

APLIKOVANÉ POHYBOVÉ AKTIVITY V TEORII A PRAXI



2021 / ROČNÍK 12 / ČÍSLO 1



Editorial

„Dream is over“, chtělo by se říct. Bývají sny pozitivní a zřejmě každý z nás zná ten pocit, kdy se mu ještě nechce ze snu probouzet. Ale pak jsou i sny strašidelnější nebo něčím nehezké a z těch se naopak chceme probudit co nejdříve. O roku 2020 a první polovině roku 2021 toho bylo napsáno mnoho, a proto se k nim již nechci vracet. Všechno špatné je pro něco dobré, tak co si z toho vzít dobrého? Například jsme dohnali skluz s vydáváním časopisu APA v teorii a praxi ;-); podařilo se vydat knihy Otázky a odpovědi ATV I a II; vydali jsme metodické listy v APA pro inkluzivní TV; úspěšně jsme dokončili 3 projekty zaměřené na etablování konzultantů APA jako speciálněpedagogické pozice a rozjeli jsme systémovou podporu speciálněpedagogického systému v Olomouckém kraji; Centrum Paraple, Cesta za snem, Fakulta tělesné výchovy sportu i Fakulta tělesné kultury i někteří další zásobují svůj YouTube kanál inspirativními, motivačními i edukačními videi; připravujeme strategické dokumenty a implementujeme do nich myšlenky a filozofii pevně spjaté s komunitou APA. Co se dalo dělat, děláme. Nyní ale nastal čas vrátit se k tomu nejlepšímu, čeho jsme schopni, a přidat k tomu to nejlepší, co jsme se za poslední rok naučili. Nezapomenout, že „e-prostor“ je dobrý sluha, ale špatný pán, a opět se nebát potkávat se, diskutovat, tvořit a mýty bořit. Ať jste zdraví a šťastní...

Za redakční tým

Ondřej Ješina a Julie Wittmannová

PRAXE

■ Osobnost v oblasti APA (redaktorka rubriky Julie Wittmannová)	
Inspirativní MUDr. Vlasta Syslová	2
Julie Wittmannová, Radka Motežilková, Markéta Hajduková	
Ceny rektora 2020 s dvojnásobným oceněním na Katedře APA	4
Adam Rýpar, Kateřina Szotkowska, Natálie Fojtiková, Markéta Librová	
Tereza Jakschová – sprinterka	7
Simona Linhartová a Veronika Heinzlová	
Rozhovor s Markem Bartoškem	8
Jan Semerád, Martina Doležalová	
■ Informace z vysokých škol (redaktorka rubriky Julie Wittmannová)	
Informace z Fakulty tělesné kultury UP v Olomouci	10
Ondřej Ješina, Martin Lajza, Martin Višňa, Jiří Vrba	
Informace z Fakulty tělesné výchovy a sportu UK v Praze	14
Jitka Vařeková, Markéta Křivánková, Pavlína Nováková	
Informace z Fakulty sportovních studií MU Brno	16
Hana Válková, Alena Skotáková a Kolofun	
Informace z VŠ Palestra	18
Markéta Švamberg Šauerová, Václav Hošek, Ivana Šircová	
Informace z Pedagogické fakulty Západočeské univerzity v Plzni	20
Věra Knappová	
■ Informace o projektech (redaktorka rubriky Julie Wittmannová)	
Katedra APA se zapojila do mezinárodního projektu Erasmus+ PINC	22
Ladislav Baloun, Jana Sklenářiková, Tomáš Vyhliďal	
Projekt GloKnoCo – Global Sport for Development and Peace Knowledge Collaborative	22
Arnošt Svoboda, Simona Šafaříková, Jana Hoffmannová, Luděk Šebek, Julie Wittmannová, Lenka Dušková	
Projekt SSCL - Sport and Social Cohesion Lab	23
Arnošt Svoboda, Simona Šafaříková, Julie Wittmannová, Ansley Hofmann, Sonia Ennaffaa	
■ Jak na to (redaktor rubriky Tomáš Vyhliďal)	
Kompenzační pomůcky z půjčovny Centra APA	24
Markéta Hajduková	
■ APA v praxi (redaktor rubriky Tomáš Vyhliďal)	
Paleček	26
Kristýna Staňková, Dominika Crhová	
■ Informace ze zahraničí (redaktorka rubriky Julie Wittmannová)	
EUDAPA – zážitek na celý života	27
Klára Horová, Martin Duroň	
Konference APA on-line	28
Julie Wittmannová	
■ Ukončení projektu APIV na FTK UP v Olomouci	
Závěrečná zpráva projektu APIV na FTK UP v Olomouci	31
Martin Višňa, Ondřej Ješina	

TEORIE

■ Recenzovaná sekce	
Zkušenosti s aplikací neurovývojové stimulace – Případová studie	33
Alena Skotáková	
Sedmdesát let tradice zdravotní tělesné výchovy na základních školách	38
Jitka Vařeková, Pavel Krejčík, Pavel Strnad, Pavlína Nováková, Klára Dařová, Ondřej Ješina	
Postoje a subjektivně vnímaná míra připravenosti učitelů a škol pro realizaci společné tělesné výchovy s účastí žáků s tělesným postižením a tělesným znevýhodněním	46
Jakub Řičica, Ondřej Ješina, Andrea Žabčíková, Ladislav Baloun, Martin Kudláček	

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 Koprivová, 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 Švamberg Šauerová, Ph.D. (VŠTVS Palestra v Praze). Za jazykovou a stylistickou správnost článků zodpovídají autoři. Foto na obálce: Eva Kacanů (z archivu sportovkyně). 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 2021. 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.

Osobnost v oblasti APA*(redaktorka Julie Wittmannová)***Medailonky významných osob uvedených do „Síně slávy APA“****Inspirativní MUDr. Vlasta Syslová**

Dnes bude síň slávy věnována in memoriam naší drahé kolegyni a kamarádce Vlastě Syslové, která vstoupila do síně slávy v roce 2019 pro významný celoživotní přínos a rozvoj zdravotní tělesné výchovy. Tato cena jí byla předána ze zdravotních důvodů mimo vyhlášovací ceremoniál, z ceny měla ohromnou radost a radost jsme měli my všichni, kteří Vlastu známe. Těšili jsme se na další setkávání s ní, já osobně na každoroční akci Aktivní v každém věku, kde byla Vlasta pravidelnou účastnicí a které se ještě v listopadu 2019 v Olomouci aktivně zúčastnila. S velkým smutkem a jako obrovskou ztrátu jsme přijali zprávu, že nás Vlasta v červnu 2020 opustila.

Místo medailonku jsem zvolila formu jakési koláže. Začala bych e-mailem, který mi Vlasta poslala na mou žádost na podzim 2019 po uvedení do Síně slávy a kde vzpomíná na první setkání s „APA“. Následují vzpomínky osob, které ji dobře znaly. Za kolegy z České asociace sportu pro všechny (ČASPV) vzpomínku napsala Radka Motejzíkova (vyšla v časopise Pohyb je život v září 2020). Jako další je zařazena vzpomínka Vlastiny kolegyně a spolupracovnice z ČASPV a naší kolegyně z projektů spojených s Katedrou APA FTK UP Markéty Hajdukové.

■ **Střípek č. 1:** E-mail k uvedení do síně slávy, který Vlasta zakončuje slovy: „Julko uprav to nebo doplň, jak uznáš za vhodné. Pa V.“ Možná bych upravila a více ji chválila, ale nyní bez doplňků.

Můj první kontakt s APA?

Díky vzájemné spolupráci katedry APA s ČASPV, jmenovitě s komisí zdravotní tělesné výchovy, jejíž jsem vedoucí. Od té doby se datuje naše účast na konferencích a seminářích. Opakovaně jsem edukovala svými prezentacemi instruktory a pedagogy, podílela jsem se i na publikaci pro vedoucí tábory pro onkologické děti.

Obdivuji nadšení a obrovské úsilí pedagogů APA, s jakým umožňují těžce fyzicky i psychicky hendikepovaným jedincům prožít krásné okamžiky při pohybových aktivitách. Bez jejich pomoci a nápadů by takovou možnost neměli. Snažím se též přispět svými lékařskými i tělovýchovnými znalostmi k této bohužel činnosti.

Letos se mi dostalo velké pocty. Byla jsem zařazena do Karnevalové síně slávy. Bohužel jsem si nemohla toto významné ocenění osobně převzít z důvodu momentálního zhoršení tělesné kondice. Takže vlastně nyní i já, díky své diagnóze, spadám do kategorie vhodné pro APA. Snažím se na přednáškách motivovat svým příkladem stejně postižené (onkologicky nemocné) k pohybové aktivitě, která

minimalizuje nepříznivé vedlejší účinky chemoterapie. Vždyť přeci „pohyb je život“ a „hraje se, dokud není dohráno“.

V Praze 3. 11. 2019 MUDr. Vlasta Syslová



■ **Střípek č. 2:** Vzpomínka z časopisu *Pohyb je život*, který vydává ČASPV. Toto číslo vyšlo v září 2020.

MUDr. Vlasta Syslová (2. 11. 1947–9. 6. 2020)

Ve věku nedožitých 73 let nás počátkem června opustila dlouholetá spolupracovnice, kamarádka a hlavně skvělý člověk, Vlasta Syslová.

Narodila se v Praze, kde prožila své dětství, mládí a studentská léta, poté delší dobu žila v Benešově, stala se matkou dvou synů a opět se vrátila do Prahy, kde nadále provozovala lékařskou praxi. Z bytu ve Vršovicích měla přímo na očích stadion svého oblíbeného fotbalového klubu Slavia. Kromě profese praktické lékařky pro děti a dorost, sportovní lékařky a instruktorky fitness se věnovala mnoha dalším aktivitám.

Její celoživotním posláním se stala propagace pohybu jako zdraví prospěšné aktivity. Patřila mezi iniciátory myšlenky „pohyb na předpis“. Své odborné lékařské znalosti propojila s praxí cvičitelky a lek-

torky zdravotní tělesné výchovy. Tuto kombinaci později bohatě zúročila na pozici vedoucí Komise zdravotní tělesné výchovy České asociace Sport pro všechny. Externě spolupracovala s Centrem aplikovaných pohybových aktivit (APA) při Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci a roce 2019 byla jmenována členkou Síně slávy APA. Několik let provozovala cvičení na zlepšení zdraví a poradenství pro skupinu žen International Women's Association of Prague (IWAP) a byla konzultantkou centra Kieser Training Praha. Jako členka mezinárodní komise VV ČASPV se účastnila konferencí ISCA, dále přednášela na mnoha akcích pořádaných ve sportovním prostředí i na akademické půdě. „Pohyb i v těch nejtěžších situacích“, to bylo téma jedné z posledních přednášek, kterou prezentovala loni na konferenci Pohyb jako elixír života. Zdrojem jí byly, bohužel, osobní zkušenosti s těžkou nemocí a dlouhodobou onkologickou léčbou. Ráda pomáhala synu Františkovi na tenisových kempch v Benešově, a to nejen s diagnostikou zdravotní a fyzické kondice mládeže, ale také, jak sama říkala: „Mažu tam housky a chleby.“



Je autorkou publikace *ADHD syndrom z pohledu lékařky a matky*. Před svým odchodem z tohoto světa dokončila knihu pojednávající o příběhu muže Reného, prodejce českého chmele v USA a Japonsku před druhou světovou válkou a během ní. Bylo jejím velkým přáním, aby kniha vyšla, a tak její rodina i přátelé, ke kterým máme tu čest radit se i my, v České asociaci Sport pro všechny, děláme vše pro to, aby se Vlastin sen stal skutečností.

Vlastička žila naplno, život jí bavil a přes všechny útrapy, které jí způsobovala těžká nemoc, jej považovala za hezký. Svým přístupem prokazovala velkou statečnost a nevzdávala se do poslední chvíle. „Hraje se, dokud není dohráno,“ to bylo její životní motto. My všichni, kteří jsme měli možnost poznat tuto výjimečnou ženu, báječnou kamarádku a výraznou osobnost, si toho nesmírně považujeme a shodujeme se na tom, že na ni nikdy nezapomeneme. „Až se znovu narodím na tento svět, chtěla bych vystudovat APu!“, tak na ni vzpomínají její kolegové z Olomouce. Považujeme to za krásné memento a příslib do budoucnosti. Vlastičko, sbohem... a na shledanou.

■ Střípek č. 3: Vzpomínka Markéty Hajdukové

Rok 2020 nebyl rokem úplně nejlepším. Nejen že jsme se potýkali s novým virem a celý svět jím byl ohromen, ale v červnu nás zastihla velmi smutná zpráva o odchodu MUDr. Vlasty Syslové.

Dr. Syslová byla praktická a sportovní lékařka pro děti a dorost, vedoucí komise zdravotní tělesné výchovy metodické rady České asociace Sport pro všechny a dlouholetá podporovatelka a spolupracovnice České asociace aplikovaných pohybových aktivit. V roce 2019 získala nejvýznamnější ocenění, které Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit uděluje. Jedná se o cenu pro osobnosti, které se výjimečným způsobem zasloužily o rozvoj APA. Vlasta Syslová byla silná a pozitivní po celý svůj život. Být v její přítomnosti znamenalo čerpat nejen znalosti a zkušenosti z oboru, který tolik milovala, ale bez ohledu na náladu, okolnosti či zdravotní stav dokázala vždy potěšit slovem, milým úsměvem a dobrou náladou.

