Vítovcová a Tomáš Kotora a cíloví jedinci s mentálním postižením. Jedná se především o členy navštěvující nově založený oddíl Speciálních olympiád **Spirála** při USK FPe ZČU v Plzni, děti z organizace ProCit, z. s., která sdružuje rodiny a přátele dětí s autismem a děti navštěvující vybrané speciální školy v celém plzeňském kraji.

⇒ První nádherná akce na podzim roku 2016 rovnou v přírodě se nazývala **Hodíme se do pohody, špacírujem kolem vody** a odehrávala se na Ranči Šídlovák v Plzni. Hlavním pořadatelem, který umožnil promo pro projekt ZAS, byl magistrátní Odbor sociálních služeb za finanční podpory Městského obvodu Plzeň 1 a ve spolupráci s neziskovými organizacemi: Motýl, ProCit, Domus – Centrum pro rodinu, Centrum Cvrček, Diakonie ČCE – středisko západní Čechy, Ponton, Salesiánské středisko mládeže Plzeň a Dobrovolnická Regionální Agentura DoRA. Akce se zúčastnilo okolo 800 dětí s rodiči, celý den obcházely v podzimní přírodě jednotlivá stanoviště a plnily mnoho zajímavých úkolů za drobné odměny.

⇒ V průběhu tří let trvání projektu se nám podařilo vytvořit tradici jarních a podzimních akcí, například inkluzivní akce v **ZOO Plzeň**. Celkově nás bývá okolo 40 (celé rodiny s dětmi s MP i bez postižení, studenti KTV FPe ZČU a studenti lé-

kařské fakulty v Plzni). Pro děti bývá na procházené trase připraveno mnoho pohybových, vzdělávacích, vyráběcích a dalších úkolů. Na programu bývá krmení různých zvířat s odborným výkladem (už jsme viděli medvědy, nosorožce, žirafy a opice). Zoologickou zahradou nás tradičně provádí mluvčí ZOO Plzeň Mgr. Martin Votruba, který trpělivě odpovídá na všetečné dotazy dětí i dospělých. Děti mají zdravý pohyb na zdravém vzduchu a nakrmí zvířátka povolenou zdravou výživou.



⇒ 2× ročně probíhá akce s měřením fitness ukazatelů. Akce bývá celodenní, součástí akce je vždy i proškolení volentérů, studentů KTV FPe prof. PhDr. Hanou Válkovou, CSc., prezidentkou SO pro ČR. Tradiční je již spolupráce a účast zastupitelů Městského obvodu Plzeň 1 Ireny Vítovcové a Tomáše Kotory. Tyto akce probíhají pod záštitou děkana Fakulty pedagogické (ZČU) RNDr. Miroslava Randy, Ph.D.

⇒ **Týdne zdravého sportovce** v Plzni se zúčastnilo 19 dětí (věk 10–26 let), některé i s rodiči. Děti se podílely na nákupu zeleniny i ovoce na tržnici i v modelovaných pohybových hrách. V průběhu týdne se seznámily s hygienou a úpravou užívání ovoce či zeleniny, akcentovalo se i cvičení „jako ovoce“, otázky a odpovědi, barevné malování. Na kartičkách si ukazovaly zdravé a nezdravé potraviny (zde se jeden chlapec rozplakal, chtěl vždy vědět kolik mohou jíst dospělí a kolik děti, a proto ho ve finále přemohla představa, že než bude moci jíst jako dospělý, tak bude muset ještě nějakou dobu počkat). Děti i dospělí se seznámily s produkty naší země i ze zahraničí. Na akci se podíleli již dříve proškolení dobrovolníci, kteří se projektu ZAS chtějí věnovat dlouhodobě. Každý z účastníků, kteří se pak podíleli na přípravách jednoduchých salátů nebo loupání ovoce, cvičení či kvízů, dostali celý vitamínový balíček (jablka, mango, pomeranč, citron, banán, mandarinka, kiwi, cuketa, okurka, paprika, mrkev, lilek, cibule, česnek a zalaminovanou kartu absolventa zdravého týdne).

⇒ První sobotu v dubnu probíhá u příležitosti Mezinárodního dne autismu velká prezentační akce se sportovci s MP, zvláště s dětským autismem, a s jejich přáteli a rodinami. Rámec promoakce na podporu nejen SO, ale především Zdravého společenství tvoří sportování v rámci akce **Run for ProCit** v Borském parku. Celé akce se účastní okolo 300 registrovaných běžců a další doprovodný program navštíví přibližně dalších 200 účastníků. Iniciátorem je spolek ProCit, letos proběhl už třetí ročník tohoto běhu. Program pro děti všeho věku zajišťují proškolení studenti v programu ZAS z Centra tělesné a sportovní výchovy Fakulty pedagogické ZČU v Plzni pod vedením leadera ZAS pro Plzeň Mgr. Věry Knappové, Ph.D. Hlavními hybateli pak jsou: oddíl Spirála, který pracuje přímo pod patronací Centra tělesné a sportovní výchovy PdF ZČU v Plzni, tým CZDGA pod vedením Miroslava Lidinského, přibližující golf pro všechny (i handicapované) na golfovém SNAG hřišti, ragbyový klub Ragby Plzeň, sportovní oddíl Narama a další. Mezi mnoha podporovateli „modrého dne“ je i „modrá městská policie“ města Plzeň. Akci podporuje a osobně ji navštívil děkan FPE ZČU v Plzni RNDr. Miroslav Randa, Ph.D. Všichni zúčastnění byli akcí nadšeni, měli možnost se podílet na úžasné sportovní události, vychutnali si jarní slunné počasí a přispěli do sbírky ProCitů na podporu dětí s autismem.

⇒ **V červnu je projekt ZAS SO představován na Festivalu sportu Plzeň**, kde celý den vystavují různé sportovní a dobročinné organizace a prezentují svou činnost. Na dosah centra města si každý může přijít vyzkoušet některou z desítek sportovních aktivit, dozvědět se zajímavé informace a tipy ke zdravému životnímu stylu a přitom se dobře bavit i díky doprovodnému kulturně-hudebnímu programu. My volíme přiblížení sportu handicapovaných díky nabídce jízdy a florbalu na vozíku, chůze se slepeckou holí, goalballu a ve spolupráci s ProCit, z. s., nabízíme ukázkou dalších drobných aktivit představujících sport jedinců s MP a poruchou autistického spektra. Dále jsme informovali o činnosti oddílu Spirála hlavně učitele a rodiče doprovázející děti mnoha základních a středních škol z Plzně a okolí.

⇒ V létě je už milou tradicí týdenní **tábor pro celé rodiny dětí s PAS** (děti, rodiče a nepostižené sourozence). Tábor ProCit, z. s., se odehrává vždy co nejvíce venku, uvnitř jen jíme a spíme. Děti venku cvičí, vyrábějí, soutěží, hrají si, poznávají i odpočívají. Postupem času se nám osvědčilo děti nepřetěžovat příliš pestrou nabídkou činností, protože děti s PAS mají snadno unavitelnou CNS a potřebují čas na regeneraci. Volíme tedy i volnější bloky a nabízíme relaxační a zdravotně-kondiční cvičení i pro dospělé (rodiče a asistenty). Velmi oblíbené je nordic walking, zdravotní cvičení a power joga. Součástí pobytu je množství výletů a poznávání okolní krajiny, děti si vyzkoušely například jízdu na lodích a výlet parníkem.

⇒ Obdobnou akci jsme již pořádali i v zimě – víkendový **pobyt na lyžích**. Veškeré tyto pobytové záležitosti jsou náročné na dostatečný počet dobrovolníků a asistentů a velmi pečlivé plánování celé akce měsíce dopředu.

⇒ Na jaře a na podzim bývá v rámci projektu ZAS tradicí podnikání různorodých outdoorových akcí. Naposledy se jednalo například o **lekci hipoterapie** na farmě Jitřenka v Plzni-Koterově. Sešlo se nás celkem 31 (leader ZAS pro Plzeň Věra Knappová, trenér oddílu ČHSO Spirála Filip Řežábek, 6 pedagogů ZŠ Speciální Zbůch, 7 studentů navazujícího magisterského studia na KTV FPe ZČU v Plzni a 16 dětí ze ZŠ Speciální Zbůch). Děti si za asistence studentů vyzkoušely čištění koní, sestavily pro koně dráhu v jízdárně, za pomoci asistentky vedly koně přes překážky a závěrem na koně nasedly a absolvovaly krátkou vyjížďku. Všem se akce líbila, děti si připomněly bezpečnost práce s koňmi, ale i obecně se zvířaty, bezpečnost při jízdě a poznávaly i další zvířata na farmě (kozy, ovce, prasata, kočky a psy). ■

*Mgr. Věra Knappová, Ph.D., Centrum tělesné výchovy a sportu, Fakulta pedagogická, Západočeská univerzita v Plzni*

## Informace o projektech

(redaktor Ondřej Ješina)

# Terapie divočinou aneb Krátké ohlédnutí za 18měsíční projektovou spoluprací s Polskem

Lucie Petrová, Mgr. Tereza Houšková, Michal Vičar

Anglický název **wilderness therapy** můžeme přeložit jako **terapie divočinou**. Hlavním léčebným nástrojem je tedy nespoutaná příroda. Tou však v našich středoevropských podmínkách neoplýváme, a proto jsou tím myšleny spíše místa odlehlejší od civilizace. Zkrátka všude tam, kde se člověk může nechat plně oslovovat přírodou, aniž by byl přílišně rušen hlasy jiných lidí či zvuky, které do ní nepatří.

## O terapii divočinou

Terapie divočinou (dále jen TD) vznikla již ve dvacátých letech minulého století v Severní Americe. Původním záměrem bylo vytvoření léčebných programů, které pomohou mladým lidem ve zvládnání jejich problémů v chování. Hlavním nástrojem je vytvoření skupiny osob, která se společně vydává na putování krajinou. Účastníci zde mají možnost vnímat sami sebe z jiného úhlu pohledu, což je často spojeno se základní potřebou přežití v prostředí přírody. Na tuto nutnost je navázané učení se různým dovednostem, jako je třeba vaření venku či stavění stanu nebo přístřešku. Díky těmto aktivitám je účastník nenásilně veden ke spolupráci s druhými. Zjišťuje, že „ostré lokty“ možná fungovaly v jeho „přirozeném“ prostředí, ale na výpravě příliš účinné nejsou. Účastník tak dostává jedinečnou možnost zkusit si jiný způsob chování, vhodnější, který následně může využít i po návratu domů.

Z hlediska skupinové terapie můžeme vnímat mnoho nových mezilidských zkušeností, které TD poskytuje. Ve skupině dochází ke vzájemné podpoře mezi účastníky, kteří procházejí procesem vytvoření si důvěry k ostatním lidem a zároveň přebírání zodpovědnosti za své jednání. Účastníci se učí pochopení, stejně tak jako získávají zkušenost být chápáni. Díky těmto skupinovým vlivům se zvyšuje vlastní sebeúcta a sebevědomí. Budování sebevědomí začíná od maličkostí typu schopnosti rozdělat oheň. Postupně přechází až k náročnějším dovednostem, jako je podpora druhého člověka či umění naslouchat a být oporou.

Důležitou složku TD tvoří putování přírodou. Zamyslete se nad tím, co se s vámi děje, když se vydáte na procházku. Naše těla začnou pracovat na plné obrátky. Prostor kolem nás se neustále s chůzí proměňuje a mozek spouští různé myšlenkové pochody.

V běžném životě tyto myšlenky utišíme jinou činností, ale nyní není kam utéct. Jsme nuceni je zpracovávat a tím vlastně sami sebe posouváme dál.



Na základě myšlenkových pochodů je pak mnohem jednodušší rozvinout rozhovor na různá témata s druhým člověkem nebo celou skupinou. Vyjadřování svých názorů vede k upevňování postojů a tím k formování vlastní identity. Účastníci tak nacházejí odpovědi na otázku „Kdo jsem?“, která je pro dospívajícího člověka klíčovou.

Terapii divočinou můžete využívat u mnoha skupin klientů. Mezi nejčastější účastníky patří mladiství ohrožení rizikovým chováním. Dále se tyto programy zaměřují na jedince mající problémy s užíváním návykových látek či porušující zákony. Velkou skupinu také tvoří běžná školní mládež. V tomto případě jsou programy nastaveny především preventivně nebo se soustředí na vybraný typ nevhodného chování, který se snaží zmírnit. Nemůžete pochybit ani v případě adaptačních kurzů založených na principu terapie divočinou. Příroda vám tak bude pomocníkem při podpoře dobrých vztahů ve třídě.

V posledních několika letech se též objevuje upotřebením TD s různým typem postižení, především fyzickým. Hlavním účelem je motivovat klienty k hle-

dání nových možností rozvoje, vlastní soběstačnosti, zodpovědnosti a spolupráce s dalšími členy skupiny. Mezi vzniklé programy patří i práce s celým rodinným systémem. V tomto případě se jedná především o obnovení vztahů mezi rodiči a dětmi, ať už byly přetřhány z důvodu náhradní rodinné péče či zanedbávání. Neposlední skupinou, která stále častěji využívá TD, jsou seberozvojové skupiny adolescentů a dospělých osob, např. v rámci univerzitních či teambuildingových akcí. Tento typ programů většinou nezahrnuje terapeutické prvky.

### O česko-polské spolupráci

V rámci projektu Erasmus+ se polské organizaci Mierz Wysoko podařilo získat podporu projektu nesoucí název Wilderness Therapy. Projekt si kladl za cíl sepsat průvodce terapií divočinou pro naše střeoevropské podmínky, vytvořit vědecký článek, proškolenit pracovníky s mládeží a uspořádat konferenci pojednávající o této tematice v obou zemích. Všechny tyto kroky měly být založeny na praktické zkušenosti s mládeží ze tří expedic.

Po odstartování projektu v červenci 2017 v polské Varšavě a srpnovém proškolení nás účastníků v Národním parku Poloniny anglickou expertkou Jo Robertson se rozběhly přípravy pro první expedici na obou stranách.

V Česku byli účastníky první výpravy studenti z Gymnázia Matyáše Lercha v Brně. Účastnickou skupinu se podařilo vytvořit na základě dobrovolnosti a také konzultací s učiteli a školním psychologem.



Druhou skupinou účastníků expedice, která proběhla v květnu roku 2018, byla mládež spadající pod pražskou organizaci Locika, pracující s dětmi ohroženými domácím násilím. Obě výpravy byly náročné, avšak povedené. Putování přírodou bylo prokládáno společnými komunitami, aktivitami dávajícími prostor pro sebevyjádření, účastníci se stmelovali i během chvil jako společné vaření, stavba stanu či příprava

společných ohňů. V týmu expedice byl vždy jeden průvodce (s výbornými znalostmi terénu, outdoorovými dovednostmi a zajišťující veškerý materiální chod), psychoterapeut (rozumějící skupinovým procesům i psychickým procesům jednotlivce) a třetí člen mající na starost výzkumnou stránku (rozhovory s účastníky a dotazníky). Výpravy proběhly v Novohradských horách.



Na třetí výpravu se nepodařilo získat dostatečný počet účastníků a i přes snahu expedici uskutečnit se museli účastníci vrátit. Přílišné sucho změnilo vodu i po přefiltrování na nepoživatelnou a účastníkům i vedoucím to způsobilo střevní potíže. Ale i to je cenná zkušenost pro budoucí terapeutické výpravy a akce.

V současné době aktivity projektu vrcholí. Na semináři Jiná cesta bude možnost prakticky si vyzkoušet alespoň „ochutnávku“ této metody. Finišuje zpracování velkého množství dat od účastníků, výstupy tohoto výzkumu budou prezentovány na 1. konferenci o terapii divočinou v České republice. Ta se uskuteční ve čtvrtek 8. 11. 2018 na olomouckých Poděbradech. Na konferenci dojde také k představení praktického průvodce, který je výsledkem nemalé snahy česko-polského týmu. ■



**O všech novinkách a událostech je možné se dočíst na stránkách [www.terapidivocinou.cz](http://www.terapidivocinou.cz).**

## Outdoorové aktivity v projektu Zdravé společenství – Special Olympics Golisano foundation Y2 17-600-1

Věra Knappová<sup>1</sup>, Hana Válková<sup>2</sup>, Zuzana Kornatovská<sup>3</sup>, Milada Krejčí<sup>4</sup>, Lucie Francová<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta pedagogická, Centrum tělesné výchovy a sportu

<sup>2</sup>Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií

<sup>3</sup>Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Fakulta pedagogická, Katedra výchovy ke zdraví

<sup>4</sup>Vysoká škola tělesné výchovy a sportu PALESTRA, Katedra wellness

<sup>5</sup>Univerzita Hradec Králové, Fakulta pedagogická, Katedra tělesné výchovy a sportu

### Úvod

Často diskutovaným tématem je dnes inkluze žáků s postižením do běžného vzdělávacího proudu. Kromě problematiky vzdělávání bychom neměli zapomínat na široké možnosti volnočasových aktivit. Z tohoto důvodu bychom chtěli přiblížit možnosti outdoorových volnočasových pohybových aktivit dětí, mládeže i dospělých se specifickými potřebami a jejich zapojení do pohybových volnočasových aktivit Speciálních olympiád.

Sdělení navazuje na publikovanou stať v časopise Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi (Válková, 2016, 44–52). Přesto na úvod z tohoto publikovaného článku vyjímáme, že Speciální olympiády (SO) jsou světovým sportovním hnutím, určeným osobám s mentálním postižením (MP) či s vícečetnými vadami na bázi MP, dále sdružuje sportující s Downovým syndromem (DS) či s poruchou autistického spektra (PAS). Speciální olympiády v roce 2018 slaví 50 let existence (České hnutí – ČHSO – trvá od roku 1990). Prioritou je sportovní trénink a sportovní soutěže jako prostředek komplexního rozvoje osobnosti a jejich zdravého životního stylu. Významné jsou však i doplňkové programy orientované na vzdělávání trenérů a dobrovolníků, rodinných příslušníků, prioritním programem je Zdravý sportovec. V současnosti je České hnutí Speciálních olympiád zapojeno do tříletého programu Zdravé společenství (ZAS – Zdravý atlet A Společenství, zas a zas je třeba se učit zdravému životnímu stylu). V anglickém originálu je název Healthy Community ([www.specialolympics.org//resources//healthy\\_community](http://www.specialolympics.org//resources//healthy_community)). Informace o projektu, ale i publikované výsledky jsou průběžně prezentovány na [www.specialolympics.cz//zdravy\\_atlet//ZAS](http://www.specialolympics.cz//zdravy_atlet//ZAS).

Strategie projektu ZAS je založena na participaci jednotek v tzv. „trianglu“ v dané lokalitě, a to v šesti lokalitách v ČR, nazýváme je jednotkou ZAS. TRIANGL sestává z partnerů (Válková, 2016):

- ČHSO a kluby SO,
- univerzita nebo zástupce terciálního vzdělávání v dané oblasti,
- orgány či představitelé místní politiky.

#### Takto vznikly jednotky ZAS smluvně podchycené dohodami s ČHSO:

**BRNO** – Fakulta sportovních studií, centrální koordinující jednotka

*Spec.*: zapůjčování přístrojů pro screening, orientace na management akcí osob s MP; spojení s ambasadory – vrcholovými sportovci.

**PRAHA** – Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra

*Spec.*: orientace na wellness, screening biorytmů; spojení se Dnem ve zdravém společenství při Kbelské desítce.

**ČESKÉ BUDĚJOVICE** – Pedagogická fakulta JU v Českých Budějovicích

*Spec.*: orientace na sportující z praktických škol (i mimo ČHSO) a romské etnikum; spojení s JČ diecézí. Aplikace elementárních prvků jógových cvičení.

**PLZEŇ** – Pedagogická fakulta ZČU v Plzni

*Spec.*: orientace na sportující s autismem a jejich rodiny; spojení s organizací ProCit, z. s., a odbory sociálních služeb města Plzně.

**HRADEC KRÁLOVÉ** – Pedagogická fakulta Univerzity v Hradci Králové

*Spec.*: orientace na jedince s MP neorganizované v SO; spojení s odbory sociálních služeb.

**ZLÍN A OTROKOVICE** (garantuje FSpS MU)

*Spec.*: orientace na mladé sportující v SO i mimo SO, dvouleté sledování dětí od 7 do 14 let; spojení s organizátory Zlínského festivalu dětského filmu.

Projekt ZAS/HC je podpořen projektem Special Olympics Golisano foundation Y2 17-600-11.

Vyjmenované jednotky sice plní jednotná kritéria, ale mají možnost individuální volby specifické orientace podle lokálních podmínek a zájmu zúčastněných.

Cílem projektu ZAS je výchova ke zdravému životnímu stylu v komplexním přístupu: pohyb, výživa, hygiena, denní režim včetně spánku, prevence zdravotních problémů i dosažitelná odborná lékařská pomoc po screeningu ČHSO, psycho-sociální spokojenost. Do této oblasti pak patří i vzdělávání a inkluzivní kultura (Lazarová, Hloušková, Trn-



ková, Pol, & Lukas, 2015, 160). Inkluzivní kultura znamená pojetí inkluze nejen jako společné školní vzdělávání, ale jako celoživotní a celospolečenský koncept.

Za outdoorové aktivity se v projektu ZAS považují jakékoliv činnosti ve volném čase mimo školní prostředí a mimo uzavřené budovy (třída, tělocvična, bazén). Tedy i činnosti odehrávající se na ulici, na náměstích, jednoduše „po staru“ veškerá činnost venku. Inkluzivní pojetí je opět chápáno v komplexu, tedy nejen námi (jed-

notkami ZAS) připravená akce specificky pro inkluzivní skupinu, ale i účast na společných akcích nabízených lokalitou. Je to společné setkávání v dané komunitě, v přirozeném životním kontextu, tak, jak to život přináší. Je skutečným prostředkem vzájemného poznávání a „naši“ se stávají členy dané komunity. Slovem „naši“ zde pojmenováváme naše účastníky se SEP, děti, mládež či dospělé, členy i nečleny ČHSO, protože vždy tvoří dosti heterogenní skupinku.



Uspořádání minimálně jedné outdoorové aktivity ročně v každé ze 6 jednotek patří mezi povinná kritéria, přičemž není rozhodující časová délka či roční období, minimální trvání je však jeden den. Doporučený je jeden víkend.

Důvod uvedeného pojetí inkluzivních outdoorových aktivit je následující: cílem je optimální pochopení jinakosti i uvědomění si jinakosti, oboustranné respektování práv a povinností; inkluzivní outdoorová činnost je pouze proces, tedy možná cesta. Setkávání se účastní našimi sportovci se svými rodiči a sourozenci nebo naopak bez rodinných příslušníků se známou nebo naopak naprosto novou intaktní skupinou.

A proč se k tomuto jeví jako ideální outdoorové aktivity?

- Setkávání se odehrává při běžných denních činnostech: od ranního vstávání až po ukládání k spánku, nejen v nějaké vyčleněné specifické činnosti 60 min. v tělocvičně. Každý účastník musí zvládnout nějakým způsobem sebeobsahu, denní hygienu, oblékání, stravování, pokyny pro bezpečné chování včetně časových relací, získává respekt k jinakosti, akceptuje pomoc i sám pomáhá, zvyká si na jiné modely chování, případně musí sám své chování korigovat. Musí se snažit i on sám. Turistika a pohyb v přírodním prostředí mají své kouzlo, ať už v dobu denní nebo při nočních hrách (Válková, 2014).
- Setkávání se odehrává v širším společenském kontextu, „naši sportovci“ se stávají součástí veřejnosti: přesuny na veřejnosti pěšky, v dopravních prostředcích, bydlení v různém novém prostředí, veřejné stravování, užívání veřejných hřišť, svahů apod. Vždy se účastní dobrovolníci, jejichž zkušenosti a zážitky také mohou ovlivňovat postoje v nejbližším společenství.



Podle principu kontaktní teorie (kdo nezažil, neuvěří) teprve vlastní činnost může napomoci změnit či utvrdit postoje zúčastněných nebo působit na veřejné mínění (Allport, 1954). Na základě dvouletých zkušeností s realizovanými outdoorovými aktivitami, které jsou uvedeny v tabulce 1, lze poukázat na jejich rozmanitost i na to, že „to jde“.

Tab. 1: Přehled outdoorových inkluzivních akcí ZAS v letech 2016–2018

Jednotka ZAS	Datum	Účastníci SEP	Ostatní	Počet dní	Obsah
Brno	6.–7. 1. 2017	6 MP	6 skup. á 3	2 dny	Účast na Tříkrálové sbírce, začlenění do trojic tří králů, putování po ulicích a po parku, komunikace.
Brno	středy 2017, 2018 duben až červen	6 MP	veřejnost	1 půlden	Aktivita zastupitelů v Brně: brněnské běhy pro zdraví (parks, Soběšice) každou středu. Pravidelně se účastnilo 6 rodin s MP minimálně 4× za rok.
Brno – Nové Město na Moravě	14.–19. 2. 2017	12 MP	denně po 14 žácích	6 dní	Zimní sporty na lyžích i bez lyží, hry na sněhu – společně se žáky místní ZŠ. Chování v zimní přírodě, společné stravování, hygiena.
České Budějovice – Nové Hradky	1. 10. 2016	60	veřejnost	1 den	Aby byla srdce milá.
České Budějovice – Ktiš	7.–9. 10. 2016	13	13	3 dny	Prodloužený víkend. Poznávací výlety, různé hry, pouštění draků, zpívání, táborák.



České Budějovice – Ktiš	12.–14. 5. 2017	15	15	3 dny	Prodloužený víkend. Poznávací výlety, plavání, LantArt, jógová cvičení, zpívání, táborák.
České Budějovice	2. 7. 2017	30	30	1 den	Inkluzivní den s různými hrami (celodenním hrám požehnal i p. biskup). V rámci praxe si odzkoušeli screening 17 atletů s MP, ale screeningu se zúčastnili i ostatní bez MP a všichni si tak mohli vzájemně porovnat své dovednosti a hlavně své úsilí. Odznaky, samolepky Golisano samozřejmě nemohly chybět.
České Budějovice – Ktiš	13.–15. 10. 2017	18	18	3 dny	Prodloužený víkend. Poznávací výlety, různé hry, pouštění draků, zpívání, táborák.
České Budějovice	6.–9. 1. 2018	9 MP	9 skup. á 3	2 dny	Jako v r. 2017: účast na Tříkrálové sbírce, začlenění do trojic tří králů, putování po ulicích, parku, komunikace.
České Budějovice – Prachovice	12.–15. 5. 2018	14 MP + ethnic	20	4 dny	Škola v přírodě, paralelně s další ŽŠ, některé společné aktivity.
České Budějovice – Ktiš	8.–10. 6. 2018	16	16	3 dny	Prodloužený víkend. Poznávací výlety, plavání, LantArt, jógová cvičení, zpívání, táborák.
České Budějovice – Ktiš	12.–14. 10. 2018	23	23	3 dny	Prodloužený víkend. Poznávací výlety, různé hry, pouštění draků, zpívání, táborák.
České Budějovice	5. a 6. 1. 2017	9 MP	9 skup. á 3	2 dny	Dtto: Účast na Tříkrálové sbírce, začlenění do trojic tří králů, putování po ulicích, parku, komunikace.
Hradec Králové	13. 6. 2017	11 MP, CP	17	1 den	Výcházka do přírody.
Hradec Králové – Úpa	25.–27. 11. 2016	12 MP, CP	19	weekend	Pobyt v přírodě: pěší horská turistika, poznávání přírody, večerní společenské hry a stolní tenis.
Hradec Králové – Úpa	15.–17. 12. 2017	12 MP	38	weekend	Pobyt v zimní přírodě: sporty i hry na sněhu. Chování v zimní přírodě, společné stravování, hygiena.
Plzeň	18. 9. 2016	12 AUT	veřejnost	1 den	„Hodíme se do pohody, špacírujem kolem vody“ – inkluzivní regionální akce s účastí veřejnosti.
Plzeň	11. 11. 2016	15 AUT	27	1 den	ZOO: zdravé a hygienické stravování a bezpečné chování na výletě, chování v prostředí zvířat – krmení, hygiena.
Plzeň	27.–29. 1. 2017	6 AUT	6 rodin	weekend	Zimní pobyt s výukou lyžování a společnými aktivitami, večerní health fórum pro rodiče, večerní společenské hry pro děti.
Plzeň	1. 4. 2017	18 AUT + 6 MP	veřejnost	1 den	Run for ProCit, 2. ročník – běh s charitativním programem.
Plzeň	16. 6. 2018	14 MP + 7 AUT	19	1 den	Tradiční den v ZOO: zdravé a hygienické stravování a bezpečné chování na výletě, chování v prostředí zvířat – krmení, hygiena.
Plzeň	21. 6. 2017		veřejnost	1 den	Festival sportu – promo akce projektu ZAS, aktivity v přírodě s aspekty handicapu.
Plzeň	22.–29. 7. 2017	10 AUT	10 rodin, 15 dobrovolníků	8 dní	Letní tábor Střelské Hoštice, health fórum pro rodiče, fit feet sensomotorický chodníček a nordic walking.
Plzeň	20. 9. 2018	12 AUT	19	1 den	ZOO Plzeň a fit feet – pohybové aktivity a hry v městském prostředí, informace o zvířatech, bezpečnost na výletě.
Plzeň	7. 4. 2018	17 AUT + 5MP	veřejnost	1 den	Run for ProCit, 3. ročník – běh s charitativním programem, prezentace ZAS veřejnosti, outdoorové pohybové aktivity.
Plzeň	16.–20. 7. 2018	10 AUT	10 rodin, 15 dobrovolníků	5 dní	Letní tábor Nečtiny – letní pobytový tábor pro děti a jejich rodiny, pohybové a umělecké aktivity pro děti i pro rodiče.
Plzeň	7. 11. 2018	16 MP	15	1 den	Hipoterapie – prohlídka farmy, práce na farmě a s koňmi (čištění, sedláni, vedení koně, bezpečnost), pohybová dráha s koňmi.
Praha	11. 12. 2016	17 MP, CP	veřejnost	1 den	Den pro veřejnost organizovaný zastupitelstvem Prahy 10: předvánoční „raketové hry“ na ulici; náměstí: s pálkami na stolní tenis, badminton, s plastovými prkénky na maso atd. Hrajeme si všichni společně.
Praha – Krkonoše	3.–10. 2. 2018	7 MP s psychiatr. problémy	33 včetně rodičů	7 dní	Pobyt v zimní přírodě: sporty i hry na sněhu. Chování v zimní přírodě, společné stravování, hygiena. Večer – specifické relaxační techniky.
Praha	4. 3. 2017	15	veřejnost	1 den	Kbelská 10, Den ve zdravém společenství – poprvé běžecký závod, kategorie „divocí koně“ pro osoby s MP.

Praha	18. 5. 2017	12	10	1 den	Soutěže a pohybové hry proběhly v areálu lesoparku Botanické zahrady v Troji. Znalosti z prvouky, přírodovědy, zdravotvědy.
Praha	29. 5. 2017	12	8	1 den	Den v ZOO. Prohlídka exotických zvířat, velké šelmy, exotické druhy ptáků. Návštěva hřiště.
Praha	13. 6. 2017	12	5	1 den	Procházka starou Prahou. Staroměstské náměstí, náměstí Republiky, Karlův most. Po návratu kresby věží, zážitky.
Praha	1.–14. 6. 2017	20	20	14 dní	Letní tábor. Sázava. Cyklistické a poznávací výlety, plavání, sestava a různé hry s PET kroužky, jízda na kánoích, hry, zpívání, táboračky, celoetapová hra.
Praha – Bohnický areál	30. 10. 2017	12	veřejnost	1 den	Outdoorové dopoledne. Zdolávání přírodních překážek. Věrný přítel člověka pes. Odměny pro všechny zúčastněné.
Praha	14. 12. 2017	20	veřejnost	1 den	Adventní trhy a prohlídka orloje, procházka na náměstí Republiky, poznávání významných míst a budov v centru Prahy, vánoční svátky.
Praha – Krkonoše	10.–17. 2. 2018	5 MP s psychiatr. problémy	21 včetně rodičů	7 dní	Pobyt v zimní přírodě: sporty i hry na sněhu. Chování v zimní přírodě, společné stravování, hygiena. Večer – specifické relaxační techniky.
Praha	3. 3. 2018	15	veřejnost	1 den	Kbelská 10 – běžecký závod, kategorie „divocí koně“ pro osoby s MP.
Praha	21. 5. 2018	20	veřejnost	1 den	Ručkování po laně, přebíhání po kládě, šplhání po prolézačkách, vzpory, posilování všech skupin svalů, pétanque, házení šiškami na cíl, koulení medicinbalem, určování stromů.
Praha	19. 6. 2018	20	veřejnost	1 den	Sportovní dopoledne Atletika. Utvoření čtyř družstev a určení jejich barvy a jména. Skok do dálky, sprint 100 m, štafeta, hod koulí a kriketovým míčkem.
Praha	26. 6. 2018	20	veřejnost	1 den	Zahradní slavnost. Výroba výrobků, použití různých materiálů a následný prodej. Příprava vlastních pokrmů a nápojů, poslech hudby a soutěže.
Zlín	3. 12. 2016	18 MP, CP	veřejnost	1 den	Den pro veřejnost organizovaný ředitelstvem ZOO: Mikuláš zve děti do ZOO v Lešné. Účast v nabízených aktivitách.
Zlín – Luhačovice	10.–14. 5. 2017	28 MP, CP	24	5 dní	Pobyt v přírodě, paralelně s další ZŠ, některé společné aktivity.
Zlín – Otrokovice	12.–13. 9. 2017	celá spec. škola	ostatní školy	1 den	Slavnostní zahájení pro školy v Otrokovicích organizované školským odborem. Hry v parku kombinované s projektem „ovoce a mléko do škol“.

Specifika outdoorových aktivit u dětí s autismem spočívají mimo stěžejního individuálního přístupu, vizualizace a strukturalizace v důležité sociální a psychologické interakci s okolím. Mimo prostých pohybových aktivit v přírodě je možno využít vodního prostředí (od drobných motorických úkonů ve vodě až po plavecké dovednosti) či aktivit v prostředí městském (návštěva ZOO, muzea, výstavy apod.). Všechny tyto činnosti nemusí být určeny primárně pro jedince s dětským autismem, ale tím, že pracují současně na rozvoji dalších schopností a dovedností dítěte, obohacují a zkvalitňují život ostatním jedincům s handicapem i bez něj.