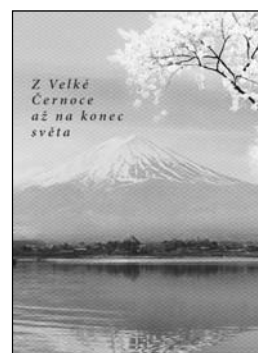
Dovolu mi osobní vzpomínku na Vlastu jako na opravdu pozitivního člověka, kterého jsem měla možnost poznat jak po odborné, tak i po lidské stránce. O velké míře jejího optimismu svědčí i jedna z jejích posledních přednášek, s názvem „Pohyb i v těch nejtěžších situacích“, kterou prezentovala v roce 2019 na konferenci Pohyb jako elixír života. Mluvila zde o onemocnění a pohybové aktivitě z pohledu lékaře, celoživotního sportovce, instruktora a hlavně člověka na paliativní chemoterapeutické léčbě při generalizaci zhoubného onemocnění. Své zkušenosti zde shrnula do velmi praktického sdělení o tom, co terapie způsobuje, co lze proti tomu činit, a přestože takový člověk nemůže již aktivně sportovat, je schopen provádět drobné pohybové aktivity, např. delší procházky (nordic walking), cvičit doma vhodné cviky, jezdit na rotopedu, scházet se s přáteli, pěstovat koníčky... Mezi její cíle do posledního dne bylo zůstat užitečná a zachovat si soběstačnost. Celou přednášku zakončila opět velmi optimistickými slovy: „Život je stále ještě hezký a baví mě. Hraje se, dokud není dohráno.“

Bylo mi ctí se s Vlastou osobně potkat, moci od ní čerpat zkušenosti a učit se od ní. Navždy pro mě bude velkým vzorem a důkazem, jak optimismus a pravidelný pohyb pomáhají i v těžkých chvílích.

Markéta Hajduková

■ Zakončuji střípkem č. 4

a opět, mimo smutné loučení, je tu s námi Vlasta, a to v podobě obálky její poslední knihy *Z Velké Černoce až na konec světa*. Kniha není o pohybu, ale o velké lásce její tety... Na vydání se podílela ČASPV a JIPAST. ■



Julie Wittmannová, Radka Motejzíková, Markéta Hajduková

Ceny rektora 2020 s dvojnásobným oceněním na Katedře APA

Rektor Univerzity Palackého každoročně uděluje ceny za nejlepší bakalářské a diplomové práce a sportovní výkony studentů a čestné uznání rektora za publikované odborné práce.

V roce 2020 si cenu odnesla Tereza Pekárková, studentka magisterského studia oboru Aplikované pohybové aktivity, za svou bakalářskou práci s názvem *Vytvoření vědomostně-pohybové hry pro děti s onkologickým onemocněním*, a to za 3. nejlepší vědeckou práci studentů bakalářských studijních programů.

Čestné uznání rektora za publikované odborné práce, což je další ocenění udělované rektorem Univerzity Palackého, se týká nejvýznamnější knižní produkce členů akademické obce za uplynulé období. Šíře vědeckého zájmu, kterou zabírají vybrané monografie, svědčí o rozsahu bádání na fakultách a jejich pracovištích. Oceněné knihy z různých metodologických pozic řeší témata teologická, filozofická, psychologická, historická, uměnovědná, politologická i z oblasti tělesné kultury. Za posledně jmenovanou oblast na FTK UP cenu obdržel náš kolega, vedoucí katedry PaedDr. Zbyněk Janečka, Ph.D., za monografii *Motor competence in visually impaired persons*.

Oceněného kolegu zpovídal Adam Rýpar s Kateřinou Szotkowskou (studenti KAPA) a oceněnou studentku Natálie Fojtíková a Markéta Librová.

Ocenění rektora pro PaedDr. Zbyňka Janečku, Ph.D., putovalo na Katedru APA

Vedoucí Katedry aplikovaných pohybových aktivit, vášnivý lyžař, který se zabývá tyflopédií, PaedDr. Zbyněk Janečka, Ph.D., byl oceněn rektorem UP za odbornou publikaci *Motor competence in visually impaired persons*. Měli jsme možnost ho vyslechnout a zeptat se ho na jeho pocity po získání ocenění. Nabízíme vám postřehy z našeho rozhovoru.

■ Co Vás vedlo, pane doktore, k napsání této knihy?

Má to poměrně dlouhou historii, protože už nějaký čas se zabývám aplikovanými pohybovými aktivitami pro jedince se zrakovým postižením a také se zabývám psychomotorickými funkcemi lidí, kteří jsou kongenitálně nevidomí.

■ Je to Vaše první publikace, na které jste se podílel?

Jako vědecká publikace je tato kniha jediná, na které jsem se podílel. Metodicko-didaktických věcí jsem však vydal celou řadu, ať už je to *Sport osob se zdravotním postižením* nebo *Nevidíme, neslyšíme, nechodíme, přesto si však rozumíme* (dva díly) a plno dalších projektových záležitostí. Na publikacích se podílí samozřejmě další odborníci, i na této, ale tu hlavní práci jsem odvedl já s panem docentem Bláhou.

■ Kdo se podílel na sepsání této publikace?

Na této knize se podílel z velké části, jak už jsem výše uvedl, můj kolega a zároveň velmi dobrý přítel pan docent Ladislav Bláha. Na vydání publikace se také podílela Fakulta tělesné kultury, která finančně podpořila vydání spolu s již zmiňovaným docentem Bláhou. Vydání knihy v tištěné formě bylo omezeno na zhruba 100 kusů. Kniha se dá zakoupit v elektronické podobě.

■ Jak dlouho trvalo napsat tohle dílo?

Sepsání této publikace trvalo zhruba 3 roky. Hodně času jsme strávili nad hledáním vhodného překla-



datele, který přeložil první vydání (které bylo vydáno roku 2013) do anglického jazyka. Další kroky práce byly věnovány rozšiřování publikace o nové informace. Velkou brzdou byl však pan docent Martin Kudláček (Řekl pan doktor Janečka s úsměvem na tváři a s pochopením k časové vytíženosti pana docenta Kudláčka). Ten se také podílel 8stránkovou kapitolou na tomto rektorem oceněném díle.

■ Pro koho je kniha určena?

Obsahem knihy jsme chtěli pokrýt poměrně široké spektrum čtenářů. První polovina knihy je zaměřena na vědeckou stránku, ale ta druhá je zaměřena na informace pro studenty jak bakalářského, tak

i magisterského studia APA či ATV, ale také pro ty, které tato problematika zajímá.

■ **Proč jste napsal dílo v anglickém jazyce? Chystá se překlad tohoto díla i do našeho mateřského (národního) jazyka?**

První vydání bylo napsáno v našem mateřském jazyce, ale druhé vydání už v jazyce anglickém, protože si ji může přečíst více lidí i v zahraničí.

■ **Jak jste reagoval, když jste se dozvěděl, že budete oceněn rektorem za sepsání publikace, na které jste se podílel?**

Ocenění rektorem si cením, ale ještě více si cením kladných reakcí svých kolegů z Katedry aplikovaných pohybových aktivit, kteří se problematice věnují, než rektorátní komise, pro kterou je kniha jako jedna z mnoha oceněných. ■

Adam Rýpar, Kateřina Szotkowska

Ocenění bakalářské práce pro Bc. Terezu Pekárkovou



Bc. Tereza Pekárková je studentkou magisterského studia oboru Aplikované pohybové aktivity. Za svou bakalářskou práci s názvem *Vytvoření vědomostně-pohybové hry pro děti s onkologickým onemocněním* získala v roce 2020 za Fakultu tělesné kultury Cenu rektora UP za 3. nejlepší vědeckou práci studentů bakalářských studijních programů.

■ **Jak by ses v krátkosti popsala? Co ráda děláš?**

Jsem takový věčný student, ráda se dozvídám něco nového, i když to ne vždy na mých výkonech na škole jde znát. Velmi ráda čtu a věnuji se běhání a józe. Pracovala jsem na základní škole, kde jsem působila jako asistentka pedagoga, a nyní jsem ve školce, také jako asistentka pedagoga. Mám velmi ráda přírodu, ráda se procházím a jsem ráda sama, protože můžu vnímat všechno kolem nás mnohem intenzivněji.

■ **Co tě dovedlo k tomu studovat Aplikované pohybové aktivity?**

To je moc pěkná otázka. Já jsem se o tom oboru dozvěděla úplnou náhodou. Chtěla jsem jít do Olomouce, protože se mi Olomouc velmi líbila jako město a líbila se mi i samotná fakulta. Tak jsem si

říkala, že tam bych mohla něco najít. Podle názvu mi aplikované pohybové aktivity nic moc neříkaly, ale když jsem si přečetla popis tohoto oboru, tak se mi velmi líbilo, jak je to zaměřené – nejen na osoby s postižením, ale i na „rekreologickou“ stránku, na volnočasové aktivity. A vzhledem k tomu, že mám odjakživa k lidem s postižením, zejména s mentálním, velmi kladný vztah (mám totiž kamaráda, který je mentálně postižený), tak mě to velmi nadchlo.

Vůbec jsem nevěděla, co od oboru očekávat, ale musím říct, že hned první seznamovací kurz mě opravdu okouznil, i když byl velmi vyčerpávající. Zkrátka se mi ten obor hned zalíbil a věděla jsem, že je to opravdu to, co chci dostudovat, chci vystudovat i magisterské studium a chci se tomu věnovat. A nyní se tomu věnuji i v práci. I když jsem se k tomuto oboru dostala náhodou, tak i přesto si myslím, že je to ten obor, který jsem si měla vybrat. Kdybych si vybrala nějaký jiný, tak by to třeba nemuselo vůbec dopadnout tak dobře, a nemuselo by mě to tolik bavit, jako mě baví právě APA.

■ **Co ti dalo studium APA na Fakultě tělesné kultury v Olomouci?**

Dalo mi to praxi nejenom s postiženými osobami, ale i celkově s lidmi. Je to hodně kontaktní obor. Naučilo mě to nebát se přijít mezi lidi, o něčem mluvit a cokoli s nimi dělat nebo jim něco naplánovat. A především mě to naučilo být flexibilní – myslím si, že být flexibilní je to zlaté pravidlo, co mi tohle studium APA dalo, a jsem za něj velmi vděčná.

■ **Chceš pokračovat v tomto oboru v budoucnosti?**

Určitě ano. Obor mě opravdu zaujal od prvních chvil, a jak jsem už říkala, nyní pracuji jako asistentka. Do budoucna asi neplánuji pracovat ve speciálně zaměřeném středisku nebo ve speciální škole, ale chci být učitelka v mateřské škole a mít výhody, které si ze studia odnesu. Zdá se mi skvělé vidět ten „nadrámec“, protože z APA se dá spousta věcí použít i na zdravé děti. Určitě chci být stále v kontaktu s lidmi a to, co si ze studia APA odnáším, beru jako obrovský bonus do další praxe.

■ **Proč sis vybrala tohle téma tvé bakalářské práce?**

Už dříve jsem věděla, že chci psát o někom, kdo je jakkoliv onkologicky léčený, nemocný. Moje ma-

minka trpěla rakovinou, takže k tomu mám velmi blízký vztah. Když jsme byli poprvé na táboře pro děti s onkologickým onemocněním, který organizuje Nadační fond dětské onkologie Krtek, tak se mi tam děti s onkologickou diagnózou velmi líbily, byly to úžasné děti. Takže už v prvním ročníku jsem věděla, že se chci tímto směrem ubírat.

To, že z toho vyšla hra, bylo paradoxně kvůli covidu, protože jsem věděla, že se s dětmi nemohu setkat. Hra mi přišla jako jediný možný způsob, jak dětem do budoucna něco dát a zároveň je neohrozit tím, že je navštívím. Chtěla jsem, aby práce měla nějaký smysl.

■ Kde vznikl nápad na hru?

Napadlo mě to doma, protože jsme se doma všichni nudili a mně došlo, že k dětem do nemocnice nikdo nemůže, že nemůžou jezdit na tábory a že jsou povětšinou samotné a uzavřené na odděleních, bohužel i pro jejich vlastní bezpečí. A aby se nějak zabavily a nehryzaly se nudou, napadla mě právě hra. Stolní hry, které jsme v té době hráli doma, byly také jistým impulzem.

■ Objasnila bys nám, jak vznikl název hry APAktivita a zda má nějaké poslání. Pokud ano, jaké?

Opravdu jsem chtěla, aby v tom názvu byl zakomponovaný obor – APA. Přišlo by mi škoda to v názvu neuvést. Hra vypadá podobně jako klasické Activity (byla hrou i inspirována). Chtěla jsem zkrátka spojit název APA a Activity. S názvem mi hodně pomohl vedoucí mé práce Mgr. Tomáš Vyhlídal – to on měl ten prvotní nápad vše spojit, a tak vznikl dle mého velmi příjemný a netradiční název deskové hry.

Hrou jsem chtěla předat dětem, aby doma nesešedly na zadku. Vadí mi, že si spousta lidí myslí, že se děti, které jsou po onkologické léčbě, nemohou hýbat, že by měly především odpočívat. Já jsem chtěla, aby viděli, že děti, které leží na lůžku, se pořád mohou hýbat horní polovinou těla a že jsou úplně normální. Chtěla jsem, aby byly děti aktivní i v situacích, kdy mají život ztížený v důsledku léčby. A také aby zapomněly na problémy, které se jim v důsledku léčby vloudily do života.

■ Jakou zajímavou či překvapivou informací, kterou jsi do té doby nevěděla, ses dozvěděla při psaní práce?

Velice mile mě překvapilo procento dětí, které se z onkologických problémů vyléčí. Myslela jsem si, že to číslo je o hodně nižší, ale zjištění, že to tak není, bylo skvělou zprávou. Věděla jsem jen o procentu uzdravených dospělých, ale o dětských pacientech jsem příliš přehled neměla.

■ Co bylo nejtěžší při vytváření hry?

Nejtěžší byly samotné úkoly, abych se trefila do věkové kategorie, aby to dávalo smysl a aby se u hry i dospělý člověk nenudil, když by hrál hru s dětmi. Myslela jsem si, že vytvoření úkolů bude jednoduché, že je vymyslím, dám na kartičky a hotovo. Byla to ale ta nejsložitější věc, vymyslet to tak, aby to i pro malé děti bylo pochopitelné. A zároveň, kdyby to kupříkladu viděl páťák, aby to ani pro něj nebylo

až moc primitivní. Musela jsem se nad tím pořádně zamyslet, aby to dávalo smysl.

■ V práci jsi psala o pobytových akcích s nadačním fondem Krtek. S jak starými dětmi ses tam setkala?

Byly tam děti ve věku cca od 3 do 13 let. Program jsme tvořili většinou ve dvou variantách, aby se mohly zapojit děti všeho věku, ale kupříkladu i jejich rodiče. Nejvíce se ale zapojují 8leté a 9leté děti.

■ Jak dlouho jezdíš na pobytové akce s nadačním fondem Krtek?

Dostala jsem se k nim až v prvním ročníku APA. To jsem jela poprvé, pak i ve druhém ročníku. Měla jsem se účastnit i potřetí, ale to mi bohužel nevyšlo. I v rámci mé bakalářky jsem se měla podílet na organizaci, nakonec se tato akce nekonala a já zároveň s tím musela i právě změnit téma mé bakalářské práce, a to právě na onu deskovou hru. Doufám však, že pojedou znovu, protože bych ráda na jednom z víkendových pobytů provedla výzkum k mé diplomové práci (smích). S Krtkem jsem se účastnila i Dnů dětské onkologie v Brně.

■ Co bylo tématem první verze bakalářky?

V první verzi bakalářky jsem měla zjistit pohybovou aktivitu u dětí s onkologickým onemocněním pomocí actigrafu. Velmi zjednodušeně šlo o to, že děti by měly po dobu 24 hodin hodinky, které by jim měřily pohybovou aktivitu, a já s nimi měla následně pracovat. Ale upřímně jsem na jednu stranu ráda, že celá situace mě donutila změnit téma bakalářky, jelikož bych tolik čísel ani nezvládla (smích). Takže jsem si pak mohla doma fantazírovat nad svou deskovou hrou více v klidu.

■ Co ti přinesly akce s nadačním fondem Krtek? Zážitek? Co nového ses naučila?

Děti jsou neuvěřitelně energické, takže mě to nabíjelo pozitivní energií. Flexibilitu, nebát se komunikovat s lidmi, ať už s dětmi nebo s rodiči. A organizovat samotný program.

■ Rodiče byli po celou dobu s dětmi na pobytu?

Na prvním táboře jsme vymýšleli zvlášť aktivity pro rodiče, aby si mohli třeba i na chvíli odpočinout. I tak ale byli spíše u aktivit dětí, aby je mohli povzbuzovat, protože některé děti byly hodně stydlivé. Když tam ale rodiče nebyli, tak se děti více odvážaly, teda alespoň mně to tak přišlo (smích).

■ Dá se hra někde sehnat nebo je určena jen pro onkologická zařízení?

Mám doma 3 výtisky hry, které chci později umístit do nemocnic, rodin nebo do nadačního fondu, kde i na základě toho pak budu zpracovávat diplomovou práci. Hru však zatím nikde koupit nelze. Mým cílem je na základě zpětné vazby od dětí a od rodičů hru zdokonalit a pak ji dát do větší distribuce. Bavili jsme se na fakultě, že chceme, aby se hra rozšířila dál, protože ji mohou hrát i zdravé děti. Chci, aby hra měla budoucnost, protože mi přijde škoda, aby pouze chytala prach. Po výzkumu v rámci diplomové práce budu vědět, jak na tom hra je, jestli je srozumitelná, není moc složitá a jestli děti baví.

Následně by se hra upravila a mohla se vyrábět ve větším množství.

Chci, aby hra byla rozšířena například i do školních družin, protože ji považuji za zábavnější než klasické deskovky, kde se jen hází kostkou a děti brzy omrzí. Mnou vytvořená hra má netradiční 3D vzhled, děti si mohou sáhnout na žebřík nebo na plyšovou ovečku, což považuji za mnohem atraktivnější než zmíněnou klasiku. Dále by se mohla dostat i do volnočasových kroužků, mateřských škol, dětských onkologických oddělení či samozřejmě do prodeje pro širokou veřejnost.

■ Kolik jsi nad celou bakalářskou prací strávila času?

Necelý půl rok. Měla jsem ale skvělého vedoucího, který mě vedl k tomu, aby hra měla budoucnost a aby byla opravdu dobře promyšlená. Dával mi skvělé podněty, abych o celém konceptu přemýšlela i více do hloubky. Často jsem něco měnila, a proto to možná trvalo tak dlouho. Nicméně to považuji za skvělé strávené měsíce, které mi svým způsobem chybí. ■

Natálie Fojtíková, Markéta Librová

Tereza Jakschová – sprinterka

Tereza Jakschová (* 1. září 1995 Praha) se narodila bez části levé ruky. Je to česká paralympička, sprinterka a medailistka. Specializuje se na tratě 100 a 200 m.

■ Kolik Vám je let?

Je mi 26 let :).

■ V jakém městě bydlíte? Je Vaše rodné město i městem, kde trénujete?

Bydlím v Praze, kde jsem se také narodila a trénuji pod pražským atletickým klubem.



■ Kolik času strávíte reálně ve své domácnosti během roku, když strávíte tolik hodin na tréninku či na cestách?

Zajímavá otázka. V podstatě ve všední den ráno odcházím a vracím se až večer po tréninku, takže moc času přes den doma nebývám, pouze když trávím pracovní domů na home-office. O víkendech bývám doma rozhodně více.

■ Bydlíte sama, či s partnerem?

Tak nějak na půl, přechodně.

■ Je známo, že jste se narodila bez části levé ruky. Brala jste to již od počátku jako součást sebe sama, nebo jste se s tím musela vyrovnávat?

Myslím, že jsem od začátku věděla, že to musím brát tak, jak to je, a z ničeho si nedělat hlavu.

■ Co Vás přivedlo ke sportu? Jaký byl důvod toho, že jste začala závodně sportovat až na střední škole?

Ke sportu mě přivedl učitel na základní škole, který mi řekl, že by mi to mohlo jít, bylo to přesně na kon-

ci základní školy, takže jsem začala na střední škole a rozhodně toho nelituji.

■ Co Vás motivovalo k tomu si vybrat atletiku, a ne třeba kolektivní sport?

Kolektivní sporty jsem hrála tak rekreačně právě ve škole a školních turnajích a říkala jsem si, že by to mohla být fajn změna. Přeci jen v mládežnických kategoriích jsou také týmové soutěže, i v atletice.

■ Trénujete sama pod vedením trenéra, či s ostatními sportovci v kolektivu?

Trénuji pod vedením trenéra společně se svou tréninkovou skupinou.



■ Jak jste zvládala trénink během pandemie covidu-19?

Myslím, že dobře. Při první vlně jsme hledali co a jak, ale od podzimu, kdy byla další vlna, jsme plně nahradili všechno, co jsme mohli, a myslím si, že paradoxně nám dost pomohlo chodit do lesa a trénovat tam. Člověk vypadne ze stereotypu a zase se posune o kousek dál.

■ Jak probíhaly Vaše přípravy na Letní paralympijské hry v Tokiu?

Po tom, co jsem se dozvěděla, že pojedu, jsme dali krátké volno a jeli jsme s tréninkovou skupinou na soustředění, a poté už klasicky, jak jsem zvyklá.



■ **Co by pro Vás znamenalo vítězství na paralympiádě v Tokiu? Jak moc by se Váš život změnil?**

Asi bych tomu úplně nevěřila, nicméně by to pro mě byl veliký úspěch a myslím si, že by se můj život moc nezměnil.

■ **Jak ráda trávíte zbytek volného času, pokud zrovna nejste na stadionu?**

Ráda ho trávím se svými kamarády, ráda si čtu nebo podnikám nějaké výlety.

■ **Co si myslíte, že se vybaví lidem ve vašem okolí, kteří Vás znají, když by se řeklo vaše jméno?**

Že jsem tak trochu blázen.

■ **Měla jste někdy chuť skončit s atletikou? Jestli ano, tak co Vás přimělo pokračovat a nevzdat to?**

Určitě nějaké chvíle byly, když jsem byla mladší, ale vždy jsem u toho vydržela a ta dřina mě baví.

■ **Co Vás nejvíce ve Vaší kariéře i Vašem osobním životě motivuje?**

Motivuje mě posouvání vlastních hranic a zlepšování se.

■ **Jaký je Váš celoživotní sen?**

Můj sen byl letět na paralympiádu, ten se splnil a další sen zatím nemám :).

Simona Linhartová a Veronika Heinzlová

Rozhovor s Markem Bartoškem

Pro rozhovor jsme hledali nějakého úspěšného sportovce se sluchovým postižením, protože dle nás je pandemie oproti jiným postižením velmi ovlivnila. Z důvodu povinného nošení neprůhledných roušek či respirátorů byla totiž velmi omezena možnost odezírat. Mimo to nás zaujala sportovní střelba, a tak volba osobnosti jasně padla na úspěšného střelce Marka Bartoška.

Marek Bartošek je 32letý uživatel kochleárního implantátu, laicky řečeno neslyšící. Pochází z Valašského Meziříčí. Vystudoval bakalářský obor aplikovaná informatika na MU v Brně. Aktuálně je zaměstnaný na půl úvazku u Victoria jako sportovní instruktor v rámci sportovní střelby a jinak dochází do klasické práce.

■ **Jak ses dostal ke střelbě a proč ses pro ni rozhodl?**

Mně se zalíbilo, jaký byl můj otec sportovec, tak jsem hledal sport, který by mě naplňoval. Od atletiky po lyžování jsem nakonec došel ke sportovní střelbě, která mi nejvíc seděla k povaze a nejvíc mě bavila. Zůstal jsem u ní, neboť mě neustále nutila se zlepšovat jak osobnostně, tak sportovně. A díky ní jsem se naučil pracovat sám se sebou.



■ **V jaké střelecké disciplíně závodíš?**

Věnuji se sportovní pušce, což je dlouhá zbraň. A v rámci deaflympiády jsou tři disciplíny. První je vzduchová puška, která se střílí vestoje na 60 ran na vzdálenost 10 metrů. Druhá je libovolná (rozumějme malorážná) puška 60, která se střílí též na 60 ran, ale v poloze vleže a na vzdálenost 50 metrů. A poslední disciplína je královská: libovolná malorážka

3 × 40, což je vlastně „složena“ ze tří disciplín – 40 ran vleže, 40 ran vstaje a 40 ran vestoje, a to vše na 50 metrů, vše v jeden časový úsek.



■ **Dalo by se říct, že u střelby je sluchové postižení výhodou, je to tak? Nejsou slyšet rány ostatních závodníků a nemusíš vnímat okolní ruchy.**

Jak se to vezme. Je potřeba slyšet rozhodčího, kdy odstartuje závod a kdy dá povel stop. A klidně může zastavit probíhající závod kvůli závadě na terči.

Ale je pravda, že teď podle pravidel musí být puštěna při závodě hudba – a když se mi nelíbí, tak se odpojím (vypnu si svůj sluchový aparát) a mohu se naplno koncertovat, ovšem za cenu rizika, že neslyším rozhodčího.

■ **Jaká je tvoje nejtipnější příhoda spojená se střelbou?**



Těch historek je! :-D Vytáhnu si jednu. Střílel jsem mistrovství Slovenska. Dostal jsem se do finále. Už si nastupujeme na svá stanoviště. Po pár minutách už jde ke mně rozhodčí a nekompromisně mi ukazuje žlutou kartu. Ptám se na důvod. Důvod byl ten, že jsem použil dle pravidel nepovolenou pomůcku, jako jsou třeba sluchátka, MP3... Tak jsem podíval na svého trenéra a ten omluvně pokývl a jal se vysvětlovat rozhodčímu, že ten aparát musím mít, abych ho vůbec slyšel.

■ **Vím, že ses přestěhoval před několika lety kvůli tréninku do Plzně, jsi se svým rozhodnutím spokojený?**

Ano, jsem naprosto spokojený. Je zde nejlepší zázemí pro trénink a veškeré soutěže republikové úrovně jsou jen zde v Plzni. Tak místo cestování 5 hodin to mám z bytu jen 15 minut autem. Zalíbilo se mi zde tak moc, že jsem si tu koupil byt a po čase jsem si našel snoubenku.



■ **Jaké jsou tvoje největší úspěchy?**

U neslyšících je největší soutěž deaflympiáda. Odtud se mi povedlo odvézt celkem dvě stříbrné a dvě bronzové medaile z roku 2013 a 2017.

■ **Jak ovlivnila pandemie tvůj běžný život?**

Hodně se snížil počet pořádaných závodů a tréninky byly také omezené. Takže bylo těžší prokázat, že stále jsem ve formě. Jinak jako běžného občana nijak zvlášť, neboť jsem introvert, takže mi samota nevadila a trochu jsem stihl udělat i věci, na které v běžném režimu nebyl čas.

■ **Jaký měla pandemie vliv na tvou kondici a trénink a kde nejraději trénuješ?**

Kvůli pandemii jsem trochu přibral. Musel jsem si pořizovat nové oblečení a hledat alternativní kondiční cvičení. Jinak nejraději stejně trénuji na střelnici.

■ **Máš z období pandemie nějaký zážitek, který bys bez sluchového handicapu nezažil?**

Bohužel je u neslyšících pořádání soutěží mnohem těžší než u zdravých. Ale ani u nich to není jednoduché. Třeba fotbal se hraje už delší dobu, ale nejvyšší střelecké závody se rozjely teprve v červenci letošního roku. Jinak jako každý neslyšící mám mnohem horší možnosti komunikace, neboť potřebuji vidět mluvčímu na ústa. A všichni mají roušky.