#### Referenční seznam:

- ALLPORT, G. W. (1954). The nature of prejudice. Cambridge, M. A: Addison- Wesley. In C. Sherrill (1998). *Adapted Physical Activity, Recreation and Sport. Crossdisciplinary and Lifespan*. Dubuque: The Mc-Graw-Hill Companies.
- APLA Praha [online]. Dostupné z <http://www.praha.apla.cz/new/RS/>.
- GILLBERG, CH., & PEETERS, T. *Autismus – zdravotní a výchovné aspekty*. Praha: Portál, 2003. 122 s. ISBN 80-7178-856-2.



- LAZAROVÁ, B., HLOUŠKOVÁ, L., TRNOVÁ, K., POL, M., & LUKAS, J. (2015). *Řízení inkluze ve škole*. Brno: Masarykova univerzita.
- THOROVÁ, K. *Poruchy autistického spektra*. Praha: Portál, 2006. 453 s. ISBN 80-7367-091-7.

VÁLKOVÁ, H. (2014). Tourism for all: challenge for persons with disability. In A. Pawlucky, ed. *Rozprawy naukowe, kwartalnik Akademii wychowania fizycznego we Wrocławiu*, 46, 204–2011. Wrocław: Akademia wychowania fizycznego.

VÁLKOVÁ, H. (2016). Zdravotně orientovaná zdatnost osob s mentálním postižením v programu Speciálních olympiád. In *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*, 7(2), 44–52. ISSN 1804-4204, on-line ISSN 1804-4220.

VÁLKOVÁ, H., & KREJČÍ, M. Zdravá společnost – edukace a podpora zdravého životního stylu u sportovců speciálních olympiád.

In ŠVAMBERK, ŠAUEROVÁ, M., eds. *Benefity využití sportovních a prožitkových aktivit v edukačních souvislostech: kolektivní monografie*. 1. vydání. Praha: Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra, 2016. 335 stran. ISBN 978-80-87723-30-2. Dostupné také z: <http://www.palestra.cz/zp/vystupy/Benefity.pdf>. ■

Kontakt za autorský tým:  
Mgr. Věra Knappová, Ph.D., [knappova@ktv.zcu.cz](mailto:knappova@ktv.zcu.cz)

**Jak na to...****(redaktor Tomáš Vyhlídal)****„Nevidím, ale nemám strach“ aneb Jednodenní kurz sebeobrany osob se zrakovým postižením****Martin Zobač, Alena Skotáková***Katedra gymnastiky a úpolů,  
Fakulta sportovních studií, Masarykova univerzita v Brně***Trochu historie**

Jedny z prvních pokusů o uskutečnění kurzů sebeobrany pro osoby se zrakovým postižením (dále jen ZP) v Brně sahají až do roku 2005, kdy se na půdě Fakulty sportovních studií (dále jen FSpS) uskutečnil kurz s názvem Sebeobrana a úpolové aktivity v rámci Mezinárodní letní školy pro zrakově postižené studenty. Garantem celé akce byl tehdy vedoucí katedry gymnastiky a úpolů Zdenko Reguli.

V průběhu dalších let se podobné akce nepravidelně opakovaly, většinou formou jednodenních seminářů nebo kurzů v tělocvičnách na FSpS, v poslední době byly podpořené interními fakultními projekty.

V březnu 2017 byl pod záštitou FSpS zrealizován jednodenní kurz sebeobrany pro osoby se ZP. Seminář se konal v úpolové tělocvičně v Brně-Komárově a hlavním lektorem na tomto kurzu byla odborná asistentka z katedry gymnastiky a úpolů FSpS Jitka Čihounková. Jelikož měl kurz velmi dobrý ohlas, v září téhož roku se opakovat a je velmi pozitivní, že jednodenní kurzy se zhruba ve tříměsíčních odstupech konají doposud. Jitku Čihounkovou později v úloze hlavního lektora nahradil Martin Zobač, student FSpS, oboru speciální edukace bezpečnostních složek.

**Pro koho je kurz určen**

Kurz je určen pro osoby slabozraké a nevidomé (ženy i muži cvičí společně), ale není vhodný pro děti a seniory. Rozdíly ve zdravotním stavu a fyzické kondici nejsou pro účastníky kurzu úplně rozhodující, řeší se individuálním přístupem ke každému účastníkovi. Je běžné, že se v jednom kurzu zúčastní osoby nevidomé společně s nevidomými s přidruženým sluchovým postižením nebo osoby slabozraké s výraznou nadváhou apod.

**Cíl kurzu**

Cílem jednodenního kurzu sebeobrany je, aby klient po jeho absolvování:

- znal základní zásady prevence proti kriminalitě,
- znal a uměl používat vhodnou komunikační strategii s okolím,
- získal větší jistotu při řešení konfliktních situací,
- znal a uměl používat základní technické prostředky sebeobrany vhodné pro osoby se ZP.





### Kdo se podílí na výuce

Při výuce sebeobrány osob se ZP většina klientů vzhledem k omezenému zrakovému vnímání nemá možnost vidět ukázky provádění technik lektorem, informace mohou získávat pouze náslechem a pak samotným praktickým cvičením. Některé cviky a techniky se provádějí samostatně, některé je nutné cvičit ve dvojicích.



Aby bylo možné během kurzu dodržet všechny zásady výuky osob se ZP, je nutné, aby s každým klientem cvičil minimálně jeden pomocný instruktor. Jako pomocní instruktoři se kurzu zúčastňují studenti FSpS MU z oboru speciální edukace bezpečnostních složek nebo oboru aplikovaná sportovní edukace bezpečnostních složek. Studenti jsou v rámci svých oborů edukováni v oblasti metodiky úpolových aktivit a jsou tak schopni řešit individuální požadavky, modifikovat zadaná cvičení, případně vymyslet náhradní aktivity. K jejich větší kompetenci přispívá také předmět sebeobrána specifických skupin, kde si studenti osvojují základní metody práce s osobami s postižením. Pozitivní je, že si tímto způsobem studenti mohou plnit povinnou praxi a kurz tak může probíhat pro klienty za velmi příznivou cenu.

### Organizace kurzu

S dostatečným předstihem je vytvořen informační leták, který obsahuje všechny důležité informace o kurzu (datum, čas, adresa konání, cena, časový harmonogram, dopravní spojení, popis cesty, kontakt). Tento leták je zveřejněn a klienti mají možnost se přihlásit. Na propagaci se podílí FSpS, centrum Teiresiás – Středisko pro pomoc studentům se specifickými nároky MU, Rádio ZK, časopis pro zrakově postižené ZORA atd. Organizátoři využívají k šíření informací také sociální sítě.



Všichni klienti se dopraví do místa konání kurzu po vlastní ose, v rámci kurzu je zajištěna i možnost doprovodu z nejbližší autobusové zastávky. Po registraci u lektora kurzu je každému klientovi přidělen pomocný instruktor (v některých případech i dva). Ten klienta provede prostorem, kde se uskuteční výuka, a také mu ukáže další důležité místnosti – sociální zařízení, šatny apod. Pomocní instruktoři pak spolupracují s daným klientem po celou dobu výuky při jednotlivých tréninkových jednotkách, nejen jako sparring partneři, ale kontrolují také správnost cvičení, opravují chyby a pomáhají klientům při provádění cvičení a technik. Jak už bylo řečeno, pomáhají také modifikovat určité techniky. Pomocní instruktoři doprovázejí klienta i o přestávkách a zodpovídají tím současně za jeho bezpečnost po celou dobu kurzu.

## Náplň kurzu

Součástí jednodenního konceptu je intenzivní celodenní výuka. Kurz začíná v 10.00 a končí v 18.00. Je rozdělen na 2 části, první část je od 10.00 do 14.00, následuje hodinová přestávka na odpočinek a jídlo a druhá část pokračuje od 15.00 do 18.00. Každá část je rozdělena na 50minutové bloky s desetiminutovou přestávkou. Ta slouží ke krátkému odpočinku a doplnění tekutin.

Dopolední i odpolední část výuky začíná vždy teoretickou lekcí, kde klienti získají základní znalosti o právních aspektech sebeobraného jednání. Týká se to okolností vylučujících protiprávnost zakotvených v zákoně č. 40/2009 Sb., v § 28 (nutná obrana) a § 29 (oprávněné použití zbraně). Z hlediska specifík osob se zrakovým postižením je důležité klienty seznámit se zákonem č. 45/2013 Sb., který se týká obětí trestných činů. Tento zákon vymezuje několik skupin zvlášť zranitelných obětí, přičemž jednou z nich jsou handicapované osoby, tj. oběti s fyzickým, mentálním nebo psychickým handicapem nebo se smyslovým poškozením.

V teoretické části jsou dále klienti seznámeni s problematikou psychologie sebeobrany, prevencí kriminality (hrozby, rizika), teorií konfliktu a sebeobrany (verbální sebeobrana, technické prostředky sebeobrany atd.), takticko-strategickými zásadami jednání ve veřejných prostorech, problematikou funkce integrovaného záchranného systému atd.

Po úvodní teorii následuje praktické cvičení. Na začátku je samozřejmě důležité správné zahřátí a rozcvičení a také různé druhy průpravných cvičení, která slouží jako příprava pro následná náročnější cvičení a techniky. Velmi se osvědčuje zařazovat během úvodních částí kurzu také cvičení na rozvoj koordinačních schopností, rovnováhy apod. K tomu se nejčastěji používají balanční pomůcky, jako jsou velké gymnastické míče a bosu.

Stěžejní je pak nácvik samotných sebeobraných technik, a to nejen fyzických, ale také verbálních, které byly zmíněny již v teoretické části. Prevence, jejíž nedílnou součástí je posouzení hrozeb a rizik, patří spolu s verbální sebeobranou mezi stěžejní části výcviku sebeobra-

ny osob se ZP. Celý obsah výuky směřuje k tomu, aby se klienti v běžných životních situacích do konfliktních situací vůbec nedostávali. Mezi další nacvičované dovednosti patří některé pádové techniky, techniky úderů a kopů, nácvik obran proti úchopům a držení. Klienti se naučí správně používat i některé technické prostředky sebeobrany, jako je např. obranný slzotvorný sprej nebo osobní alarm. Během výuky v kurzu jsou také využívány některé didaktické pomůcky, jako jsou zachytávače úderů, pěnové tyče, ochranné obleky apod.

Důležitou součástí kurzu je i nácvik řešení vybraných modelových situací (nejen v tělocvičně, ale i na ulici), se kterými se klienti v běžném životě mohou setkat nebo se už i setkali. Zde je využíván především ochranný oblek High Gear, který je používán sparing partnery, a klienti si mohou prakticky vyzkoušet svoje nově nabyté dovednosti bez rizika zranění instruktorů. Závěrem kurzu se vždy kurz evaluuje, a to nejen z pohledu hlavního lektora a pomocných instruktorů, ale také pomocí zpětné vazby od klientů (společná diskuze a reflexe).

Závěrem je nutno podotknout, že všechny kurzy probíhají v přátelské atmosféře mezi klienty, pomocnými instruktory a hlavním lektorem. Důvěra mezi nimi navzájem je nezbytná pro kvalitní průběh celého kurzu.

## Shrnutí

Podle zkušeností z již uskutečněných kurzů se ukazuje, že náš koncept kurzu sebeobrany, tak jak jsme jej nastavili, je dlouhodobě životaschopný. Klienti jsou schopni zvládnout intenzivní celodenní zátěž. Klienty bylo potvrzeno, že forma jednodenního semináře je z časových i finančních důvodů nejdostupnější, umožňuje účast klientům i z větší vzdálenosti než při kurzu organizovaném např. jedenkrát týdně (kratší lekce). Z organizačního hlediska je také o víkend snazší zarezervovat v dostatečném předstihu tělocvičnu a zajistit dostatečný počet pomocných instruktorů. V současné době také zvažujeme možnost organizace kurzů ve dvou úrovních: kurzy se stejným obsahem (opakovací) a kurzy s rozdílným obsahem (navazující, s rostoucím stupněm náročnosti).



**Kontakty:** Mgr. Alena Skotáková, Ph.D. – [skotakova@fsps.muni.cz](mailto:skotakova@fsps.muni.cz), Bc. Martin Zobač – [445027@mail.muni.cz](mailto:445027@mail.muni.cz).  
 FB: [https://www.facebook.com/Kurzy-sebeobrany-pro-osoby-slabozrak%C3%A9-a-nevidom%C3%A9-2130541266965063/?modal=admin\\_todo\\_tour](https://www.facebook.com/Kurzy-sebeobrany-pro-osoby-slabozrak%C3%A9-a-nevidom%C3%A9-2130541266965063/?modal=admin_todo_tour).

## Rok 2018 v ČHSO (do 1. 11. 2018)

Hana Válková

Je shodou náhod, že i Speciální olympiády jsou spojeny s mýtem českých osudových a významných osmiček, a to založením oficiální sportovní organizace pro osoby s mentálním postižením díky její zakladatelce Eunice Kennedy Shriver roku 1968. Rok 2018 je tedy pro speciálněolympijské hnutí (SOI) významné tím, že slaví 50 let své existence. České hnutí Speciálních olympiád (ČHSO) bylo založeno v roce 1990, takže zatím slaví 28 let. Avšak všechny aktivity jsou nyní zahrnovány tímto výročím, neboť ČHSO je velmi aktivním členem světového a evropského systému. Přesto, že akcí byla celá řada, včetně lokálních sportovních aktivit, různých typů školení a vzdělávání, pokračování programů zaměřených na zdraví, z celonárodní úrovně zde jmenujeme především Národní zimní hry v lednu 2018, tradičně konané v Krkonoších v Malé Úpě, Národní letní hry s účastí téměř 400 sportovců v 6 letních sportech (25.–28. 6. 2018) a mezinárodní turnaj v kopané ve Zlíně (12.–14. 10. 2018). Město Zlín se ve dnech 11.–13. října připojilo ke světovému projektu *Light Up for Inclusion*, kdy významné budovy byly nasvětleny červeně logem SO a město se tak připojilo k některým světově významným objektům jako Niagarské vodopády, opera v Sydney, Empire State Building v New Yorku, Picadilly v Londýně. Ve Zlíně to byla budova Baťova objektu 21. Podrobné informace lze nalézt na stránkách [www.specialolympics.cz](http://www.specialolympics.cz). Zahájena byla také fotografická prezentace (výstava) průřezu dění v ČHSO, a to v Brně v červnu 2018, následně v srpnu a v září v Olomouci, dále pak bude převezena v lednu 2019 do Malé Úpy. Zde je třeba upozornit, že výstavu jako celek lze zapůjčit i jiným městům či institucím a spolkům po celý rok 2019 (kontakt [valkova@fsps.muni.cz](mailto:valkova@fsps.muni.cz)).



Evropské stěžejní akce garantovalo SOEE (Special Olympics Europe/Euroasia). Na evropské úrovni se uskutečnily dvě významné akce pracovního charakteru. V azerbájdžánském Baku (24.–28. 9. 2018) to byla konference s názvem *Unified leadership*, která měla pracovní a vzdělávací charakter s praktickými workshopy a se skupinovými diskusemi. Zaměřovala se na téma intenzivního rozvoje vedení sportovců k samostatnosti prostřednictvím sjednocených sportů. Konference se účastnili jak trenéři, tak partneři, především však sportovci sjednocených sportů. V modelu „sportovec–partner“ nebo „mentor–partner“ prezentovali své zkušenosti, přínos sjednocených sportů jak pro rozvoj dovedností, tak především pro rozvoj samostatnosti v různých oblastech, včetně oblasti podpory zdraví. Akcentovaným sportovním programem sjednocených sportů byl volejbal, prezentovaný jak v teoretické sekci, tak v praxi členem vítězného volejbalového týmu tehdejší Jugoslávie Vladimírem (Vanja) Grbičem. Pro účast na konferenci byli vybráni zástupci klubu Žampach (Fabián, Vaňková, Baláž, Štekl, za ČHSO Válková) právě proto, že součástí rozvoje volejbalového programu je právě přehazovaná jako modifikovaný předstupeň této síťové hry. Vystala možnost následující národní turnaj v Dřevěnici 2019 obohatit právě o kooperaci s geograficky nejbližšími týmy (Rakousko, Slovensko, příp. další). Viz [www.specialolympics.cz//archiv//svetove\\_forum\\_v\\_Baku](http://www.specialolympics.cz//archiv//svetove_forum_v_Baku).

Zastřešujícím tématem konference v Černé Hoře (Černá Hora, Budva, 19.–22. 10. 2018) bylo 50 let SO – **inkluze pohybem (Inclusion in Motion)**. Kromě pracovních diskusí zde probíhalo i slavnostní ocenění aktivních programů evropského regionu, ČHSO nevyjímaje.

Úvodního zahájení se účastnili významní představitelé vlády Černé Hory, zástupců ministerstev školství a místní politiky v Budvě, ale i ambasador USA v Černé Hoře či zástupkyně UNICEF pro Černou Horu Michaela Bauer (vlastní povzdech – kéž by tuto pozornost mělo i ČHSO při významných akcích). Bauer podtrhla, že UNICEF má centrální smlouvu se SOI a podporuje inkluzi prostřednictvím pohybových her. Mimo tento prvek se zaměřuje na fyzické i psychické překonání krizí, ochranu před zneužitím, na vzdělávání a zdravý vývoj. Podtrhla, že právě hra, pohybová hra inkluzivního charakteru, je velmi vhodným prostředkem. Součástí její prezentace bylo video z projektu Mladý sportovec, který UNICEF podpořila. Uvedla, že v malé Černé Hoře mají takto začleněno na 350 dětí.

Konference se členila do jednotlivých panelů s obsahem: a) sjednocená generace a sjednocené pohybové aktivity v klubech, školách či v soutěžních týmových hrách, b) projekty Zdravý sportovec a Zdravé občanství v inkluzivním pojetí a ve vedení k samostatnosti, c) spolupráce s médii a propagace SO prostřednictvím sjednocených sportů, d) GDPR a řešení etického konsenzu v SO (pro ČHSO se nyní překládá do češtiny a k vyvěšení na [www.](http://www.)), e) hlavní směry dalšího vývoje ve sportu, mimochodem to bude volejbal a jeho předstupeň přehazovaná, basketbal 3×3 s partnerem a krasobruslení. Bod e) je výzvou pro další činnost v ČHSO.

Formát těchto panelů měl obecnou strukturu: vstup garantu tématu, vstup sportovců, ať samostatně či s mentorem nebo jako odpovědi sportovců na otázky garantů panelu, samozřejmě v angličtině. Při vědomí komunikační a jazykové úrovně našich sportovců v češtině, natož v angličtině, se nutně vkrádá myšlenka, zda tito „speaři“ jsou skutečně reprezentanty našich speciálních olympioniků ve smyslu – sport pro všechny. ■

**Všemi tématy se bude prezidium ČHSO zabývat, tak aby další zvýšení úrovně ČHSO bylo patrné při příležitosti 30. výročí ČHSO v roce 2020.**

## ... bláznivý nápad... PARA DOWNHILL

*Karel Vondráček, MONOSKIZLIN, z. s.*



Ve světě celkem běžná aktivita downhill vozíčkářů není v České republice až na pár jednotlivců vůbec rozšířená. Díky zkušenostem s tandemovým downhillovým (sjezdovým) vozíkem CIMGO od známého francouzského výrobce speciálního sportovního vybavení Tessier, kdy instruktor řídí speciální vozík a pasažér se „veze“ v sedačce, a přátelům pořádajícím sportovní seriál v klasickém downhillu na MTB kolech uzrávala v našich hlavách myšlenka uspořádat první downhillový závod vozíčkářů v ČR.

Nápad dostal reálné obrysy v okamžiku nákupu dvou speciálních vozíků Quadrix od stejnojmenného francouzského výrobce. Tyto dva vozíky byly pořízeny v rámci projektu UP Olomouc Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti.

Vše vyvrcholilo v sobotu 23. 6. 2018 v Activity parku Všemina na Fair play festivalu díky dobrovolníkům Helence, Dagmarce, Denisce, Janě, Haničce, Pavlovi,

Honzíkovi, Zdeňovi a samozřejmě díky našim závodníkům: Pavlovi, Jirkovi, Erikovi a Romanovi.

Podařilo se úspěšně zrealizovat novinku mezi aplikovanými sporty PARA DOWNHILL resp. para bikerally v ČR nebo taky downhill vozíčkářů, která se jede z kopce lesem či loukou s terénními nerovnostmi. Každý závodník je odstartován s časovým odstupem od předchozího a projíždí vypáskovanou trať na čas v tzv. rychlostních zkouškách – RZ. Jely se celkem čtyři RZ. Nebyla nouze o nebezpečné situace, ale vše dobře dopadlo a všichni dojeli. Závodníci v PARA DOWNHILLU jeli stejnou trať jako všichni ostatní a zaslouženě sklidili ovace.

Ještě jednou děkujeme pořadatelům WBS seriálu v čele s Jirkou Haferníkem a Centru aplikovaných pohybových aktivit – APA při Univerzitě Palackého v Olomouci, které zapůjčilo dva speciální vozíky QUADRIX, a Černým koním, z. s., za zapůjčení tříkolky Explorer. ■



### Internetové zdroje:

<https://cs-cz.facebook.com/Centrum-APA/>  
[www.apa.upol.cz](http://www.apa.upol.cz)  
[www.cernikone.cz](http://www.cernikone.cz)  
[www.bikegeneration.cz](http://www.bikegeneration.cz)

Více zde [www.fairplayfestival.cz](http://www.fairplayfestival.cz)

MONOSKIZLIN, z. s.  
 Václavská 145  
 760 01 Zlín  
 Mgr. Karel Vondráček  
 tel.: 00420603430574  
<https://www.facebook.com/monoskizlin/>  
[www.monoskizlin.cz](http://www.monoskizlin.cz)





## Sdružení Help Me – Něco z historie sdružení aneb Jak jsme začínali...

Ivana Boudová

*Na základě zkušeností s „tehdejším“ Svazem invalidů, který zaštiťoval všechny druhy postižení, jsme se na jaře roku 1990 jako skupina nespokojených rodičů a přátel tělesně postižených dětí začali scházet a hovořit o problémech spojených s touto problematikou, o které se doposud moc nehovořilo. Posléze jsme založili Sdružení na pomoc tělesně postiženým dětem v Plzni – Help me.*

Děti byly malé a před námi otvírající se demokracie. Plány byly velké, cíle vysoké. Většina našich dětských členů měla diagnózu DMO – dětskou mozkovou obrnu. Hlavní terapeutický prostředek bylo cvičení několikrát denně pod občasným lepším či horším vedením rehabilitačních pracovníků. Neustálé opakování pro ostatní běžných dovedností, nácviků pohybových vzorců, rozvoje jemné motoriky..., pídění se po informacích a zkušenostech ze světa.

Během let se činnost utvářela dle potřeb věkových skupin dětí a našich finančních možností. Mezi naši nejvýznamnější aktivity patřilo zajištění hipoterapie, která byla tehdy v ČR v počátcích. Nám se podařilo navázat velmi blízký a přátelský vztah s rodinou Lehárů, kteří vlastnili hucula a umožnili nám ho využít pro hipoterapii. Dále jsme pořádali rodinné rekondiční pobyty na různých místech, v pokud možno bezbariérových podmínkách.

Vyústěním tohoto projektu byl letní hipoterapeutický pobyt na Šumavě v Hojsově Stráži na chatě TJ Sokol Valcha, kam jsme si vozili „svého“ hucula Bonyho. Do projektu hipoterapie jsme měli zapojeno přibližně 15 těžce tělesně postižených dětí, většinou vozičkářů, které měly možnost poznávat krásy přírody z koňského hřbetu a dostat se s ním do míst, kam by se jinak díky svému postižení nedostaly. Alespoň dočasně se dostaly



nad hlavy nás ostatních. Tento projekt trval cca 15 let a všichni máme nezapomenutelné zážitky.

Pořádali jsme různé jednodenní akce, jako např. výlety za koupáním do Německa, kde již tehdy byly koupací areály přizpůsobené pro vozičkáře, občas jsme se vypravili za kulturou, tradicí bylo jarní představení historického šermu, které pro nás připravili spřátelené skupiny historického šermu.

Bylo toho poměrně hodně, některé děti se s námi podívaly prvně k moři a ochutnaly, jak chutná slaná voda, někteří prvně opustili rodinné zázemí a jeli sami na pobyt do bezbariérového zařízení Exodus ve Třemošné, který jsme pořádali jako odlehčovací službu jen pro děti.

Snažili jsme získat co nejvíce informací ze sociální a zdravotní sféry a šířit je dál mezi členy, navzájem si vyměňovat poznatky a zkušenosti.

### Něco málo ze současnosti...

V době, kdy Sdružení Help me „oslavilo“ 15 let své existence, se z dětí, které stály u zrodu sdružení, stali mladí dospělí lidé. A stejně jako všichni dospěláci i oni mají své zájmy, potřeby nebo problémy. Proto vznikl projekt „pomoci“, kde se pomocníci stávají handicapovaným spíše přáteli než asistenty. Tento projekt byl velmi úspěšný, a rádi bychom v něm pokračovali i v budoucnu. Nutno dodat, že by nebyl možný bez finanční podpory Rotary clubu Plzeň Beseda, který v jeho prospěch opakovaně pořádá benefiční akci Lavičky, ze které část výtěžku šla právě na tento projekt.

Studenti především plzeňských vysokých škol trávili se svými handicapovanými kamarády volný čas, což umožnilo vozičkářům, aby se na chvíli zbavili rodičů a užili si odpoledne v kině či v kavárně nebo večer v hospodě. Zároveň tak získali rodiče příležitost odpočinout si či vyřídit osobní záležitosti.

Z většiny se stali přátelé, a tak společně řešili problémy a přemýšleli o životě. Vyústěním tohoto projektu byl každoroční putovní tábor pro vozičkáře pod vedením Ládi Nového, který připravil zajímavou týdenní trasu vždy v jiné části republiky. Procestovali jsme Čechy i Moravu, navštívili končiny blízké i vzdálené a všichni ročníky si všichni moc užili a vzpomínali na ně ještě dlouhou dobu.

Bez obrovského nasazení všech dobrovolných asistentů by se pobyt nedal realizovat a patří jim velký dík.

V roce 2016 jsme se na základě legislativních změn převtělili ve sdružení Help me Plzeň, z. s. Jsme to ale stále my, stále chceme pomáhat mladým tělesně postiženým lidem z Plzně a okolí dle našich možností a jejich aktuálních potřeb. Nechceme suplovat úlohu státních orgánů a institucí.

Jak se mění věk našich handicapovaných členů, dostávají se do fáze určitého sociálního vyloučení, neboť pro tuto věkovou skupinu v podstatě není mnoho aktivit. Již nejsou součástí vzdělávacího systému a zůstávají poněkud opomenuti, neboť jejich vrstevníci zakládají rodiny, budují pracovní kariéru a oni mají naopak volného času nadbytek. Rádi by se také osamostatnili, ale...

Rozhodně se ale nejedná o nějaké zatrpklé, izolované jedince. Řada z nich pravidelně navštěvuje hokejové zápasy a fandí domácímu mužstvu, účastní se kulturních akcí.

Již tradičním zakončením prázdnin se stal charitativní beach-volejbalový turnaj, kde vozičkáři nejen fandí, ale mají i svůj doprovodný turnaj v bocce.

Podobnými akcemi bychom chtěli spojit svět lidí zdravých a handicapovaných. Stále se totiž najdou tací, kteří se handicapovaných bojí, neví, jak s nimi komunikovat a mnohdy na ně

mají mylné názory. Proto bychom rádi ukázali, že jsou úplně stejní jako ostatní. Jen s rozdílem, že potřebují občas pomocnou ruku při realizaci pro ostatní naprosto běžných činností.

### Pár slov na závěr...

Naše organizace letos oslavila již 28 let od založení, několik z nás, co ji zakládali, zůstalo aktivních doposud, někdo nás již bohužel navždy opustil, ale hlavní myšlenka – jak pomoci tělesně postiženým lidem zkvalitnit jejich život a pomoci jim najít cestu ke spokojenému a šťastnému životu – trvá stále.

Jak se měnil věk našich klientů, měnily se i priority. V současnosti, kdy se jedná již o mladé lidi, kteří se ne vlastní vinou ocitli na invalidním vozíku, mezi jasné cíle patří co největší osamostatnění, k čemuž by dopomohl dostatek osobních asistentů, což je podmíněno mimo jiné zvýšenou finanční podporou od státu. Dále potřebují dostupné vhodné bezbariérové bydlení, ideálně v Plzni, aby se nedostali do ještě větší sociální izolace a mohli bez obtíží zůstat v kontaktu i se stárnoucími rodiči, kteří se o ně celý život starali a s věkem jim začínají docházet



zet síly. Jako bonus bych viděla nalezení vhodného pracovního uplatnění, aby se cítili užiteční a mohli žít úplně „normální“ život, pouze za dopomoci nás ostatních při činnostech, které je fyzicky limitují.

**A přání na závěr? Hodně empatických lidí kolem.** ■

Ivana Boudová  
předsedkyně Sdružení Help me Plzeň, z. s.  
IČ: 00 478 776  
e-mail: helpme.plzen@seznam.cz  
mobil: 751 740 332

## Putovní tábor vozičkářů Help Me

Ladislav Nový

Putovní tábor Help me funguje na principu společně pěší cesty vozičkářů a asistentů po krásách České republiky. Během jednoho týdne vždy na začátku června procházejí předem připravenou trasu. Po úvodním seznamovacím nedělním dni se vyráží na první etapu. Etapy bývají dlouhé od 10 do 20 km. Následující den pak bývá zaměřen na objevování pamětihodností v nové destinaci. Takto se v jednom týdnu absolvují tři až čtyři etapy. Tábor má pro zabezpečení základních potřeb jeden doprovodný vůz. Přespává se většinou v prostorách školních tělocvičen ve spacáku.

### Rozhovor s Ladislavem Novým, hlavním vedoucím putovního tábora Help me

Plzeňský rodák Ladislav Nový (38 let) pořádá od roku 2007 jako hlavní vedoucí putovní tábor vozičkářů organizace Help me. V současnosti pracuje jako manažer a vedoucí projektů Café Restaurant Kačaba, Skupa, Café Kačaba, Café Knihomol, Bistro Orlovna. S manželkou Pavlínou se společně starají o syna Filipa, který se narodil v květnu 2018, a kocoura s raperským jménem 2Pac. Ve volném čase se věnuje DJování. Přesto, že je z Plzně, tak je hrdým fanouškem fotbalové i hokejové Slávie Praha.

### ■ Jak a kdy tě napadlo uspořádat putovní tábor vozíčkářů?

Zdravím – asi v roce 2002, nevím přesně, za mnou přišla kamarádka Lucka, jestli bych nechtěl jet na putovní tábor Festina Lente s vozíčkáři. Tenkrát jsem jí řekl, že si nedokážu ani zavázat tkaničku u bot a nevím, jestli bych zvládl se o někoho postarat. Nakonec mi to ale přišlo jako zajímavá věc a na tábor jsem odjel. No a tenhle tábor mi naprosto změnil život. Na starost jsem dostal kvadruplegika Péťu, který měl asi největší postižení z vozíčkářů na táboře, a po počátečních nezdarech, kdy jsem mu nerozuměl, protože velmi špatně mluví, nevěděl jsem, jak ho krmit, dávat na záchod, jsme postupně zjistili, že oba máme rádi muziku, fotbal, holky a začalo veliké přátelství. Po skončení tábora jsem se začal o Péťu starat víc a víc, jezdili jsme na výlety, na fotbal, chodili na pivo, na diskotéku, prostě aktivity, které jsou pro mladé zdravé lidi naprostou samozřejmostí, ale pro takhle postiženého kluka, který má malou možnost se někam dostat, jsou jednoduše pecka. O Péťu jsem se pak začal starat i ve stacionáři Človíček, kde jsem se zanedlouho stal vedoucím Denního stacionáře pro děti a mládež s těžkým kombinovaným postižením, ale to předbímám. Na tábor Festina jsem pak jel ještě dvakrát, ale začalo mi vrtat hlavou, že bych to chtěl dělat trochu jinak, po svém a s ustálenou partou vozíčkářů, které dobře znám a vím, že budou moc rádi za týden na cestách s kamarády. Díky paní Boudové ze sdružení Help Me se podařilo sehnat peníze a my jsme v roce 2007 vyrazili na první tábor, a to hned do kopcovitých severních Čech. Chtěl jsem udělat jednoduše „svůj“ tábor, vybrat svoji trasu, svoje lidi, udělat program a pak se uvidí, samozřejmě za ty roky se to posunulo, na táboře už není takový „režim“, všichni se dobře známe, je to spíše taková dovolená s přáteli a hlavně strašně skvělejších zážitků a srandy.

### ■ Kolik vás na tábor jezdí (klienti i asistenti dohromady) a jaký je potřebný rozpočet?

Je to různé, za těch 12 ročníků nás jelo nejvíce asi 22, z čehož bylo 8 vozíčkářů a zbytek asistentů, poslední tábor nás bylo 6 vozíčkářů a 10 asistentů. Nicméně pokud jsou všichni naši vozíčkáři zdraví a mohou jet, jede jich 8 a ideálně 12 až 13 asistentů. Rozpočet je různý, skvělé je samozřejmě mít co nejvíce peněz :D, ale v současnosti lze tábor uspořádat za 40 tisíc, ideálně 50 tisíc. Nikdo z asistentů za tábor nebere žádné peníze, vše je dobrovolné, ale vzhledem k tomu, že si na to bereme dovolenou z práce, tak se snažím držet toho, že asistent



za tábor nemusí uhradit nic, co se týče stravy a pití, to je ta odměna, plus samozřejmě různé vstupy a tak. Jet na tábor, pomáhat a ještě za všechno platit mi přijde nesmyslné a alespoň takhle můžeme našim asistentům poděkovat za skvělou práci, kterou na táboře odvádí.

### ■ Jaký program mají asistenti a klienti na putovním táboře?

Je to putovní tábor, takže zásadní je putovat, kilometry a trasy jsou různé, na druhou stranu dříve jsme moc neřešili, jestli tam jsou kopce nebo ne, prostě jedeme. Moje heslo je, že mě nezajímá, jestli jsou někde schody atd., my se prostě dostaneme všude, kam chceme. Teď už jsme ale trochu starší a snažíme se nedělat trasy tak smrtící, protože ony když jsou moc dlouhé a náročné, tak jsou večer vozíčkáři i asistenti vyřízení. Zásadní je, aby byly pěkné, a snažíme se to udělat vždy i nějak tematicky. Jeden tábor jsme řešili lázeňská města, v Náchodsku literatura, kraj mého oblíbence Škvoreckého, Jiráskova, Němcové, na Domažlicku Chodové. Bonbonkem jsou pro nás tábory na Moravě, jízda Pendolinem z Plzně do Olomouce byla pecka, stejně tak jižní Morava a Val-tice, Lednice, to jsou místa, kam se plzeňský vozíčkář běžně nedostane a je to vždycky fajn. Moravu bychom opět rádi, tak uvidíme. Program je tedy v pořádku dotlačit do cíle, pak hrajeme hry, jdeme na večeri, dáme si zasloužené pívko, vyspíme se a zase putujeme, vždy v pátek je závěrečná oblíbená diskotéka v daném místě, ono to zní trochu nekoordinovaně, ale jakmile se tábor rozjede, vše šlape a nepamatuji se, že by byla na táboře chvíle, kdy bychom se nudili. Každý tábor se také snažíme někde se vykoupat, ať to bylo v Německu nebo v krásných Františkových Lázních v aquaparku nebo jednoduše, kde to pod širým nebem jde.





#### ■ Popiš tvůj nejlepší a nejhorší zážitek z táborů.

Nejhorší zážitek je pokaždé, když se něco nepříjemného stane, někdo dostane střešní chřipku, úpal, jedeme po silnici, která je frekventovanější, a auta jezdí jako blázni bez ohledu na nás. Naštěstí se nikdy nic vážného nesemlelo, jsme opravdu velmi opatrní, důležité je tábor si naplno užít, ale také tábor přežít :). Nejlepších zážitků je moc, ale pokaždé, když máme závěrečnou diskotéku, vždycky jdu trochu stranou, ať jsme kde jsme, dívám se, jak všichni tancují, paří, jak jsou zapojeni i místní, jak to jede a v té chvíli jsem hrdý na to, co děláme, že se lidi baví a trochu se i dojmou. Tábor beru v mém životě jako naprosto specifickou věc, jak už sem psal výše, změnilo mi to život a ten náš kolektiv je prostě pecka, těžko to popsat, kdo nezažil, musí vidět :). Neřešíme, kdo je postižený, kdo je zdravý, tábor si jedeme všichni užít a myslím, že se to daří. Většina z nás má svoji práci, vydělává peníze, máme rodiny, ale na táboře se sejdem a užijeme si to jako by nám bylo 20.



#### ■ Letos se ti v květnu narodil potomek a i přesto ses rozhodl pořádat jako hlavní vedoucí už 12. ročník putovního tábora Help me. Co tebe osobně nejvíce přitahuje na pořádání putovního tábora?

Haha, jak už sem psal výše... Nicméně po pátém ročníku jsem vyhlásil, že to byl můj poslední tábor, měl jsem pocit, že to chce novou krev, něco nového, ale pak se tábor začal blížit a já ho začal pomalu organizovat a tak je to do současnosti. Mám náročnou práci a zrovna tenhle rok jsem odjížděl na tábor hodně unavený, ale o to více jsem si ho nakonec užil a jsem rád, že můj syn už byl na táboře ve dvou měsících, bude mít oproti mně náskok :) Ona v tom hraje roli i ta věc, že na třetím ročníku tábora jsem se seznámil se svojí budoucí manželkou, takže jak vidno, kde já bych bez Help me tábora byl :).

#### ■ O tobě je známo, že máš rád rapovou a hip-hopovou afroamerickou kulturu, která se mnohdy vyznačuje okázalou sebezprezentací vlastního bohatství. Jak to jde dohromady s charitativní činností, která je také významnou součástí tvého života?

Je pravda, že to některým lidem přijde zvláštní, ale já beru obojí jako naprosto přirozenou součást svého života, černá kultura mě přitahovala od dětství a co se týče lidí s postižením, vše šlo také tak nějak plynule. V dobách, kdy jsem se hledal, jsem právě po seznámení s vozíčkářem Péťou zjistil, že tohle je přesně to, co chci dělat, a že práce s lidmi s postižením je to, co mi doufám jde. No a co se týče mé záliby v kšiltovkách, značkových hadrech, dresech, sbírání desek, to vše patří k hip-hopu, který vyznávám jako životní styl, který mi sedí nejlíp. Pokaždé, když jdu hrát jako DJ, tak se na to strašně těším, černá hudba je pro mě posvátná věc a na tom nic nemění ani to, že mi bude za dva roky 40. A připadá mi fajn, že trochu bořím ten stereotyp, že hip-hopeři jsou jenom pozéři, kterým jde jenom o to se bavit, ale to by bylo na jinou diskusi... Mějte se fajn, peace! ■



## Medailonek tábornice Hanky Krislové

Jedním z nejvíce energických lidí, kteří jezdí s organizací Help me na putovní tábor, je třiatřicetiletá vozičkářka z Plzně Hanka Krislová. Jako jedna z mála pravidelných účastníků tábora má za sebou všech 12 ročníků. To znamená, že na svém vozíku urazila více než 550 táborových kilometrů po celé České republice. Během putování se podívala např. na krásy severního Plzeňska (Plasy, Manětín, Kralovice), středních Čech (Poděbrady), Chodska (Domažlice, Klenčí pod Čerchovem, Horšovský Týn). Nejvíce se jí však podle jejích slov líbilo na Hané (Olomouc, Litovel, Bouzov), na jihu Čech (Třeboňsko a Jindřichův Hradec) a pak na jižní Moravě (Nové Mlýny, Lednice a Břeclav). V příštím roce by Hanka s celým ansámblem Help me ráda objevovala krásy druhého největšího města u nás, tedy Brna. Pokud byste se Hanky zeptali, co pro ni tábor Help me znamená, tak by vám řekla, že jde o partu skvělých lidí, kteří vyráží na výlety do přírody, spí ve spacácích po tělocvičnách, večer dají občas pivo a u toho pokecají. Tradičně je pro ni vrcholem páteční diskotéka, kdy si s pomocí asistentů zatancuje i vestoje. Ve volném čase je Hanka velkou fanynku hokejových Indiánů z Plzně, a pokud to jde, tak si na stadionu nenechá ujít žádný jejich zápas. ■



## Tábor Help Me očima asistentky

*Nikola Vojtovičová a Veronika Králová*

Bylo jich šest a všichni se pohybovali na vozičku. Říkali si Helpmičci a byli z Plzeňska. Všichni se začátkem prázdnin vydali na letní tábor, aby se podělili nejen o své zkušenosti, smutky a radosti, ale hlavně aby se zase posunuli dál v tom, jak žít plnohodnotný život.

Loni se vydali na Domažlicko, letos se rozhodli prozkoumat okolí Mariánských Lázní.

A tak se už první prázdninový den sjeli do malého městečka Teplé, kde našli azyl v lůně „vozičkářského“ tábora.

A aby se i něčemu novému přiučili, trávil s nimi veškerý čas studentky Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci. Studují obor aplikované pohybové aktivity, který je určen lidem s různým typem postižení. „Učíme je, jak správně pracovat se svaly, jak zatěžovat jednotlivé části těla.“

„Celkem šest dospělých, kteří jsou upoutáni na vozík, si kromě rehabilitačních cvičení přišlo i na příjemnější věci. Vydali se na prohlídku města, zvládli i vycházky v poměrně kopcovitém terénu, koupali se

v tamním jezeře a navštívili statek s koňmi,“ vypočítává vozičkářka Eva (32).

Chybět samozřejmě nemohla ani projížďka po lázeňské kolonádě, kde se kochali známou zpívající fontánou, nebo návštěva chodovarského pivovaru.

Kromě objevování nových míst tábor nabídl jak klientům, tak personálu, včetně budoucích asistentek, spoustu zážitků a zábavy.

Nechyběly ani tradiční hry, často spojené s historií zdejší oblasti. Týdenní pobyt zakončila diskotéka.

„Každoročně se této akce účastní jen několik dospělých ve věku 25–40 let s různým typem hendikepu,

pomáhá jim ale deset asistentů, kteří jim pomáhají po celý den. Přípravy musí být předem dobře promyšlené, a to především kvůli bariérám, které jsou někdy u vozičkářů nevyhnutelné,“ říká Nikola Vojtovičová, jedna z asistentek.

A přestože prázdniny skončily teprve nedávno, už nyní společně s kolegy chystá další, 12. ročník, který by se měl konat pravděpodobně na jižní Moravě.

**„Přestože mají všichni klienti tělesná omezení, berou prázdninový tábor jako velké zpestření a radují se, že se mohou podílet o své zkušenosti s ostatními. Vlastně si tady připadají jako děti, které se oddávají radovánkám, které léto nabízí,“ říká jedna z asistentek Veronika.**

## Informace ze zahraničí (redaktor Martin Kudláček)

### The Center of Achievement through Adapted Physical Activity – když se věda a vzdělání snoubí s využitím v praxi

Ivona Sobotková

Katedra zdravotní TV a tělovýchovného lékařství Fakulty tělesné výchovy a sportu, Univerzita Karlova

V létě 2017 jsem měla příležitost navštívit The Center of Achievement through Adapted Physical Activity (volně přeloženo jako „Centrum dosažení úspěchu prostřednictvím aplikovaných pohybových aktivit“, dále jen „Centrum“). Mimo získání velkého množství zkušeností, informací i studijních materiálů jsem si mnohem více uvědomila, jak takové centrum v naší domovině chybí. I přesto, že obor APA (Adapted Physical Activity), ve svých různých podobách, formách a odvozených názvech, je u nás již léta v rozkvětu, domnívám se, že i v naší krásné české kotlině se můžeme stále zdokonalovat a v budoucnosti vytvořit podobný projekt jako je ten, kterým se kalifornské Northridge pyšní již více než 40 let. Obdobné centrum by u nás mohlo pomoci mnoha osobám s nejrůznějšími typy tělesných znevýhodnění získat možnost pravidelného přístupu k aplikovaným pohybovým aktivitám, které by mohly realizovat v příjemném prostředí, a zároveň by studenti v rámci svého studia absolvovali velmi přínosnou praxi pro svou budoucí kariéru v oblasti APA. Proto neváhejte a nechte se inspirovat!

The Center of Achievement through Adapted Physical je významným střediskem založeným v roce 1971 místním emeritním profesorem kineziologie a zároveň jeho prvním ředitelem Samem Brittenem, jenž byl mj. v roce 2015 vyznamenán John K. William Jr. Adaptive Aquatics Award a zapsán do Mezinárodní plavecké síně slávy za sestavení aplikovaných pohybových programů pro osoby s tělesným handicapem a za založení Centra, které je v současné době jednou z budov kampusu Kalifornské státní univerzity v Northridge.

Od doby založení se Centrum výrazně proměnilo, zmodernizovalo, rozšířilo, nicméně základní myšlenka Sama Brittena „pomáhat osobám s různými druhy tělesných handicapů, aby dosáhly svých cílů v běžném životě, ať už se jedná o samostatnou chůzi nebo běh nebo být celkově samostatný a žít tak nezávisle i se svým handicapem, který později už handicapem není“ se tímto místem nese až dodnes.

Centrum má v současné době přes 400 aktivních klientů se specifickými potřebami, kteří sem dochází dvakrát až čtyřikrát týdně a mají tak možnost se zapojit do mezinárodně uznávaných aplikovaných terapeutických či fitness programů. Největší zastoupení zde mají osoby s následky po poranění míchy, po cévní mozkové příhodě, po amputaci, osoby s artrózou, DMO, ale i děti např. s autistickou poruchou nebo i velmi vzácnými genetickými modifikacemi. Klientem Centra se může stát kdokoliv od cca 3 let věku, horní věková hranice neexistuje a v současnosti má Centrum nejstarší klienty okolo 90. roku života.

Podstatou Centra je, pomocí porozumění specifické populaci, poskytnout studentům v oblasti zdraví a rehabilitace praxi potřebnou pro další kvalitní práci s danou komunitou, vyškolit z nich profesionály v oblasti aplikovaných pohybových aktivit a fitness programů a zároveň tak umožnit osobám se specifickými potřebami přístup k aplikovaným pohybovým programům.

Centrum navštěvují každoročně profesionálové z celého světa, kteří se sem jezdí zdokonalit a získat nové poznatky a zkušenosti. Unikátní kombinace akademických programů (určených studentům) se service-learning programem přispívá k tomu, že Centrum zajišťuje jedny z neúspěšnějších aplikovaných pohybových programů v USA. Sami klienti říkají, že Centrum jim přináší nejen lepší kondici, ale také naději; spouště z nich se také díky němu naplňují očekávání a sami se cítí úspěšní. Centrum tak klientům přináší naději k navrácení se k původnímu stavu v pečujícím a motivujícím prostředí. Moderní vybavení a především přátelská a pozitivní atmosféra Centra, zejména díky upřímnému zájmu všech pracovníků a studentů o oblast APA, umožňuje klientům příjemný a účinný návrat do života. Někteří klienti jsou zbrusu noví a absolvují v současné době svůj první cvičební semestr, jiní docházejí do Centra již desítky let. Všichni si ovšem Centrum velmi chválí a uvědomují si, že bez pohybových aktivit, které s nimi studenti v Centru provádějí, by jejich běžný život byl mnohem složitější a u mnohých by byl i jejich zdravotní stav horší.







V Centru funguje velmi vzácný přístup „jeden na jednoho“, kdy na počátku každého semestru je k jednomu klientovi přidělen jeden student a oba se tak vzájemně celý semestr spolu zdokonalují. Před začátkem semestru probíhá dvou- až třítydenní trénink studentů, na němž je kladen důraz na bezpečnost, správné uchopení, pochopení, přístup ke klientovi atd. A následně je, dle druhu a závažnosti handicapu, každému klientovi individuálně, po předešlém vstupním hodnocení, které buď zajišťují již proškolení studenti (pouze v magisterském studijním cyklu, až po získání titulu Bc., který zajišťuje kvalifikaci studenta) nebo akademický personál, připravena tzv. osobní karta, ve které je zapsáno, na co se s klientem mají studenti při cvičení zaměřit – zda na posilování, protahování, kardio, stabilitu a rovnováhu, event. na cokoliv jiného – a zároveň jsou v kartě uvedeny kontraindikace. Vše tak, aby se zajistila klientovi maximální bezpečnost, pohodlí i efektivita. Na bezpečnost je v Centru kladen obzvláště velký důraz a všichni studenti musí pečlivě dodržovat bezpečnostní pravidla, aby se předešlo jakémukoliv incidentu, např. pádu, tonutí v bazénu atd. Každý student musí během semestru pečlivě zaznamenávat do klientovy osobní karty, jaká cvičení s ním prováděl, a připravovat plán na další týdny, aby v případě nepřítomnosti mohl být zastoupen jiným studentem. V rámci cvičení s klienty jsou využívány mnohé různorodé a specializované pomůcky, které nejen pomáhají klientovi při cvičení, ale i oživují cvičení jako takové.

Zaměstnanci Centra a studenti pomáhají osobám s menší mírou handicapu až po ty, kteří mají vážně poškozený pohybový systém. Aplikované pohybové aktivity (fitness programy) jsou s klienty realizovány buď v bazénech (tzv. aqua terapie) nebo v tělocvičně (tzv. land based terapie).

Cvičení v bazénech je vhodné zejména pro klienty, kteří ocení nižší míru gravitace a fyzikální výhody vodního prostředí (zejména klienti s následky po poranění míchy, po cévní mozkové příhodě ad.). Centrum má k dispozici 4 bazény různých rozměrů, teplot a hloubek a mimo jiné mezi nimi je i jeden vcelku unikátní, v němž je možné nastavit hloubku pomocí pohyblivého dna, a to i během cvičení, tj. samotný cvičební program může být sestaven i pro různou hloubku bazénu a v průběhu lekce se dá hladina vody měnit, resp. posunout dno, které se plynule zvedá či snižuje a během několika málo minut může udělat rozdíl 1,5 metru hloubky. Další bazén má vždy minimální teplotu 42 °C, a je tedy vhodný pro cvičení s osobami, které trpí osteoartrózou

a dalšími onemocněními, na které kladně působí teplé vodní prostředí.

Centrum disponuje také několika sály, které bychom mohli nazvat tělocvičnami, avšak nejedná se o klasické tělocvičny s parketami, jak by si čtenář mohl představit, nýbrž o sály vybavené polohovacími lehátky, vč. přenášecích zařízení pro imobilní klienty, ale také drobnými pomůckami a hrami, které slouží k rozvoji jemné motoriky, což je důležité zejména pro spastické následky různých úrazů či vrozených handicapů. V dalším sále, který bychom mohli nazvat spíše posilovnou, se nachází mnoho posilovacích strojů, jež jsou však adaptovatelné na specifické oslabení či postižení dané osoby, dále se zde využívají chodící pásy, schody a další vybavení, které je nutné k posílení i protažení těla klienta se specifickými potřebami. V budově se nachází také další sály, které slouží zejména studentům jako laboratoře, v nichž mohou s klienty pomocí přístrojů získávat důležitá data do svých výzkumných projektů a závěrečných prací.

Mimo vše výše uvedené se Centrum také zavázalo poskytovat evidence-based intervence a rozšiřovat vědecké poznatky mezi širší odbornou i běžnou veřejností prostřednictvím klinického výzkumu.

A proto, vážíte-li osobní či pracovní cestu do Kalifornie za APA, vřele doporučuji si udělat alespoň krátkou zastávku v The Center of Achievement through Adapted Physical Activity, protože být součástí tohoto týmu bude neocenitelným a nezapomenutelným zážitkem.

Autorka děkuje za podporu své školitelce doc. PhDr. Blance Hoškové, CSc. ■

*Zdroj fotografií: fotogalerie autorky*

.....  
 Článek byl sestaven na základě vlastní zkušenosti a těchto zdrojů:

- <https://csunshinetoday.csun.edu/csun-leaders/founder-of-csuns-brown-center-honored-by-swimming-hall-of-fame/>
  - <https://www.csun.edu/center-of-achievement>
  - <https://www.csun.edu/health-human-development/center-achievement-through-adapted-physical-activity>
  - <https://www.csun.edu/health-human-development/news/janovicis-gift-center-achievement>
- .....

## Worcester 2018 – stáž pro pedagogické pracovníky v rámci projektu APIV

Tomáš Vyskočil, Pavel Doležal

Stáž pro pedagogické pracovníky v rámci projektu Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti (zkrácené Společně v pohybu) na Univerzitě ve Worcesteru (Velká Británie), pro nás byla velká výzva. Možnost zdokonalit se v angličtině a zároveň se mnoho let po ukončení studia ATV na Univerzitě Palackého v Olomouci dozvědět, co je nového na poli APA ve světě. To vše pro nás bylo velkou motivací. Termín naší stáže, 1.–7. 7. 2018, se částečně překrýval s mezinárodní konferencí



EUCAPA 2018, a tak se náš program rozdělil na dvě části – účast na konferenci a stáž na pracovišti ve Worcesteru. Stáží nás provázela „ikona“ britské APA Ken Black a to bylo příslibem toho, že nepůjde jen o čistou teorii, ale nové zkušenosti získáme především skrze praktické činnosti.

V rámci konference EUCAPA 2018 jsme během tří dnů vyslechli řadu příspěvků z oblasti výzkumu v APA a úspěchů na poli praxe a navíc jsme měli možnost některé aktivity vyzkoušet na vlastní kůži. Šlo například o fotbal pro nevidomé, basketbal na vozíku, modifikovanou atletiku a řadu dalších

aktivit. Máme-li hodnotit osobní přínos pro nás, pedagogy z praxe, shodli jsme se na tom, že i díky studiu ATV na FTK UP v Olomouci pro nás byla konference dosti rozporuplná. Na jednu stranu jsme si říkali, proč zde některé údajně světové kapacity APA prezentují věci, se kterými jsou u nás obeznámeni studenti na bakalářském studiu APA, ale na druhou stranu jsem byl pyšný na to, že jsem studoval v Olomouci a mohu říct ANO, jsme dál než mnoho lidí tady v sále.

Samotná stáž na pracovišti ve Worcesteru byla velmi zajímavá. Seznámili jsme se prostřednictvím



Kena Blacka a jeho spolupracovníků s modelem APA ve Velké Británii, který se od našeho českého modulu zas tak neliší. Neformálně jsme měli možnost bavit se o studiu na univerzitě ve Worcesteru, o dobrovolnictví, o inkluzi a narazili jsme i na společné známé z fotbalového týmu pro sportovce se zrakovým postižením v Bučovicích, kteří se účastnili turnaje konaného právě ve Worcesteru. Všechna univerzitní zařízení jsme si prošli a navíc jsme se účastnili tréninku kriketového týmu nevidomých sportovců.

Sečteno podtrženo byla stáž intenzivní, přínosná a obohacující. Pokud by se příležitost opakovala, neváhali bychom ji využít. ■

# 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 ve 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 speciálněpedagogickém centru, případně v dalších centrech 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](http://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 práce (nejen) s osobami se speciálními potřebami je obsah studia zaměřen na:

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

Studium je zpřístupněno i pro osoby se zdravotním postižením.

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

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

### **PROFIL ABSOLVENTA ATV – BAKALÁŘ**

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

- asistent pedagoga;
- specialista pro práci v centrech speciálních, výchovných a 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;
- speciálněpedagogický pracovník zaměřený na APA;
- řídicí pracovník na pozici: instruktor, organizátor, poradce pro pohybové aktivity v zařízeních sociálních služeb a v 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

## Vojmír Srdečný a Kladrubské hry – počátky sportu osob s tělesným postižením v Československu

### *Vojmír Srdečný and the Kladruba Games – the beginning of sport for people with physical disability in Czechoslovakia*

Jitka Vařeková, Irena Parry Martínková, Jim Parry, Roman Reismuller,  
Klára Dařová, Pavel Strnad  
FTVS UK, Praha

#### ABSTRAKT

**Východiska a cíle:** Vojmír Srdečný je jedinečná osobnost v oblasti české rehabilitace, aplikovaných pohybových aktivit a zdravotní tělesné výchovy. Stál u zrodu prvních organizovaných soutěží osob s tělesným postižením v Československu. V předkládaném článku nabídneme pohled na osobnost Vojmíra Srdečného a jeden z významných milníků rozvoje sportu osob se zdravotním postižením: založení Kladrubských her.

**Metodika:** Rešeršní studie vychází z dostupných monografií, odborných článků i osobní konzultace s dr. Srdečným a novodobými organizátory her.

**Výsledky:** Vojmír Srdečný se narodil v Albrechticích nad Orlicí (okres Rychnov nad Kněžnou) v rodině se vztahem k pohybu (otec založil místní oddíl Sokola). Učitel František Škvára podnítl jeho vztah k tělesné výchově a Srdečný se rozhodl stát učitelem TV. Jeho studium ale bylo přerušeno válkou, kdy byl nejprve v koncentračním táboře a pak vykonával pomocné práce. Po válce dokončil studium a nastoupil v Rehabilitačním ústavu Kladruba, kde usiloval o začlenění sportu do režimu ústavní léčby. Tyto snahy vyvrcholily uspořádáním tzv. Kladrubských her. První Kladrubské hry trvaly 10 dní, 15.–24. dubna 1948, za účasti 82 závodníků. Soutěžit bylo možné v disciplínách sportovních, kulturních a ústavních. Po dvou ročnících bylo konání her zastaveno a obnoveno až po 10 letech. V letech 1960–2002 se konaly hry 2× ročně. Hry se konají dodnes. V Československu se konaly i další hry v rehabilitačních ústavech pro dospělé: Severomoravské a Hrabýňské. Od roku 1959 byly organizovány Celostátní hry tělesně postižené mládeže. Od roku 1973 se pak konaly troje další hry pro mládež: Košumberské, Lipnické a Jinolické.

Kromě řady jiných aktivit Srdečný podporoval i účast českých sportovců na zahraničních soutěžích, působil na vysokých školách a publikoval stovky odborných textů. Je nositelem významných vyznamenání.

**Závěry:** Vojmír Srdečný se významně zasadil o počátky sportu osob se zdravotním postižením v Čechách. Jím založené Kladrubské hry tvoří významnou stopu v paralympijské historii. Konaly se o tři měsíce dříve než i obdobné hry ve Stoke Mandeville ve Velké Británii.

**Klíčová slova:** paralympijský sport, aplikované pohybové aktivity, historie sportu, rehabilitace.

#### ABSTRACT

**Background and objectives:** Vojmír Srdečný is a unique personality in the field of Czech rehabilitation, adapted physical activity and health related physical education. This article will offer an overview of his life and activities and one of the important milestones in the development of sports for people with physical disabilities: the foundation and development of the Kladruba Games.

**Methods:** The study is based on literature and interviews – monographs, articles and primary documents; and personal consultations with Dr. Srdečný and contemporary Games organizers.

**Results:** Vojmír Srdečný was born in Albrechtice nad Orlicí (in the district Rychnov nad Kněžnou) in a family with a background in movement activities (his father founded a Sokol unit there). His teacher František Škvára stimulated his relationship with physical education and Srdečný decided to become a PE teacher. His studies, however, were interrupted by the Second World War, when he was first in a concentration camp and then underwent directed work. After the war, he completed his studies and joined the Rehabilitation Institute of Kladruba, where he sought to integrate sport into the regime of institutional treatment. These efforts culminated in the organization of the Kladruba Games. The first Games lasted for 10 days, April 15–24, 1948, and were attended by 82 competitors. Competitions

*were held in sports, cultural activities and constitutional disciplines. After two years, the games were stopped by the communist authorities and only restored after 10 years. Between 1960 and 2002, Games took place twice a year, and are still held today, having recently celebrated their 100th edition. Other games were held in Czechoslovakia in rehabilitation centres for adults: North Moravian Games and Hrabyně Games. Since 1959, the National Games for Youth with Disability have been organized, and since 1973, three other games for young people have been held: Košumberk Games, Lipnice Games and Jinolice Games. Besides a number of other activities, Srdečný also supported the participation of Czech athletes in foreign competitions, worked at universities and published hundreds of expert texts. He was many times awarded for his work.*

**Conclusions:** *Vojmír Srdečný has significantly promoted the beginnings of sport for people with physical disabilities in Czechoslovakia. The Kladruba Games constitute a significant trace in Paralympic history, having taken place three months earlier than similar games in Stoke Mandeville in the UK.*

**Keywords:** *paralympic sport, adapted physical activity, sport history, rehabilitation.*

## ÚVOD

Historie sportu osob se zdravotním postižením tvoří v dějinách sportu relativně mladou kapitolu. Zatímco první doložené sportovní události se konaly již ve starověku, pro sportovce se zdravotním postižením se možnost poměřit své síly při organizovaném sportu otevírá až koncem 19. století a teprve v polovině 20. století se začíná psát historie pravidelných soutěží (Reismüller & Parry, 2017). Objevují se nejprve ojedinělé závody a následně velké množství soutěží na různých úrovních, které posléze vyústily v konání paralympijských her, deaflympiád, speciálních olympiád, global games aj. V předkládaném historickém přehledu se více zaměříme na jeden z významných milníků rozvoje sportu osob s tělesným postižením: založení Kladrubských her PhDr. Vojmírem Srdečným.

## METODIKA

Z hlediska metodiky převládá strategie analytická a historická. Analytická metoda spočívá v rozboru tématu historie sportu osob s tělesným postižením v Československu ve 20. století, a to zejména ve vztahu k tématu Kladrubských her a osobnosti jejich zakladatele Vojmíra Srdečného. Z hlediska historického přístupu byly významným zdrojem informací dostupné monografie, odborné články i záznamy rozhovorů v tisku. Významným zdrojem informací byla osobní konzultace s dr. Srdečným.

## VÝSLEDKY

### Osobnost PhDr. Vojmíra Srdečného

Vojmír Srdečný se narodil 6. října 1919 v Albrechticích nad Orlicí v okrese Rychnov nad Kněžnou ve východních Čechách (dnes Královéhradecký kraj). Jeho otec byl zakladatelem místní sokolské jednoty a byl režisérem ochotnického divadla. K Sokolu měl Srdeč-

ný blízko a v roce 1938 se účastnil všesokolského sletu v Praze (Srdečný, 2017a, 2017b, 2018; Ješina 2016).

Při studiu na reálném gymnáziu v Kostelci nad Orlicí byl kvůli potížím se zády zařazen do nápravného tělocviku. Jeho učitelem byl František Škvára, zakladatel zdravotní tělesné výchovy v Československu. V té době jako zanícený odborník čerpal inspiraci z německé a švédské literatury a šířil principy cvičení na uvolňování a posilování svalstva, podporu držení těla a další zdravotní účinky (Strnad & Srdečný, 2017). Srdečný na tuto zkušenost velmi vzpomínal a uváděl ji jako významnou pro rozhodnutí následovat svého učitele v profesi tělocvikáře (Musilková, 2018). S tímto cílem byl v roce 1939 přijat ke studiu učitelství tělesné výchovy, které však byl donucen předčasně opustit po pouhých pěti týdnech, kdy do jeho osudu zasáhly události druhé světové války. Studentské nepokoje probíhaly v Praze tehdy již od 28. října, ale Srdečný se účastnil až 15. listopadu pohřbu Jana Opletala na Albertově. 17. listopadu 1939 byl v časných ranních hodinách spolu s dalšími studenty zatčen gestapem na Švehlově koleji (zatýkání probíhalo i na Masarykově a Hlávkově koleji), převezen nejprve do ruzyňské věznice a poté deportován do koncentračního tábora Sachsenhausen-Oranienburg. Po jednom roce, jednom měsíci a jednom dni byl 20. prosince 1940 propuštěn, nicméně tato zkušenost ho celoživotně ovlivnila. Po válce, v letech 1945–1947, vypracoval s V. Janečkem evidenci studentů deportovaných 17. listopadu a i dále se celoživotně angažoval v Českém svazu bojovníků za svobodu, Mezinárodní skupině Sachsenhausen, přispíval organizací vzpomínkových akcí, spoluprací s organizací Živá paměť a podobně (Srdečný, 2017a, 2017b, 2018).

Po návratu z koncentračního tábora pracoval Srdečný nejprve jako praktikant na požárním oddělení, v albrechtické pojišťovně a následně byl nasazen na práci v Říši. Nakonec se mu ale shodou okolností podařilo získat práci v německé továrně Guss und Metalgesellschaft v Holicích u Pardubic (Srdečný, 2017a, 2017b, 2018).



Po válce Srdečný pokračoval ve zkráceném 2,5letém studiu tělesné výchovy na Ústavu pro vzdělání profesorů tělesné výchovy při Univerzitě Karlově v Praze (Hroza & Portel, 2000). (Tento ústav vzdělával učitele TV v letech 1945–1948, než byl včleněn pod Pedagogickou fakultu UK.) Samostatná vysoká škola TV vznikla roku 1953 pod názvem Institut tělesné výchovy a sportu. Od roku 1965 došlo ke změně na Fakultu tělesné výchovy a sportu (FTVS), tedy jednu z fakult Univerzity Karlovy (Dobry, 2003). Zajímavou praxi a životní zkušenost získal Srdečný také jako vychovatel válečných sirotků v rámci 3měsíčního pobytu v Adelbodenu ve Švýcarsku. Účastnil se konkurzu, v němž byla požadavkem znalost němčiny, francouzštiny, hry na hudební nástroj a společenské vychování. S 80 dětmi tenkrát jeli 4 vychovatelé (Musílková, 2018).

Od 1. září 1947 byl jako ještě nedostudovaný učitel zaměstnán v nově otevřeném RÚ Kladruby. Studium zakončil poslední státní zkouškou v prosinci roku 1947. V RÚ Kladruby se Srdečný od počátku svého působení snažil o začlenění pohybových aktivit sportovního charakteru do režimu ústavní léčby. Jedním z motivačních prostředků byly i organizované sportovní soutěže, které posléze vyústily v konání Kladrubských her (Srdečný, 2017a, 2017b, 2018).

V roce 1949 proběhla v RÚ kontrola komisí Ministerstva zdravotnictví, po níž následovalo vyřazení sportu z programu péče o pacienty, protože byl považován za nevhodnou součást rehabilitace. Propuštění Vojmíra Srdečného z pracovního poměru v Kladrubech využil univerzitní profesor neurologie MUDr. Miroslav Šercl, DrSc., povolal Srdečného ke spolupráci v Rehabilitačním ústavu ve Velkých Losinách, ústavu zaměřeného na léčbu následků dětské obrny (poliomyelitis, infekční onemocnění, kterým v padesátých letech před zahájením vakcinace onemocněly v Čechách desetitisíce dětí). Tyto lázně nepatřily pod Ministerstvo zdravotnictví, a proto zde bylo možné sportovní aktivity využívat. Nastoupil tam po absolvování pětiměsíční vojenské služby ve Vyškově (Srdečný, 2017b, 2018).

Práce s dětmi pro něj byla nová, jeho hry a soutěže se však u malých pacientů rychle ujaly. Srdečný zde působil po dobu deseti let a mimo jiné zde zavedl i Losinské hry (Musílková, 2018).

Po návratu do Kladrub v roce 1959 Srdečný navázal na své předchozí snažení, uspořádal několik dalších ročníků Kladrubských her (Srdečný, 2017a, 2017b, 2018). Ke Kladrubským hrám má PhDr. Srdečný blízko do dnešní doby a i přes pokročilý věk přišel osobně podpořit i jejich 100. konání v roce 2017 (Komárková, 2017; Srdečný, 2017a).