■ **Narušilo odložení deaflympiády nějak tvou přípravu?**

Jelikož jsem to bedlivě sledoval, tak jsem tomu pružně přizpůsoboval svou přípravu. Je to možná nakonec dobře, že ji odložili, s ohledem na to, že jsem nemohl trénovat a závodit v průběhu lockdownů. ■

Jan Semerád, Martina Doležalová

Zdroj foto: <https://paralympic.cz/>



Informace z vysokých škol (redaktorka Julie Wittmannová)

Informace z Fakulty tělesné kultury UP v Olomouci

Regionální centrum APA se stává pevnou součástí vzdělávacího a poradenského systému Olomouckého kraje

Mimořádný úspěch či příklad dobré praxe, tak by se dal označit krok Odboru školství a mládeže Olomouckého kraje k další spolupráci s Centrem APA. Již od roku 2007 se Katedra aplikovaných pohybových aktivit velmi intenzivně snaží o etablování pracovní pozice „konzultant APA“ do vzdělávacího a poradenského systému. Prostřednictvím aktivit metodického Centra aplikovaných pohybových aktivit se to z dlouhodobého hlediska daří (s malými přestávkami) již od roku 2009. Poprvé však se konzultanti APA stávají skutečnou oporou speciálněporadenského systému a prioritou Olomouckého kraje. Pokračováním podpory a zakotvením do aktivit PPP a SPC Olomouckého kraje, respektive doplněním jejich služeb se otevírá možnost v budoucnu o podobný postup i v ostatních krajích. Jsme hrdi na to, že domovský Olomoucký kraj si určil aktivity Centra APA jako prioritní již pro druhé období implementace svého krajského akčního plánu. Vysoce ojedinělá je i prokázána důvěra metodickému Centru APA, přesněji Katedře aplikovaných pohybových aktivit na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci, kterou kraj prokázal i tím, že nám předal úkol společně s PPP a SPC Olomouckého kraje zahájit činnost další dvou regionálních center, a to Krajského centra prevence předčasných odchodů ze vzdělávání a Krajského centra kariérové poradenství v odborném vzdělávání.

Čím se zabýváme:

- Vzděláváním a podporou pedagogických pracovníků v rozvoji pohybové gramotnosti v oblasti inkluzivní školní tělesné výchovy a školních pohybových aktivit.
- Problematikou práce s dětmi, žáky a studenty se smyslovým, tělesným, mentálním postižením a zdravotním oslabením, nemocí i sociálním znevýhodněním (dále již SVP) v aktivním zapojení do školních i mimoškolních pohybových aktivit. • Tvorbou a aplikací individuálního vzdělávacího plánu (IVP) pro aktivní zapojení do tělesné výchovy, přizpůsobením pohybových aktivit dle individuálních schopností jedinců i skupin v inkluzivním školním vzdělávání.
- Spoluprací s domovy dětí a mládeže (DDM), středisky volného času (SVČ) rozšiřujeme vzdělání jejich pracovníků v oblasti inkluzivního zájmového vzdělávání v pohybových aktivitách.
- Poradenstvím zákonným zástupcům nezletilých v aktivním zařazení dětí, žáků a studentů se SVP do školních i mimoškolních pohybových aktivit. Pořádáme pro ně setkání s odborníky v daných oblastech a s rodinami dětí s podobnými problémy.
- Zapůjčujeme kompenzační pomůcky pro školní, volnočasové i sportovní pohybové aktivity.
- Poskytujeme kontakty na odborníky v oblasti plavání, lyžování, rehabilitace apod.

Činnost Regionálního centra (RC) aplikovaných pohybových aktivit (APA) v projektu Rovné příležitosti ve vzdělávání v Olomouckém kraji (RPVOK) je úzce propojena spoluprací s Pedagogicko-psychologickou poradnou (PPP), se Speciálněpedagogickým centrem (SPC) Olomouc a v oblasti inkluzivního zájmového vzdělávání s DDM Kojetín, DDM Olomouc a SVČ „DUHA“ Jeseník. Za podpory Školského odboru Olomouckého kraje, rozšiřuje odbornost pedagogických pracovníků a nabídku odborných intervencí v oblasti školních i mimoškolních pohybových aktivit v procesu inkluzivního vzdělávání.

Cílem je podpořit pedagogické pracovníky v problematice rozvoje pohybové gramotnosti v inkluzivním školním i mimoškolním vzdělávání. Podpořit žáky se SVP v jejich aktivním zapojení do všech pohybových aktivit realizovaných školami a školskými institucemi.

Zavedením metodické podpory pro rozvoj aplikovaných pohybových aktivit v oblasti povinného inkluzivního vzdělávání i volnočasových aktivit dojde k harmonickému rozvoji dětí, žáků a studentů v oblastech socializace, fyzické a psychické kondice! ■

Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D., a PhDr. Martin Lajza

RC APA a současnost

Regionální centrum aplikovaných pohybových aktivit (RC APA) vzniklo v roce 2018 za účelem realizace APA v projektu „Implementace krajského akčního plánu (IKAP) Olomouckého kraje“, jeho sídlem se stala SŠ polytechnická, Rooseveltova 79, Olomouc, která mu poskytla zázemí pro realizaci jeho činnosti v daném projektu. Po ukončení realizace (IKAP) k 31. 10. 2020 byla zahájena realizace dalších projektů Olomouckého kraje, mezi nimi hlavní roli hraje IKAP OK II. Současně je realizován Fakultou tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci projekt „Rovné příležitosti ve vzdělávání v Olomouckém kraji“, jehož podstatnou součástí je činnost RC APA.

RC APA se primárně věnuje vzdělávání pedagogických pracovníků v problematice aktivního zapojení dětí, žáků a studentů do školních i mimoškolních pohybových aktivit. Formou seminářů seznamuje zájemce s pohybovými aktivitami vhodně modifikovanými pro jednotlivce se SVP i skupiny v inkluzivním vzdělávání. Realizuje přímou podporu pedagogickým pracovníkům, dětem, žákům a studentům se SVP i jejich zákonným zástupcům v aktivním zapojení do inkluzivní školní tělesné výchovy, a to formou poradenství při tvorbě a realizaci individuálních vzdělávacích plánů pro danou oblast.



Pro toto nové období realizace projektu (2021–2023) bude plnit RC APA poslání, které plnilo v předešlém období, a svou nabídku podpory rozšíří o oblast zájmového vzdělávání. V Olomouckém kraji budou působit pod značkou RC APA nově vzniklá centra pohybové gramotnosti v inkluzivním vzdělávání a centra inkluzivního zájmového vzdělávání, která budou zajišťovat ve vzájemné spolupráci podporu a vzdělávání v oblasti pohybových aktivit. Jedná se především o semináře, které budou centry realizovány v jejich spádových oblastech, a semináře tzv. interní, pro pracovníky škol, realizované na školách, které budou mít o ně zájem. V oblasti inkluzivního zájmového vzdělávání vznikají centra při DDM.

V Olomouckém kraji v současné době působí:

Centrum aplikovaných pohybových aktivit

Katedra aplikovaných pohybových aktivit FTK UP
Olomouc, třída Míru 117, 771 11 Olomouc
www.apa.upol.cz

Jedná se o oficiální jednotku Katedry aplikovaných pohybových aktivit Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci. Centrum aplikovaných pohybových aktivit (zkráceně Centrum APA) je metodickou platformou pro celou odbornou oblast zahrnující školní tělesnou výchovu, volnočasové pohybové aktivity, sport i komplexní pojetí rehabilitace. Svou činnost věnuje problematice osob se speciálními potřebami, zejména se zdravotním postižením a znevýhodněním a jejich zapojení do pohybových programů. Zaměřuje se na přenos akademických znalostí, zahraničních zkušeností a metodických postupů do praxe. Centrum APA představuje unikátní pracoviště, které zajišťuje nejen přenos směrem do praxe, ale i z praxe do vysokoškolského vzdělávání, čímž zajišťuje dynamický rozvoj oboru a bezprostředně i efektivní způsob vzdělávání budoucích pedagogických, sociálních i zdravotnických nelékařských pracovníků.

Regionální centrum aplikovaných pohybových aktivit Olomouckého kraje

SŠ polytechnická, Rooseveltova 79, Olomouc
www.apa.upol.cz, www.ikap.cz

Regionální centrum aplikovaných pohybových aktivit Olomouckého kraje (zkráceně RC APA OK) představuje naplnění vizí Centra APA na systémové úrovni regionálního školství. Díky nastavení priorit Olomouckého kraje bylo jako subprojekt implementace krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání zřízeno RC APA OK, včetně detašovaného pracoviště. RC APA OK s působností na školách a školských zařízeních Olomouckého kraje obsahově doplňuje standardně poskytované služby v oblasti speciálněpedagogického a psychologického poradenství v preprimárním, primárním, sekundárním i terciárním vzdělávání o podporu pohybové gramotnosti, školní tělesné výchovy i volnočasových pohybových aktivit s důrazem na aktivizaci a vhodnou sociální inkluzi dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami. Víze regionálních center předznamenává jejich vznik i na půdě ostatních krajů pod metodickým vedením Centra APA.

Centrum pohybové gramotnosti v inkluzivním vzdělávání Jeseník

Střední průmyslová škola Jeseník, Dukelská 1240/27,
790 01 Jeseník
www.soje.cz

Centrum pohybové gramotnosti v inkluzivním vzdělávání Jeseník (zkráceně CPGIV Jeseník) dokumentuje snahu Olomouckého kraje o podporu severních subregionů v oblasti inkluzivního vzdělávání a v implementaci pohybově orientovaných programů ve společném vzdělávání. Vzdělávací centrum zde vzniká jako součást projektu „Rovné příležitosti ve vzdělávání v Olomouckém kraji“ (zkráceně RPVOK). Jedná se o jeden z pilířů pro odborný rozvoj v oblasti aplikované (tedy i inkluzivní) tělesné výchovy pedagogických i nepedagogických pracovníků ve vzdělávání. Zaměření praktických i teoreticko-praktických pravidelně pořádaných seminářů respektuje potřeby školní tělesné výchovy i dalších pohybově orientovaných programů realizovaných školami na úrovni vyšších odborných, středních, základních i mateřských škol.

Centrum pohybové gramotnosti v inkluzivním vzdělávání Olomouc

SŠ polytechnická, Rooseveltova 79, Olomouc
www.ssprool.cz

Centrum pohybové gramotnosti v inkluzivním vzdělávání Olomouc (zkráceně CPGIV Olomouc) je logickým pokračováním několikaleté spolupráce SŠ polytechnické Olomouc a FTK UP v Olomouci při implementaci krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání. Na půdě této školy vzniká toto centrum vzdělávání jako součást projektu Rovné příležitosti ve vzdělávání v Olomouckém kraji (zkráceně RPVOK). Jedná se o jeden z pilířů pro odborný rozvoj v oblasti aplikované (tedy i inkluzivní) tělesné výchovy pedagogických i nepedagogických pracovníků ve vzdělávání. Zaměření praktických i teoreticko-praktických pravidelně pořádaných seminářů respektuje potřeby školní tělesné výchovy i dalších pohybově orientovaných programů realizovaných školami na úrovni vyšších odborných, středních, základních i mateřských škol.

Zájmové vzdělávání

Vytvořením tří kooperujících Center inkluzivního vzdělávání Olomouckého kraje (zkráceně CIZV OK) byla zahájena podpora pro školská zařízení zabývající se zájmovým vzděláváním. Zároveň se svou činností dotkneme i neškolských zařízení, která však svou činnost zaměřují obdobným směrem. Inkluzivní vzdělávání naráží na velkou řadu pedagogicky i jinak odborně zaměřených výzev. Mezi ně patří i nepovinné vzdělávání ve volném čase. Zřízením a podporou CIZV OK se vytváří platforma pro řešení metodických, legislativních, kompetenčních a jiných podnětů z praxe, které mohou mít potenciálně velkou šanci doplnit školské inkluzivní vzdělávání v Olomouckém kraji o nesmírně důležitou součást celého vzdělávacího systému na regionální úrovni. ■

Centrum inkluzivního zájmového vzdělávání Olomouckého kraje, Kojetín

Dům dětí a mládeže Kojetín
Svatopluka Čecha 586, 752 01 Kojetín
www.ddm.kojetin.cz

Centrum inkluzivního zájmového vzdělávání Olomouckého kraje, Olomouc

Dům dětí a mládeže Olomouc
17. listopadu 47/1034, 779 00 Olomouc
www.ddmolomouc.cz

Centrum inkluzivního zájmového vzdělávání Olomouckého kraje, Jeseník

Středisko volného času Duha Jeseník
Průchodní 154, 790 01 Jeseník
www.duhajes.cz

*Za RC APA Ondřej Ješina, vedoucí projektu,
a Martin Lajza, odborný metodik APA*

Newsletter projektu RPVOK 1 – duben 2021

Jak jste si již určitě na našich stránkách všimli, po skončení celorepublikového projektu APIV jsme upřeli veškerou pozornost na náš domovský Olomoucký kraj a prostřednictvím nového projektu s názvem Rovné příležitosti ve vzdělávání v Olomouckém kraji, zkráceně RPVOK, chceme z našeho regionu udělat vlajkovou loď a příklad dobré praxe v oblasti inkluzivní tělesné výchovy. A to není náš jediný cíl, ke kterému budeme směřovat. O tom si ale více povíme v tomto prvním vydání projektového newsletteru, v němž také krátce shrneme dosavadní dění.

Seznamte se...

Tříletý projekt Rovné příležitosti ve vzdělávání v Olomouckém kraji (RPVOK) je součástí druhé vlny implementace priorit Krajského akčního plánu rozvoje vzdělávání v Olomouckém kraji, podpořené Operačním programem Výzkum, vývoj a vzdělávání. Garantem projektu je naše Katedra aplikovaných pohybových aktivit Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci. Vytčeny byly tři stěžejní cíle, respektive klíčové aktivity: jednak jde o podporu rovných příležitostí ve vzdělávání s cílem aktivního zapojení žáků se speciálními vzdělávacími potřebami do společného vzdělávání, školních i mimoškolních a volnočasových aktivit,

jednak také o prevenci předčasných odchodů ze vzdělávání a dále také o rozvoj kariérového poradenství v odborném vzdělávání. Oblasti předčasných odchodů ze vzdělávání a rozvoje kariérového poradenství metodicky řídí krajská Pedagogicko-psychologická poradna a Speciálně poradenské centrum, v oblasti rovných příležitostí ve vzdělávání pak pokračuje v činnosti Regionální centrum APA (RC APA), které jsme ustanovili již během první implementační vlny v roce 2018.