Po roce 1964 nastoupil dr. Srdečný novou dráhu vysokoškolského učitele. V letech 1964–1985 působil na katedře tělesné výchovy Pedagogické fakulty v Hradci Králové (vyučoval zdravotní tělesnou výchovu, turistiku a sport zdravotně postižených), od roku

1990 pak působil na Vyšší odborné škole Palestra v Praze. PhDr. Srdečný také dlouhodobě spolupracuje s UK FTVS, zejména s kolegy a kolegyněmi z katedry zdravotní TV a tělovýchovného lékařství. Významná byla i jeho dlouholetá práce v komisi pro zdravotní tělesné výchovy v České asociaci sport pro všechny (Srdečný, 2017a, 2017b, 2018; Srdečný 1919, 2000).

Srdečný podporoval rozvoj sportu zdravotně postižených v Československu a usiloval o možnost účasti našich sportovců na paralympijských hrách. V roce 1980 byl vedoucím československé výpravy na hrách v nizozemském Arnhemu (tyto hry byly zpětně uznány jako paralympijské). Ačkoli podle Srdečného podmínky byly vskutku amatérské (vypůjčené fotbalové dresy, doprava osobním vozidlem), výprava získala na hrách 2 medaile (Jirička, 2009).

Celkově dr. Srdečný publikoval přes 350 statí v odborném tisku v Československu i v zahraničí, přednášel a publikoval učební texty v oblasti zdravotní tělesné výchovy, turistiky a sportu tělesně postižených a texty vztahující se k 17. listopadu 1939 (Srdečný, 1974, 1977, 1978, 2017b).



Zdroj: Lukáš Bība, <https://zpravy.aktualne.cz/domaci/oceneny-telocvikar-prezil-koncentracni-tabor-ucil-deti-po-am/r~ead39df6f5c511e585490025900fea04/?redirected=1544623441>

Dr. Vojmír Srdečný byl oceněn řadou vyznamenání. Od prezidenta Edvarda Beneše v roce 1946 převzal Československý válečný kříž. Je nositelem Pamětního odznaku druhého národního odboje (1947), titulu Zasloužilý mistr turistiky od ÚV ČSTV (1981) a Vzorný učitel (Ministerstvo školství ČSSR, 1985), zlaté medaile Miroslava Tyrše (2009), pamětní medaile Českého svazu bojovníků za svobodu II. stupně (2010), Ceny ČAAPA (uvedení do síně slávy 4. 4. 2014), pamětní medaile Josefa Hlávky (17. 11. 2015) a medaile MŠMT ČR I. stupně za dlouholetou vynikající pedagogickou činnost a statečný občanský postoj v době nacistické okupace (2016), medaile Vysoké školy tělesné výchovy a sportu Palestra za celoživotní podporu zdraví, významné celospolečenské působení a reprezentaci školy

(2016) a titulu čestný člen České asociace sport pro všechny za mimořádný přínos k rozvoji tělovýchovy a sportu (2017) (Horčíčková, 2017; Srdečný, 2017b).

Do současnosti je Vojmír Srdečný aktivním členem Českého svazu bojovníků za svobodu (ČSBS), před-

sedou historické skupiny 17. listopadu 1939 v rámci ČSBS, místopředsdou Sdružení osvobozených politických vězňů a pozůstalých. V letech 2009–2015 byl členem mezinárodní organizace Comité International de Sachsenhausen (CIS) (Srdečný, 2017b).

**Tabulka 1** Základní životopisná data dr. Vojmíra Srdečného

1919, 6. října	narozen v Albrechticích nad Orlicí
1939	zahájení studia v Praze, zatčení gestapem
1939–1940	pobyt v koncentračním táboře
1940–1945	práce pro pojišťovací společnost, práce v továrně
1945–1947	pokračování ve studiu, práce na záznamech o deportovaných studentech v r. 1939
1947, 1. září	nástup v RÚ Kladruby
1948, 15.–24. dubna	první Kladrubské hry
1949	druhé Kladrubské hry, propuštění Srdečného z RÚ Kladruby
1949	pětiměsíční vojenská služba u tankistů ve Vyškově
1949–1959	práce v lázních Velké Losiny s dětmi po dětské obrně, organizace Losinských her
1959	opětovné zaměstnání v Kladrubech
1964–1985	odborný asistent na Pedagogické fakultě UK v Hradci Králové
1990–dosud	výuka a spolupráce v oblasti ZTV s Vysokou školou tělesné výchovy a sportu Palestra, Praha
2014	Cena ČAAPA, uvedení do síně slávy za celoživotní práci v rehabilitaci, APA a zdravotní tělesné výchově
2017	čestný člen České asociace sport pro všechny

### Počátky sportovních soutěží sportovců se zdravotním postižením v českých zemích

Ačkoliv se první sportovní soutěže jedinců s tělesným postižením objevují již koncem 19. století, v českých zemích započal rozvoj sportovní činnosti osob s tělesným postižením až po druhé světové válce v rehabilitačních ústavech (Kladruby, Velké Losiny). Zpočátku se jednalo pouze o soutěže v rámci jednotlivých institucí, poté však byly pořádány i soutěže mezi ústavami, v krajích a oblastech. Vzhledem k velkému zájmu došlo posléze i k pořádání celostátních přeborů a účasti na mezinárodních soutěžích u nás i v zahraničí (Srdečný et al., 1978, 1977).

Srdečný (1977) definuje následující charakteristiky, které by měly být respektovány při organizaci sportovních soutěží: předběžné vyhlášení, řádná organizace, hodnocení dosažených výsledků podle platných pravidel a zaznamenání u příslušných institucí. Mezi specifické znaky sportu řadí specializaci, bojovnost a soutěživost. U sportovních her je to pak bojovnost, kolektivnost, soutěživost a emocionálnost.

Srdečný (1977) uvádí, že rehabilitačního efektu při sportovních hrách může být dosaženo téměř bezděčnou činností, poněvadž vůle a pozornost jsou zaměřeny na úspěšné zakončení pohybového úkolu a celkový průběh her, kdy je nezbytné zachovávat všechna pravidla. Rozvíjejí a upevňují se pohybové návyky, ale je zde i vliv na rozvoj volných vlastností: iniciativnost,

rozhodnost, samostatnost, kázeň, sebeovládání a týmová spolupráce.

Za nejzajímavější milník v historii organizovaných soutěží ve sportu tělesně postižených považujeme organizaci prvních **Kladrubských her** dne 15. dubna 1948 (Srdečný, 1948, 2001) a právě těmto hrám bychom rádi věnovali větší pozornost v předkládaném článku.

Poté se začaly konat hry i v dalších rehabilitačních ústavech. Vedle Kladrubských her to byly Severomoravské hry a Hrabyněské hry. Jak napsal Srdečný (1977): „zařazením sportovní činnosti do celkové rehabilitační léčby se získávají nemocní k pravidelnému pěstování tělesné výchovy a sportu, zlepšuje se a upevňuje jejich fyzická zdatnost, rozvíjejí důležité tělesné vlastnosti – síla, rychlost, obratnost a vytrvalost. Nemocní se připravují, aby po propuštění z rehabilitačních ústavů byli schopni tělovýchovné a sportovní činnosti i produktivní práce.“

**Severomoravské hry** v RÚ Chuchelná u Opavy byly zahájeny v roce 1962. **Hrabyněské hry** v nově vybudovaném RÚ v Hrabyni u Opavy byly zahájeny v roce 1975.

Ve všech třech RÚ se soutěžilo v plavání, atletice, vzpírání, stolním tenisu, ruském kuželníku, případně lukostřelbě.

O několik let později došlo k realizaci prvních větších organizovaných soutěží též pro děti a mládež s tělesným postižením.



Zdroj: [https://img19.rajce.idnes.cz/d1902/1/1988/1988913\\_43236753773110975fae33cbd20c84c9/images/12\\_-\\_1979.JPG?ver=0](https://img19.rajce.idnes.cz/d1902/1/1988/1988913_43236753773110975fae33cbd20c84c9/images/12_-_1979.JPG?ver=0)

Od roku 1959 byly organizovány **Celostátní hry tělesně postižené mládeže**, které se dále konaly nejprve jednou a později dvakrát ročně. Srdečný (1977) uvádí, že soutěže probíhaly v kategoriích žactva a dorostu, v oblasti kulturní a sportovní. Kulturní část byla rozdělena na soutěže tvůrčí a reprodukční. Sportovní část zahrnovala kolektivní hry i individuální sportovní disciplíny (atletika, ruský kuželník, lukostřelba). Účastníci byli rozděleni podle věku a pohlaví.

Od roku 1973 se pak konaly hry ve třech dalších léčebnách. **Košumberské hry** zahájily svoji tradici v tehdy pojmenované Gottwaldově dětské léčebně pohybových poruch v Luži-Košumberku. V roce 1973 se her zúčastnili malí pacienti z 5 ústavů. Při třetím ročníku v roce 1975 již byla i účast ze zahraničí. Účastníci byli rozděleni do kategorií podle postižení (na neurologické a ortopedické). Soutěžilo se v lukostřelbě, atletice, v překážkovém běhu a ve vybíjené.

**Lipnické hry** se konaly v Léčebně ortopedických vad v Lipnici nad Sázavou. Soutěžní disciplíny zde byly doplněny o plavání.

**Jinolické hry** byly uspořádány Svazem invalidů okresu Liberec v Jinolicích u Jičina v pionýrském táboře. Kromě atletických disciplín a lukostřelby zde byla zahržena i střelba z malorážky a kolektivní hry (Srdečný, 1977).

Již v roce 1977 zdůrazňuje Srdečný rozdíl mezi sportem tělesně postižených a léčebnou tělesnou výchovou a publikuje tabulku s hlavními rozdíly (ačkoli pro obě oblasti vnímá nezbytnou kontrolu lékaře (citováno Srdečným z publikace Lorenzena a Rosslenebroicha: Zur Theorie und Praxis des Versehrten sports z roku 1968, viz tabulka 2).

**Tabulka 2** Rozdíly mezi sportem tělesně postižených a léčebnou tělesnou výchovou (Srdečný, 1977)

Sport tělesně postižených	Léčebná tělesná výchova
součást tělesné výchovy	součást léčebné rehabilitace
veden sportovním pedagogem	vedena rehabilitačním pracovníkem
aktivizace účastníků	pacient je ošetřován, účastní se pasivně nebo částečně aktivně
prováděn postiženým dobrovolně, iniciativně	lékařem ordinována
pravidelný, časově neomezený, s dlouholetou účastí	část klinického ošetření, časově omezena
prováděn trvale, s radostí z pohybu	nutné ukončení po zhodnocení zdravotního stavu, většinou očekáváno s radostí

### Kladrubské hry – jak to všechno začalo

Roku 1947 se otevřel rehabilitační ústav v Kladru-bech a poprvé přivítal první pacienty. Dne 1. září 1947 nastoupil do rehabilitačního ústavu mladý učitel tělesné výchovy Vojmír Srdečný a záhy začal usilovat o to, aby se pohybové aktivity staly nedílnou součástí rehabilitace u léčených pacientů s různými formami tělesného postižení. Srdečný získal podporu k nákupu sportovních pomůcek a náčiní a snažil se o založení sportovního klubu. Sportovní činnost se stala součástí komplexní rehabilitační péče a objevila se i myšlenka zrodu institucionálních „sportovních her“ pro pacienty. Díky této iniciativě se mohly 15. dubna 1948 uskutečnit první Kladrubské hry pro tělesně postižené (Srdečný, 1948, 2001; Reismüller & Parry 2017).

V různých pramenech se liší informace o postoji léčených pacientů ke sportu v rehabilitaci. Někde jsou

zmínky o pozitivním přijetí (nadšení ze strany mnohých pacientů i personálu), jindy spíše o postojích ambivalentních. Dr. Srdečný vzpomíná na situaci, kdy po chodbách rehabilitačního ústavu chodil s atletickým náčiním a slyšával u pacientů věty: „Kluci, dejte si bacha, už jde, zase nás bude honit.“ Postupem času se hry stávaly stále populárnějšími (Seidl, 2016).

### První a druhé Kladrubské hry

První Kladrubské hry trvaly celých 10 dní, 15.–24. dubna 1948, za účasti 82 závodníků. Hry byly zahájeny fanfárami Frída Bílého při nástupu závodníků a slavnostním projevem ředitele ústavu (Srdečný, 2003). Soutěžící/pacienti byli rozděleni do čtyř základních skupin dle druhu a míry zdravotního postižení (viz tabulka 3).

**Tabulka 3** Rozdělení soutěžících do skupin podle míry zdravotního postižení na prvních Kladrubských hrách v roce 1948

skupina A	postižení horní končetiny
skupina B	postižení dolní končetiny
skupina C	amputace dolní končetiny
skupina D	paraplegie dolních končetin

Program her byl rozdělen do 3 částí: sportovní, kulturní a ústavní (Beran, 1974; Jarošová, Beran, & Ján, 1996; Srdečný, 1948; Srdečný, 2003):

1. **Sportovní část** zahrnovala řadu rozdílných disciplín pro ženy a pro muže.

Muži soutěžili v následujících disciplínách: vrh koulí, hod medicinbalem, hod šípkami na terč, střelba na koš, plavání, skoky do vody, výdrž pod vodou, skok vysoký, skok daleký, chůze na 3 km, běh na 1 km, přespolní běh na 3 km, stolní tenis, palubní hra (pozn. autorů: význam termínu „palubní hra“ se bohužel nepodařilo zjistit v odborných pramenech ani u pamětníků) (Beran, 1974; Jarošová, Beran, & Ján, 1996; Srdečný, 1948; Srdečný, 2003.).

Ženy se účastnily následujících disciplín: hod medicinbalem, hod šípkami, střelba na koš, skok vysoký, skok daleký, stolní tenis, palubní hra.

2. **Kulturní část** obsahovala soutěže hudební, výtvarné, básnické, šachy, dámu, recitaci a zpěv.

3. **Ústavní část** zahrnovala soutěž ve slušnosti, pořádku na odděleních, v docházce na cvičení.

Druhé Kladrubské hry se uskutečnily 9.–23. července 1949 za účasti 95 soutěžících. Byly zahájeny nástupem všech účastníků her a pronesením slavnostní proklamací, při které byl připomenut pravý účel těchto her. Oproti hrám předchozím byl sportovní pro-

gram rozšířen o utkání měst a venkova v řadě disciplín (Zpráva o II. hrách Kladrubských, 1949). Změnil se i výběr disciplín. Zcela odpadla ústavní část a ze sportovních disciplín výdrž pod vodou a vrh medicinbalem. Vyřazené disciplíny byly nahrazeny hodem míčkem s poutkem a vzpíráním 25 kg a 13 kg na maximální počet provedení (Beran, 1974).

Nicméně do dalšího osudu Kladrubských her se brzy začal promítat celospolečenský vývoj. Komunistický režim po roce 1948 spíše vytlačoval osoby s postižením na pokraj společnosti a ani rozvíjející se počátky sportu zdravotně postižených v Rehabilitačním ústavu Kladruhy nenašly svoji podporu. Již po ukončení druhého ročníku byly Kladrubské hry roku 1949 při kontrole ministerstva zdravotnictví zakázány. Sekční ředitelka ministerstva zdravotnictví tenkrát vykla památnou větu: „Sport mně do rehabilitace nepleťte.“ Následně byl Vojmír Srdečný nucen ústav v Kladru-bech opustit a poté začal působit ve Velkých Losinách (Seidl, 2016; Srdečný, 2003, 2017a, b).

#### Kladrubské hry po roce 1959

Roku 1959, tj. 10 let po ukončení druhých her, se situace v rehabilitačním ústavu uklidnila, Vojmír Srdečný se mohl vrátit a mimo jiné obnovit tradici Kladrubských her. Ty třetí v pořadí byly zahájeny 1. září 1959. Již při těchto hrách nastává znatelný rozdíl ve skladbě soutěží, kdy dochází k novému sestavování soutěží do troj- nebo čtyřbojů. Do programu her byly zařazeny i nové disciplíny: střelba z malorážky a šplh na 3m laně (Beran, 1974; Srdečný, 2001, 2000).

Roku 1960 došlo k rozdělení her na jarní a podzimní část. Pořádání her dvakrát ročně vydrželo až do roku 2002 (Balzar, 1968). Tabulka 4 ukazuje podrobný přehled dochovaných záznamů o datech konání a počtu účastníků Kladrubských her v letech 1948–1973.

**Tabulka 4** Přehled Kladrubských her 1948–1973 (Srdečný, 1974)

	Datum	Účast		Datum	Účast		Datum	Účast
I.	15. 4.–24. 4. 1948	82	XI.	22. 6.–26. 6. 1964	178	XXI.	29. 5.–30. 5. 1969	135
II.	9. 7.–23. 7. 1949	95	XII.	23. 9.–26. 9. 1964	167	XXII.	22. 9.–26. 9. 1969	122
III.	1. 9.–12. 9. 1959	166	XIII.	26. 5.–29. 5. 1965	127	XXIII.	15. 5.–16. 5. 1970	129
IV.	14. 6.–25. 6. 1960	170	XIV.	20. 9.–22. 9. 1965	157	XXIV.	21. 9.–25. 9. 1970	139
V.	19. 10.–22. 10. 1960	179	XV.	25. 5.–27. 5. 1966	140	XXV.	27. 5.–28. 5. 1971	121
VI.	25. 5.–10. 6. 1961	189	XVI.	6. 9.–8. 9. 1966	138	XXVI.	23. 9.–24. 9. 1971	130
VII.	9. 10.–31. 10. 1961	176	XVII.	24. 4.–27. 4. 1967	139	XXVII.	18. 5.–19. 5. 1972	135
VIII.	4. 6.–8. 6. 1962	184	XVIII.	20. 9.–22. 9. 1967	173	XXVIII.	28. 9.–29. 9. 1972	145
IX.	24. 9.–28. 9. 1962	181	XIX.	24. 4.–26. 4. 1968	156	XXIX.	24. 5.–25. 5. 1973	136
X.	1. 7.–6. 7. 1963	185	XX.	28. 8.–30. 8. 1968	142	XXX.	28. 9.–29. 9. 1973	147

Záznamy z ročníků 1974–1981 se nepodařilo v archívech ani v knižních publikacích dohledat. Od roku 1982 se hry konaly nepřetržitě, pouze při minimálních změnách ve sportovním programu. V roce 1997 se uskutečnil již 75. ročník Kladrubských her při příležitosti oslav 50. výročí vzniku Rehabilitačního ústavu Kladruhy.

nách ve sportovním programu. V roce 1997 se uskutečnil již 75. ročník Kladrubských her při příležitosti oslav 50. výročí vzniku Rehabilitačního ústavu Kladruhy.

### Proměny Kladrubských her v roce 2006

V roce 2006 se organizace her zásadním způsobem změnila. Největší změnou bylo rozdělení všech účastníků do 4 týmů, ve kterých byly zastoupeny všechny soutěžní kategorie (do té doby se na hrách soutěžilo pouze za jednotlivce). Změnila se i podoba zmíněných soutěžních kategorií – vedle míry postižení byla zohledněna i úroveň možného zatížení pacienta vzhledem k jeho schopnostem, dovednostem a zdravotnímu stavu. V rámci základních kategorií A–E se objevilo vnitřní členění: Z = začátečníci, S = středně pokročilí a P = pokročilí (viz tabulka 4). Soutěžní kategorie po roce 2006 byly následující:

- A) postižení na horních končetinách (s postižením rukou, loktů, ramen),
- B) postižení na dolních končetinách (s postižením hlezem, kolen P, vertebro P),
- C) méně mobilní (skupiny hemiparéz, paraparéz, s postižením kyčlí, vertebro S + Z, kolen Z),
- D) vozičkáři (skupina žíněnky),
- E) imobilní (vozičkáři, kteří nejsou zařazeni do žádného skupinového cvičení).

Další změnou roku 2006 bylo zrušení většiny atletických disciplín. Výjimkou byl pouze štafetový závod a orientační běh (Foxová, 2017; Srdečný, 2003).

Kladrubské hry do svého programu v současnosti zahrnují i exhibice reprezentačního týmu tělesně postižených basketbalistů, s nimiž si účastníci her mohou poměřit síly v basketbalu.

Podstatným kritériem pro Kladrubské hry je snaha vtáhnout do hry každého klienta ústavu, a mají tak významnou funkci socializační. Již od prvních ročníků je účast na hrách velmi hojná. V současnosti se počet obvykle pohybuje v rozmezí 150–200 sportovců (Foxová, 2017).

### Současnost Kladrubských her

Zcela mimořádnou událostí v historii Kladrubských her bylo jejich jubilejní 100. konání. Hry probíhaly od úterý 23. května do pátku 26. května 2017 a měly vedle sportovního i oslavný charakter. Vedle pestrého sportovního programu probíhal i program kulturní a společenský (slavnostní zahájení a ukončení her, exhibice, hudební a taneční zábava, ohňostroj).

Této akce se zúčastnil i tehdy 97letý dr. Vojmír Srdečný (Komárková, 2017).

V letošním roce se konaly 101. Kladrubské hry, v době 22.–25. května 2018. Kladrubské hry stále čerpají ze své tradice (slavnostní nástup, disciplíny jako kuželky či atletická štafeta), ale nabízejí i soutěže nové (hry na herních konzolách) a zábavné či netradiční (chůze vpřed i vzad v bazénu týmů spojených pěnou „žížalou“, plavání s balónky). Kladrubské hry tak podporují týmového ducha a radost ze společně stráveného času (Kellner, 2018).



Zdroj: <http://www.rehabilitace.cz/seniori/o-nas/fotogalerie/2017/100-kladrubske-hry-2017-37cs.html>

### DISKUZE

Ve sportu osob se zdravotním postižením jsou v současné době běžně za nejnámější hry označovány paralympijské hry. Za významný okamžik těchto her bývá udáván jejich vznik – první hry se konaly dne 29. července 1948 ve Stoke Mandeville a jejich otcem je dr. Ludwig Guttmann (IPC, 2018). Za datum organizace těchto her bylo zvoleno datum olympijských her a to jistě posléze přispělo k dalšímu rozvoji těchto her v mezinárodní hry a ve vznik her paralympijských. Nicméně při porovnání původních her v Kladrubech a Stoke Mandeville v roce 1948 lze právem říct, že české Kladrubské hry v mnoha aspektech Stoke-Mandevillské hry předčily. Oboje hry mají své zajímavé paralely i své významné rozdíly.

Je zajímavé, že oproti tvrzení o prvenství Stoke-Mandevillských her v oficiálním zdroji, se Kladrubské hry konaly o 3 měsíce dříve (IPC, 2018; viz také Reismüller & Parry, 2017). Ani 1. Kladrubské hry však nebyly prvními hrami pro jedince se zdravotním postižením či prvními hrami zorganizovanými pro vozičkáře (Anderson, 2001, 86). Tento fakt nereflexuje oficiální tradice (IPC, 2018) a mnohdy ani česká média, která v souladu s dnešní oficiální verzí říkají, že: „Paralympijské hry, které byly v neděli slavnostně ukončeny, se v minulých dnech vrátily do míst, kde se sportovní souboje zdravotně postižených začaly rozvíjet. První organizovaná klání ve Stoke Mandeville se v roce 1948 kryla s londýnskou olympiádou.“ (Vrábel, 2012) Kladrubské hry již od svého počátku byly opravdovými hrami (tj. akcí, která obsahovala více sportovních disciplín a různé doprovodné aktivity) a trvaly plných deset dní.

Oboje hry založili muži, do jejichž osudu významně zasáhla 2. světová válka. Narodili se relativně nedaleko od sebe, i když je dělilo 10 let. Oba sdíleli myšlenku, že sport (soutěžní pohybové aktivity) může napomoci ucelené rehabilitaci (tedy zlepšení „na duchu

i na těle“) jedinců po traumatickém poškození. Jejich „hry“ vznikly v témže roce, pouhé 3 měsíce od sebe (dříve ty Kladrubské), aniž by bylo známo, že o sobě jejich zakladatelé navzájem věděli. Stoke-Mandevillské hry byly od začátku meziústavní a jejich popularita je v současnosti celosvětová. Jejich proměna v mezinárodní paralympijské hry však změnila jejich institucionální charakter. Kladrubské hry si naproti tomu uchovaly svůj původní institucionální charakter

dodnes. Svým konceptem se hry odlišují od paralympijských her rekreačním a rehabilitačním pojetím (místo výkonnostním). I když se již nesoutěží v „docházce na rozcvičku“ a „úklidu na pokojích“, disciplíny jsou především pro zábavu, zážitky a společné týmové sdílení. Širšímu rozvoji Kladrubských her v minulosti mimo jiné bezesporu bránilo i uzavření železné opony a segregace zdravotně postižených v rámci tehdejšího režimu.

**Tabulka 5** Porovnání prvních her v Kladrubech a ve Stoke Mandeville

	Kladrubské hry	Hry ve Stoke Mandeville
<b>Zakladatel</b>	Vojmír Srdečný, učitel tělesné výchovy, nar. 6. října 1919 v Albrechticích nad Orlicí (východní Čechy)	Ludwig Guttmann, lékař (chirurg), nar. 3. července 1899 v Tostu, Německo, dnes Toszek v Polsku
<b>Datum</b>	15.-24. dubna 1948	29. července 1948 (v den zahájení olympijských her v Londýně)
<b>Délka her</b>	10 dní	1 den
<b>Počet sportovců</b>	82 (muži i ženy)	16 (14 mužů a 2 ženy)
<b>Účastníci</b>	všichni pacienti z RÚ Kladruby, někteří z nich vozičkáři	zranění váleční veteráni používající vozík ze 2 institucí: Ministry of Pensions Hospital ve Stoke Mandeville a Star and Garter Home for Injured War Veterans v Richmondu (Surrey)
<b>Počet disciplín</b>	22	1
<b>Disciplíny</b>	15 sportů a dále 7 kulturních a ústavních disciplín, týmové i individuální	lukostřelba

## ZÁVĚR

PhDr. Vojmír Srdečný je bezesporu legendou české zdravotní tělesné výchovy a aplikovaných pohybových aktivit. Je zakladatelem Kladrubských a Losinských her, je autorem prvních učebnic věnujících se tělesné výchově osob se zdravotním postižením a má velký podíl na současném pojetí zdravotní tělesné výchovy. Byl to právě pan Srdečný, kdo se snažil, aby se naši sportovci se zdravotním postižením účastnili paralympiády hned od prvopočátku v roce 1960. To se podařilo prosadit až v 70. letech a na hry v nizozemském Arnhemu v roce 1980 jel jako vedoucí výpravy.

Uspořádání prvních Kladrubských her bylo významným okamžikem v paralympijské historii a 101 úspěšných konání her v letošním roce svědčí o přetrvávání jejich významu do současnosti. V jejich dlouhodobé historii se objevilo mnoho milníků, z nichž některé měly na hry zásadní význam, jiné se her z organizačního hlediska nedotkly. Politická situace se v období let 1948–2018 měnila mnohokrát. Nejvýznamnější vliv měl komunistický režim v počátcích vývoje her, kdy po druhém ročníku byly pořadatelé nuceni hry ukončit. Vůle a uklidnění politické situace dovolily Kladrubské hry obnovit, což se povedlo až roku 1959 a od té doby se hry konají dodnes.

V dnešní době mohou jedinci se zdravotním postižením pěstovat soutěžní sport na různých úrovních –

od rekreační po vrcholovou. A stejně jako u sportovců bez zdravotního postižení se na rekreační úrovni jedná především o sport pro seberealizaci, pro zdraví a pro zážitky s přáteli, udržení soběstačnosti. Sport podporuje jedince v pravidelném tréninku, který napomáhá nejen zlepšení fyzické kondice, ale i psychické odolnosti. Sport přináší možnost podstupovat námahu, překonávat překážky, účastnit se soutěží a následně se těšit ze sportovních úspěchů i překonávat neúspěchy. Má i nepopíratelný vliv na celkový životní styl. Pravidelné věnování se sportu významným způsobem napomáhá zlepšit kvalitu života u běžné populace a u jedinců se zdravotním postižením tomu není jinak (Dvořáček, Strnad, & Vařeková, 2016). Zdravotní postižení v životě jedince znamená výzvu, které čelí nejen jedinec sám, ale i jeho sociální okolí. Na cestě k úspěšnému začlenění do společnosti stojí mnoho překážek a limitů, k jejichž zdolávání je nezbytné nejen vlastní úsilí jedince, ale i příznivý postoj komunity, která vytváří vhodné prostředí pro participaci a seberealizaci (Šamšulová, Ješina, & Šmíd 2016).

## REFERENČNÍ SEZNAM

Anderson, J. (2001). *The Soul of a Nation: A Social History of Disabled People, Physical Therapy, Rehabilitation and Sport in Britain 1918-1970*. PhD thesis, De Montfort Uni-



- versity, UK. Dostupné z <https://core.ac.uk/download/pdf/2749326.pdf>.
- Balzar, M. (1968). *XX. Kladrubské hry - 28. 9. - 30. 9. 1968*. Státní ústav rehabilitační Kladruby.
- Beran, J. (1974). Historie a vývoj Kladrubských her. In *Tělesná výchova oslabených v socialistické společnosti 19. 9. - 21. 9. 1974*. Hradec Králové.
- Disability sport. (2014). *A brief history of disability sports*. Dostupné z <http://www.disabilitysport.org.uk/a-brief-history-of-disability-sports.html>.
- Dobry, L. (2003). *Ohlédnutí za padesáti lety aneb od ITVS k FTVS UK*. FTVS UK, Praha.
- Dvořáček, J., Strnad, P., & Vařeková, J. (2016). Bojová umění a sporty u vozíčkářů. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 82(5), 30–35.
- Foxová, Š. (2017) *Interview v Kladrubech 7. 3. 2017*.
- Horčíčková, Z. (2017). *Dr. Vojmír Srdečný - Čestný člen ČASPV*. Dostupné z <http://www.caspv.cz/cz/aktuality/1943-dr-vojmír-srdecny-cestny-clen-caspv.html>.
- International Paralympic Committee (IPC) (2018). *The IPC - Who we are. Paralympics - History of the Movement*. Dostupné z <https://www.paralympic.org/the-ipc/history-of-the-movement>.
- Jarošová, H., Beran, J., & Ján, T. (1996). Kladrubské hry pro tělesně postižené - minulost a současnost. In *Pohybová aktivita starších a zdravotně postižených občanů: příspěvky z konference 14. 11. - 15. 11. 1996 FTVS UK Praha*. S. 96–97. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy.
- Ješina, O. (2016). *Legenda Vojmír Srdečný - muž, který předstihl paralympijské hry*. Dostupné z <https://apa.upol.cz/uvod/legenda-vojmír-srdecny-muz-ktery-predstihl-paralympijske-hry>.
- Jiříčka, J. (2009). *Vojmír Srdečný - S bystrou myslí a čistým srdcem*. Dostupné z <https://vitalplus.org/vojmír-srdecny-s-bystrou-mysli-a-cistym-srdcem>.
- Kellner, Z. (2018). Kladrubské hry pohltily atmosférou mláde i dříve narozené. *Benešovský deník*. Dostupné z [https://benesovsky.denik.cz/zpravy\\_region/kladrubske-hry-pohltily-atmosferou-mlade-i-drive-narozene-20180525.html](https://benesovsky.denik.cz/zpravy_region/kladrubske-hry-pohltily-atmosferou-mlade-i-drive-narozene-20180525.html).
- Komárková, K. (2017). 100. Kladrubské hry. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 83(4), 47–48.
- Musílková, Z. (2018). *Vojmír Srdečný - i když člověk spadne po hubě do bláta, musí jít dál*. i60. 15. 2. 2018. Dostupné z <https://www.i60.cz/clanek/detail/19065/vojmír-srdecny-i-kdyz-clovek-spadne-po-hube-do-blata-musi-jit-dal>.
- PhDr. Vojmír Srdečný 1919, *Paměť národa*. (2000). Dostupné z <http://www.memoryofnations.eu/story/srdecny-vojmír-1919-455>.
- Reismüller, R., & Parry, J. (2017). The Kladruby Games, the Paralympics, and the pre-history of disability sport. *Acta Universitatis Carolinae Kinanthropologica*, 53(1), 79–89.
- Seidl, L. (2016). Hruzný tělocvik v koncentráku. Pamětník listopadu 1939 vzpomíná. *Týden*, 47. Dostupné z [https://www.tyden.cz/rubriky/domaci/hruzny-telocvik-v-koncentraku-pametnik-listopadu-1939-vzpomina\\_405405.html](https://www.tyden.cz/rubriky/domaci/hruzny-telocvik-v-koncentraku-pametnik-listopadu-1939-vzpomina_405405.html).
- Srdečný, V. (1948). *První Kladrubské hry 24. 4. 1948*. Státní ústav rehabilitační Kladruby.
- Srdečný, V. (1974). *Sport tělesně postižených*. Praha.
- Srdečný, V. (1977). *Tělesná výchova zdravotně oslabených*. Praha.
- Srdečný, V. (1978). *Tělesná výchova a sport paraplegiků*. Praha.
- Srdečný, V. (2001). Vývoj organizace a úspěchy tělesně postižených sportovců u nás (1961–2000). *Národní konference: „Sport v České republice na začátku nového tisíciletí“ 1. 2.-4. 2. 2001*. 421–423. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy.
- Srdečný, V. (2003). Malé jubileum. *Vozíčkář: časopis nejen pro sedící*, 12(4).
- Srdečný, V. (2017a). *Interview v Praze, 13. 3. 2017*.
- Srdečný, V. (2017b). *Životopis*. (rukopis, dle vlastních záznamů Dr. Vojmíra Srdečného přepsala Jana Folprechtová dne 17. 12. 2017).
- Srdečný, V. (2018). *Interview v Praze, 20. 7. 2018*.
- Šamšulová, D., Ješina, O., & Šmíd, M. (2016). Mapování nabídky aplikovaných pohybových aktivit volnočasových organizací v Brně. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*, 7(2), 36–44.
- Vrábel, T. (2012). Historie paralympijských her: začali to váleční veteráni. *Lidové noviny*. Dostupné z [https://sport.lidovky.cz/historie-paralympijskych-her-zacali-to-valecni-veterani-pei-/ostatni-sporty.aspx?c=A120910\\_112052\\_ln-sport-ostatni\\_vrb](https://sport.lidovky.cz/historie-paralympijskych-her-zacali-to-valecni-veterani-pei-/ostatni-sporty.aspx?c=A120910_112052_ln-sport-ostatni_vrb).
- Zpráva o II. hrách Kladrubských. (1949). *SÚD časopis závodní skupiny ROH ve státním ústavu pro doléčování v Kladrubech u Vlašimi*.