Tým konzultantů APA



Základem všeho konání jsou lidé, na které se můžete spolehnout. Přeskupili a doplnili jsme tedy náš tým, který se bude na plnění cílů nového projektu podílet. Ač je každý zapojený člověk důležitý, dovolíme si vyzdvihnout především čtveřici terénních pracovníků – konzultantů APA, kteří jsou v regionu k dispozici rodičům a školám.

Vezmeme-li to od severu Olomouckého kraje, Jesenicka a Šumperka se může opřít o znalosti, zkušenosti a dovednosti Ladislava Balouna, většinu olomouckého okresu má na starosti Eliška Vodáková, na Prostějovsku (s drobnými přesahy) působí Markéta Hajduková a v okrese Přerov s přílehlými částmi Olomoucka je k dispozici Adam Jarmar. Všichni mají bohaté zkušenosti z našich dřívějších projektů a z nejrůznějších pohybových aktivit či zdravotní tělesné výchovy.

Sít' spolupracujících škol a zařízení

Celý projekt ovšem nestojí jen na RC APA a čtyřech konzultantech, stejně důležitá je sít' spolupracujících škol a zařízení, kterou se nám podařilo v regionu vytvořit. Její součástí jsou dvě střední školy, na nichž byla ustanovena centra pohybové gramotnosti v inkluzivním vzdělávání. Jde o SŠ polytechnickou v Olomouci, kde sídlí i RC APA, a o Střední průmyslovou školu v Jeseníku. Dalšími prvky sítě spolupracovníků jsou tři organizace mimoškolního a zájmového vzdělávání – Dům dětí a mládeže Olomouc, Dům dětí a mládeže Kojetín a Středisko volného času Duha Jeseník. Na nich byla založena Centra inkluzivního zájmového vzdělávání.

Podporujeme, vzděláváme...

Přestože školní výuka i mimoškolní aktivity, a zejména pak výuka tělesné výchovy a volnočasové pohybové aktivity jsou v současnosti utlumené vlivem protiepidemických opatření, neznamená to, že čekáme, až se situace zlepší, a děláme alespoň to, co je v současnosti možné. Postupně tak distribuujeme učitelům nebo do speciálně poradenských center metodické materiály vytvořené pod hlavičkou našich předchozích projektů, zejména v projektu APIV, kdy vznikly nové metodické listy a knihy uceleně nahlížející na problematiku inkluzivní tělesné výchovy.

Zároveň jsme inovovali a připravili nová témata seminářů. Jejich sérii jsme v online podobě zahájili v březnu, kdy jsme se věnovali problematice metabolického syndromu, v dubnu se mluvilo o tělesné a pohybové výchově v době distanční výuky – záznamy najdete na našem YouTube kanálu. Mezi chystanými tématy jsou pak například připravované úpravy rámcových vzdělávacích programů tělesné výchovy. Informace k webinářům jsou průběžně zveřejňovány v kalendáři na webu apa.upol.cz.

Nový vizuál

Když už jsme zmínili adresu našeho webu – nelekejte se, když se vám změní před očima či kurzorem myši. Připravujeme totiž kompletní proměnu webu apa.upol.cz, s nímž budou funkčně propojeny i stránky Pedagogicko-psychologické poradny a Speciálně poradenského centra Olomouckého kraje. A inovací grafické podoby projdou i naše tiskové výstupy, roll-upy nebo bannery, se kterými se budete moci potkat i v terénu na akcích – až to tedy bude možné. Snad brzy. ■

Martin Višňa

Limitovaná edice knihy o Expedici PřesBar 2020 (příklad dobré praxe) je na světě

Přinášíme radostnou novinu pro všechny, kteří věří v lepší zítřky. Rok 2020 byl takový podivný, možná bychom mohli říct, že by si zasloužil, aby se snad ani nikdy neopakoval. Přesto – anebo právě proto – se v jeho průběhu stalo i spousta pozitivního (to prosím nevnímejte ironicky ;-)). Přes všechny posuny a přesuny, tím myslím posuny času a přesuny destinací, se nám i v tomto „roce pitomém“ podařilo podniknout unikátní a pro účastníky nezapomenutelnou akci – Expedici PřesBar 2020. Zahraničí jsme vyměnili za luhy české a moravské (tak trochu rakouské – (pro historické puristy), vynechali lezení, přesunuli vše na září. Nic, co by nešlo vyřešit. Pro toho, kdo se o dění v Centru APA, na katedře APA a FTK UP pravidelně zajímá, nic překvapivého. Přesto si myslím, že až budoucnost ocení, jak vlastně bylo možné v roce 2020 zorganizovat jak předkurz v Litovli a na Olomoucku, tak celou akci. Bez jediného nakaženého koronavirem, bez antigenních či PCR testů, bez vládních omezení, avšak nakažení dobrou náladou a postupně i obrovskými zkušenostmi jsme projezdili celou ČR křížem krážem, tak jak nám velel slogan neuskutečněné V. české národní konference APA (snad zorganizujeme příště).

Navzdory zdánlivě méně výzovému prostředí, s ohledem na všechny okolnosti a s vynikajícím týmem organizátorů ze strany studentů jsme byli schopni zrealizovat akci, na kterou budeme ještě dlouho vzpomínat. A aby toto vzpomínání bylo co nejintenzivnější, nejhlubší i nejrealnější, rozhodli jsme se tuto akci na věky věků zdokumentovat v podobě fotoknihy s výraznou textovou částí věnovanou akci samotné, tedy v jakési kronice akce. Předmluvu, základní filozofická východiska, popis, podněty i autentické reakce, to vše a možná i mnohem více obsahuje kniha nazvaná prostě jenom Expedice PřesBar 2020 s podtitulem Kronika jako příklad dobré praxe. V elektronické podobě ji lze získat např. zde, v papírové



formě pro účastníky, zájemce z cílových skupin projektu Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti pak u „svých“ konzultantů APA nebo přes vedoucí CKP. Ostatní zájemci budou mít příležitost se o expedici dozvědět, případně knihu si vyzvednout na propagačních akcích, které v průběhu roku 2021 plánujeme pro další příští podporu celého konceptu Expedice PřesBar. O těchto akcích budeme informovat na webových stránkách apa.upol.cz, facebooku Centra APA i jinde.

„Díky Luďo za knihu, díky Ešto za kroniku, díky Gabčo a Zuzko za koordinaci, díky vám všem účastníkům za vše (a že toho bylo)...“ Ondra (2021)

PS: Tato kniha byla finančně podpořena projektem Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti, jehož součástí byla i akce samotná. Kniha je jedním z mnoha výstupů projektu jako prezentace příkladů dobré praxe, společně např. s články na webu Centrum APA či v časopise APA v teorii a praxi nebo prezentačními videi na oficiálním YouTube kanále Centra APA. ■

Ondřej Ješina

Martin Kudláček obdržel cenu za přínos aplikovaným pohybovým aktivitám

U příležitosti Mezinárodního symposia aplikovaných pohybových aktivit (APA), které v polovině června pořádala finská University of Jyväskylä, byl za celoživotní přínos oboru oceněn Martin Kudláček z Fakulty tělesné kultury UP. Protože se konference konala online, převzal plaketu Elly D. Friedmann Award s předstihem z rukou svých kolegů z katedry APA.

„Jsem velmi poctěn. Rád bych ale zdůraznil, že tu oceňovanou práci jsem mohl odvést i díky mimořádnému týmu, který na katedře máme, také díky kolegům z České asociace APA, Evropské federace APA a redakce European Journal of APA. Ocenění tedy patří i všem těmto lidem, se kterými jsem měl možnost dosud spolupracovat,“ uvedl laureát.

Profesor Martin Kudláček se oblasti aplikovaných pohybových aktivit na Univerzitě Palackého věnuje od roku 2001, zkušenosti získal mimo jiné jako doktorand v USA, kde trénoval basketbalisty na vozíku a para hokejisty. Je garantem studijního programu Aplikované pohybové aktivity na FTK UP a má za sebou řadu úspěšných národních i mezinárodních projektů z oblasti sportu zdravotně postižených. Stál u zrodu České asociace APA a odborného časopisu European Journal of APA, také u počátků vzdělávacích programů Mezinárodního paralympijského výboru a u vzniku českého para hokeje.

Ocenění Elly D. Friedmann Award, pojmenované po zakladatelce State Teachers College of Physical Education v Izraeli a přední odbornici na rehabilitační a integrační funkci pohybu, uděluje Mezinárodní federace APA



(IFAPA) významným osobnostem aplikovaných pohybových aktivit za jejich přínos oboru, neutuchající nadšení do práce na jeho dalším rozvoji a za inspiraci ostatním. Poprvé bylo uděleno v roce 1991.

Martin Kudláček je druhým českým laureátem této nejvýznamnější světové ceny v oboru APA. Už v roce 2009 ocenění obdržela Hana Válková, spoluzakladatelka dnešní katedry aplikovaných pohybových aktivit na Fakultě tělesné kultury UP a jedna z předních osobností oboru v ČR. V současnosti působí na Masarykově univerzitě. ■

Martin Višňa, foto: Jiří Vrba

Informace z Fakulty tělesné výchovy a sportu UK v Praze

10. ročník Maratonu cvičení na podporu jedinců s roztroušenou sklerózou



**MARS 24—HODINOVÝ MARATON
S ROZTROUŠENOU SKLERÓZOU 2021**

**Z MARATHONU DO ATHÉN,
NEBO Z ATHÉN DO SPARTY?**

Otáčka není, ještě 42 nebo 246 km. Jako je maraton běh na dlouhou trať, tak roztroušená skleróza je trať dlouhodobá.

Ve dnech 19.–21. 3. 2021 se konal jubilejní 10. ročník akce MaRS, mezinárodní akce na podporu pohybových aktivit u jedinců s roztroušenou sklerózou, kterou u nás zajišťuje Nadační fond Impuls. Do letošního ročníku se zapojili lidé nejméně z 51 měst v Česku, Kanadě, Slovensku i Irsku. Myšlenkou celého projektu je rozšířit povědomí o nabídce pohybových aktivit pro lidi s roztroušenou sklerózou, podpořit je a zlepšovat jejich kvalitu. Pohybový program v průběhu maratonu je zaměřen nejen na jedince s neuromuskulárním onemocněním, ale působí i v osvětové rovině na jejich rodiny, osoby zapojující se v ucelené rehabilitaci i širokou veřejnost.

Letošní ročník byl specifický nejen svým „kulatým“ výročím, ale byl samozřejmě ovlivněn i epidemickou

situací. Zatímco v minulých letech se většina aktivit soustředila do regionálních center (zpravidla při školách či tělovýchovných zařízeních), kde v průběhu 24 hodin probíhaly různé formy společného cvičení, letos bylo nutné přesunout pohyb do online prostoru a nabídnout individuální venkovní výzvy. Tak došlo na druhou stranu ke zpřístupnění lekcí široké veřejnosti.



Nabídka byla velká a pestrá. Na YouTube byly k dispozici lekce fyzioterapeutů, specialistů na aplikované pohybové aktivity i jiných lektorů. Dostupné byly lekce venkovní i vnitřní, dynamické i relaxační, náročné i nenáročné, pro děti, dospělé i seniory. Zkrátka – cvičení bylo přístupné každému, kdo si jej chtěl vyzkoušet.

Veškeré informace o programu byly (a stále jsou) dostupné na webových stránkách Nadačního fondu Impuls: maratonmars.cz. Již v období sedmi týdnů před maratonom začala výzva Seven summits neboli Zkuste každý týden ujít tolik metrů, kolik měří nejvyšší hora jednoho světadílu. Začínalo se nejvyšší horou Austrálie a Oceánie Puncak Jaya s výškou 4 884 m a cílem posledního týdne pak bylo ujít kdekoli 8 848 m čili výšku Mount Everestu. V průběhu 24 hodin MaRS byly v nabídce pohybové lekce (např. pilates, Feldenkraisova metoda, protažení, cvičení pro děti aj.), ale také se konaly regionální „výšlapy“ na místní vrcholy. Program pak pokračoval i po skončení maratonu Jarní pohybovou výzvou.



Hlavním partnerem programu v Praze byla Fakulta tělesné výchovy a sportu UK. K akci se připojily tři ročníky studentů oboru aplikovaná tělesná výchova a sportu osob se specifickými potřebami, oboru, který se významně zaměřuje právě na přípravu pohybových programů ve volném čase, vzdělávání i v podpoře zdraví u specifických skupin populace.

Studenti závěrečného ročníku navazujícího magisterského studia na dvou YouTube kanálech nabídli celkem 36 lekcí cvičení, které měly v součtu tisíce zhlédnutí.

Studenti druhého ročníku bakalářského studia vyzkoušeli využití aplikace I-Orienteering a postavili 10 km dlouhou trasu z Veleslavína na Újezd (od FTVS k Tyršovu domu). Trasu bylo možné zdolat kdykoli v průběhu víkendu i následujících dvou týdnů, a to na vozíku, na kole i pěšky. Na celkem 12 kontrolách účastníci pomocí mobilních telefonů načítli QR kódy a následně se jim objevila mapa pochodu. Tímto způsobem účastníci prošli cestu Prahou, plnou zajímavých míst a ohromujících výhledů. Na každém stanovišti navíc čekal doplňující QR kód s odkazem na zajímavost ať už z oblasti APA, či daného místa.



Studenti prvního ročníku bakalářského studia pak doplnili program o další drobné aktivity a projekty. Organizovali lekce pro veřejnost i pro děti, se kterými v průběhu roku pracují, postavili dva menší orientační běhy (v Příbrami kolem Svaté Hory a v Milíčovském lese) či namlouvali lekce relaxace.