## Fenomén rovnováhy jedinců se sluchovým postižením aneb Jak je to s jejich motorikou

### *Balance as a phenomenon in individuals with hearing impairment - how the motor skills are influenced*

Kateřina Tesařová, Jitka Vařeková, Jakub Kokštejn, Klára Daďová, Eva Prokešová  
UK FTVS, Praha

#### ABSTRAKT

**Východiska:** U jedinců se sluchovým postižením uvádí řada studií současný výskyt odchylek v oblasti motoriky. Jedná se zejména o narušení hrubé motoriky. Příčina se předpokládá ve fyziologické souvislosti sluchové a rovnovážné funkce (vestibulokochleární aparát).

**Cíle:** Cílem studie bylo posouzení pohybových dovedností dětí z prvního stupně ZŠ a dětí se sluchovým postižením.

**Metodika:** Výzkumu se zúčastnilo 28 dětí (10 dívek a 18 chlapců) se sluchovým postižením ve věku od 6 do 14 let (průměrný věk  $10,0 \pm 2,1$  roků). Průměrná hmotnost dětí byla  $38,4 \pm 14,5$  kg a jejich průměrná výška  $140 \pm 16$  cm. Testování dětí se sluchovým postižením proběhlo pomocí Testu motoriky pro děti MABC-2 (Psotta, 2014; Henderson et al., 2007). Tento standardizovaný test zařazuje děti do tří barevně odlišených pásem. Zelené pásmo značí normální úroveň motorických dovedností, oranžové pásmo je pásmo rizika přítomnosti motorických obtíží a červené pásmo značí významné motorické obtíže. Test zvlášť testuje jemnou motoriku (manuální dovednosti), hrubou motoriku (míření a chytání) a rovnováhu, z nichž se vypočítává celkový testový skóre (TTS) se dvěma ekvivalenty: percentily a standardní skóre (SS). Výsledky byly porovnány s českými normami testu (Psotta, 2014).

**Výsledky:** Celkové motorické dovednosti (hrubá motorika, jemná motorika a rovnováha) byly u sledovaných dětí mnohonásobně horší než u referenčního vzorku dětí. V oblasti bez obtíží se nacházelo 43 % dětí, 21 % dětí bylo v riziku výskytu motorických obtíží (oranžové pásmo) a 36 % dětí se nacházelo v pásmu významných motorických obtíží (červené pásmo testu MABC-2). Sledované děti vykazovaly značné obtíže v dovednostech chytání a míření na cíl. Oproti předpokladu byla z motorických dovedností jejich nejsilnější stránkou rovnováha. V zeleném pásmu se u této dovednosti nacházelo 68 % dětí.

**Závěry:** Studie prokázala vyšší výskyt motorických obtíží u dětí se sluchovým postižením. Významné pohybové obtíže byly zjištěny v hrubé motorice, lehké obtíže v jemné motorice. Předpokládaný zvýšený výskyt poruch rovnováhy se nepotvrdil.

**Klíčová slova:** motorické dovednosti, sluchové postižení, MABC-2, děti.

#### ABSTRACT

**Foundations:** There is a broad evidence in present research of motoric differences in individuals with hearing impairment, especially in case of gross motor skills. The possible reasons are expected to be in physiological connection of hearing and equilibrium functions in vestibulocochlear apparatus.

**Aims:** The aim of the present study was an evaluation of motor skills of first grade children from elementary school for children with hearing impairment.

**Methods:** 28 children (10 girls a 18 boys, age 6 to 14 years ( $\bar{X}$  10,0  $\pm$  2,1) with hearing impairment participated in the study. Their average weight was  $38,4 \pm 14,5$  kg and average height  $140 \pm 16$  cm. The Movement Assessment Battery for Children - Second Edition (MABC-2) was used for testing motor skills in children with hearing impairment (Psotta, 2014; Henderson et al., 2007). This standardised tool divides participants into three zones with specific colours. The green zone - motor skills are within a normal range; the orange zone - suggests the child is at risk of having a movement difficulty; the red zone - denotes a significant movement difficulty. The assessment battery separately tests fine motor skills (manual skills), gross motor skills (aiming and catching) and balance. The Total Score is than calculated based on these. The Total Score has two equivalents - Standard Score and Percentile. Results of our study were compared with normative scores for Czech population of able-bodied children (Psotta, 2014).

**Results:** Total motor skills (balance, fine and gross motor skills) in children with hearing impairment were significantly worse compared to the reference group. There was 43 % of children in the green zone (motor skills within a normal range), 21 % of children had mild deviations (the orange zone) and 36 % of children had movement disorders (the red zone). The children with hearing impairment demonstrated severe difficulties in catching and aiming. Against our expectations, the balance was their strong point – there was 68 % of children in the green zone.

**Conclusions:** The study showed higher evidence of motor problems in children with hearing impairment. Significant problems were present in gross motor skills, mild problems were present in fine motor skills. The expected problems with balance were not confirmed.

**Keywords:** motor skills, hearing impairment, MABC-2, children.

## VOD

Rovnováha jedinc se sluchovm postiženm (dle jen SP) byla lta fenomnem ve špatnm slova smyslu. Ped realizací studie se nm zástupce ředitel jedné z pražských škol pro dítě se SP zmnil, že byly časy, kdy jedinci se SP nesmli vykonávat povolání, kde byla právě rovnováha důležitou součástí profese, jako např. vyskov práce. Osobn jej tedy motorika svěřenců a výsledky studie zajimaly.

Mnoho studií uvádí u jedinců se SP současn výskyt odchylek v motorice, což může mít souvislost s blízkostí center sluchu a rovnováhy v mozku – vestibulrn a kochleární aparát. Touto studií jsme ověřovali úroveň motoriky u dětí 1. stupně ZŠ se SP a zroven jsme zjiřřovali, kolik času tdn věnují pohybovým aktivitám. Proč je motorika u jedinců se SP oproti jedincům bez zdravotního postižen horř, je velké samostatn téma pro dalř studie.

**Sluchov postižen** kategorizuje WHO ve svých dokumentech do VIII. kapitoly s označenm H60–H95 s podnzvy *nemoci zevního ucha, nemoci vnitřního ucha a bradavkového výběžku, nemoci vnitřního ucha a jin onemocnění ucha* (MKN, 2008). Sluchov poruchy a vady mohou vycházet buď z poškození orgánu nebo funkčn poruchy části sluchového ústrojí (Slowik, 2007).

Pro vymezení jednotlivých skupin sluchového postižen nám slouží tři hlediska: *doba vzniku* postižen, jeho *lokalizace* a *intenzita* postižen (stupen či velikost sluchov ztráty). **Z hlediska doby vzniku** se obecn rozlišuje postižen vrozen a ziskan, ev. postižen vznikl v *prenatálním, perinatálním a postnatálním období* života člověka. **Z hlediska komunikace** je klčov, zda se jedná o postižen *prelingvln* nebo *postlingvln* (Langer, 2014). Ztráta ziskan prelingvln znamená poškození sluchových funkcí před ukončenm základního vývoje jazyka a řeči. K postižen dojde před fixací řeči, která je dle Horkov (2010), Slowika (2007) a Langer (2014) ukončena v 6. roce života dítěte. Postlingvln ztráta sluchu vzniká v průběhu života po ukončen základního vývoje jazyka a řeči, tedy od dětského až po seniorsk věk.

Dalřm typem členění sluchových vad je klasifikace **podle místa poškození** sluchového orgánu na vady *perifern* (vady vnějšího a strednho ucha – jedinec špatn slyř; vady vnitřního ucha, bunek či nervu – jedinec špatn rozumí) a vady *centrální* (abnormln zpracování zvukového signálu v mozku). V perifern části může být zasaženo vnější ucho (uřn boltec a zvukovod), stredn ucho (bubínek, sluchov kůstky, Eustachova trubice) nebo vnitřní ucho (rovnovžn ústrojí – labyrint a hlemýžď, tzv. kochlea). Vady a poruchy centrální části pak postihují sluchov nerv nebo mozkov centra ve spnkovm laloku (Wernickovo sensorick centrum sluchu a Broccovo motorick centrum řeči). Typ vady je klčov pro mořnosti léčby (Slowik, 2007).

Velikost sluchov ztráty a kvalitu slyřenho zvuku je mořn posuzovat podle ztráty v decibelech, což se měří pomocí audiometrie. **Z hlediska intenzity ztráty** sluchu se jedinci se sluchovým postiženm dl na *nedoslchav* (porucha lehk ař velmi těžk 26–90 dB), prakticky *neslyřc/hluch* (ztráta nad 90 dB) a *ohluchl* (bez audiometrick odpovědi).

Na rozdíl od jiných typů postižen není obvykle postižen sluchu na prvn pohled viditeln, což může způsobit zkreslen představy o jeho záväznosti, jak zminuje Langer (2014).

Podstata sluchového postižen primrn nezakládá důvod k postižen motoriky, přesto řada studií upozornuje na vřř výskyt poruch motoriky oproti normám. **Motorika u dětí se SP** a pedevřm oblast rovnováhy je tématem výzkumů pevžn v zahraničí (Klavina et al., 2017; Inoue et al., 2013; Rajendran & Roy, 2011). Hartman a kol. (2011) realizovali výzkum pomocí testov baterie MABC u 42 dětí se SP. Jejich výsledky prokázaly ve zkoumanm vzorku vrazn procentní nárůst dt s poruchou motoriky v oblasti jak jemn, tak hrubé motoriky oproti normovanému vzorku dt bez postižen. Selz a kol. (1996) ve svém výzkumu potvrdili poruchy rovnováhy u dětí ve spojení s hlubokou ztrátou sluchu. Stejn vliv na systém rovnováhy má podle nich ziskan i vrozen postižen. De Kegel a kol. (2010) prokázali teř vřř problémy v rovnováze u dětí se SP oproti dětem bez postižen, a to jak na posturografu, tak pomocí klinických testů na rovnováhu.

**Rovnováha** je vnímání polohy těla v prostoru prostřednictvím vestibulárního aparátu umístěného ve vnitřním uchu. Vestibulární aparát je v úzkém kontaktu se všemi oblastmi velkého mozku (Zelinková, 2011) a má na starosti držení těla, prostorové představy a prostorovou orientaci. Rozlišujeme rovnováhu *statickou* (např. stoj na jedné noze) a *dynamickou* (chůze, běh, skoky). Před nástupem do školy by mělo dítě, a to i se SP, zvládat dovednosti jako stoj se zavřenými očima, stoj na špičkách s otevřenými a zavřenými očima, stoj na jedné noze (střídavě pravé a levé) s otevřenými a zavřenými očima, chůzi po čáře (dítě klade jednu nohu za druhou), chůzi po špičkách, chůzi po zvýšené ploše, poskoky na pravé a levé noze. Podle Zelinkové (2011) lze statickou i dynamickou rovnováhu takto cvičit i diagnostikovat. Při diagnostice rovnováhy si všimáme, zda dítě preferuje pravou, či levou nohu, v jaké poloze jsou paže a jakým způsobem pohybuje tělem. Nekoordinované pohyby paží a kývání těla signalizují obtíže.

Nekoordinované a mimovolní pohyby jako signál obtíží a možné poruchy uvádí i MKN (2008) u diagnózy F82: **Specifická vývojová porucha motorických funkcí**. Jedná se o poškození vývoje motorické koordinace, které není vysvětlitelné mentální retardací nebo nějakým vrozeným nebo získaným neurologickým onemocněním. Z klinického vyšetření jsou zřetelné choreiformní pohyby nepodepřených končetin nebo zrcadlové pohyby a jiné motorické poruchy, včetně známek postižení jemné a hrubé motorické koordinace. MKN (2008) sem zařazuje dyspraxii, syndrom nemotorného dítěte a koordinační poruchu.

Obtíže s rovnováhou, jemnou motorikou nebo hrubou motorikou lze diagnostikovat pomocí testové baterie MABC-2. Jak uvádí Psotta (2014), jde zároveň o nástroj k určení diagnózy **DCD** (Developmental Coordination Disorder – *vývojová porucha motorické funkce*), popsané Americkou psychiatrickou asociací (APA, 2013). Vývojová porucha motoriky se projevuje v opožděném zvládnutí pohybových dovedností, které odpovídají chronologickému věku a inteligenci dítěte. Jedná se o každodenní aktivity (první kroky, sezení, uchopování věci, osvojování školních dovedností apod.) při normálním intelektu a bez neurologických poruch (svalová dystrofie, dětská mozková obrna, mentální retardace). Kritérium pro diagnózu vývojové poruchy motorické funkce splňuje výsledek v červeném pásmu – „významné motorické obtíže“ v Testu motoriky pro děti MABC-2 (Psotta, 2014).

**Cílem studie** bylo pomocí testové baterie MABC-2 ověřit předpoklad, že u dětí se SP se současně vyskytuje porucha motoriky a rovnováhy. Posouzení proběhlo zároveň i u jemné a hrubé motoriky, kde jsme předpokládali stejné výsledky jako u dětí bez postižení. Získané výsledky pohybových dovedností byly porovnány s normovanou populací českých dětí (Psotta, 2014).

## METODIKA

Do studie bylo zahrnuto **28 dětí** (10 dívek a 18 chlapců – viz tabulka 1) **se sluchovým postižením** ve věku od 6 do 14 let (průměrný věk 10,0 let) ze ZŠ pro děti se sluchovým postižením v Praze. Každé třetí dítě mělo kochleární implantát. Celkem 9 % dětí nenavštěvovalo školní tělesnou výchovu, naopak polovina dětí uvedla, že se věnuje soutěžnímu sportu, přestože pouze 23 % z toho pod sportovním klubem. 32 % dětí plave, jezdí na kole a zároveň holduje i turistice. Naopak 18 % dětí takřka netráví čas venku nebo v přírodě. Průměrná hmotnost dětí byla  $38,4 \pm 14,5$  kg (rozsah od 19,6 do 81 kg) a jejich průměrná výška  $140 \pm 16$  cm (rozsah od 109 do 170 cm). U všech dětí zahrnutých do studie byl od rodičů získán informovaný souhlas a souhlas byl získán i od etické komise. Typ, hloubka, lokalizace, doba vzniku sluchového postižení, přidružené poruchy a rodinná anamnéza byly zjišťovány až v následující rozšířené studii, která bude teprve publikována.

**Tabulka 1** Počty testovaných dětí podle věku a pohlaví

Pohlaví	Věk									Celkem
	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
Dívky	1	1	2	3	-	2	1	-	-	10
Chlapci	1	-	2	3	3	3	4	1	1	18
<b>Celkem</b>	2	1	4	6	3	5	5	1	1	28

Pro zjištění úrovně základní motoriky byl použit **Test motoriky pro děti MABC-2** (Psotta, 2014; Henderson et al., 2007). Test MABC-2 je standardizovaným a uznávaným nástrojem pro hodnocení motorického vývoje a identifikaci pohybových obtíží často spojených s vývojovou poruchou motorické koordinace. Test obsahuje 8 testových položek rozdělených do tří motorických oblastí, resp. testových subtestů – *manuální zručnost* (MD; oblast jemné motoriky), *míření a chytání* (AC; oblast hrubé motoriky) a *rovnováha* (B). Některé testové položky se mírně různí s ohledem na tři věkové kategorie – *předškolní věk* (3–6 let), *mladší školní věk* (7–10 let) a *starší školní věk* (11–16 let). Výsledek testové baterie MABC-2 a zároveň výsledky jednotlivých motorických subtestů lze uvádět několika způsoby. Celkový výsledek udává tzv. celkový testový skóre (TTS), ovšem v běžné praxi se používají jeho normované ekvivalenty: percentily nebo standardní skóre (SS) s hodnotami od 1 do 19. Celkový testový skóre  $TTS \leq 5$ . percentil označuje *významné motorické obtíže* („červené pásmo“), 6–15. percentil signalizuje *riziko přítomnosti motorických obtíží* („oranžové pásmo“) a dosažený výsledek nad 15. percentil („zelené pásmo“) označuje *normální motorický vývoj* (Henderson et al., 2007; Psotta, 2014). Pro následnou analýzu dat byly použity české normy (Psotta, 2014).

Posouzení motoriky dt se SP proběhlo v prosinci roku 2014 na základní škole pro dítě se SP v Praze ve dvou dnech během dopoledních hodin ve velké uebn místnosti v areálu školy. Dt byly testovány v menších skupinkách (2–3) po jednotlivých stanovištích z důvodu výšší soustředěnosti na výkon v testu. Dětem byl examintry nejprve úkol vysvětlen, přicemž forma komunikace byla přizpůsobena potřebm jednotlivých dt (za pomoci asistentek, neslyšících tlumonic a slyšících učitelek školy). Nsledn si dítě úkol vyzkoušelo a teprve potom provedlo platn pokus. Nkter úkoly jsou zaměřeny na přesnost (počet úspěšných pokus), jin na čas. Výsledky testů se zapisovaly do předem připraveného záznamového archu. Po splnn všech úkolů dostalo každ dt diplom.

## VÝSLEDKY

Dt si v testech vedly nsledovn: tabulka 2 zobrazuje úroveň motorických dovedností dt se sluchovým postiženm ( $n = 28$ ) v hodnotách SS (standardního skóru). Tabulka 3 zobrazuje to stejn v percentilech. Lev sloupec udává vždy nejnížší a nejvšší dosažen výsledek v testu (MD, AC, BAL a celkov výsledek testu MABC-2) u konkrétního pohlaví a konkrtn vkov kategorie. V pravm sloupci je prmer se smerodtnou odchylkou. Pokud má dt výsledek (v zelenm pásmu)  $SS \geq 8$  nebo v percentilech  $> 15$ , znamená to, že dítě disponuje vzhledem k věku normln úrovn motoriky. Výsledek  $SS 6-7$  nebo v percentilech  $6-15$  (oranžov psma) zna výsledek dítěte v riziku motorických obtíží. Dt by mělo být dále pozorováno a jeho pohybov

dovednosti znovu hodnoceny po urit době, ne vsk drve než za tř měsíce. Dt s výsledkem (v červenm pásmu)  $SS \leq 5$  nebo v percentilech  $\leq 5$  se popisují jako ty, které mají „pohybov obtíže“ nebo jsou „motoricky oslaben“. Toto psma splnje kritérium pro diagnózu vvojov poruchy pohybov koordinace, kdy pohybov dovednosti týkající se denních čnnost neodpovídají chronologickému věku a inteligenci jedince. Je vhodn dt doporučit na klinicko-psychologick, pediatrick a popř. neurologick vyšetření pro potvrzení či vyvrcen diagnózy vvojov poruchy motorick funkce (DCD), resp. specifick vvojov poruchy motorických funkcí – dg. F82 podle MKN-10 (Psotta, 2014).

Výsledky dt se SP podle věkových kategorií uvádí v procentech graf 1. V těchto grafech a) až d) je viditeln rozdíl mezi dvkmi a chlapci v kategoriích 7–10 let a 11–16 let. U dětí předškolního věku nebyl graf vytvořen z důvodu nízkého počtu respondentů v této vkov kategorii a zároveň z důvodu pehlednšího vyjádření výsledků v tabulce 2 a 3.

Výsledky dt se SP bez ohledu na pohlaví jsou znázorněny v procentech grafem 2a). Je velice znepokojující, že více než polovina (57%) dětí měla motorick obtíže (oranžov plus červen psma). Pozitivní všly výsledky rovnováhy. 19 dt nemlo žádn obtíže a pouze 3 dt se dostaly do červeného psma, navíc s tím, že jim oranžov psma uniklo velmi tsn. Tyto výsledky jsou vyjdřeny v procentech v grafu 2d). Zbývající dvě komponenty (graf 2b a 2c) všly o něco hýří, a to nejen oproti zmnn rovnováze, ale i oproti naší hypotéze.

Normy vytvoření na referenčním vzorku českých dětí (Psotta, 2014) znzornje graf 3.

**Tabulka 2** Dosažen výsledky pohybových dovedností a jednotlivých motorických oblastí u dětí se sluchovým postiženm v testu MABC-2 v hodnotách SS

	počet (n)		MD (manuln dovednost – jemná motorika)		AC (mření & chytání – hrubá motorika)		BAL (rovnováha)		celkov výsledek testu MABC-2	
			min-max	M ±SD	min-max	M ±SD	min-max	M ±SD	min-max	M ±SD
předškolní věk (3–6 let)	1	dívky	8	8 ± 0	4	4 ± 0	8	8 ± 0	6	6 ± 0
	1	chlapci	8	8 ± 0	6	6 ± 0	6	6 ± 0	6	6 ± 0
mladší školní věk (7–10 let)	6	dvky	3–12	8,2 ± 3,1	3–10	6,7 ± 3,1	5–9	8,2 ± 1,6	4–10	6,8 ± 2,2
	8	chlapci	3–9	5,6 ± 2,5	3–13	7,5 ± 3,4	4–8	6,4 ± 1,5	3–9	5,4 ± 2,5
starší školní věk (11–16 let)	3	dvky	6–10	7,7 ± 2,1	3–5	3,7 ± 1,2	6–9	7,3 ± 1,5	4–6	5 ± 1
	9	chlapci	1–13	8,1 ± 3,6	6–13	8,9 ± 2,5	8–11	9,8 ± 1,1	2–11	8,3 ± 2,8
dvky	10		3–12	8 ± 2,5	3–10	5,5 ± 2,8	5–9	7,9 ± 1,4	4–10	6,2 ± 1,9
chlapci	18		1–13	7 ± 3,2	3–13	8,1 ± 2,9	4–11	8,1 ± 2,2	2–11	6,9 ± 2,9
celkem	28		1–13	7,4 ± 3	3–13	7,2 ± 3,1	4–11	8 ± 1,9	2–11	6,6 ± 2,6

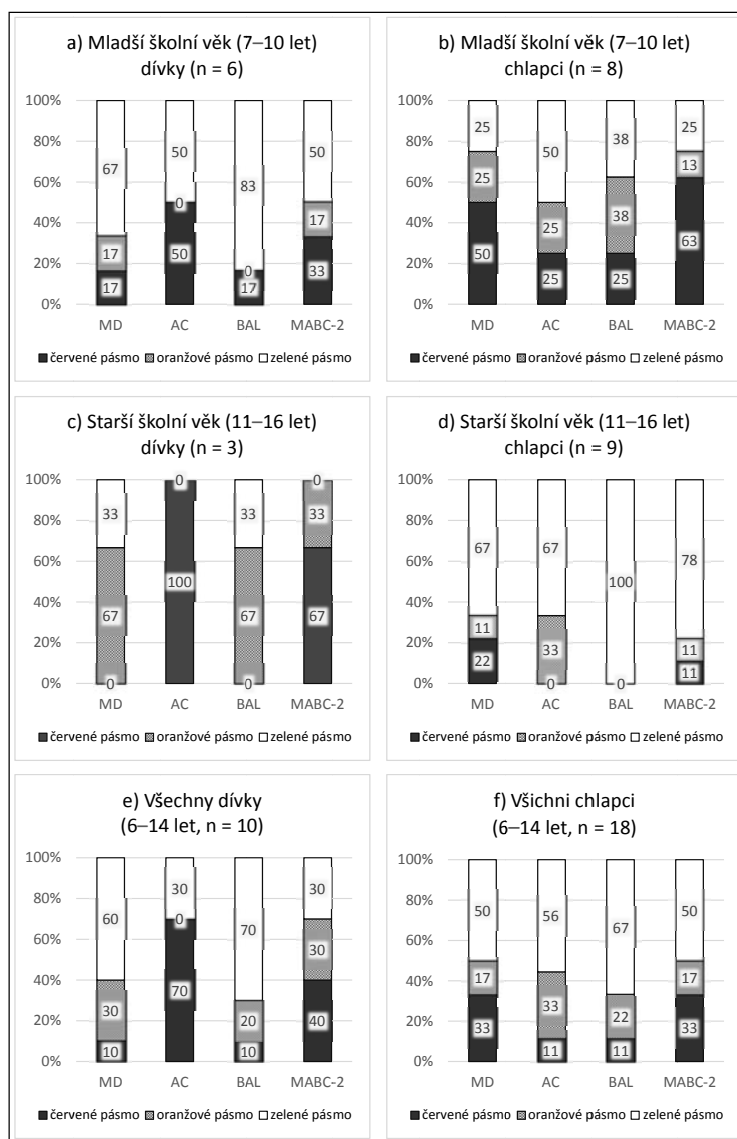
**Legenda:** SS = standardn skór (s hodnotmi 1–19), min-max = rozpětí výsledků od minimln do maximln hodnoty, M ±SD = prmer ±smerodtn odchylka

**Tabulka 3** Dosažen výsledky pohybových dovedností a jednotlivých motorických oblastí u dětí se sluchovým postiženm v testu MABC-2 v percentilech

	počet (n)		MD (manuln dovednost - jemná motorika)		AC (mření & chytání - hrubá motorika)		BAL (rovnováha)		celkov výsledek testu MABC-2	
			min-max	M ±SD	min-max	M ±SD	min-max	M ±SD	min-max	M ±SD
předskoln věk (3-6 let)	1	dívky	25	25 ±0	2	2 ±0	25	25 ±0	9	9 ±0
	1	chlapci	25	25 ±0	9	9 ±0	9	9 ±0	9	9 ±0
mladší školní věk (7-10 let)	6	dvky	1-75	34 ±26,2	1-50	22,2 ±23,3	5-37	29,7 ±13	2-50	19,3 ±18
	8	chlapci	1-37	13,1 ±15,6	1-84	28,8 ±29,8	2-25	13,6 ±9,7	1-37	12,0 ±15,7
starší školní věk (11-16 let)	3	dvky	9-50	25 ±21,9	1-5	2,3 ±2,3	9-37	20,7 ±14,6	2-9	5,3 ±3,5
	9	chlapci	0,1-84	36,2 ±26,8	9-84	38,1 ±28	25-63	47,2 ±14	0,5-63	35,8 ±21,6
dvky	10		1-75	30,4 ±22,6	1-50	14,2 ±20,2	5-37	26,5 ±12,6	2-50	14,1 ±15,1
chlapci	18		0,1-84	25,3 ±23,9	1-84	32,3 ±28,1	2-63	30,2 ±21	0,5-63	23,8 ±21,8
celkem	28		0,1-84	27,1 ±23,1	1-84	25,9 ±26,7	2-63	28,9 ±18,3	0,5-63	20,3 ±20

**Legenda:** min-max = rozpětí výsledků od minimln do maximln hodnoty; M ±SD = průměr ±smrodatn odchylka

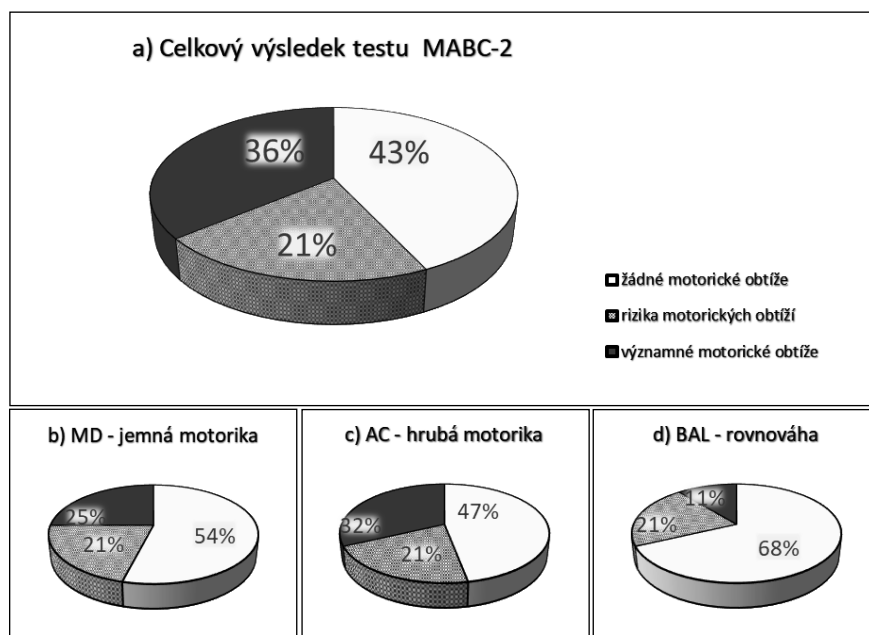
**Graf 1** Dosažené výsledky pohybových dovedností dt se SP podle věkových kategorií a pohlaví v procentech



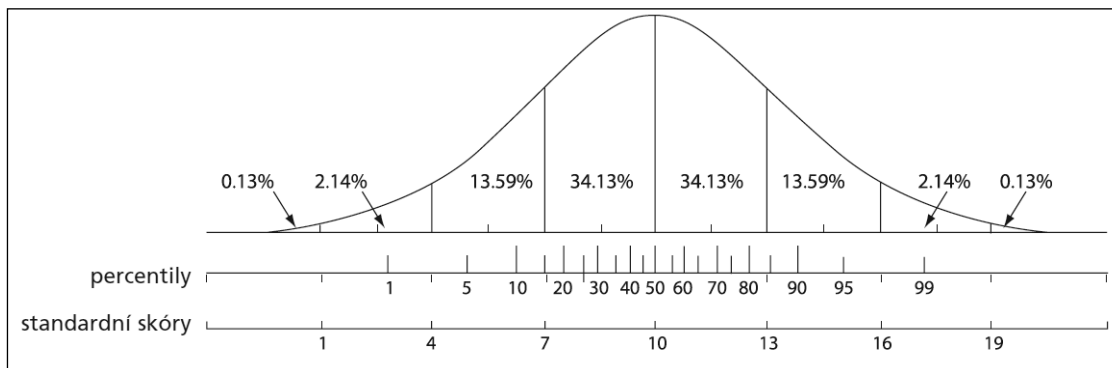
**Legenda:** MD = manuln dovednost - jemná motorika, AC = mření a chytání - hrubá motorika, BAL = rovnováha, MABC-2 = celkov výsledek testu, červen/oranžov/zelen psma = viz metodika



**Graf 2** Výsledky dětí se SP v testové baterii MABC-2 v procentech



**Graf 3** Křivka normálního rozdělení a vztah mezi škálou standardních skóre a percentily v testu MABC-2 (Psotta, 2014)



## DISKUZE

K posouzení pohybových dovedností u dětí se sluchovým postižením byl použit standardizovaný Test motoriky pro děti MABC-2 od autorů Henderson a kol. (2007) v českém překladu (Psotta, 2014), který byl u českých dětí již několikrát ověřován a použit (Psotta a kol., 2009; Psotta a kol. 2010, 2016; Kokštejn, 2011, 2017; Valtr, 2012, 2016; Líbalová, 2012; Jahodová 2013).

U dětí se sluchovým postižením jsme předpokládali (vzhledem k propojení sluchu a rovnováhy ve vestibulo-kochleárním aparátu) vyšší výskyt motorických obtíží než u dětí bez postižení, a to zejména v oblasti rovnováhy. To se na základě srovnání výsledků s normami potvrdilo pouze do určité míry. U našeho vzorku dětí byl zaznamenán vyšší výskyt motorických obtíží, který se projevoval především u jemné a hrubé motoriky, zatímco v oblasti rovnováhy byly děti takřka v normě.

Normy (Psotta, 2014) udávají 5 % dětí s poruchou motoriky a podle Jahodové (2013) lze porovnat data i s výsledky studií v jiných státech: Velká Británie 5,6 %, Kanada 4,0 %, Norsko 5,3 %, Singapur 4,72 %, ČR 2,4 %. Ve výzkumu, který provedli Kokštejn a kol. (2017), byl prokázán na vzorku 121 dětí výskyt motorických obtíží u 2,5 % z nich. Naším výsledkem je 36 % dětí s významnými motorickými obtížemi – červené pásmo (tj. sedminásobek v rámci výše uvedených norem; v rámci ČR dle Jahodové (2013) dokonce patnáctinásobek). Normy pro oranžové pásmo – v riziku motorických obtíží – udávají 11 % dětí v populaci. Kokštejn a kol. (2017) uvádějí 10,7 % a naše výsledky 21 % (tedy dvojnásobek).

O vyšším výskytu poruch motoriky u dětí se sluchovým postižením svědčí i výsledky studie autorů Hartman a kol. (2011), kteří ve svém výzkumném šetření zaměřeném na motoriku dětí se sluchovým postižením využili první verzi testu motoriky MABC. Autoři testovali 42 dětí se ztrátou sluchu 80–120 dB. Podle

výsledků jejich studie měly neslyšící děti prokazatelné problémy s motorikou oproti normě. Jasně diagnostikované obtíže jim vyšly v **jemné motorice**, kdy 62 % dětí mělo motorické obtíže (červené + oranžové pásmo) a z toho 43 % významné motorické obtíže (červené pásmo). Naše výsledky prokázaly nižší výskyt těchto obtíží: u 46 % dětí se v jemné motorice vyskytovaly motorické obtíže (červené + oranžové pásmo) a z toho 25 % dětí bylo v červeném pásmu. I to nicméně převyšuje normu testové baterie (5 %) pětinašobně.

Podobně jako ve studii, kterou provedli Hartman a kol. (2011), byly v našem šetření zjištěny odchylky od normy v testování **hrubé motoriky**. U 53 % dětí se vyskytovaly motorické obtíže (červené + oranžové pásmo) a z toho u 32 % šlo o významné motorické obtíže (červené pásmo). Podle výše zmíněného výzkumu (Hartman a kol., 2011) mělo s chytáním a házením problém (červené + oranžové pásmo) 52 % dětí se sluchovým postižením a z toho významné motorické obtíže (červené pásmo) mělo 29 % dětí. Oproti normě byly výsledky testování hrubé motoriky velmi podprůměrné. V oranžovém pásmu bylo šestapůlkrát více dětí (32 %) našeho vzorku a v pásmu červeném dvakrát více dětí (21 %). Výsledky výzkumu autorů Hartman a kol. (2011) můžeme s výsledky našeho souboru dětí se sluchovým postižením porovnat v tabulce 4.

Značný rozdíl výsledků je v tabulce zřejmý v celkovém výsledku motoriky. U autorů Hartman a kol. (2011) se v červeném pásmu (významné motorické obtíže) nachází takřka polovina dětí (48 %) se sluchovým

postižením, u nás je to o něco méně (36 %). V normě (zeleném pásmu) se v našem šetření nachází 43 %, avšak u studie Hartman a kol. pouhých 36 %.

**Rovnováha** je nejčastější komponentou motoriky, kterou se již mnoho autorů u dětí se sluchovým postižením zabývalo. Například Suarez et al. (2006) zjišťovali poruchy rovnováhy a jejich rozdíly u dětí s postižením sluchu vrozeným a získaným. Ve stoji s otevřenými očima nedošlo k významným rozdílům. Se zavřenými očima měla skupina dětí se získaným postižením sluchu problém úkol splnit. De Kegel a kol. (2010) otestovali 53 dětí bez postižení a 23 dětí se sluchovým postižením ve věku 6–12 let. Využili posturograf a 4 klinické testy rovnováhy. Jejich zjištěním bylo, že děti se sluchovým postižením měly větší problémy v rovnováze oproti dětem bez postižení.

Selz (1996) poukazuje na to, že získané i vrozené postižení může mít stejný vliv na systém rovnováhy. Prokázal poruchy rovnováhy pomocí elektronystagmografie u dětí se sluchovým postižením ve věku 8–17 let. Pět dětí z jeho 15členného souboru mělo dědičnou hluchotu od narození a hluchotu v rodině, 5 dětí mělo hluchotu získanou před 2 rokem života po meningitidě a 5 dětí bylo bez postižení.

Naše výsledky poruchu rovnováhy prokázaly pouze u rovnováhy statické (BAL1). Rovnováha je u našich dětí se SP z měřených motorických dovedností jejich nejsilnější stránkou a dynamická rovnováha (BAL2 a BAL3) se jeví v rozporu s výše uvedenými studiemi dokonce jako nadprůměrná. Zjištěné průměrné

**Tabulka 4** Porovnání výsledků dětí se SP v testové baterii MABC našeho šetření s výzkumem autorů Hartman a kol. (2011) v procentech

Testové úlohy	Výzkum autorů Hartman a kol. (2011)			Naše výsledky šetření (2014)		
	Žádné motorické obtíže	Riziko motorických obtíží	Významné motorické obtíže	Žádné motorické obtíže	Riziko motorických obtíží	Významné motorické obtíže
Celkový výsledek MABC	35,7	16,7	47,6	42,9	21,4	35,7
Jemná motorika	38,1	19,0	42,9	53,6	21,4	25,0
MD1	50,0	31,0	19,0	71,4	10,7	17,9
MD2	73,8	9,5	16,7	71,4	14,3	14,3
MD3	23,8	26,2	50,0	39,3	28,6	32,1
Hrubá motorika	47,6	23,8	28,6	46,4	21,4	32,1
AC1	71,4	16,7	11,9	50,0	17,9	32,1
AC2	50,0	26,2	23,8	46,4	21,4	32,1
Rovnováha	54,8	16,7	28,6	67,9	21,4	10,7
BAL1	23,8	28,6	47,6	35,7	28,6	35,7
BAL2	73,8	19,0	7,1	89,3	10,7	0,0
BAL3	73,8	7,1	19,0	92,9	3,6	3,6

**Legenda:** MD = manuální dovednosti (jemná motorika), MD1 - souhra oko-ruka: například vkládání mincí do kasičky, MD2 - souhra oko-obě ruce (koordinace rukou): např. sestavení trojúhelníku z jednotlivých dílů, MD3 - koordinace jedné ruky při psaní - jedná se o kreslení dráhy; AC = měření a chytání (hrubá motorika), AC1 - chytání předmětu, AC2 - házení předmětu na cíl; BAL = balance (rovnováha), BAL1 - statická rovnováha: stoj na jedné noze / stoj na balanční podložce, BAL2 - dynamická rovnováha: chůze po čáře a BAL3 - dynamická rovnováha: poskoky z jedné podložky na druhou se zastavením na té poslední

hodnoty se nachzeji z 89 % a 93 % v (zelenm) ps-  
mu – bez motorických obtíží. Podle norem (Psotta,  
2014) se v této zóně vyskytuje 84 % populace dětí, což  
prokazuje nadprmrne hodnoty. Naopak rovnováha  
statick patřila u našich dětí mezi jejich nejslabší mo-  
torick dovednosti.

Otázkou je, jak naše výsledky vysvětlit. Vzhledem  
k tomu, že se jednalo o dítě z jedne základní školy, mo-  
hou hrát roli „lokln faktory“, jako je napřiklad náplň  
hodin tlesn výchovy, přístup pedagogů či nabídka  
volnočasových aktivit.

Motivaci dt se sluchovým postiženm k výuce t-  
lesní výchovy se v ČR zabývala Kurkov (2018). Její  
výsledky u skupiny 56 dětí průměrného veku 14,3 let  
prokázaly oblíbenost hodin tlesn výchovy u dětí se  
sluchovým postiženm, kdy dítě referovaly o pozitivním  
přijímání hodin tlesn výchovy.

Zajímav by bylo ověřit výsledky i na dalších ško-  
lch pro dítě se SP v ČR. Nevíme také, zda měly tes-  
tované dt normln motorick vývoj, přikpadne zda  
prošly v utlm veku rehabilitační léčbou (kter je v ČR  
na vysok úrovni). Urit vliv na jejich motorick kom-  
petence měli pravdpodobne i jejich rodiče. O dále-  
žitosti postojů ke sportu a zdatnosti u rodičů psali  
napřiklad Ellis et al. (2013). Nepodařilo se nám bo-  
huel zjistit dobu vzniku postižen ani jeho přikčinu.  
Zároveň mohlo hrát roli i to, kolik z testováních dt  
mlo sluchadlo a kolik dětí kochleární implantát. Sou-  
vislost motorických kompetencí a motorického vvo-  
je s typem kompenzační pomůcky navrhli napřiklad  
Gheysen et al. (2008) nebo Leigh et al. (2015).

## ZVŘY

Sluchove postižen má mnoho přikčin a zároveň ráz-  
nou hloubku dopadu na život dítěte. Jeho handicap  
ho může omezovat v mnoha oblastech života. Naším  
cílem bylo zjištn rovn motoriky u těchto dětí  
a zkoumání předpokladu, že sluchove postižen bude  
mtzskou souvislost s poruchami rovnováhy, zatímco  
v ostatních oblastech by dítě mohly být srovnatelne  
s normou.

V celkovm hodnocení motoriky dt dosáhl tes-  
tovan soubor podprůměrných výsledků vci norme  
(Psotta, 2014). Vznamne obtíže byly zejména v hrube  
motorice (hzen, chytání), staticke rovnováze (stoj  
na balanční podložce) a lehke obtíže se projevil  
v motorice jemne (manuln dovednosti). Rovnováha  
nebyla oproti očekávání nejslabší stránkou motoriky.  
V rámci výsledků ji bylo vhodné rozdelit na statickou  
a dynamickou, neboť u dynamicke rovnováhy lze poru-  
chu motorických dovedností vzhledem k nadprmrnm  
výsledkům vyloučit. Výsledky našeho testování by  
bylo zdoui v budoucnu ověřit na větším vzorku dt  
a věnovat pozornost i dalším souvisejícím faktorům,

které mohou mít naroveň motoriky vliv (ivotn styl,  
objem pravidelne pohybove aktivity, typ sluchove vady,  
kompenzační pomcky aj.)

## REFERENN SEZNAM

- American Psychiatric Association – APA (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5*. 5th ed. Washington. ISBN 978-0-89042-555-8.
- De Kegel, A., Dhooge, I., Peersman, W., Rijckaert, J., Baetens, T., Cambier, D. & Van Waelvelde, H. (2010). Construct Validity of the Assessment of Balance in Children Who Are Developing Typically and in Children With Hearing Impairments. *Physical Therapy*, 90(12), 1783–1794.
- Ellis, M. K., Lieberman, L. J., & Dummer, G. M. (2014). Parent influences on physical activity participation and physical fitness of deaf children. *J Deaf Stud Deaf Educ*, 19(2), 270-81. doi:10.1093/deafed/ent033.
- Gheysen, F., Loots, G., & Van Waelvelde, H. (2008). Motor Development of Deaf Children With and Without Cochlear Implants. *Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, 13(2), 215–224.
- Hartman, E., Houwen, S., & Visscher, C. (2011). Motor Skill Performance and Sports Participation in Deaf Elementary School Children. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 28(2), 132–145.
- Horkov, R. (2010). Uveden do surdopedie. In J. Pipekov a kol., *Kapitoly ze speciln pedagogiky* (141–156). Brno: Paido.
- Henderson, S. E., Sugden, D. A., & Barnett, A. L. (2007). *Movement Assessment Battery for Children-2*. London: Harcourt Assessment.
- Inoue, A., Iwasaki, S., Ushio, M., Chihara, Y., Fujimoto, C., Egami, N., & Yamasoba, T. (2013). Effect of vestibular dysfunction on the development of gross motor function in children with profound hearing loss. *Audiol Neurootol*, 18(3), 143–51. doi: 10.1159/000346344. Epub 2013 Jan 31.
- Jahodov, G. (2013). *Diagnostika rovn motoriky dt ve veku 8-13 let pomocí testov baterie MABC – 2*. Praha, Disertan práce. UK FTVS. Vedoui práce Doc. PhDr. Hana Dvořkov, CSc.
- Klavina, A., Zusa-Rodke, A., & Galeja, Z. (2017). The assessment of static balance in children with hearing, visual and intellectual disabilities. *Acta Gymnica*, 47(3), 105–111.
- Kokštej, J. (2011). *Pohybov aktivita dt s motorickmi obtžemi*. Praha. Disertan práce. UK FTVS. Vedoui práce Doc. PaedDr. Rudolf Psotta, Ph.D.
- Kokštej, J., Muslek, M., Štstn, P & Golas, A. (2017) Fundamental motor skills of Czech children at the end of the preschool period. *Acta Gymnica* 47(4), 193–200.
- Kurkov, P (2018) Attitudes of Czech pupils who are deaf or hard of hearing towards physical education classes: A comparison of gender differences. *Acta Gymnica* 48(2), 83–90.
- Langer, J. (2014). Surdopedie: speciln pedagogika osob se sluchovm postiženm. In M. Valenta, *Přehled speciln pedagogiky: rmcoe kompendium oboru* (65–85). Praha: Portál.

- Leigh, G., Ching, T. Y., Crowe, K., Cupples, L., Marnane, V., & Seeto, M. (2015). Factors Affecting Psychosocial and Motor Development in 3-Year-Old Children Who Are Deaf or Hard of Hearing. *J Deaf Stud Deaf Educ*, 20(4), 331–42. doi: 10.1093/deafed/env028.
- Lbalov, K. (2012). *Posturln funkce v asnm věku a vsledny stav motorických funkcí ve školním věku*. Praha, 2012. Diplomov práce. 2. LF UK. Vedoucí práce PaedDr. Irena Zounkov, PhD.
- Mezinárodní statistick klasifikace nemocí a prdružench zdravotních problémů: MKN-10: dest revize: aktualizovan verze k 1. 1. 2009*. (2008). 2. aktualiz. vyd. Praha: Bomton Agency. 860 s. ISBN 978-809-0425-903.
- Psotta, R. (2014). *MABC-2: Test motoriky pro dítě*. Praha: Hogrefe – Testcentrum.
- Psotta, R., Brom, O. (2016). Factorial Structure of the Movement Assessment Battery for Children Test-Second Edition in Preschool Children. *Percept Mot Skills*, 123(3) 702–716.
- Psotta, R., Kokštej, J., & Vodika, P. (2009). Nadvha a obezita u eskch 11–14letch dt s motorickmi obtřemi a bez motorickch obtř. *esk kinantropologie*, 13(2), 75–83.
- Psotta, R., Kokštej, J., Jahodov, G., & a kol. (2010). Je nzk motorick kompetence rizikovm faktorem nadvhy a obezity u dt mladšho školního vku? *esk kinantropologie*, 14(2), 96–106.
- Rajendran, V., & Roy, F. G. (2011). An overview of motor skill performance and balance in hearing impaired children. *Italian Journal of Pediatrics*, 37, 33. <http://doi.org/10.1186/1824-7288-37-33>.
- Selz, P. A., Girardi, M. Konrad, H. R., & Hughes L. F. (1996). Vestibular Deficits in Deaf Children. *Otolaryngol Head Neck Surg*, 115(1), 70–77.
- Slowk, J. (2007). *Speciln pedagogika: prevence a diagnostika, terapie a poradenství, vzdlvn osob s rznm postiženm, lovk s handicapem a spolenost*. Praha: Grada.
- Suarez, H., Angeli, S., Suarez, A., Rosales, B., Carrera, X., & Alonso, R. (2006). Balance sensory organization in children with profound hearing loss and cochlear implants. *Int J Pediatr Otorhinolaryngol*, 71(4), 629–637. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165587607000092>.
- Valtr, L. (2012). *Hodnocení motoriky eskch dt pedškolnho vku testovou bateri MABC-2*. Olomouc, Diplomov práce. FTK UP. Vedoucí práce doc. PaedDr. Rudolf Psotta. Ph.D.
- Valtr, L., Psotta, R., Abdollahipour, R. (2016). Gender differences in performance of the Movement Assessment Battery for Children – 2nd edition test in adolescents. *Acta Gymnica*, 46(4) 155–161.
- World Health Organization* (2015) [online]. [cit. 2015-03-26]. Dostupné z: <http://www.who.int/en/>.

# Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

**Autor: Ondřej Ješina, Martin Kudláček (eds.)**

*Kolektiv spoluautorů: Baloun Ladislav, Bartoňová Radka, Hubrová Petra, Janečka Zbyněk, Ješinová Lucie, Lajza Martin, Lehnertová Michaela, Kneslová Martina, Kutheilová Lucie, Pleva Pavel, Sklenaříková Jana, Šmíd Michal, Šnoblová Kateřina, Tesařová Kateřina, Vyhliďal Tomáš, Vymětalová Zdeňka, Výskalová Petra, Wittmannová Julie*

## OBSAH

Úvod .....	65
1 Východiska pro kompetenční rámce .....	66
2 Kvalifikační rámec .....	68
3 Kompetenční rámec pro poradenské pracovníky v APA – „konzultant APA“ .....	69
4 Kompetenční rámec pro učitele ATV .....	71
5 Kompetence asistenta pedagoga pro ATV .....	73
6 Kompetence pracovníka APA v oblasti volného času .....	75
7 Kompetence sportovního trenéra v APA .....	78
8 Kompetence pracovníka APA v terapii .....	80
9 Desatero pro pracovníky v APA .....	82
10 Rejstřík vybraných zkratk .....	83

## ÚVOD

Kompetence představují způsobilost nebo schopnost např. k výkonu profese nebo jakékoliv jiné lidské činnosti. Kompetence tedy znamená způsobilost zvládat určitou pracovní pozici, umět ji vykonávat, být v příslušné oblasti kvalifikovaný, mít potřebné vědomosti a dovednosti. Jedná se o soubor požadovaných vlastností, znalostí, schopností a dovedností, které v kombinaci s osobnostními charakteristikami, motivací a vhodnými podmínkami představují předpoklad pro odborně odvedenou práci v jakékoliv oblasti. Jde tedy o širší význam než pojem kvalifikace, který je více zaměřen na formální osvědčení dosažených výstupů z učení a vzdělávání. Přesto se v úvodu budeme i kvalifikačním rámcem zabývat.

Oblast aplikovaných pohybových aktivit (dále APA) i v mezinárodním kontextu (tam Adapted Physical Activity) zahrnuje následující 4 oblasti: školní tělesná výchova (TV); sport; volný čas; rehabilitaci. Ostatně toto základní dělení bylo součástí závěrů projektu THENAPA (Thematic Network in Adapted Physical Activity), který byl v kooperaci řady zemí (včetně ČR) řešen již v průběhu 90. let minulého století. V souladu se současnými standardy MŠMT lze školní TV dále rozdělit na učitelskou a nečitelskou pedagogiku. Učitelská zahrnuje zejména tradiční učitelství TV s ohledem na společné vzdělávání v inkluzivní TV, ale i v segregovaném vzdělávání na školách a ve třídách

určených primárně žákům se speciálními vzdělávacími potřebami (SVP). Nečitelskou pedagogikou, s ohledem na potřeby kompetenčního rámce, myslíme zejména speciální pedagogiku zaměřenou na poradenství v oblasti školní TV a dalších pohybově orientovaných programech. V obou pedagogických oblastech hraje pak důležitou roli spolupráce s tzv. „para edukátory“, v našem pojetí nejčastěji asistenty pedagoga. Sport a volný čas, i když se částečně prolínají a nástroje (pohybové aktivity) mohou být podobné, mají odlišný cíl, odlišné je i vzdělávání pracovníků a často i další charakteristiky. Ve vztahu k pedagogickým profesím se jedná nejčastěji o trenéra, pedagoga volného času nebo vychovatele. Mimo klasický rámec pedagogických pracovníků se pak jedná např. o pozici instruktora, ačkoliv v mezinárodním kontextu lépe pochopitelné spojení fyzioterapie či ergoterapie a aplikovaných pohybových aktivit se u nás prozatím nedočkal reálného naplnění ani v pracovních pozicích, ani ve vysokoškolských oborech či programech. Terapeutický efekt správně realizovaných aplikovaných pohybových aktivit je však často diskutovaný a propagovaný. Aspiraci na toto propojení nabízí například koncept psychomotorické terapie, která se i v ČR dočkává postupné implementace v akademickém prostředí i praxi.

V kontextu všech těchto výše uvedených oblastí se nabízí uplatnění absolventů pregraduálních nebo postgraduálních vzdělávacích systémů zaměřených na APA. Vše s účastí a v kontextu osob se speciálními

potřebami (OSP), které představují společně se svým sociálním okolím hlavní cílovou skupinu APA. OSP se v kontextu pohybových aktivit myslí nejčastěji osoby se zdravotním postižením, zdravotním znevýhodněním a částečně i sociálním znevýhodněním. Stěžejním nástrojem pro práci s těmito osobami a jejich formování jsou systémově a cíleně vedené pohybové aktivity organizovaného charakteru, stejně jako vytváření podmínek pro neorganizované pohybové aktivity a programy.

*U nás má největší tradici oblast školní TV známá jako aplikovaná TV (dále ATV), která v sobě zahrnuje i (u nás zřejmě nejznámější subjednotku) zdravotní TV (dále ZdTV). Daleko menší tradici má oblast neučitel-ské pedagogiky, tedy zejména poradenství v APA ve smyslu speciálněpedagogického poradenství, v současné době řešené pod označením konzultant APA nebo metodik pohybové gramotnosti – konzultant APA. Oblast sportu osob se zdravotním postižením u nás zabezpečují jednotlivé sportovní svazy, které jsou nejčastěji sdružovány dle charakteru a typu postižení sportovců. Tyto svazy pak buď řeší trenérské kvalifikace a kompetence samostatně nebo uznávají kvalifikace jiných organizací (např. sportů osob bez zdravotního postižení). Oblast volného času pak profesně zabezpečují pedagogičtí pracovníci (pedagogové volného času nebo vychovatelé), instruktoři, případně jinak označovaní pracovníci, kteří nejsou primárně pedagogickými pracovníky dle příslušných zákonných norem, avšak svou prací v praxi naplňují parametry pedagogických profesí. Rehabilitační přesah při realizaci pohybových aktivit u nás často naplňují příbuzné obory, jako je ergoterapie, fyzioterapie nebo sociální práce (ve smyslu sociální rehabilitace).*

## 1 VÝCHODISKA PRO KOMPETENČNÍ RÁMCE

Ondřej Ješina

Hlavními východisky pro tvorbu rámce kompetencí byly projekty THENAPA, AEHESIS, EIPET a zejména pak projekt European Standards in Adapted Physical Activities.

Aby bylo možno přiblížit vzdělávací politiky a strategie sociální inkluze každodenní realitě ve školách i mimoškolní oblasti v oblasti inkluze/exkluze žáků se speciálními vzdělávacími potřebami (SVP), ale i dospělých se speciálními potřebami v TV a dalších pohybových programech, měly by tedy být učiněny tyto změny:

1. **Všem učitelům TV, dalším pedagogickým i terapeuticky orientovaným pracovníkům v kontextu aplikovaných pohybových aktivit (APA) by mělo být poskytnuto odpovídající školení, které jim umožní učit žáky se SVP v inkluzivním prostředí.** Navrhovaný model takového školení je možno nalézt na webových stránkách projek-

tu **EIPET**, Evropské školení inkluzivní tělesné výchovy (European inclusive physical education training) (více na [www.eipet.eu](http://www.eipet.eu)), nebo European Standards in Adapted Physical Activities (<http://eusapa.upol.cz/>). Návrh pro minimální rozsah školení realizovaný v ČR jako výstup projektu CZ.1.07/2.2.00/15.0336 Příprava pro tělesnou výchovu osob s postižením odpovídá 2 ECTS předmětu v bakalářské etapě, 2 ECTS předmětu v magisterské etapě, doplněno o 2 ECTS zdravotní TV v obou etapách studia. Tyto předměty nezahrnují další relevantní předměty (kurzy), jako např. patopsychologie, sociální patologie, základy nebo disciplíny speciální pedagogiky aj. Školení asistentů pedagoga v systému celoživotního vzdělávání musí být doplněno o témata typu asistence při TV, kurzech, výletech apod. Pedagogové volného času, trenéři, vychovatelé by měly mít možnost a nutnost vzdělávat se v systému celoživotního vzdělávání zaměřeného na APA. Terapeutičtí pracovníci by měly mít možnost pregraduálního i postgraduálního studia specializovaného na APA a uplatnění pohybových aktivit jako součást léčebného systému.

2. **V ČR by měli být zaměstnáváni konzultanti v oblasti APA**, kteří budou poskytovat potřebnou podporu učitelům tělesné výchovy v inkluzivní TV, stejně jako v dalších pracovních pozicích (poradenství, volný čas, sport, rehabilitace). Tito odborníci by mohli na částečný úvazek pracovat i jako učitelé TV ve speciálních školách nebo třídách, případně jako učitelé TV či jiných všeobecně vzdělávacích předmětů a na částečný úvazek jako konzultanti APA.

3. **ČR by měla zajistit, aby APA byly součástí služeb**, které poskytují mateřské, základní, střední i vysoké školy, a aby tyto služby poskytovali kvalifikovaní odborníci. Součástí těchto služeb jsou i pohybové aktivity pro žáky se SVP v integrovaném i segregovaném prostředí. V ČR by měly být vytvořeny podmínky, aby měly OSP možnost organizovaných i neorganizovaných aktivit v oblasti volného času a sportu. Zdravotnický i sociální systém (v souladu s dokumentem Zdraví 2020) by měl reflektovat potřeby praxe – umožnit specializovaným terapeutickým odborníkům realizovat APA jako součást léčebného systému. Přiměřená podpora pro OSP by měla také zahrnovat poloprofesionální trenéry (asistenty pedagoga, instruktory, pedagogy volného času apod.), programy pomoci vrstevníků při učení (peer tutoring), práci školených dobrovolníků či přizpůsobené vybavení a podporu ze strany komunitních center nebo sportovních služeb pro osoby se zdravotním postižením.

V celé Evropě byl s podporou a pověřením Evropské komise realizován projekt s názvem THENAPA (Thematic network of adapted physical activities), jehož výsledkem bylo doporučení týkající se zlepšení

**Tabulka 1** Číselné vyjádření představuje doporučený počet kreditů

Typy a stupně vzdělávání / Oblasti	Dobrovolník	Instruktor	Trenér	Bakalář	Magistr
Rehabilitace	-	-	-	7	11
Tělesná výchova	-	-	-	6	15
Rekreace	9	10	11	8	17
Sport	-	-	17	16	29

podmínek vysokoškolského vzdělávání APA v oblastech učitelství tělesné výchovy, rekreace, rehabilitace a sportu v celé Evropě. Kromě jiného se doporučení také týkalo zařazení povinného vyučování APA do kurikul těchto oblastí. Tabulka 1 nabízí návrh THENAPA na zařazení APA do studia jednotlivých oblastí kinantropologie na příslušných úrovních.

### Tělesná výchova

TV je povinná součást vyučování ve většině evropských zemí. Rozdíly jsou v objemu vyučovacích hodin vyhrazených pro TV v zemích EU, v přístupu k osnovám a v požadavcích na odbornou přípravu učitelů TV. Klíčový evropský projekt v oblasti TV zaměřený na sjednocení profesní přípravy a vytvoření evropského kvalifikačního rámce pro tělesnou výchovu a další studijní obory v oblasti sportu se nazýval AEHESIS (Aligning a European Higher Education Structure In Sport Science, Sjednocení struktury evropského vyššího vzdělávání ve sportovní vědě). Protože pevně věříme, že evropský kvalifikační rámec (EQF) v aplikované tělesné výchově by měl vycházet ze základu EQF v tělesné výchově, klíčové výstupy s respektem k projektu AEHESIS v oblasti tělesné výchovy. Výzkumná skupina projektu AEHESIS v oblasti TV určila kategorie učitelů kvalifikovaných pro výuku TV ve školách v Evropě a v souladu se stávajícími různorodými postupy doporučuje, aby byly rozlišovány tři samostatné kategorie učitele TV: **a) učitel tělesné výchovy (jednoodborový specialista)**, obvykle 240 ECTS věnovaných získávání kompetencí spojených s TV; **b) učitel tělesné výchovy (2–3 předměty)**, obvykle minimálně 35–50 % (tj. 84–120 ECTS) obsahu kromě odborného školení souvisí s TV; a **c) učitel všeobecně vzdělávacích předmětů na I. stupni ZŠ**, obvykle minimálně 10 % (tj. 24 ECTS) obsahu souvisí s TV. Učitel všeobecně vzdělávacích předmětů (Generalist Teacher) bude mít obvykle na starosti výuku TV na základních školách. Ve světle těchto skutečností se musíme zasazovat o odpovídající školení budoucích a současných učitelů TV zaměřené na inkluzivní TV, které by jim mělo umožnit učit žáky se SVP v inkluzivním prostředí. Pro potřeby tohoto textu označujeme TV s účastí žáků se SVP také jako aplikovanou tělesnou výchovu (ATV).

### Volný čas a sport

V oblasti trenérství, pedagogiky volného času nebo vychovatelství je časová dotace věnovaná problematice

OSP velmi různorodá. S ohledem na jednotlivé pracovní pozice však navrhuje následující: **a) trenérská studia doplnit** o tzv. „infuzi“ neboli začlenění témat zaměřených na APA v daných sportovních odvětvích, a to v rozsahu minimálně 10 % celkové časové dotace vzdělávání; **b) vzdělávání pedagogů volného času a vychovatelů** na pregraduální úrovni doplnit o povinný předmět (kurz) zaměřený na APA, v systému celoživotního vzdělávání pak umožnit (a požadovat) rozšíření kvalifikace o oblast APA; **c) vzdělávání instruktorů** pracujících s OSP doplnit v systému celoživotního vzdělávání o oblast APA. U všech instruktorských vzdělání však podobně jako u trenérů začlenit témata zaměřená na APA v minimálním rozsahu 10 % celkové časové dotace vzdělávání.

### Terapeutická oblast

Terapeutickým pracovníkům by mělo být umožněno absolvovat specializační pregraduální studium zaměřené na APA (psychomotorická terapie, rehabilitace v APA apod.). V postgraduálním systému celoživotního vzdělávání pak doporučuji zařadit akreditované kurzy zaměřené na APA do systému rozšiřování a prohlubování kvalifikace.

Námi předkládaný kompetenční rámec ve výše uvedených oblastech nepředstavuje kompletní výčet všech nutných předpokladů pro profesní naplňování např. v učitelství TV, speciálněpedagogickém poradenství nebo pedagogice volného času. Jedná se spíše o ten nadstandard, kterého by měli být pracovníci schopni, pokud chtějí správně realizovat svoji činnost s jednotlivými osobami nebo skupinami osob (žáky, sportovci, klienty, pacienty, uživateli služeb) se speciálními potřebami (volnočasová oblast, často se zdravotním přesahem), nejčastěji speciálními vzdělávacími potřebami (školní oblast).

*Paradoxní je fakt, že ačkoliv v ČR nemá APA dostatečnou legislativní, finanční a systematickou podporu, patří v Evropě (společně se Skandinávskými zeměmi, Belgií, Irskem a Velkou Británií) mezi nejrozvinutější a mezinárodně nejuznávanější. I přes nedostatečné povědomí odborné i laické veřejnosti se v ČR podařilo vyprodukovat ověřené metodiky a know-how, které je v praxi vysoce poptávané a ceněné. Odborníci z ČR jsou členy výkonných boardů struktur relevantních mezinárodních organizací, sídlo European Federation of Adapted Physical Activity (EUFAPA) je v ČR a naši zástupci jsou*



*častými přednášejícími na zahraničních univerzitách. Řešením a koordinací projektu financovaného Evropskou komisí (European Standards of Adapted Physical Activities) s účastí zástupců 12 států EU byla pověřena také ČR. U nás je hlavní organizující sdružující odborníky z akademického i praktického prostředí Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit (ČAAPA), která je i členem EUFAPA.*

## 2 KVALIFIKAČNÍ RÁMEC

Ondřej Ješina

Základním východiskem pro legislativní vymezení pedagogických profesí je v současné době zákon o pedagogických pracovnících č. 563/2004; u instruktorských profesí je to nařízení vlády č. 399/2017, o katalogu prací ve veřejných službách a správě; pro vysokoškolská studia v oblastech učitelství i neučitelství pedagogiky, sociálních prací, zdravotnických nelékařských oborů aj. pak nařízení vlády o oblastech vzdělávání č. 275/2016.

### Požadavky na učitele ATV - inkluzivní TV i ATV na školách primárně zřízených pro žáky se SVP

1. Dokončené magisterské studium programu v oblasti pedagogických věd zaměřené na všeobecně vzdělávací obor tělesná výchova pro druhý či třetí stupeň škol; učitelství prvního stupně ZŠ. Preferované zaměření - aplikovaná tělesná výchova nebo tělesná výchova v kombinaci se speciální pedagogikou pro učitele nebo program ve vzdělávací oblasti TV a sport, kinantropologie v kombinaci se speciální pedagogikou pro učitele.  
Pro potřeby škol a tříd primárně zřízených pro žáky se SVP pak dokončené magisterské studium programu zaměřené na aplikovanou tělesnou výchovu se státní závěrečnou zkouškou ze speciální pedagogiky; aplikované pohybové aktivity se státní závěrečnou zkouškou ze speciální pedagogiky; program speciálněpedagogické poradenství se specializací na aplikované pohybové aktivity; speciální pedagogika pro učitele a všeobecně vzdělávací předmět tělesné výchovy;
2. Dokončené magisterské studium oboru v oblasti pedagogických věd zaměřené na všeobecně vzdělávací obor odpovídající prvnímu, druhému či třetímu stupni ZŠ a doplněné vysokoškolským studiem zaměřeným na aplikovanou tělesnou výchovu nebo aplikované pohybové aktivity.

### Návrh požadavků na pozici konzultant APA

1. Dokončené vysokoškolské magisterské studium oboru v oblasti pedagogických věd zaměřené na aplikovanou tělesnou výchovu se státní závěrečnou zkouškou ze speciální pedagogiky.

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

2. Dokončené vysokoškolské magisterské studium oboru v oblasti pedagogických věd zaměřené na aplikované pohybové aktivity se státní závěrečnou zkouškou ze speciální pedagogiky.
3. Dokončené vysokoškolské magisterské studium oboru v oblasti pedagogických věd zaměřené na tělesnou výchovu a speciální pedagogiku a kurz v systému celoživotního vzdělávání realizovaný vysokou školou a zaměřený na aplikované pohybové aktivity nebo aplikovanou tělesnou výchovu.
4. Dokončené vysokoškolské magisterské studium oboru v oblasti pedagogických věd zaměřené na speciální pedagogiku nebo speciální pedagogiku pro učitele a minimálně 5 let praxe v oblasti poradenství zaměřeného na podporu aplikovaných pohybových aktivit.

### Návrh požadavků na pozici asistent pedagoga pro ATV

1. Dokončené vysokoškolské vzdělávání v oblasti pedagogických věd zaměřené na APA nebo speciální pedagogiku v kombinaci s tělesnou výchovou.
2. Dokončené vysokoškolské vzdělávání v oblasti pedagogických věd. Doporučujeme vzdělání v systému celoživotního vzdělávání v minimálním rozsahu 50 výukových hodin zaměřené na problematiku APA, respektive ATV.
3. Kurz v systému celoživotního vzdělávání zaměřený na asistenty pedagoga. Doporučujeme vzdělání v systému celoživotního vzdělávání v minimálním rozsahu 50 výukových hodin zaměřené na problematiku APA, respektive ATV.

### Návrh požadavků na pozici trenér osob se zdravotním postižením

1. Dokončené vysokoškolské vzdělání získané studiem v akreditovaném studijním programu ve studijní oblasti tělesná výchova a sport a získání osvědčení nejméně II. třídy trenéra příslušné specializace a absolvování kurzu základů APA pro sportovní trenéry (školení v systému celoživotního vzdělávání v minimálním rozsahu 50 výukových hodin zaměřené na problematiku APA).
2. Dokončené vyšší odborné vzdělání získané ukončením akreditovaného vzdělávacího programu vyšší odborné školy v oboru vzdělání zaměřeném na sportovní, tělovýchovné a pohybové činnosti a získání osvědčení nejméně II. třídy trenéra příslušné specializace a absolvování kurzu základů APA pro sportovní trenéry (školení v systému celoživotního vzdělávání v minimálním rozsahu 50 výukových hodin zaměřené na problematiku APA).
3. Dokončené střední vzdělání s maturitní zkouškou získané ukončením vzdělávacího programu středního vzdělávání nebo střední vzdělání s výučním listem získané ukončením vzdělávacího programu středního vzdělávání a trenérskou školou tělovýchovnou.

chovných fakult vysokých škol a získáním osvědčení nejméně II. třídy trenéra příslušné specializace a absolvováním kurzu základů APA pro sportovní trenéry (školení v systému celoživotního vzdělávání v minimálním rozsahu 50 výukových hodin zaměřené na problematiku APA).