S dalšími akcemi se připojili i absolventi oboru Ondřej Novák s povídáním o venkovním posilování a Jitka Vařeková s online maratonskou rozcvičkou.



Podpora benefiční akce, široké zapojení veřejnosti a pozitivní ohlasy nám všem udělaly velkou radost. Bylo milé sdílet v této nelehké době něco pozitivního. Děkujeme vedení UK FTVS za podporu projektu i všem, kteří se na přípravě podíleli. Věříme, že zapojení našich studentů bylo oboustranně obohacující, a rádi se do akce zapojíme i v budoucnu. ■

Jitka Vařeková, Markéta Křivánková

Zdravotní tělesná výchova – vznik pracovní skupiny

Dne 11. 2. 2021 se uskutečnila online schůzka, jejíž účelem byl mimo jiné vznik pracovní skupiny zaměřené na zdravotní tělesnou výchovu (ZTV). Pracovní skupina vznikla při České asociaci aplikovaných pohybových aktivit (ČAAPA), která spolupracuje s Českou společností učitelů TV.

Schůzky se zúčastnili pedagogové se zaměřením na ZTV z většiny sportovních fakult v republice. Zdravotní tělesná výchova (ZTV) jakožto školní předmět má v naší zemi více jak 70letou tradici. V kontextu pohybových programů pro zdraví u dětí i dospělých je pak historie ZTV u nás ještě delší. Navzdory tomu, že její potřebnost v současné době výrazně stoupá (vlivem celkového poklesu pohybových aktivit a nárůstu žádostí o uvolnění z TV), její využívání na základních školách klesá. Systémová změna tohoto trendu je možná pouze při vzájemné odborné multidisciplinární komunikaci vysokoškolských učitelů, společností tělovýchovných i praktických lékařů, tvůrců legislativních norem a opatření a také učitelské veřejnosti. Závěry pak musí být jasným způsobem medializovány směrem k lékařům, poradenským zařízením i k veřejnosti. Pracovní skupina by mohla nabídnout efektivnější diskuzi o aktuálních tématech, větší potenciál ke změnám a podporu odborného setkávání s cílem akademické i pedagogické spolupráce.

Po zahájení schůzky vyučujícími z katedry ZTV na UK FTVS představil Dr. Jan Tupý, externí spolupracovník Národního pedagogického institutu, novinky v oblasti tvorby kurikulárních dokumentů ve vztahu k ZTV. Rámcový vzdělávací program je důležitou profesní směrnicí a má-li odpovídat potřebám praxe, je nezbytná spolupráce jeho tvůrců s terénní praxí. Mgr. Pavel Krejčík z UK FTVS a ÚTVS při

VŠCHT ve svém příspěvku shrnul výsledky šetření z posledních let o stavu ZTV na českých školách, z nichž vyplývá alarmující pokles počtu škol, které se zdravotní tělesné výchově věnují. Jitka Vařeková následně zmínila historickou tradici ZTV u nás a upozornila na některé z aktuálních problémů. Nastínila možnost budoucí spolupráce v rámci pracovní skupiny.

Následovalo představení týmů ZTV učitelů. Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D., představila ZTV tým na UK FTVS, doc. PhDr. Renata Malátová, Ph.D., promluvila za PF JČU, Mgr. Roman Grmela, Ph.D., za FSPS MU, PhDr. Iva Šeflová, Ph.D., za KTV FP TUL, Mgr. Markéta Hajduková a RNDr. Iva Dostálová, Ph.D., za FTK UP v Olomouci a Mgr. Věra Knappová, Ph.D., za PF ZČU. V závěru setkání pozdravili účastníky doc. PhDr. Pavel Strnad, CSc., a předseda ČAAPA Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.

Věříme, že toto setkání je první vlaštovkou ve vzájemné odborné spolupráci, která bude moci brzy vyústit i v osobní setkání. Do nově ustavené pracovní skupiny se po setkání přihlásily téměř tři desítky kolegů a studentů a i nadále je otevřena zájemcům o ZTV jak z oblasti akademické, tak i ze škol, poradenských zařízení i tělovýchovných organizací. V případě zájmu o spolupráci kontaktujte Mgr. Markétu Křivánkovou na adrese krivankova@ftvs.cuni.cz. ■

Jitka Vařeková, Markéta Křivánková
a Pavlína Nováková

Informace z Fakulty sportovních studií MU v Brně

Informace z FSpS v Brně

Na podzim roku 2019 se ve většině studijních programů na Fakultě sportovních studií Masarykovy univerzity v Brně (FSpS), ale i na jiných fakultách či vysokých školách zahájila výuka podle inovovaných akreditačních programů. Pro FSpS je příznačné, že do všech jejích studií v bakalářské etapě vstoupila téma-

ta pohybových aktivit osob s postižením. V etapě magisterské je to semestrální výuka v programu učitelství tělesné výchovy jedno- či dvouoborového, aplikované kinantropologie a sportovního managementu, trenérství i rozhodčích. Každý program klade důraz na praxi v terénu podle zaměření programu (pedagogický

asistent, poradce a kondiční trenér ve fit-centrech a podobných podnicích, trenér mládeže speciálních či inkluzivních skupin). Praxe se odehrává nejčastěji v centru Na Kociánce, v brněnském Bb centru plavání či centru Fénix. Samostatný program fakulty se orientuje na cvičební skupiny, které se samy nazvaly jako

cvičenci „Alzheimerovci a Parkinsonici“. Tím, že fakultní areál v Bohunicích je plně bezbariérový, je využíván pro basketbal i florbal na vozíku, včetně mezinárodních utkání. Opět zde praktikují studenti FSpS. Významný posun je zakotven do programu sportovní management, kdy se bakaláři účastní jako dobrovolníci akce Emil

Open. Evropskou akci zaštiťuje vedení MU, ale na realizaci se podílí tým z FSpS. Magisterští studenti pak po semestrální výuce sami organizují regionální hry Speciálních olympiád v atletice a přizpůsobených sportech. Očekávaný šestý ročník se z pandemických důvodů nekonal, takže se vše muselo odehrávat v on-line video-

-prezentacích. Některé z těchto videí jsou k širšímu použití na fakultních webových stránkách. Vyrovnanost pólů „jinakosti“ je pak dána tím, že jedna semestrální praxe se uskutečňuje ve špičkových klubech dospělých, u talentovaných dětí v klubech a na sportovním gymnáziu. ■

Hana Válková

Fakulta sportovních studií a Spolek KOLOFUN

Spolek Kolofun je sdružení nadšenců, kteří se, jak už z názvu vyplývá, rádi prohánějí na kole. Nápad vzešel z iniciativy tří kamarádů, kteří se životem protloukají na vozíku a v každé volné chvíli přeseďají na handbike. Pokud je něco doopravdy spojuje, tak je to jejich láska k pohybu, a právě v jízdě na handbiku našli tu největší svobodu. Díky němu se udržují v dobré fyzické, ale i psychické kondici, cestují, poznávají nové lidi a užívají si aktivního života plnými doušky. K tomu, aby mohli vyrazit na cyklovýlet či cyklozávod, potřebují pomoc v různé míře. Někdy potřebují pomoci s manipulací s handbikem, zejména při jeho nakládání a vykládání z auta, při nasednutí na handbike nebo při občerstvovací přestávce. Prosazují tedy myšlenku společného sportování. Díky pomoci dobrovolníků můžou točit kilometry na svých handbicích, ale stejně tak si dobrovolníci můžou budovat vlastní kondičku, poklábosit nebo se po cestě stavět na něco dobrého na zub a doplnit tak energii. Všechno je možné, záleží na domluvě. Kolofun také pořádá vytrvalostní cyklistické závody. 8. 5. proběhla již tradiční Černíkovická dvanáctihodinovka, která prověřila kondičku každého, ať už je jeho počet kol jakýkoliv. A o tom to je – o tom, že na počtu kol nezáleží a že se můžeme hýbat všichni společně.



Od tohoto roku byla navázána těsnější spolupráce mezi Kolofunem a FSpS. Studenti magisterského programu APKIN si projížďkami do okolí Brna, ale i dál mohou částečně splnit praxi 2. Mají na výběr většinou jednodenní vyjížďku o víkendu, nebo se mohou zapojit i do delších výprav. Organizaci jednotlivých vyjížďek velmi usnadňují sociální síť a aplikace – Facebook, Strava... Studenti se jednoduše přihlásí do FB skupiny a připsují se k termínům, které jim vyhovují. Prozatím funguje spolupráce skvěle i v době covidové, radost je na obou stranách. Někteří studenti jsou kreativní, přišel už nápad spojit cyklistiku s vytrvalostním během – uvidíme, co z toho vzejde. ☺ ■

Alena Skotáková a Kolofun

Informace z VŠ Palestra

VŠTVS PALESTRA

VŠTVS PALESTRA v uplynulém období realizovala i přes nepříznivé epidemiologické podmínky několik velmi zajímavých odborných akcí. Pátého listopadu 2020 pořádala pod záštitou rektora školy a ve spolupráci s Českou pedagogickou společností již pátý ročník mezinárodní vědecké konference „Pohyb a prožitek v multioborovém pojetí“. Cílem konference bylo prezentovat a sdílet zkušenosti odborné veřejnosti na dané téma a podporovat využívání benefitů prožitku na různých úrovních společenského života co nejefektivněji. S ohledem na karanténní opatření proběhla konference on-line, což ale vůbec neubralo na jejím významu, naopak se podařilo zajistit mnohem vyšší sledovanost jednotlivých témat i dostupnost pro zájemce ze zahraničí. Ve volné návaznosti na prezentovaná témata byla vydána recenzovaná kolektivní monografie se stejným názvem Pohyb a prožitek v multioborovém pojetí.

Koncem května proběhla již tradiční studentská konference, které se při letošním jubilejním 10. ročníku účastnili i studenti z jiných vysokých škol. Studenti zde prezentovali ty práce, které byly vedoucími a opONENTY navrženy jako vynikající, řada z nich i následně publikovala dílčí výstupy svých prací ve vědeckých časopisech Acta Salus Vitae či Diagnostika a poradenství v pomáhajících profesích. Oba časopisy vydává VŠTVS PALESTRA, v obou časopisech byla věnována pozornost

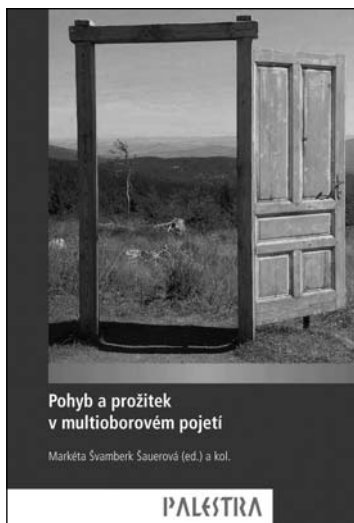
psychosociálním aspektům při zvládání náročných situací a podpoře well-being z různých úhlů pohledu. Časopis DaP (Diagnostika a poradenství v PP) aktuálně vypisuje novou výzvu, deváté číslo bude věnováno tématu „Dobrovolnictví jako společenský fenomén“. V průběhu roku škola prostřednictvím Diagnostického centra reagovala na nárůst studentů s obtížemi při zvládání studia, kromě individuálních konzultací byl připraven webinář, zaměřený na prevenci studijní neúspěšnosti a využití vhodných technik time-managementu a koučinku při studiu. Také fungovala on-line poradna s možností využití osobních konzultací za přesně stanovených hygienických podmínek (např. i setkání se studenty v lesoparku, v přírodě).

Pro podzim 2021 připravujeme na VŠTVS PALESTRA vědeckou mezinárodní konferenci se zaměřením „Wellness, zdraví a kvalita života“, které

se bude účastnit řada zajímavých klíčových řečníků ze zahraničí.

V posledních dnech naše celá vysoká škola fandila našim olympionikům na LOH Tokio 2021, z nichž mnozí jsou stávajícími studenty či úspěšnými absolventy bakalářských a magisterských studií VŠTVS PALESTRA. Jejich vynikající výkony nám všem udělaly radost. ■

Markéta Švamberg Šauerová



Vzpomínka na Jana Neumana

V tomto roce nás opustil doc. PhDr. Jan Neuman, CSc., který svou činností v oblasti pohybových her a „outdoor aktivit“ ovlivnil – nebojím se říci – několik generací kolegů a studentů „tělocvikářů“.

Protože jeho poslední pracovní období bylo spojeno s Vysokou školou tělesné výchovy a sportu Palestra, kde byl dlouholetým vedoucím katedry sportů a pobytu v přírodě, dovolujeme si zde uvést dvě vzpomínky jeho kolegů, a to pana profesora Václava Hoška a paní doktorky Ivany Šircové.