#### **Návrh požadavků na pozici pedagoga volného času, vychovatele, instruktora v APA**

1. Dokončené vysokoškolské vzdělání získané studiem v akreditovaném studijním programu ve studijní oblasti pedagogických věd v programech zaměřených na aplikované pohybové aktivity, aplikovanou tělesnou výchovu nebo tělesnou výchovu v kombinaci se speciální pedagogikou nebo speciální pedagogikou pro učitele.
2. Pro pozici pedagoga volného času a vychovatele: Dokončené vysokoškolské vzdělání získané studiem v akreditovaném studijním programu ve studijní oblasti pedagogických věd a kurzu základů APA pro volnočasové pracovníky v systému celoživotního vzdělávání a trenéry (školení v systému celoživotního vzdělávání v minimálním rozsahu 50 výukových hodin zaměřené na problematiku APA).
3. Pro pozici instruktora: Dokončené vysokoškolské vzdělání získané studiem v akreditovaném studijním programu ve studijní oblasti pedagogických věd. Pro relevantní oblasti pak dokončené celoživotní vzdělání pro instruktory s minimální dotací 150 výukových hodin a kurz základů APA pro instruktory nebo kurz pro instruktory APA s minimální dotací 150 výukových hodin.

#### **Návrh požadavků na pozici pracovníka v APA a rehabilitaci**

Jakékoliv relevantní vzdělání pro jednotlivé pracovní pozice (fyzioterapie, ergoterapie, sociální práce, psychologie aj.) a vysokoškolské nebo celoživotní vzdělání zaměřené na APA v minimální dotaci 20 ECTS.

### **3 KOMPETENČNÍ RÁMEC PRO PORADENSKÉ PRACOVNÍKY V APA – „KONZULTANT APA“**

Konzultanti v oblasti APA budou poskytovat potřebnou podporu učitelům tělesné výchovy, stejně jako pracovníkům v dalších pracovních pozicích (volný čas, sport, rehabilitace) se začleněním žáků se SVP.

#### **Hlavním cílem konzultanta v oblasti APA je:**

- a) plánovat společné vzdělávání v tělesné výchově;
- b) realizovat společné vzdělávání;
- c) hodnotit studijní pokrok žáků se SVP a efektivnost používaných výukových a podpůrných strategií;
- d) účastnit se odborné spolupráce s cílem zlepšit kvalitu výuky pro žáky se SVP.

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

#### **A) Plánovat společné vzdělávání v tělesné výchově**

Konzultant ATV musí být schopen: 1. diagnostikovat potřeby žáků se SVP; 2. diagnostikovat osoby účastnící se společného vzdělávání v TV; 3. přizpůsobit obsah TV tak, aby naplňovala individuální potřeby všech žáků; 4. vytvořit výukové plány pro společné vzdělávání v TV; 5. připravit prostředí pro společné vzdělávání v TV. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

##### **A.1 Diagnostikovat potřeby žáků ve společném vzdělávání**

A.1.1 Diagnostikovat speciální potřeby žáků v souvislosti s tělesnou výchovou a dalšími pohybovými aktivitami realizovanými školou (dále TV).

A.1.2 Popsat potřeby podpůrných opatření v TV.

A.1.3 Diagnostikovat speciální potřeby pro účely stanovení individuálních cílů a výukových strategií.

A.1.4 Diagnostika kompetence, zejména motorické a sociální, žáků ve třídě.

A.1.5 Diagnostikovat klima a postoje žáků ve třídě ve vztahu k TV.

A.1.6 Ověřit si a analyzovat případné kontraindikace pohybových aktivit relevantních pro TV v kooperaci s lékařskými i nelékařskými zdravotnickými pracovníky.

##### **A.2 Diagnostikovat osoby účastnící se společného vzdělávání v TV**

A.2.1 Zjistit kompetence a postoje žáků, učitelů a jiných zaměstnanců v souvislosti s účastí žáků se SVP v TV.

A.2.2 Zjistit a analyzovat přání rodičů a adekvátně je zakomponovat do vzdělávání.

##### **A.3 Přizpůsobit obsah TV tak, aby naplňovala individuální potřeby všech žáků**

A.3.1 Analyzovat školní vzdělávací program (ŠVP) v souvislosti se společným vzděláváním v TV.

A.3.2 Volit stěžejní přístupy a metody vyučování a učení směřující k naplňování dlouhodobých vzdělávacích cílů.

##### **A.4 Vytvořit výukové plány pro integraci v TV**

A.4.1 Určit míru podpory (např. žádná podpora / částečná podpora / plná podpora).

A.4.2 Plánovat komunikační strategie v souvislosti s žáky se SVP.

A.4.3 Plánovat strategie zvládnutí chování v souvislosti s žáky se SVP (včetně tvorby individuálního výchovného programu).

A.4.4 Vypracovat individuální vzdělávací plán nebo jiný plán podpory pro TV žáků se SVP.

##### **A.5 Připravit prostředí pro společné vzdělávání v TV**

A.5.1 Připravit asistenty pedagoga, učitele TV.

Autor: Ondřej Ješina, Martin Kudláček (eds.)

A.5.2 Připravit spolužáky včetně peer tutorů (proškolení vrstevníci, kteří budou spolupracovat při výuce).

A.5.3 Připravit ostatní zaměstnance školy na aspekty relevantní k TV.

A.5.4 Zajistit, aby zařízení, vybavení a prostředí bylo adekvátní.

## B) Realizace společného vzdělávání

Konzultant v oblasti ATV musí být schopen: 1. přizpůsobit výuku tak, aby naplňovala potřeby žáků v ATV; 2. formovat chování žáků tak, aby byly zajištěny optimální podmínky pro výuku TV; 3. přizpůsobit komunikaci schopnostem žáků se SVP; 4. vést záznamy týkající se IVP. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

### B.1 Přizpůsobit výuku tak, aby naplňovala potřeby všech žáků v ATV

B.1.1 Používat/nabízet vhodné kompenzační a sportovní pomůcky, které mohou usnadnit začlenění žáků se SVP v hodinách TV.

B.1.2 Zajistit bezpečné prostředí při společném vzdělávání v TV.

B.1.3 Přizpůsobit pravidla her a další pohybové aktivity, styl výuky a prostředí pro větší zapojení žáků se SVP.

B.1.4 Používat/nabízet vhodné vzdělávací strategie (např. pobídky, nápovědi, zpětnou vazbu, posílení, motivaci).

### B.2 Formovat chování žáků tak, aby byly zajištěny optimální podmínky pro výuku TV

B.2.1 Posilovat žádoucí a eliminovat nežádoucí chování žáků.

B.2.2 Spolu s učitelem vytvářet prostředí vzájemné úcty a respektu.

### B.3 Přizpůsobit komunikaci schopnostem žáků se SVP

B.3.1 Používat adekvátní postupy pro komunikaci se žáky se SVP (např. Braillovo písmo, znakový jazyk, augmentativní a alternativní komunikační nástroje).

B.3.2 Upravit způsob komunikace s ohledem na úroveň a možnosti žáků.

### B.4 Vést záznamy týkající se IVP

B.4.1 Vést dokumentaci o průběhu a evaluaci IVP (např. záznam o jednání se žákem, záznam o jednání se zákonným zástupcem).

B.4.2 Znat aktuální odbornou a oborově preferovanou terminologii pro potřeby vedení dokumentace o realizovaném IVP.

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

## C) Hodnotit studijní pokrok žáků a efektivitu používaných výukových a podpůrných strategií

Klíčové role v této oblasti jsou: 1. hodnotit studijní pokrok žáka se SVP ve vztahu k cílům IVP; 2. hodnotit úpravy obsahu vzdělávání v TV pro žáky se SVP; 3. hodnotit efektivnost používaných vzdělávacích, výchovných a podpůrných opatření; 4. hodnotit snahu učitele TV zapojit žáky se SVP. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

### C.1 Hodnotit studijní pokrok žáka se SVP ve vztahu k cílům IVP

C.1.1 Navrhovat vhodné hodnoticí nástroje.

C.1.2 Evaluovat studijní pokrok s ohledem na stanovené individuální cíle.

### C.2 Hodnotit úpravy obsahu vzdělávání v TV pro žáky se SVP

C.2.1 Hodnotit přiměřenost obsahu k individuálním potřebám a schopnostem.

C.2.2 Vést učitele k průběžnému hodnocení činnosti v TV (dosažení stanovených cílů).

C.2.3 Předvídat situace, které při učení mohou nastat, a promýšlet varianty jejich průběžného řešení.

### C.3 Hodnotit efektivnost používaných vzdělávacích, výchovných a podpůrných opatření

C.3.1 Evaluovat plánované vzdělávací cíle a skutečně dosažené výsledky.

C.3.2 Objektivně zhodnotit úspěšnost nebo neúspěšnost realizovaného IVP.

C.3.3 V souladu s etikou používat adekvátní a vypořádající diagnostické a evaluační techniky.

### C.4 Hodnotit spolupráci učitele TV při zapojení žáků se SVP

C.4.1 Zvolit vhodnou komunikační strategii směrem k pedagogům realizujícím společné vzdělávání v TV.

C.4.2 Poskytovat adekvátní a kvalifikovanou zpětnou vazbu pedagogům.

## D) Odborná spolupráce s cílem zlepšit kvalitu společného vzdělávání

Aplikovaná tělesná výchova má mezioborový charakter a od odborníků v oblasti ATV lze proto očekávat pravidelnou spolupráci s jinými odborníky nebo rodiči žáků se SVP. Klíčové role v této oblasti jsou: 1. spolupracovat s odborníky v oblasti TV, sportu a volnočasových aktivit; 2. spolupracovat s dalšími osobami podporujícími studenty se SVP; 3. rozvíjet odborné dovednosti a znalosti v rámci celoživotního vzdělávání; 4. podporovat práva žáků se SVP na rovný přístup ke vzdělání. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu

s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

#### **D.1 Spolupracovat s odborníky v oblasti TV, sportu a volnočasových aktivit**

D.1.1 Mapovat relevantní sportovní a volnočasové organizace.

D.1.2 Adekvátně zhodnotit možnosti sportovních a volnočasových organizací a nabídku jejich služeb.

D.1.3 Spolupracovat se zástupci z oblasti sportu. Spolupracovat se zástupci z oblasti sportu a rekreace osob s postižením.

D.1.4 Spolupracovat s dalšími odborníky v oblasti TV/ATV.

D.1.5 Propojit aktivity ve školní TV se zájmy mimoškolními a optimalizovat životní styl ve vztahu k organizovaným i neorganizovaným pohybovým aktivitám žáka se SVP.

#### **D.2 Spolupracovat s dalšími osobami a institucemi podporujícími studenty se SVP**

D.2.1 Spolupracovat se zákonným zástupcem (rodič, opatrovník) žáků se SVP.

D.2.2 Spolupracovat s nevládními organizacemi (např. v oblasti práv dětí).

D.2.3 Spolupracovat s odborníky v oblasti poradenství (SPC, PPP).

D.2.4 Spolupracovat s pedagogickými pracovníky (třídní učitel, ředitel, výchovný poradce, metodik sociální prevence, asistent).

D.2.5 Spolupracovat s odborníky v oblasti rehabilitace (např. fyzioterapeut, ergoterapeut, lékař, psycholog, logoped).

#### **D.3 Rozvíjet odborné dovednosti a znalosti v rámci celoživotního vzdělávání**

D.3.1 Pokračovat v profesním rozvoji v oblasti APA.

D.3.2 Účastnit se aktivit v oblasti celoživotního vzdělávání (např. účast na konferencích, workshopch či seminářích s cílem informovat se o nových trendech v APA).

D.3.3 Komunikovat s jinými odborníky v oblasti TV/ATV s cílem sdílet zkušenosti a seznámit se s příklady nejlepší praxe.

D.3.4 Ovládat copingové strategie.

#### **D.4 Podporovat práva žáků se SVP na rovný přístup ke vzdělání**

D.4.1 Propagovat a podporovat práva osob se SVP na tělocvičné aktivity.

D.4.2 Podporovat práva na poskytování služeb v oblasti tělesné výchovy pro žáky se SVP.

D.4.3 Podporovat práva v kontextu APA u všech žáků, pedagogů, rodičů a dalších zainteresovaných osob.

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

## **4 KOMPETENČNÍ RÁMEC PRO UČITELE ATV**

Tělesná výchova (TV) je povinnou součástí vyučování ve většině evropských zemí. Rozdílů jsou v objemu vyučovacích hodin vyhrazených pro TV v zemích EU, v přístupu k osnovám a v požadavcích na odbornou přípravu učitelů TV. Je důležité, aby veškeré aktivity v oblasti ATV byly vytvářeny na základech již existujících programů. V našem případě se jedná o posílení kompetencí učitelů TV. Zákon 563/2004 Sb. vymezuje odborné kvalifikace učitele tělesné výchovy. S pomocí všech kompetencí bychom měli posuzovat řadu žáků s různými SVP, mezi které můžeme zahrnout zraková postižení, sluchová postižení, tělesná postižení, poruchu učení, lehké mentální postižení, narušenou komunikační schopnost a dlouhodobá onemocnění.

#### **Hlavním cílem učitele v oblasti aplikované tělesné výchovy je:**

- a) plánovat společné vzdělávání v tělesné výchově;
- b) realizovat společné vzdělávání;
- c) hodnotit studijní pokrok žáků se SVP a efektivnost používaných výukových a podpůrných strategií;
- d) účastnit se odborné spolupráce s cílem zlepšit kvalitu výuky pro žáky se SVP.

#### **A) Plánovat společné vzdělávání v tělesné výchově**

Učitel ATV musí být schopen: 1. diagnostikovat potřeby žáků se SVP, 2. zmapovat postoje zainteresovaných osob ke společnému vzdělávání v TV; 3. zmapovat podmínky školy pro výuku TV; 4. vytvořit výukové plány pro společné vzdělávání v TV; 5. připravit prostředí pro společné vzdělávání v TV; 6. přizpůsobit obsah TV tak, aby naplňoval individuální potřeby všech žáků. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

#### **A.1 Diagnostikovat potřeby žáků se SVP**

A.1.1 Diagnostikovat speciální potřeby žáků v souvislosti s tělesnou výchovou a dalšími pohybovými aktivitami realizovanými školou (dále TV).

A.1.2 Popsat potřebu podpůrných opatření v TV.

A.1.3 Diagnostikovat kompetence, zejména motorické a sociální, žáků ve třídě.

A.1.4 Diagnostikovat relevantní vstupní data.

#### **A.2 Zmapovat postoje zainteresovaných osob ke společnému vzdělávání v TV**

A.2.1 Zjistit kompetence a postoje žáků, učitelů a jiných zaměstnanců v souvislosti s účastí žáků se SVP v TV.

A.2.2 Zjistit a analyzovat přání rodičů a adekvátně je zakomponovat do vzdělávání.

Autor: Ondřej Ješina, Martin Kudláček (eds.)

A.2.3 Zmapovat postoje ostatních pedagogů (kollegů učitelů, asistenta pedagoga) k začlenění žáků se SVP v TV.

### A.3 Zmapovat podmínky školy pro výuku TV

A.3.1 Analyzovat školní vzdělávací program (ŠVP) v souvislosti se společným vzděláváním v TV.

A.3.2 Zmapovat vnější bariéry a limity účasti v TV a navrhnout způsoby řešení.

### A.4 Vytvořit výukové plány pro společné vzdělávání v TV

A.4.1 Určit míru podpory (např. žádná podpora / částečná podpora / plná podpora).

A.4.2 Spolupodílet se na vytvoření IVP či jiných plánů podpory pro tělesnou výchovu žáků se SVP v kooperaci s poradenským zařízením, rodiči a dalšími zainteresovanými pracovníky.

### A.5 Připravit prostředí pro společné vzdělávání v TV

A.5.1 Plánovat komunikační strategie pro pozitivní formování všech žáků.

A.5.2 Plánovat strategie zvládnutí chování v souvislosti s účastí žáků se SVP.

A.5.3 Připravit spolužáky včetně peer tutorů (proškolení vrstevníci, kteří budou spolupracovat při výuce).

A.5.4 Formovat zainteresované osoby (pedagogové, další zaměstnanci školy, rodiče, lékař) s cílem vytvořit pozitivní sociální klima pro realizaci společného vzdělávání v TV.

A.5.5 Vybavit školu sportovními, sportovně-kompenzačními či didaktickými pomůckami pro lepší zařazení žáka se SVP do TV.

## B) Realizace společného vzdělávání

Učitel ATV musí být schopen 1. přizpůsobit obsah výuky TV tak, aby naplňoval individuální potřeby všech žáků; 2. formovat chování žáků tak, aby byly zajištěny optimální podmínky pro výuku TV; 3. přizpůsobit komunikaci schopnostem žáků se SVP; 4. vést záznamy týkající se IVP či jiných plánů podpory. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

### B.1 Přizpůsobit obsah výuky TV tak, aby naplňoval individuální potřeby všech žáků

B.6.1 Realizovat výuku v souladu s úpravami ŠVP, tematických a individuálních vzdělávacích plánů do TV.

B.6.2 Znat a realizovat principy, způsoby a postupy při modifikacích pohybových aktivit ve vztahu k účasti žáků se SVP.

B.6.3 Volit vhodné vzdělávací strategie, přístupy a metody vyučování a učení směřující k naplňování dlouhodobých vzdělávacích cílů.

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

B.6.4 Zajistit bezpečnost, fyzickou i psychickou, pro všechny žáky.

B.6.5 Správně používat vhodné kompenzační a sportovní pomůcky, které mohou usnadnit začlenění žáků se SVP v hodinách TV.

B.6.6 Předvídat situace, které při učení mohou nastat, flexibilně reagovat a uplatňovat průběžná řešení.

### B.2 Formovat chování žáků tak, aby byly zajištěny optimální podmínky pro výuku TV

B.2.1 Posilovat žádoucí a eliminovat nežádoucí chování žáků.

B.2.2 Motivovat všechny žáky v průběhu vzdělávacího procesu v TV.

B.2.3 Zařazovat programy a intervence pro formování postojů v průběhu vzdělávacího procesu (Paralympijský školní den, peer tutoring program, supervize, jiné osvětové programy aj.).

### B.3 Přizpůsobit komunikaci schopnostem žáků se SVP

B.3.1 Používat adekvátní postupy pro komunikaci se žáky se SVP (např. Braillovo písmo, znakový jazyk, augmentativní a alternativní komunikační nástroje) v průběhu vzdělávacího procesu v TV.

B.3.2 Upravit způsob komunikace s ohledem na úroveň a možnosti žáků v průběhu vzdělávacího procesu v TV.

### B.4 Vést záznamy týkající se IVP či jiných plánů podpory

B.4.1 Vést dokumentaci týkající se průběžného hodnocení žáka se SVP a naplňování cílů uvedených v IVP či jiných plánů podpory.

B.4.2 Znat aktuální odbornou a oborově preferovanou terminologii pro potřeby vedení dokumentace o realizovaném IVP.

## C) Hodnotit studijní pokrok žáků a efektivitu používaných vzdělávacích, výchovných a podpůrných strategií

Nezbytným aspektem výuky žáků se SVP je hodnocení jejich studijního pokroku a úspěšnosti vzdělávacích, výukových a podpůrných strategií. Klíčové role v této oblasti jsou: 1. Hodnotit studijní pokrok žáka se SVP ve vztahu k cílům IVP; 2. Hodnotit úpravy obsahu vzdělávání v TV pro žáky se SVP; 3. Hodnotit efektivnost používaných vzdělávacích, výchovných a podpůrných opatření. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

### C.1 Hodnotit studijní pokrok žáka se SVP ve vztahu k cílům IVP

C.1.1 Znat a zařadit adekvátní způsoby hodnocení s předem vymezenými kritérii.

C.1.2 Objektivně zhodnotit úroveň žáka v souladu s IVP (např. udělit přiměřenou známku).

C.1.3 Hodnotit vědomosti, výkonnostní progres (motorická úroveň), zapojení, míru spolupráce, změny v chování, pozitivní přístup k pohybu a interakci při skupinových činnostech a pozitivní projevy chování (fair play, ohleduplnost).

### **C.2 Hodnotit úpravy obsahu vzdělávání v TV pro žáky se SVP**

C.2.1 Hodnotit přiměřenost obsahu a upravovat jej vzhledem k individuálním potřebám a schopnostem.

C.2.2 Průběžně hodnotit a upravovat činnosti v TV (na základě průběžné evaluace).

### **C.3 Hodnotit efektivnost používaných vzdělávacích, výchovných a podpůrných opatření**

C.3.1 V kooperaci s poradenským pracovníkem objektivně zhodnotit úspěšnost nebo neúspěšnost realizovaného IVP.

C.3.2 V souladu s etikou a v koordinaci s poradenským pracovníkem adekvátně realizovat evaluační techniky.

## **D) Odborná spolupráce s cílem zlepšit kvalitu společného vzdělávání**

Aplikovaná tělesná výchova má mezioborový charakter a od odborníků v oblasti ATV lze proto očekávat pravidelnou spolupráci s jinými odborníky nebo s rodiči žáků se SVP. Klíčové role v této oblasti jsou: 1. spolupracovat s odborníky v oblasti TV, sportu a volnočasových aktivit; 2. spolupracovat s dalšími osobami podporujícími studenty se SVP; 3. rozvíjet odborné dovednosti a znalosti v rámci celoživotního vzdělávání; 4. podporovat práva žáků se SVP na rovný přístup ke vzdělání. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

### **D.1 Spolupracovat s odborníky v oblasti TV, sportu a volnočasových aktivit**

D.1.1 Spolupracovat se zástupci z oblasti sportu a rekreace osob s postižením.

D.1.2 Spolupracovat s dalšími odborníky v oblasti TV/ATV.

D.1.3 Propojit aktivity ve školní TV se zájmy mimoškolními a optimalizovat životní styl ve vztahu k organizovaným i neorganizovaným pohybovým aktivitám žáka se SVP.

### **D.2 Spolupracovat s dalšími osobami a institucemi podporujícími studenty se SVP**

D.2.1 Spolupracovat se zákonným zástupcem (rodič, opatrovník) žáků se SVP.

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

D.2.3 Spolupracovat s odborníky v oblasti poradenství (SPC, PPP).

D.2.4 Spolupracovat s pedagogickými pracovníky (třídní učitel, ředitel, výchovný poradce, metodik sociální prevence, asistent).

D.2.5 Spolupracovat s odborníky v oblasti rehabilitace (např. fyzioterapeut, ergoterapeut, lékař, psycholog, logoped).

### **D.3 Rozvíjet odborné dovednosti a znalosti v rámci celoživotního vzdělávání**

D.3.1 Pokračovat v profesním rozvoji v oblasti ATV.

D.3.2 Účastnit se aktivit v oblasti celoživotního vzdělávání (např. účast na konferencích, workshopech či seminářích s cílem informovat se o nových trendech v ATV).

D.3.3 Komunikovat s jinými odborníky v oblasti TV/ATV s cílem sdílet zkušenosti a seznámit se s příklady dobré praxe.

D.3.4 Ovládat copingové strategie.

### **D.4 Podporovat práva žáků se SVP na rovný přístup ke vzdělání**

D.4.1 Propagovat a podporovat práva osob se SVP na tělocvičné aktivity.

D.4.2 Podporovat práva v poskytování služeb v oblasti tělesné výchovy pro žáky se SVP.

D.4.3 Podporovat práva v kontextu APA u všech žáků, pedagogů, rodičů a dalších zainteresovaných osob.

## **5 KOMPETENCE ASISTENTA PEDAGOGA PRO ATV**

Tělesná výchova (TV) je povinnou součástí vyučování ve většině evropských zemí. V našem případě se jedná o posílení kompetencí asistentů pedagoga. Zákon 563/2004 Sb. vymezuje odborné kvalifikace asistentů pedagoga. V našich podmínkách se však setkáváme s naprosto nedostatečnou přípravou asistentů pedagoga v kontextu školní TV a dalších pohybově orientovaných programů. Jedinými pracovníky, kteří jsou s ohledem na své pregraduální vzdělávání připravováni systematicky, jsou absolventi vysokoškolských oborů a programů zaměřených na APA, ATV nebo TV v kombinaci se speciální pedagogikou (tam však většinou bez kompetencí propojujících tyto dva obory). V systému celoživotního vzdělávání se implementací relevantních témat zabývá naprosté minimum akreditovaných subjektů.

### **Hlavním cílem učitele v oblasti aplikované tělesné výchovy je**

a) plánovat společné vzdělávání v tělesné výchově;

Autor: Ondřej Ješina, Martin Kudláček (eds.)

- b) realizovat společné vzdělávání;
- c) hodnotit studijní pokrok žáků se SVP a efektivnost používaných výukových a podpůrných strategií;
- d) účastnit se odborné spolupráce s cílem zlepšit kvalitu výuky pro žáky se SVP.

#### A) Plánovat společné vzdělávání v tělesné výchově

Asistent pedagoga v ATV/TV musí být schopen:

1. rozpoznat potřeby žáků se SVP, 2. zmapovat postoje zainteresovaných osob ke společnému vzdělávání v TV; 3. zmapovat podmínky školy pro výuku TV; 4. vytvořit výukové plány pro společné vzdělávání v TV; 5. připravit prostředí pro společné vzdělávání v TV; 6. přizpůsobit obsah TV tak, aby naplňoval individuální potřeby všech žáků. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

##### A.1 Rozpoznat potřeby žáků se SVP

A.1.1 Rozpoznat speciální potřeby žáků v souvislosti s TV v kooperaci s učitelem TV.

A.1.2 Zapojit se do realizace diagnostiky motoriky a dalších ukazatelů relevantních pro TV vybraných učitelem.

##### A.2 Zmapovat postoje zainteresovaných osob ke společnému vzdělávání v TV

A.2.1 Reagovat na přání rodičů a adekvátně je zahrnout do vzdělávání při TV.

A.2.2 Reagovat na postoje všech žáků k sobě navzájem i k TV a spolupodílet se na jejich formování.

A.2.3 Zmapovat postoje ostatních pedagogů (kollegů učitelů, asistenta pedagoga) k začlenění žáků se SVP v TV.

##### A.3 Zmapovat podmínky školy pro výuku TV

A.3.1 Zmapovat vnější bariéry a limity účasti v TV a navrhnout způsoby řešení.

A.3.2 Zmapovat vnitřní bariéry a limity participujících osob (zejména zaměstnanců školy).

##### A.4 Vytvořit výukové plány pro společné vzdělávání v TV

A.4.1 Spolupodílet se na vytvoření IVP či jiných plánů podpory pro tělesnou výchovu žáků se SVP v kooperaci s poradenským zařízením, učitelem TV, rodiči a s dalšími zainteresovanými pracovníky.

##### A.5 Připravit prostředí pro společné vzdělávání v TV

A.5.1 Plánovat komunikační strategie pro pozitivní formování všech žáků.

A.5.2 Plánovat strategie zvládnutí chování v souvislosti s účastí žáků se SVP.

#### B) Realizace společného vzdělávání

Asistent pedagoga v ATV/TV musí být schopen

1. přizpůsobit svou práci obsahu výuky TV tak, aby

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

naplňoval individuální potřeby všech žáků; 2. formovat chování žáků tak, aby byly zajištěny optimální podmínky pro výuku TV; 3. přizpůsobit komunikaci schopnostem žáků se SVP; 4. rozumět záznamům týkajícím se IVP či jiných plánů podpory. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

##### B.1 Přizpůsobit svou práci obsahu výuky TV tak, aby naplňoval individuální potřeby všech žáků

B.1.1 Realizovat výuky v souladu s úpravami ŠVP, tematických a individuálních vzdělávacích plánů do TV.

B.1.2 Znat a realizovat principy, způsoby a postupy při modifikacích pohybových aktivit ve vztahu k účasti žáků se SVP.

B.1.3 Volit vhodné vzdělávací strategie, přístupy a metody vyučování a učení směřující k naplňování dlouhodobých vzdělávacích cílů.

B.1.4 Zajistit fyzickou i psychickou bezpečnost pro všechny žáky.

B.1.5 Správně používat vhodné kompenzační a sportovní pomůcky, které mohou usnadnit začlenění žáků se SVP v hodinách TV.

B.1.6 Předvídat situace, které při učení mohou nastat, flexibilně reagovat a uplatňovat průběžná řešení, zajistit i další typy asistence (včetně osobní) relevantní pro TV (příprava před, při i po VJ či jiných formách výuky).

##### B.2 Formovat chování žáků tak, aby byly zajištěny optimální podmínky pro výuku TV

B.2.1 Posilovat žádoucí a eliminovat nežádoucí chování žáků.

B.2.2 Motivovat všechny žáky v průběhu vzdělávacího procesu v TV.

##### B.3 Přizpůsobit komunikaci schopnostem žáků se SVP

B.3.1 Používat adekvátní postupy pro komunikaci se žáky se SVP (např. Braillovo písmo, znakový jazyk, augmentativní a alternativní komunikační nástroje) v průběhu vzdělávacího procesu v TV.

B.3.2 Upravit způsob komunikace s ohledem na úroveň a možnosti žáků v průběhu vzdělávacího procesu v TV.

##### B.4 Rozumět záznamům týkajícím se IVP či jiných plánů podpory

B.4.1 Rozumět dokumentaci týkající se průběžného hodnocení žáka se SVP a naplňování cílů uvedených v IVP či jiných plánů podpory.

B.4.2 Znat aktuální odbornou a oborově preferovanou terminologii pro potřeby vedení dokumentace o realizovaném IVP.



### **C) Hodnotit studijní pokrok žáků a efektivitu používaných vzdělávacích, výchovných a podpůrných strategií**

Nezbytným aspektem výuky žáků se SVP je hodnocení jejich studijního pokroku a úspěšnosti vzdělávacích, výukových a podpůrných strategií. Klíčové role v této oblasti jsou: 1. Hodnotit studijní pokrok žáka se SVP ve vztahu k cílům IVP; 2. Hodnotit úpravy obsahu vzdělávání v TV pro žáky se SVP; 3. Hodnotit efektivnost používaných vzdělávacích, výchovných a podpůrných opatření. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

#### **C.1 Hodnotit studijní pokrok žáka se SVP ve vztahu k cílům IVP**

C.1.1 Znat a respektovat adekvátní způsoby hodnocení s předem vymezenými kritérii navržené učitelem TV.

C.1.2 Znat vědomosti, výkonnostní progres (motorická úroveň), zapojení, míru spolupráce, změny v chování, pozitivní přístup k pohybu a interakci při skupinových činnostech a pozitivní projevy chování (fair play, ohleduplnost).

#### **C.2 Hodnotit úpravy obsahu vzdělávání v TV pro žáky se SVP**

C.2.1 V kooperaci s učitelem TV hodnotit průměrnost obsahu a upravovat jej vzhledem k individuálním potřebám a schopnostem.

C.2.2 V kooperaci s učitelem TV průběžně hodnotit a upravovat činnosti v TV (na základě průběžné evaluace).

#### **C.3 Hodnotit efektivnost používaných vzdělávacích, výchovných a podpůrných opatření**

C.3.1 V kooperaci s učitelem TV a poradenským pracovníkem objektivně hodnotit úspěšnost nebo neúspěšnost realizovaného IVP.

C.3.2 V souladu s etikou a v koordinaci s učitelem TV a poradenským pracovníkem adekvátně realizovat evaluační techniky.

### **D) Odborná spolupráce s cílem zlepšit kvalitu společného vzdělávání**

Aplikovaná tělesná výchova má mezioborový charakter a od odborníků v oblasti ATV lze proto očekávat pravidelnou spolupráci s jinými odborníky nebo s rodiči žáků se SVP. Klíčové role v této oblasti jsou: 1. spolupracovat s odborníky v oblasti TV, sportu a volnočasových aktivit; 2. spolupracovat s dalšími osobami podporujícími studenty se SVP; 3. rozvíjet odborné dovednosti a znalosti v rámci celoživotního vzdělávání; 4. podporovat práva žáků se SVP na rovný přístup ke vzdělání. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

### **D.1 Spolupracovat s odborníky v oblasti TV, sportu a volnočasových aktivit**

D.1.1 Spolupracovat se zástupci z oblasti sportu a rekreace osob s postižením.

D.1.2 Spolupracovat s dalšími odborníky v oblasti TV/ATV.

D.1.3 Propojit aktivity ve školní TV se zájmy mimoškolními a optimalizovat životní styl ve vztahu k organizovaným i neorganizovaným pohybovým aktivitám žáka se SVP.

### **D.2 Spolupracovat s dalšími osobami a institucemi podporujícími studenty se SVP**

D.2.1 Spolupracovat se zákonným zástupcem (rodič, opatrovník) žáků se SVP.

D.2.2 Spolupracovat s odborníky v oblasti poradenství (SPC, PPP).

D.2.3 Spolupracovat s pedagogickými pracovníky (třídní učitel, ředitel, výchovný poradce, metodik sociální prevence, asistent).

D.2.4 Spolupracovat s odborníky v oblasti rehabilitace (např. fyzioterapeut, ergoterapeut, lékař, psycholog, logoped).

### **D.3 Rozvíjet odborné dovednosti a znalosti v rámci celoživotního vzdělávání**

D.3.1 Pokračovat v profesním rozvoji v oblasti ATV.

D.3.2 Účastnit se aktivit v oblasti celoživotního vzdělávání (např. účast na konferencích, workshopch či seminářích s cílem informovat se o nových trendech v ATV).

D.3.3 Komunikovat s jinými odborníky v oblasti TV/ATV s cílem sdílet zkušenosti a seznámit se s příklady dobré praxe.

D.3.4 Ovládat copingové strategie.

### **D.4 Podporovat práva žáků se SVP na rovný přístup ke vzdělání**

D.4.1 Propagovat a podporovat práva osob se SVP na tělocvičné aktivity.

D.4.2 Podporovat práva v poskytování služeb v oblasti tělesné výchovy pro žáky se SVP.

D.4.3 Podporovat práva v kontextu APA u všech žáků, pedagogů, rodičů a dalších zainteresovaných osob.

## **6 KOMPETENCE PRACOVNÍKA APA V OBLASTI VOLNÉHO ČASU**

Ačkoliv tradice pracovníků pro organizované volnočasové aktivity dětí, mládeže i dospělých má u nás relativně hlubokou tradici, přesto se systémově jejich vzdělávání pro práci s OSP věnuje jen málo institucí. Součástí pregraduálního vzdělávání pedagogů volného času bývá i speciální pedagogika, avšak v naprosté ne-

dostatečné míře (nejčastěji vůbec) APA. Jediným oborem v ČR, který systematicky vzdělává právě pro tuto oblast, je obor aplikované pohybové aktivity na Fakultě tělesné kultury (FTK) UP v Olomouci. Zařazením předmětu (kurzu) s poměrně vysokou časovou dotací (5 ECTS) na stejné fakultě disponuje obor rekreologie. Instruktorská licenční školení taktéž prozatím nedisponují povinností zařadit problematiku OSP. Z tohoto pohledu unikátním kurzem je kurz lyžování OSP, který realizuje ve spolupráci s Českým svazem lyžařských škol opět FTK UP v Olomouci. Stejně jako tzv. „infuze“ tématu o cvičení osob se zdravotním postižením do kurzu fitness instruktor tamtéž. Snahou odpovědných orgánů by měl být paralelní systém přímo zaměřených licenčních programů i tzv. infuze do již realizovaných inštruktorských licencí (s minimální dotací 150 výukových hodin). Jelikož se oblast volného času v APA neomezuje (zatím) pouze na pedagogickou činnost, je nutné počítat i s některými kompetencemi, které jsou u osob bez speciálních potřeb činností jiných pracovních pozic (např. získávání zdrojů, marketing, management volného času, projektová práce).

#### **A) Plánovat volnočasové aktivity pro osoby se speciálními potřebami (dále jen OSP)**

Instruktor volnočasových aktivit v APA (dále jen instruktor APA) musí být schopen: 1. posoudit potřeby OSP; 2. modifikace volnočasových pohybových aktivit (dále jen PA); 3. připravovat vhodné prostředí pro volnočasové APA; 4. spolupracovat s dalšími relevantními osobami a institucemi; 5. přípravy a plánování projektu pro volnočasové programy; 6. znát platnou legislativu; 7. adekvátně nastavit marketingové postupy a strategie v APA a životním stylu OSP. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

##### **A.1 Posoudit potřeby OSP**

A.1.1 Zjistit speciální potřeby OSP v souvislosti s volnočasovými APA.

A.1.2 Zjistit podpůrné služby pro volný čas.

A.1.3 Zjistit speciální potřeby pro účely stanovení individuálních cílů.

##### **A.2 Modifikace volnočasových APA**

A.2.1 Zjistit možnosti a postoje OSP k daným volnočasovým PA a kompetence spolupracujících pracovníků na daném programu volného času.

A.2.2 Plánovat vhodné volnočasové APA.

A.2.3 Zjistit silné a slabé stránky volnočasových programů v APA.

A.2.4 Určit míru podpory (např. žádná podpora / částečná podpora / plná podpora).

A.2.5 Plánovat komunikační strategie v souvislosti s OSP.

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

A.2.6 Plánovat strategie zvládnání chování v souvislosti s OSP.

##### **A.3 Připravovat vhodné prostředí pro volnočasové PA**

A.3.1 Vybrat adekvátní prostředí pro volnočasové APA OSP (např. bezbariérovost střediska, připravit se na možné varianty nepříznivého počasí / znalost terénu).

A.3.2 Připravit spolupracovníky (např. obsluha volnočasových středisek) na specifika volnočasových aktivit OSP.

A.3.3 Připravit ostatní osoby bez specifických potřeb.

A.3.4 Zajistit, aby zařízení, vybavení a prostředí bylo přiměřené a bezpečné.

##### **A.4 Spolupracovat s dalšími relevantními osobami a institucemi**

A.4.1 Spolupracovat se zákonným zástupcem (rodič, opatrovník).

A.4.2 Spolupracovat s dalšími odborníky a zainteresovanými osobami v oblasti volnočasových APA (lékařem, psychologem, logopedem, asistentem pedagoga, osobním asistentem).

A.4.3 Spolupracovat s nevládními organizacemi (např. v oblasti práv dětí) a dalším poradenskými pracovišti.

A.4.4 Spolupracovat s odborníky v oblasti rehabilitace (např. fyzioterapeut, ergoterapeut).

A.4.5 Připravit pomocné pracovníky (např. zástupci volnočasových organizací).

A.4.6 Mít přehled o volnočasových organizacích a jejich zaměření (např. neziskové organizace).

A.4.7 Kontaktovat potenciální donátory a „stakeholdery“ (např. nadace, nadační fondy, město, kraj) pro OSP za účelem možné spolupráce.

##### **A.5 Příprava a plánování projektu pro volnočasové programy**

A.5.1 Erudovanost a know-how pro vyhledávání projektových výzev, psaní a evaluaci projektů v APA.

A.5.2 Přehled v cenových relacích a finančních nárocích, znalost základních postupů při plánování rozpočtu akcí a programů v APA.

A.5.3 Umět poptávat spolupracující odborníky (daňové poradce, účetní, právníky, projektové manage-ry) a efektivně s nimi řešit relevantní témata pro přípravu projektů.

##### **A.6 Znalost platné legislativy**

A.6.1 Znalost znění legislativy relevantní pro realizaci akcí v APA.

A.6.2 Schopnost orientovat se, vyhledávat a následně uplatňovat legislativní normy a standardy.

A.6.3 Vyhledávat spolupracující osoby s odborníky pro hledání legislativních opor při řešení akcí v APA.

### **A.7 Adekvátně nastavit marketingové postupy a strategie v APA a životním stylu OSP**

- A.7.1 Nalézt vhodné marketingové nástroje na oslovení cílových skupin s nabídkou služeb a programů.
- A.7.2 Vhodným způsobem oslovovat širokou veřejnost a šířit osvětovou činnost prostřednictvím různých forem médií.

### **B) Zařadit osoby s OSP do společných volnočasových pohybových aktivit**

Je možno očekávat následující tři klíčové role: 1. realizovat program pro OSP; 2. zvládání chování skupiny zapojené do volnočasových aktivit; 3. zvládání komunikace ve skupině. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

#### **B.1 Realizovat program pro OSP**

- B.1.1 Používat vhodné přizpůsobené vybavení (např. výrazně barevné, ozvučené, lehčí nebo těžší, větší).
- B.1.2 Vytvoření bezpečného prostředí (fyzicky i mentálně).
- B.1.3 Přizpůsobit pravidla her, fyzické prostředí (běžné prostředí) tak, aby usnadnilo zapojení žáků s OSP.
- B.1.4 Vedení rozpočtové a projektové stránky volnočasového programu (účetnictví, nakládání s příspěvků či sponzorskými dary a dotacemi).

#### **B.2 Zvládání chování zapojené skupiny do volnočasových aktivit**

- B.2.1 Pozitivní/negativní posilování žádoucího/nežádoucího chování účastníků programu, kdykoli je to vhodné.
- B.2.2 Zvládání problémových situací a prevence sociálně patologických jevů.

#### **B.3 Zvládání komunikace ve skupině**

- B.3.1 Používat přiměřené komunikační nástroje (např. znakový jazyk, augmentační a další alternativní komunikační nástroje, Braillovo písmo apod.).
- B.3.2 Volit vhodné komunikační strategie pro vytvoření pozitivního klimatu ve skupině.

### **C) Evaluace volnočasových aktivit v APA**

Evaluace je nezbytným nástrojem plánování a příprav volnočasových PA. Evaluace může proběhnout ve formě zpětnovazebních informací. Klíčové role v této oblasti jsou: 1. hodnocení úspěšnosti a přiměřenosti obsahu volnočasového programu; 2. hodnocení používaných strategií; 3. vyhodnocení projektu APA. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

### **C.1 Hodnocení úspěšnosti a přiměřenosti obsahu volnočasového programu**

- C.1.1 Použití vhodných hodnoticích nástrojů (např. formou rozhovorů, anket apod.).
- C.1.2 Hodnocení vhodnosti úprav programu dle potřeb všech zúčastněných osob.
- C.1.3 Hodnocení zapojení účastníků programu a dalších spolupracovníků.

### **C.2 Hodnocení používaných strategií**

- C.2.1 Hodnotit přiměřenost používaných výukových strategií.
- C.2.2 Hodnotit silné a slabé stránky volnočasových programů u PA.
- C.2.3 Hodnotit vhodnost zvolení míry podpory (např. žádná podpora / částečná podpora / plná podpora).
- C.2.4 Hodnotit komunikační strategie v souvislosti s OSP.
- C.2.5 Hodnotit strategie zvládání chování v souvislosti s OSP.
- C.2.6 Hodnotit vhodnost zvoleného prostředí.
- C.2.7 Hodnotit snahu, motivaci, zapojení OSP a dalších účastníků.

### **C.3 Vyhodnocení projektu**

- C.3.1 Zodpovědně a správně řešit závěrečné kalkulace finanční stránky volnočasového programu.
- C.3.2 Kriticky hodnotit plnění cílů dlouhodobějších projektů i dílčích akcí.
- C.3.3 Sepsat závěrečné zprávy a vyvodit doporučení pro další akce.
- C.3.4 Adekvátním způsobem informovat odbornou i laickou veřejnost o uskutečněných akcích a programech v APA.

### **D) Odborná spolupráce s cílem zlepšit kvalitu života OSP**

Od instruktora volnočasových PA lze očekávat pravidelnou spolupráci s jinými odborníky a neustálé sebevzdělávání. Klíčové role v této oblasti jsou: 1. zdokonalovat odborné dovednosti a znalosti; 2. advokacie práv OSP na aktivní trávení volného času prostřednictvím APA. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

#### **D.1 Zdokonalovat odborné dovednosti a znalosti**

- D.1.1 Zjišťovat potřeby profesního rozvoje v oblasti volnočasových APA.
- D.1.2 Účastnit se aktivit v oblasti průběžného profesionálního rozvoje, např. čtení odborných publikací, účast na konferencích (workshopech, seminářích) s cílem informovat se o nových trendech ve volnočasových APA.

D.1.3 Komunikovat s jinými odborníky v oblasti volnočasových PA s cílem sdílet zkušenosti a seznámit se s příklady nejlepší praxe.

#### **D.4 Advokacie práv OSP na aktivní trávení volného času prostřednictvím APA**

D.2.1 Znat relevantní legislativní normy.

D.2.2 Schopnost adekvátně argumentovat ve vztahu k advokacii práv OSP na aktivní životní styl.

### **7 KOMPETENCE SPORTOVNÍHO TRENÉRA V APA**

Základní vymezení kvalifikačního rámce (legislativních kompetencí) sportovního trenéra je zahrnuto v zákoně č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících. Jednotlivé sportovní svazy pak disponují svými systémy vzdělávání trenérů. Podobně to funguje i u sportovních svazů zaměřených na sportovce se zdravotním postižením. Většina z nich však uznává trenérská oprávnění svazů pro sportovce bez postižení. Systémově se vzdáváním trenérů pro účely svých institucí zabývá zejména České hnutí speciálních olympiád. Ve světě jsou sport zdravotně postižených a příprava trenérů stále více profesionalizované a kvalitativně se zvyšující. Bohužel naše národní struktury často nepovažují vzdělávání trenérů v oblasti APA za klíčové.

#### **A) Plánovat sportovní aktivity pro osoby se specifickými potřebami (dále jen OSP)**

Trenér sportovních aktivit v APA (dále jen trenér APA) musí být schopen: 1. posoudit potřeby OSP; 2. diagnostikovat sportovní pohybové aktivity (dále jen PA); 3. modifikovat sportovní PA; 4. připravovat vhodné prostředí pro volnočasové a rekreační APA; 5. spolupracovat s dalšími relevantními osobami a organizacemi; 6. připravovat a plánovat rozpočet pro sportovní programy. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

##### **A.1 Posoudit potřeby OSP**

A.1.1 Zjistit speciální potřeby OSP v souvislosti se sportovními PA.

A.1.2 Zjistit podpůrné služby pro volný čas.

A.1.3 Zjistit speciální potřeby pro účely stanovení individuálních cílů.

##### **A.2 Diagnostikovat výkonnost OSP**

A.2.1 Zjistit výkonnost pomocí klasických i speciálních diagnostických metod.

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

#### **A.3 Modifikace sportovních APA**

A.3.1 Zjistit možnosti a postoje OSP k daným sportovním PA a kompetence pracovníků spolupracujících na daném programu.

A.3.2 Plánovat vhodné sportovní PA.

A.3.3 Zjistit silné a slabé stránky sportovních programů u PA.

A.3.4 Plánovat komunikační strategie v souvislosti s OSP.

A.3.5 Plánovat strategie zvládnutí chování v souvislosti s OSP.

#### **A.4 Připravovat vhodné prostředí pro sportovní APA**

A.4.1 Vybrat adekvátní prostředí pro sportovní APA OSP (např. bezbariérovost střediska, připravit se na možné varianty nepříznivého počasí / znalost terénu).

A.4.2 Připravit spolupracovníky (např. obsluha sportovních areálů) na specifika sportovních aktivit OSP.

A.4.3 Připravit ostatní osoby bez specifických potřeb na účast OSP při sportovních PA.

A.4.4 Zajistit, aby zařízení, vybavení a prostředí bylo přiměřené a bezpečné.

#### **A.5 Spolupracovat s dalšími relevantními osobami a organizacemi**

A.5.1 Spolupracovat se zákonným zástupcem (rodič, opatrovník).

A.5.2 Spolupracovat s dalšími odborníky v oblasti sportovních APA.

A.5.3 Spolupracovat s nevládními organizacemi (např. v oblasti práv dětí).

A.5.4 Spolupracovat s odborníky v oblasti rehabilitace (např. fyzioterapeut, ergoterapeut).

A.5.5 Připravit pomocné pracovníky (např. zástupci jiných sportovních organizací).

A.5.6 Mít přehled o sportovních klubech a organizacích a jejich zaměření (např. neziskové organizace).

A.5.7 Kontaktovat příslušné organizace (např. nadace, nadační fondy, město, kraj) pro OSP za účelem možné spolupráce.

A.5.8 Kontaktovat příslušné místní organizace za účelem možné spolupráce (např. Hnutí Speciálních olympiád, místní sportovní kluby).

#### **A.6 Příprava a plánování rozpočtu pro volnočasové programy**

#### **B) Zařadit OSP do společných sportovních pohybových aktivit**

Je možno očekávat následující tři klíčové role: 1. realizovat program pro OSP; 2. zvládat chování skupiny zapojené do sportovních aktivit; 3. zvládat komunikaci

ve skupině. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

### **B.1 Realizovat program pro OSP**

B.1.1 Používat vhodné přizpůsobené vybavení (např. výrazně barevné, ozvučené, lehčí nebo těžší, větší).

B.1.2 Vytvoření bezpečného prostředí (fyzicky i mentálně).

B.1.3 Přizpůsobit pravidla her, fyzické prostředí (běžné prostředí) tak, aby usnadnilo zapojení osob s OSP.

B.1.4 Vedení rozpočtové stránky sportovního programu (účetnictví, nakládání s příspěvky či sponzorskými dary a dotacemi).

### **B.2 Zvládání chování skupiny zapojené do sportovních aktivit**

B.2.1 Pozitivní/negativní posilování žádoucího/nežádoucího chování účastníků sportovního programu, kdykoli je to vhodné.

B.2.2 Zvládání problémových situací a prevence sociálně patologických jevů.

### **B.3 Zvládání komunikace ve skupině**

B.3.1 Používat přiměřené komunikační nástroje (např. znakový jazyk, augmentační a další alternativní komunikační nástroje, Braillovo písmo apod.).

B.3.2 Podporovat komunikaci ve skupině.

### **C) Hodnocení sportovního progresu OSP**

Nezbytným aspektem sportovních PA je hodnocení pokroku a úspěšnosti našich výukových strategií. Pokrok v učení je u sportovců často velmi pomalý, proto si musíme vést záznamy o učení v souvislosti s individuálním sportovním plánem OSP. Klíčové role v této oblasti jsou: 1. hodnocení studijního pokroku, 2. hodnocení přiměřenosti obsahu a 3. hodnocení používaných strategií. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

#### **C.1 Hodnotit sportovní pokrok OSP ve vztahu k cílům obsaženým v jeho/jejím individuálním sportovním plánu (ISP)**

C.1.1 Používat vhodné hodnoticí nástroje k měření pokroku sportovců ve vztahu k ISP.

#### **C.2 Hodnotit vhodnost úprav obsahu sportovních PA pro OSP**

C.2.1 Hodnotit přiměřenost nároků vzhledem k individuálním potřebám a schopnostem.

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

### **C.3 Hodnotit efektivnost používaných tréninkových a podpůrných opatření**

C.3.1 Hodnotit přiměřenost používaných tréninkových strategií.

C.3.2 Hodnotit přiměřenost používaných podpůrných strategií.

### **D) Odborná spolupráce s cílem zlepšit kvalitu sportovních aktivit pro OSP**

Aplikované sportovní aktivity mají mezioborový charakter a od odborníků v oblasti trenérství lze proto očekávat pravidelnou spolupráci s jinými odborníky a neustálé sebevzdělávání. Klíčové role v této oblasti jsou: 1. spolupráce s jinými odborníky; 2. celoživotní odborné vzdělávání; 3. zdokonalovat odborné dovednosti a znalosti; 4. advokacie práv osob s OSP na sport. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

#### **D.1 Spolupracovat s odborníky ve sportu**

D.1.1 Spolupracovat se zástupci z oblasti sportu osob s postižením.

D.1.2 Spolupracovat se zástupci z oblasti rekreace osob s postižením.

D.1.3 Spolupracovat s dalšími odborníky z oblasti aplikovaných pohybových aktivit.

#### **D.2 Spolupracovat s dalšími osobami podporujícími oblasti sportovních PA**

D.2.1 Spolupracovat se zákonným zástupcem (rodič, opatrovník) OSP.

D.2.2 Spolupracovat s nevládními organizacemi (např. v oblasti práv dětí).

#### **D.3 Zdokonalovat odborné dovednosti a znalosti**

D.3.1 Zjišťovat potřeby profesního rozvoje v oblasti sportovních PA.

D.3.2 Účastnit se aktivit v oblasti průběžného profesionálního rozvoje, např. čtení odborných publikací, účast na konferencích (workshopech, seminářích) s cílem informovat se o nových trendech ve sportu.

D.3.3 Komunikovat s jinými odborníky v oblasti sportu s cílem sdílet zkušenosti a seznámit se s příklady nejlepší praxe.

D.3.4 Ovládat copingové strategie.

#### **D.4 Advokacie práv OSP na sport**

D.4.1 Znat relevantní legislativní normy.

D.4.2 Schopnost adekvátně argumentovat ve vztahu k advokacii práv OSP na sport.

## 8 KOMPETENCE PRACOVNÍKA APA V TERAPII

Ačkoliv kompetentně realizované nesporně (nevykonnostně) vedené pohybové aktivity mají často už ze své podstaty terapeutický efekt, nejedná se o terapii v pravém slova smyslu. Terapeuticky vedené pohybové aktivity předpokládají přítomnost terapeuta (realizátora, organizátora), terapeutického obsahu s léčebným efektem a přítomnost cílové osoby nebo skupiny s příslušnou diagnózou. V oblasti APA se nejčastěji jedná o psychomotorickou terapii, případně doplňkové aktivity v rámci ergoterapeutického nebo fyzioterapeutického působení. Za určitých okolností se v praxi může jednat i o cvičení vedené s dominujícím zdravotně orientovaným efektem.

### A) Plánování vhodné terapie

Stanovení cílů a postupů v terapii je zásadní pro úspěšnou léčbu. Psychomotorický terapeut v APA musí být schopen: 1. posoudit stav a potřeby klientů; 2. navrhnout proces terapie; 3. přizpůsobit psychoterapeutické postupy stavu a věku klienta; 4. připravovat vhodné prostředí pro terapii; 5. interdisciplinárně spolupracovat. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

#### A.1 Posoudit stav a potřeby klientů

A.1.1 Zjistit speciální potřeby klientů v souvislosti s terapií zaměřenou na APA.

A.1.2 Zjistit podpůrné služby pro terapii zaměřenou na APA.

A.1.3 Zjistit speciální potřeby pro účely stanovení individuálních cílů a léčebných strategií využívajících APA.

#### A.2 Navrhnout proces terapie

A.2.1 Správně diagnostikovat klienty účastnící se terapie zaměřené na APA.

A.2.2 Navrhnout adekvátní terapeutický program zaměřený na APA.

A.2.3 Odborně vést klienta v terapeutické jednotce zaměřené na APA.

A.2.4 Zhodnotit efekt terapie vzhledem ke stanoveným cílům.

#### A.3 Přizpůsobit terapeutické postupy stavu a věku klienta

A.3.1 Přizpůsobit terapeutický program diagnóze, zdravotnímu stavu, věku a pohlaví klienta.

#### A.4 Připravovat vhodné prostředí pro terapii

A.4.1 Náležitá materiální vybavenost terapeutického pracoviště/místnosti (rehabilitační lehátko, psychomotorické pomůcky a hry, podložky, polohovací a podkládací pomůcky atd.).

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

A.4.2 Náležitá architektonická vybavenost terapeutického pracoviště/místnosti (bezbariérovost, dostatečné osvětlení a zatemnění, dopravní dostupnost).

A.4.3 Připravit ostatní zaměstnance zařízení, kam klient dochází.

A.4.4 Zajistit, aby zařízení, vybavení a prostředí bylo přiměřené a bezpečné.

### A.5 Interdisciplinární spolupráce

A.5.1 Spolupráce s rodinou klienta.

A.5.2 Spolupráce s lékaři (praktický lékař, pediatr, psychiatr, neurolog, ortoped, rehabilitační lékař).

A.5.3 Spolupráce s nelékařskými pracovníky (fyzioterapeut, ergoterapeut, psycholog, logoped).

A.5.4 Spolupráce s poskytovatelem sociálních služeb klienta.

A.5.5 Kontaktovat příslušné místní organizace pro postižené za účelem možné spolupráce.

### B) Začlenit klienta do pohybových programů společně s ostatními klienty (bez ZP)

V procesu začleňování klienta se ZP do společných pohybových programů je možno očekávat následující tři klíčové role: 1. přizpůsobení pohybového programu za účelem naplnění potřeb všech účastníků; 2. zvládnutí chování klienta; 3. zvládnutí komunikace s klienty. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

#### B.1 Přizpůsobit pohybový program tak, aby naplňoval potřeby všech účastníků

B.1.1 Používat vhodné přizpůsobené vybavení, které může usnadnit pohybový program (např. výrazné barevné, ozvučené, lehčí nebo těžší, větší).

B.1.2 Vytvoření bezpečného prostředí (fyzicky i mentálně).

B.1.3 Přizpůsobit pravidla her, styl výuky a fyzické prostředí (běžné prostředí) tak, aby usnadnilo zapojení žáků se SVP.

B.1.4 Používat vhodné vzdělávací strategie (např. fyzické/slovní pobídky, nápovědi, zpětnou vazbu, posílení).

#### B.2 Zvládnutí chování klientů

B.2.1 Pozitivní/negativní posilování žádoucího/nežádoucího chování žáků, kdykoli je to vhodné.

B.2.2 Strategie zvládnutí stresových situací.

#### B.3 Zvládnutí komunikace s klienty

B.3.1 Používat přiměřené komunikační nástroje (např. Braillovo písmo, znakový jazyk, augmentativní a alternativní komunikační nástroje).

### **C) Hodnotit pokrok klienta a efekt zvolené terapie**

Nezbytným aspektem jakékoli léčby je hodnocení klienta a posouzení úspěšnosti našich terapeutických strategií. Pokrok klienta může být často velmi nepatrný a pomalý, je tudíž nezbytné zhodnotit klienta před započítáním terapie a následně po skončení terapeutické série. Zároveň je velmi vhodné zaznamenávat průběh každé návštěvy klienta, uvést jeho aktuální psychický a fyzický stav a jakou formou terapie probíhala. Klíčové role v této oblasti jsou: 1. hodnocení terapeutického pokroku; 2. hodnocení přiměřenosti obsahu; 3. hodnocení používaných strategií. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

#### **C.1 Hodnocení terapeutického pokroku klienta**

C.1.1 Používat vhodné hodnoticí nástroje k měření pokroku klienta (dotazník, rozhovor, testy motoriky, kineziologické vyšetření).

C.1.2 Kompetence terapeuta vyhodnocovat testy, dostatek znalostí a zkušeností s postupy vyšetření.

#### **C.2 Hodnocení přiměřenosti obsahu zaměřeného na APA**

C.2.1 Hodnotit přiměřenost terapie individuálním potřebám a schopnostem klienta.

C.2.2 Sebereflexe (zhodnocení vedení terapie, zvolených postupů).

#### **C.3 Hodnocení používaných strategií v APA**

C.3.1 Hodnotit přiměřenost používaných terapeutických strategií.

C.3.2 Hodnotit přiměřenost používaných podpůrných strategií.

### **D) Odborná spolupráce s cílem zlepšit kvalitu psychomotorické terapie**

Psychomotorika má mezioborový charakter a od odborníků v oblasti psychomotoriky lze proto očekávat pravidelnou spolupráci s jinými odborníky nebo rodinnými příslušníky klientů vyhledávajících psychomotorickou léčbu. Klíčové role v této oblasti jsou: 1. spolupráce s jinými odborníky; 2. spolupráce s ro-

Kompetenční rámec jednotlivých oblastí, potenciálních profesí a pracovních pozic v kontextu aplikovaných pohybových aktivit

dinnými příslušníky; 3. celoživotní odborné vzdělávání; 4. advokacie práv OSP na APA a na zvyšování kvality života prostřednictvím APA. Tyto klíčové role jsou uvedeny níže spolu s klíčovými funkcemi, které podrobněji popisují předpoklady pro tuto práci.

#### **D.1 Spolupráce s jinými odborníky**

D.1.1 Spolupráce s lékařskými odborníky.

D.1.2 Spolupráce s nelékařskými odborníky.

D.1.3 Spolupráce se zástupci z oblasti sportu.

D.1.4 Spolupráce se zástupci z oblasti sportu a rekreace osob s postižením.

D.1.5 Spolupráce s dalšími odborníky v oblasti APA.

#### **D.2 Spolupráce s rodinnými příslušníky a pracovníky institucí, které klient navštěvuje**

D.2.1 Spolupráce se zákonným zástupcem (rodič, opatrovník), rodinným příslušníkem.

D.2.2 Spolupráce se školou, SPC, PPP, poskytovatelem sociálních služeb, asistentem.

#### **D.3 Celoživotní odborné vzdělávání**

D.3.1 Zjišťovat potřeby profesního rozvoje v oblasti psychomotoriky.

D.3.2 Účastnit se aktivit v oblasti průběžného profesionálního rozvoje, např. čtení odborných publikací, účast na konferencích (workshopech, seminářích) s cílem informovat se o nových trendech v psychomotorice.

D.3.3 Komunikovat s jinými odborníky v oblasti psychomotoriky s cílem sdílet zkušenosti a seznámit se s příklady nejlepší praxe.

D.3.4 Ovládat copingové strategie.

D.3.5 Ovládat principy zpětné vazby a zkušenostního učení.

#### **D.4 Advokacie práv OSP na APA a na zvyšování kvality života prostřednictvím APA**

D.4.1 Znalost legislativních norem.

D.4.2 Schopnost adekvátně argumentovat ve vztahu k advokacii práv OSP na pohybové aktivity s terapeutickým cílem (efektem, přesahem).



9 DESATERO PRO PRACOVNÍKY V APA

# DESATERO pro pracovníky v oblasti APA

Téměř vše co, se na přelomu 20. a 21. století v oblasti aplikovaných pohybových aktivit (APA), zejména pak na vysokoškolské úrovni, ale i v praxi v oblasti volného času, školní tělesné výchovy a v rámci Českého hnutí speciálních olympiád v České republice odehrálo, nese výraznou stopu práce profesorky Hany Váilkové. Profesorka Váilková byla a je zdrojem stále inspirace a autorkou mnoha myšlenek, podnětů, vědeckých prací a projektů, které znamenaly zásadní přínos pro formování celého oboru. Řada těchto myšlenek je obsažena v jedné z jejích publikací *Teorie aplikovaných pohybových aktivit pro užití v praxi 1* (2012) a stala se základem předkládaného „Desatera pro pracovníky v oblasti APA“. Práce v oblasti APA je různorodá a nelze ji obsáhnout v několika bodech. Desatero nicméně vytváří základní ideový rámec, který je pro všechny odborníky v oblasti APA společný. Budiž návodem pro studenty, instruktory, trenéry, učitele, speciální pedagogy, asistenty pedagogů, sociální pracovníky, pracovníky v sociálních službách, terapeuty a jiné.

**Motto**  
*I když si člověk jde svou cestou, má často rád, když ví, kam jde, po čem jde, jestli tudy šel první nebo ne, s kým jde nebo proč tam jde. Desatera (základ) může být vhodným průvodcem při hledání rozhodnutí v práci i životě. Někdy nám tento návod umožní se dříve zamyslet, než konat a zvyšuje šanci, že tak učiníme správně.*

Ondřej Ješina a Jitka Vařeková  
 pro Českou asociaci aplikovaných pohybových aktivit

## FACILITATE

<b>F</b>	<b>Flexibility!</b> Buď připravený pružně reagovat.	1
<b>A</b>	<b>Adaptability!</b> Hledej řešení jak věci zvládnout, přizpůsobuj podmínky.	3
<b>C</b>	<b>Cooperation!</b> Spolupracuj s dalšími odborníky.	8
<b>I</b>	<b>(Im)possible?</b> Téměř vše je možné.	4
<b>L</b>	<b>Locomotion.</b> Hýbej se, buď aktivní!	5
<b>I</b>	<b>Identify the qualities!</b> Nepodceňuj ani nepřeceňuj.	6
<b>T</b>	<b>Take money!</b> Dobrovolnictví není nevolnictví. Brát odměnu za práci není nemravné.	7
<b>A</b>	<b>Accept differentness as normality!</b> Jinakost vnímej jako normu, nikoli jako překážku.	2
<b>T</b>	<b>Total safety!</b> Snaž se vždy zajistit naprostou bezpečnost všech zúčastněných.	10
<b>E</b>	<b>Education!</b> Stále se vzdělávej!	9

■ Správně pořadí desatera

**DESATERO**  
pro pracovníky v oblasti  
**APA** /pokračování

- 1 Být flexibilní aneb „Be flexible“ – být připravený pružně a kreativně reagovat na změny, které práce v oblasti APA přináší.
- 2 Vnímat jinakost jako normu, nikoliv jako překážku nebo důvod k neposkytnutí služby, partnerské nebo profesní podpory.
- 3 Nehledáme důvody proč ne, ale hledáme řešení aneb „Každý jedinec je výzva“ – programy upravujeme s ohledem na potřeby klientů (žáků, sportovců, účastníků, uživatelů služeb); přizpůsobujeme podmínky.
- 4 Jen málo věcí je (ne)možných – neznamená to, že každá aktivita je pro všechny. Je však možné hledat cesty tak, abychom došli k vytyčenému cíli.
- 5 Pohyb je život aneb „Chvála pohybu“ – pokud není možné pohyb ani na základě modifikací samostatně provádět, pak je možný s asistencí, případně se hýbe okolí. Pohyb není jen lokomoce, ale lze jej vnímat i jeho duchovní nebo sociální rozměr. Důležité je nezůstat nečinný samostatně v prostoru.
- 6 Nepřeceňovat ani nepodceňovat. Hledat v lidech (klientech, sportovcích, žácích) to, co jsou a ne to, co nejsou. Mít přiměřená očekávání. Nedávat lidem vlastnosti, které nemají.
- 7 Dobrovolnictví není nevolnictví, zaměstnání není příživnictví. Být ochoten a připraven plnit dle možností a podmínek řadu pracovních rolí a pozic. Někdy v pozici dobrovolníka, jindy jako zaměstnanec v pracovní-právním vztahu. Není nemorální požadovat za odvedenou práci finanční odměnu.
- 8 Spolupracovat s ostatními odborníky (psychology, fyzioterapeuty, lékaři, protetiky, sociálními pracovníky). Pracovník v APA se nesmí stydět požádat o radu i ostatní spolupracovníky, případně je ke spolupráci vyzvat.
- 9 Nespokojit se s tím, co vím – stále se vzdělávat. Absolvent APA na jakékoli úrovni (předmět, kurz, licence, vysokoškolské studium) by měl mít přiměřené sebevědomí, ale zároveň si být vědom limitů svých profesních kompetencí, být pokorný. Nebýt přesvědčen jen o své pravdě, umět přemýšlet a někdy i pochybovat. Vzdělávat se, zjišťovat novinky, trendy.
- 10 Bezpečnost je na prvním místě. Aktivity (programy, kurzu) musí být obsahově vhodně aplikovány a to s ohledem na fyzické i duševní zdraví a potřeby klientů (žáků, sportovců, účastníků, uživatelů služeb). Musí být přiměřené, motivující a inspirující, smysluplné vedené.

## 10 REJSTŘÍK VYBRANÝCH ZKRATEK

APA	aplikované pohybové aktivity
ATV	aplikovaná tělesná výchova
ČAAPA	Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit
ECTS	European Credit Transfer System
EUFAPA	European Federation of Adapted Physical Activity
EUSAPA	European Standards of Adapted Physical Activity
FTK UP	Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci
OSP	osoby se speciálními potřebami
PPP	pedagogicko-psychologická potřeba
SVP	speciální vzdělávací potřeby
SPC	speciálněpedagogické centrum
TV	tělesná výchova
VJ	vyučovací jednotka

## 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](http://www.apastyle.org)). Hlavním jazykem časopisu je **čeština**. Název článku, abstrakt a klíčová slova jsou publikovány také v angličtině.

### Formátování textu

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

### Abstrakt a klíčová slova

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

### Struktura příspěvku

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

### Tabulky a obrázky

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

### Referenční seznam

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

### Příklady

#### NEPERIODIKA (knihy, závěrečné zprávy, monografie, brožury)

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

Např.:

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

#### ČÁST NEPERIODIKA (kapitoly knih, sborníky)

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

Např.:

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

#### PERIODIKA (články v časopisech)

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

Např.:

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