Jan NEUMAN – „Od fotobuňky k well-beingu“

Vzpomínku pan profesor Hošek ve svém emailu uvádí takto: „Když jsem před nedlouhou dobou dával dohromady z iniciativy kolegy Jiráska vzpomínky na Honzu k jeho osmdesátinám, netušil jsem, že za tak krátkou dobu bude aktuální jeho nekrolog. Je to smutné a pro tělocvikářskou obec nedobré, protože Honza publikoval ve velmi záslužné a prakticky využitelné oblasti, kde není inspirací nikdy dost – v oblasti pohybových her. Svou vzpomínku, která je spíše kolegiálně-humorně laděná, přikládám a nekrolog ať píše mladší, je to taková smutná věc. S pozdravem V. Hošek.“

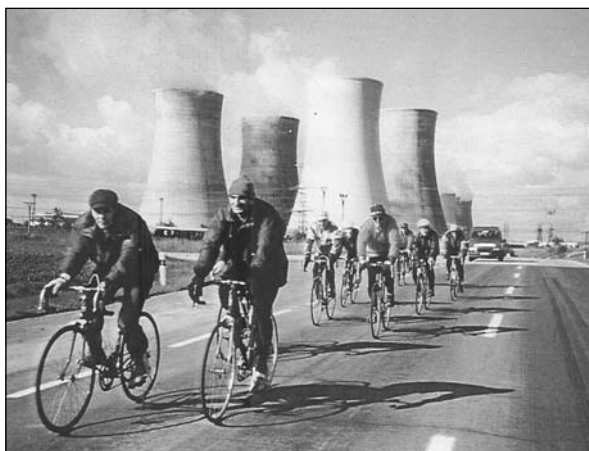
Když jsem vzal Honzu jako kolegu někdy v první polovině šedesátých let na vědomí, zabýval se na VÚT (Výzkumný ústav tělovýchovný) výzkumem rychlosti. Měřil rychlost na krátkých desetimetrových úsecích

pomocí fotobuněk a snažil se přijít na kloub tomu, v závislosti na čem rychlost kolísá. Byl tím značně zaujatý. Nevím to ani tak od něho, tak zblízka jsem to nesledoval, ale zprostředkovaně od našeho společné-

ho konzultanta psychologické problematiky, dr. Brichčina z Výzkumného ústavu psychologického v Toskánském paláci na Hradčanech. Když jsem za ním jednou přišel, „postěžoval si“ mně, že za ním Honza chodí opakovaně a žádá od něj objasnění základních psychomotorických otázek frekvenčních pohybů, psychomotorického tempa a že ho dostává „do úzkých“, protože na to nedovede odpovědět a ani ho to jako psychologa, orientovaného na jiné otázky, než je rychlostní schopnost člověka, nezajímá.



Potom přišel 68. rok a na katedře turistiky FTVS vedli učitelé odboj proti „Kanárovi“ Sýkorovi, kterému vyčítali dogmatismus a jiné nečnosti. Dá se říci, že pod tímto tlakem odjel kritizovaný na delší stáž do Francie, odkud se potom v normalizační době vrátil a všem svým bývalým odpůrcům to „spočítal“ jako antisocialistické prohřešky, za které dostali mimo jiné např. „distanc“ ve výuce a na jednu neměl kdo učit. Tak byli povoláváni noví asistenti a mezi nimi byl i Honza Neuman. Sám jsem měl se svým tehdejším nadřízeným prof. Vaňkem domluvu, že mohu působit jako externí učitel na jednom zimním a jednom letním kurzu této katedry, a tak jsme se s Honzou začali potkávat jako kolegové na přípravných seminářích katedry před zimní a letní sezonou, na různých sportovních akcích pořádaných katedrou a na kursech. Honza se díky své sportovní všestrannosti na katedře rychle zapracoval. Byl kolegiální ke spolupracovníkům i ke studentům a měl dobrý vztah k aktivitám v přírodě. Začalo ho to zajímat jako odborný problém. V jeho akademické kariéře znamenaly ohromný mezník a pozitivní posun odborné stáže v zahraničí, ke kterým se postupně propracovával už od osmdesátých let. Pamatuji si, jak např. na přípravných předsezónních seminářích učitelů přicházel s novými podněty a pohledy.



Dá se říci, že od šedesátých let, co pamatuji, byla koncepce katedry pobytu v přírodě vždy spíše sportovně orientovaná. Ráz tomu dávali vedoucí odborníci. Letní kurzy pod patronací Miroslava Hlaváčka byly orientovány na orientační závody a také v zimních kursech mělo dů-

ležitější místo závodní lyžování pod vlivem Miloše Příbramského. I řada dalších učitelů měla v anamnéze vrcholový sport (např. Jaroslav Cihlář), i když s odstupem k němu zastávali rezervované stanovisko. Díky Honzovi Neumanovi se na katedře pomalu začínala prosazovat „prožitková vlna“. Mělo to i domácí souvislosti. Pavel Tajovský i Honza Neuman byli napojeni na „lipnické“ aktivity s jejich mohutným herním a inscenačním zázemím. Podrobnostmi historika nemohu sloužit, sledoval jsem vše spíše z povzdálí, ale registroval jsem posuny od výkonového paradigmatu k prožitkovému paradigmatu a určité promítání sociálněpsychologické problematiky do celé oblasti sportů v přírodě. Klíčovou roli v tom hrál na pražské FTVS právě Honza Neuman. Tyto trendy ještě zesílily počátkem devadesátých let v souvislosti s liberalizací společnosti a s rozšířením přístupu k informacím. Honza začal, asi také na základě zahraničních zkušeností, systematicky publikovat a jeho „Dobrodružné hry“ a „Překážkové dráhy“ znamenaly významný odborný posun problematiky.



Ovlivnilo to studenty, diplomanty, doktorandy i celou pedagogickou veřejnost. Honza navázal nové kontakty, např. se Soňou Hermochovou, která spoluzaváděla sociálně psychologický výcvik v oblasti sociální psychologie. Problematika se prolнула s érou „team buildingu“, jeho rozšířením i komerčními aplikacemi.

V posledních deseti letech jsem měl možnost spolupracovat s Honzou na Palestře. Jeho zásluhou je kurzovní výuka vedena velmi moderním způsobem. Nebylo pro něj problémem orientovat se na problematiku wellness a jeho přínos v oblasti „environmental wellness“ má mezinárodní úroveň. Je i jeho zásluhou, že škola získala v oblasti wellness akreditaci pro magisterský program studia. P. S.: Pro oživení přikládám dvě fotky. Na jedné Honza vede peloton cyklistů v oblasti Dukovan při cestě z jeho chalupy v Blížkovicích při Memoriálu P. Tasovského, tuším 15. ročník v r. 1995, sám jedu třetí v zákrytu, vidět je jen stín. Druhá je typický „Honza kurzovní“ při pedagogické práci. ■



prof. PhDr. Václav Hošek, DrSc., 1939,
rektor PALESTRY, emeritní předseda
Asociace psychologů sportu

Vzpomínka na docenta Jana Neumana z kurzů na Palestře

Náš milý kolega, vedoucí týmu lektorů pro kurzy v přírodě na VŠTVS Palestra, docent Jan Neuman, vynikal nad všemi odbornými znalostmi a praktickou vynalézavostí, především tím, že dokázal u nás spolupracovníků navozovat nejrůznější zapeklité situace k řešení a studentům vytyčoval ty nejrozmantější výzvy. A tak bych ráda uvedla několik vzpomínek z terénu na mága umění dávat lidem příležitost k sebepřekonávání a k tomu nadělit nemalé dobrodružství při výchově v přírodě.



Na kurzech pobytu v přírodě v táborech u Nové Pece na Lipně studenti psávali jako součást povinných plnění k zápočtu deníčky, ve kterých popisovali program kurzu a komentovali prožité aktivity. Jeden zápis mi uvízl v paměti: „Dni zde byly těžké, stejně tak i noci...“ Toto vysvětluje za vše, jakou náročností student prošel. Na zmíněném kurzu si studenti užili turistický poznávací výšlap, bivako-

vání v přírodě, lanové překážky v lese, orientační běh, ranní koupání v jezeře, hry, lakros, poznávání a smyslové vnímání přírody, dozvídali se o kořenech pedagogiky a filozofie, učili se také praktické věci: jak připravit túru, jak uvázat uzly, jak slanit a mnohé další. Po závěrečném závodě v orientačním běhu, který se ne každému vydařil v limitu, zaznívaly výčitky: „*Ale pane docente, to nebylo fér, v televizi ukazovali, že kontroly mají být vidět ve výši očí...*“ Jiná dálková studentka se při závěrečném hodnocení po velmi povedeném kurzu nešikovně vyjádřila: „*Pane docente, ten kurz byl dobrý, ale byla tu hrozná zima!*“ Takové proslovy Jana Neumana někdy dokázaly vnitřně rozžhavit a my lektori jsme měli pak co dělat, abychom je uhasili. 😊

A tak ještě zavzpomínám z toho humornějšího soudku: při procházce po okolí tábora a zkoušení studentů z nabytých znalostí o přírodě a z literatury se jeden z nich udiveně zaradoval: „*To jsem nevěděl, že dostanu zápočet za to, že vím, jak se jmenuje pes Rychlých šípů!*“

Student však netušil, že byl už předtím mnohonásobně prověřen zkoumavým okem velkého sportovce a nadšence pro všechny aktivity v přírodě a že osvědčil otevřenou mysl a své srdce pro výchovu v přírodě.

Z těch nejlepších studentů, kteří s Janem Neumanem zahořeli pro lesní, horská, lyžařská, cyklistická, vodácká i lanová dobrodružství, jsme postavili skvělý tým. Sblížily nás společné přípravy programů a zážitky na kurzech, situace a spolupráce na nich – a za to jsme Ti, Honzo, vděční. ■

Mgr. Ivana Šírcová, Ph.D., VŠTVS Palestra

Informace z Pedagogické fakulty Západočeské univerzity v Plzni

ProCit o autismu

Již jedenáct let v Plzeňském kraji působí Občanské sdružení ProCit, z. s. Jedná se o organizaci zajišťující osvětu v oblasti problematiky poruch autistického spektra a péče o rodiny dětí s touto diagnózou. Jako registrovaná sociální služba má ProCit v péči více než 12 rodin, celkově jím za dobu trvání prošlo přes sto rodin. Kromě osvěty formou pořádání besed, seminářů, přednášek a workshopů se nám, pracovníkům a spolupracovníkům ProCit, jevílo smysluplné vydat publikaci sdílející zkušenosti s fungováním centra zajišťujícího komplexní péči o rodiny s dětmi s PAS, která by vyzkoušené aktivity přehledně shrnovala, a stala se tak pro další zájemce vodítkem při práci s dětmi s autismem.

V publikaci je nastíněna individuální i skupinová práce s dítětem, námi osvědčené postupy užívané během volnočasových aktivit (plavání, cvičení, logopedie, nácviky sociálních dovedností) i různých forem terapií (např. muzikoterapie, canisterapie). Dozvíte se, jak je důležitá a jak může vypadat péče o celou rodinu (rodinná, individuální či párová psychoterapie, rodičovské skupi-

ny). Rádi bychom se podělili i o zkušenosti s našimi víkendovými a týdenními pobyty. Nedílnou a velmi stěžejní součástí publikace jsou osobní příběhy jednotlivých rodin a kazuistiky našich klientů. Publikace je kvalitně graficky zpracována a doplněna profesionálními autorskými fotografiemi z námi pořádaných akcí.

Přáli bychom si, aby se kniha stala inspirací pro další organizace, pedagogy, asistenty, rodiče i širší veřejnost. Aby ukázala nový pohled na možnosti práce s dětmi s poruchou autistického spektra, a přispěla tak k pozitivnímu ovlivnění celých rodin.

.....

Kurzy cvičení pro děti s autismem se realizují ve spolupráci s Centrem tělesné výchovy a sportu Fakulty pedagogické ZČU v Plzni prakticky od založení ProCit. Prvotním impulsem bylo vzdělávání rodičů v rámci sobotních kurzů, ke kterému jsem byla oslovena jednou ze zakládajících členek ProCit. Vzhledem k tomu, že hned po první přednášce jsem si uvědomila odlišné potřeby dětí a rodičů, zařadila jsem příště společně se svými studenty

z FPE (budoucími učiteli TV) i pohybově zaměřený program pro děti. Cvičební soboty jednou v měsíci brzy nahradilo pravidelné páteční cvičení dvakrát do měsíce. Děti cvičily původně s rodiči, tato asistence však měla své limity na obou stranách. Nyní už vzhledem k věku dětí a množství asistentů cvičí samostatně. Začátky pro mě byly krušné. Mnohé děti byly (a stále se s tím setkáváme) poprvé v tělocvičně, ve výuce bývají z hodin uvolňovány. Děti si tedy musely zvykat na nový prostor, jinou akustiku, ale i počet pomůcek (svoji roli hraje barva, velikost apod.). Je třeba se vždy před hodinou připravit na možné změny, individuální odchylky a přání apod., mít tedy připraveno více scénářů a „netlačit na pilu“, když dítě nemá zrovna svůj nejlepší den. Prvními roky mě někdy na cvičení doprovázely i mé dvě starší děti a já s úžasem sledovala, jak můj nejstarší syn spontánně asistuje a doprovází ty děti, které to zrovna nejvíce potřebují. . . Doufám, že mu tato zkušenost dá do života pokoru a empatii.

Po zkušenostech se lekce cvičení ustálily na šedesátiminutovce sestávající z přivítání, rozcvičení s různými tradičními i netradičními sportovními pomůckami a z vlastního cvičení zahrnujícího gymnastické, atletické a herní činnosti. S dětmi se nám osvědčily v druhé polovině hodiny různé dovednostní dráhy. Děti se těší na trampolínu, chůzi po provaze, házení míčem, ale kupodivu mnozí akceptují i složitější gymnastické činnosti. Z her nejvíce preferují sbírání víček, třídění tvarů a barev, hledání obrázků pexesa apod. Na závěr lekce zařazujeme psychomotorický padák, relaxační a jógová cvičení, tedy aktivity sloužící ke zklidnění a relaxaci a aktivity s prioritním zřetelem k uvědomění si tělového schématu (v začátcích realizované s pomocí rodičů). V některých lekcích věnujeme prostor i drummingu (bubnování), a to převážně formou programu Drums Alive®. Tyto aktivity slouží k aktivizaci, vnímání rytmu a následně i k uvolnění psychického napětí dětí.

...

Doufáme, že do budoucna dostanou děti s autismem více příležitostí ke sportování, závodění a k takovým sportovním aktivitám, které provozují jejich intaktní vrstevníci. Děti už v rámci týdenních táborů vyzkoušely ringo, lukostřelbu, jízdu na kánoích, tanec, rybaření, sebeobranu a doufáme, že těchto aktivit bude přibývat. Všechny nové činnosti přispívají k socializaci, začlenění do skupin vrstevníků. Současně máme velmi pozitivní zkušenost s účastí studentů KTV FPE ZČU na sportovních lekcích a pobytech. Studenti našim dětem asistují při sportování i při plavání a já se vždy bavím, když děti školí studenty svým upřímným zájmem a zaujetím pro něco specifického, nabourávají jejich stereotypy a ukazují jim, že jejich drobné vysokoškolské starosti nejsou středobodem vesmíru. Budoucí trenéři a učitelé TV se tak velmi nenásilně a přirozeně seznamují s problematikou mentálního a kombinovaného handicapu, zvláště pak s celou škálou poruch autistického spektra. Získávají zkušenosti s asistencí a pohybovými možnostmi dětí s autismem. Není pro mě větší odměnou, než když se dozvídám, že hlavně díky erudici učitele TV může jet dítě integrované v kolektivu běžné třídy bez problému na lyžařský výcvik nebo na sportovní tábor. Naši absolventi už zkrátka vědí, že to obě strany po dobré přípravě zvládnou.

Z původních studentů a asistentů se rekrutovali mnozí přátelé a členové týmu ProCit. Já na ně nepřestávám být hrdá a moc jim za jejich práci, entuziasmus a empatii děkuji.

ukázka z publikace „ProCit o autismu“ – sportovní aktivity

První olympijská zkušenost

Náš syn Filip je vysoký, štíhlý mladík s dlouhými nohama. Když se rozběhne, jeden jeho krok je stejný jako dva kroky průměrného dospělého člověka. Bez vynaložení větší námahy běží rychleji než mnozí, kteří se usilovně snaží. To je jeden z důvodů naší účasti na atletickém závodě speciálních olympiád v Brně. Další z důvodů je přání, aby mohl zažít úspěch, posunout se v něčem zase o kus dál, poznat zase něco nového. V neposlední řadě Filip rád cestuje vlakem a lákavá vyhlídka cesty z Plzně do Brna také přece není špatná. Proto společně s dalšími kolegy sportovci z oddílu Spirála, který vznikl ve spolupráci s Pedagogickou fakultou ZČU v Plzni a s Občanským sdružením ProCit, nastupujeme v Plzni do vlaku směr Brno a v podvečer dorážíme v dobré náladě do cíle. Druhý den plní zvědavosti přijíždíme na atletický stadion, kde se schází mnoho dalších sportovců z různých koutů republiky. A závody začínají. Za velkého povzbuzování probíhá každý závod. Náš klub není samozřejmě pozadu a při každém běhu či hodu naše borce náležitě povzbuzujeme. Pak přichází okamžik startu Filipa. Ten se, vybaven startovním číslem, připravuje ke svému závodě a současně s ním i jeho rivalové, kteří, soudě podle koncentrace a odhodlání, vypadají na již zkušené závodníky. V momentě výstřelu ze startovní pistole všichni vyráží kupředu. Vlastně všichni ne. Filip zůstává stát s přikrytými ušima a rozbíhá se, až když uslyší naše mocné povzbuzování. Běží! Ostatní snadno dohání a umísťuje se třetí. Je to obrovský úspěch a všichni se radujeme, stejně jako z každého dalšího úspěchu našich skvělých závodníků. Teď už jen počkat na další běh. A protože se zúčastnilo mnoho sportovců, čekání se časem mění v netrpělivé čekání a navíc se blíží čas oběda. Stejně jako mnoho lidí s autismem i náš Filip potřebuje předem vědět, co jej čeká. Zde jsem udělala v přípravě chybu, když jsem mu sdělila, že se tu i naobědváme, a tím jsem zadělala na vážný problém. Závody v tom okamžiku přestávají být důležité, protože teď je čas oběda! Filipovi se na start dalšího závodu už nechce a jedinou jeho starostí je, kde si dát oběd. Opouštíme tedy ostatní, kteří sklízí jeden úspěch za druhým, a jdeme hledat jídlo. Chvilku bloudíme okolím stadionu, až se nám nakonec daří nalézt jídelnu pro vysokoškoláky, dáváme si dobrý oběd a vše už je zase tak, jak má být. Závod přece běžel a v poledne obědval, takže můžeme tento náš první atletický pokus označit za úspěšný. Spokojenost je naše největší odměna.

maminka Filipa

ukázka z publikace „ProCit o autismu“ – kazuistika

občanské sdružení
ProCit

FAKULTA PEDAGOGICKÁ
ZÁPADOČESKÉ
UNIVERZITY
V PLZNI



SOCIÁLNÍ SLUŽBY
MĚSTA PLZNĚ

Publikace vznikla ve spolupráci Občanského sdružení ProCit, z. s., a Fakulty pedagogické ZČU v Plzni za finanční podpory Odboru sociálních služeb Magistrátu města Plzně. ■

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

Informace o projektech*(redaktorka Julie Wittmannová)***Katedra APA se zapojila do mezinárodního projektu Erasmus+ PINC***Řešitelský tým: Ladislav Baloun, Jana Sklenaříková, Tomáš Vyhlídal*

Inclusive Playgrounds
Teacher Training Programme - PINC

V říjnu 2020 se Univerzita Palackého v Olomouci, zastoupená Fakultou tělesné kultury, katedrou aplikovaných pohybových aktivit zapojila do mezinárodního projektu Erasmus+ Inclusive Playgrounds (PINC).

Cílem projektu je tvorba a implementace vzdělávacích materiálů zaměřených na inkluzivně herní a rekreačně pohybové programy. Česká republika má na starosti tvorbu tzv. Herního průvodce. Půjde o jednoduchou příručku, která bude obsahovat metodické materiály pro praktickou realizaci inkluzivních rekreačně pohybových her.

Hlavním řešitelem projektu je španělská univerzita v Murcii (Universidad de Murcia) a kromě České republiky jsou dále zapojeni partneři z Belgie, Itálie a Řecka.

Řešitelský tým za Českou republiku tvoří Mgr. Jana Sklenaříková, Ph.D. (vedoucí projektu za ČR), Mgr. Ladislav Baloun, Ph.D., a Mgr. Tomáš Vyhlídal.

Vzhledem k pandemické situaci ohledně onemocnění covidem-19 se první (prosinec 2020) i druhé (březen 2021) setkání celého projektového týmu uskutečnilo online formou. Jednotliví partneři si definovali výstupy a garanty pro klíčové aktivity.

Další partneři projektu:

- Artesis Plantijn Hogeschool Antwerpen, Belgie
- Palermo University, Italy
- CESIE, Itálie
- University of Murcia, Španělsko
- ONCE Fundation, Španělsko
- University of Thessaly, Řecko

Další informace o projektu PINC:

Číslo projektu: 2020-1-ES01-KA203-082341

Zařazení projektu: Erasmus+, KA2 – Cooperation for Innovation and the Exchange of Good Practices, KA203 – Strategic Partnerships for higher education

Trvání projektu: říjen 2020 – březen 2023

Koordinátor projektu: University of Murcia, Španělsko (hlavní řešitel) ▣

Projekt GloKnoCo – Global Sport for Development and Peace Knowledge Collaborative

*Tým UP Olomouc: Arnošt Svoboda, Simona Šafaříková, Jana Hoffmannová,
Luděk Šebek, Julie Wittmannová, Lenka Dušková*

Tento projekt se zabývá tématem sportu pro rozvoj a způsoby, jak lze sport využít jako nástroj sociálního rozvoje v různých kontextech. Projekt GloKnoCo vytváří a shromažďuje evropské a mezinárodní zkušenosti o tom, jak efektivně učit o oblasti „sport pro rozvoj“ tak, aby chom mohli vytvořit doporučení pro vysoké školy a další instituce z členských zemí EU. Projekt je založen na intenzivní spolupráci mezi partnerskými vysokými školami a neziskovými organizacemi.



GloKnoCo
SPORT FOR DEVELOPMENT
AND PEACE

V rámci projektu se studenti mohou účastnit speciálních intenzivních kurzů (letní nebo zimní škola), kde se diskutuje o tom, jak se sport využívá jako nástroj při řešení nejrůznějších výzev a problémů. Poté mají studenti možnost účastnit se exkurzí, na kterých mají možnost se osobně setkat s aktéry, kteří v této oblasti pracují.

Fakulta tělesné kultury je vedoucím pracovištěm tohoto konsorcia partnerů, ve kterém dále působí Paderborn University (Německo), University of Brighton (Velká Británie), INEX-SDA (Česká republika), MSIS (Polsko), Play Handball (Německo), Football for Hope, Peace and Unity (Velká Británie) a Football for Peace (Velká Británie).

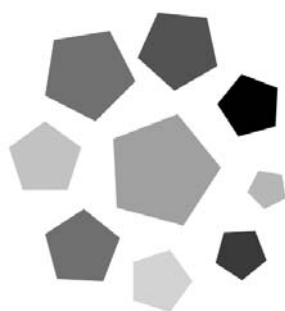
Součástí prvního roku projektu byla spolupráce s katedrou APA a součástí intenzivního kurzu pro studenty byla i problematika APA v podobě teoretické přednášky Julie Wittmannové a praxe v tělocvičně s Danem Mikeškou. ■



Více o projektu naleznete na gloknoco.net.

Projekt SSCL – Sport and Social Cohesion Lab

Tým za UP Olomouc: Arnošt Svoboda, Simona Šafaříková, Julie Wittmannová
Tým za INEX-SDA Sport pro rozvoj: Ansley Hofmann, Sonia Ennafaa



Fakulta tělesné kultury a katedra rozvojových a environmentálních studií na Přírodovědecké fakultě Univerzity Palackého se od ledna 2021 účastní nového projektu s názvem Sport and Social Cohesion Lab (SSCL). V čele projektu stojí Německá sportovní univerzita v Kolíně a sdružuje celkem deset mezinárodních partnerů se zájmem o studium a předávání poznatků v oblasti sociální a kulturní role sportu.

Mnoho projektů dnes již tradičně využívá sport a pohybové aktivity jako nástroj pro řešení problematických sociálních situací, např. ve vyloučených lokalitách a/nebo při práci s ohroženými sociálními skupinami. Obecně se pro popis míry solidarity a inkluze ve společnosti používá pojem sociální koheze. Význam tohoto termínu však zdaleka není jednoznačný, zejména pro jeho multidimenzionalitu. V rámci SSCL aplikujeme přístup mikrosociologický, zkoumající sociální realitu zezdola, tedy z pohledu samotných aktérů stávajících programů využívajících sport. Bude nás proto zajímat, jak vnímají potřeby a dopady takovýchto programů jejich účastníci, realizátoři a další skupiny pohybující se v konkrétním sociálním kontextu. K tomu nám pomůže aplikace metodiky Living Lab podporující aktivní komunikaci všech zapojených aktérů v dané komunitě. Zároveň budeme ve spolupráci s těmito aktéry vyvíjet nástroje a indikátory, umožňující měřit dopad sportovních programů na míru sociální koheze.

Tematika projektu zapadá v oblasti APA především do oblasti etopedie a moc se těšíme na případné nabídky praxe studentů a spolupráci s organizací INEX-SDA Fotbal pro rozvoj (www.fotbal.je). ■

Více na: <https://www.dshs-koeln.de/en/institute-of-european-sport-development-and-leisure-studies/research-projects/ongoing-projects/ersamus-sport-and-social-cohesion-lab-sscl/>.

Jak na to**(redaktor Tomáš Vyhlídal)****Kompenzační pomůcky z půjčovny Centra APA****Markéta Hajduková**

Na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci funguje již několikátým rokem půjčovna sportovně-kompenzačních pomůcek. Jedná se o pomůcky pro zdravotně postižené občany všech věkových kategorií, které jsou určeny jak na letní, tak i na zimní sezónu. Jde zejména o snowboardy, lyže, biski, monoski, sitski, ale také tříkolky, tandemová kola, sportovní vozíky, kánoe a jiné. Mimo tyto pomůcky nabízí půjčovna také různé míče, psychomotorické padáky, taneční podložky a jiné balíčky psychomotorických pomůcek.

V letošním roce došlo k doplnění drobných sportovních a kompenzačních pomůcek. Nově nyní nabízíme ortopedické podlahy, říční kameny a pomůcky pro vodní terapie.

Psychomotorické pomůcky

Již Sokrates řekl: „Kdo chce hýbat světem, musí pohnout nejdříve sám sebou.“ Tento pravdivý výrok se nese napříč generacemi a můžeme ho směle aplikovat i do psychomotoriky.

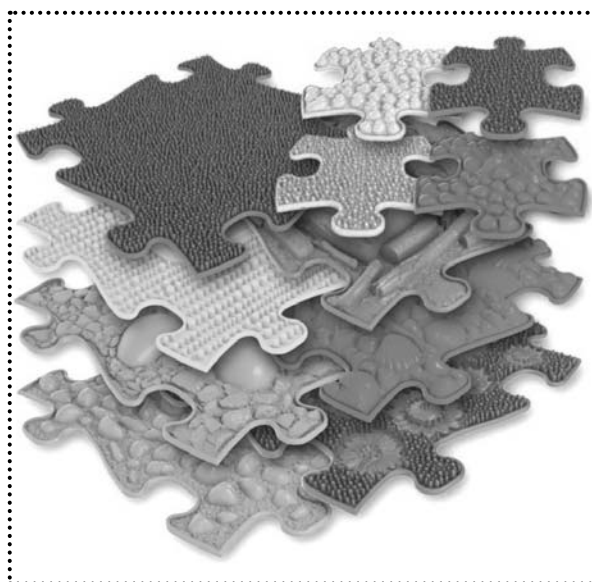
Psychomotorika zahrnuje pohybové aktivity, jejichž účelem je zlepšení obratnosti a posílení fyzické zdatnosti. Jejím cílem je bezděčně prožívání radosti z pohybu, ze hry a z tělesných cvičení. (Kurtz, 2015) V rámci interpersonální oblasti, bychom měli podporovat a kultivovat vztahy mezi vrstevníky i dospělými a napomáhat k vzájemné komunikaci. K tomu můžeme přispět i pomocí her pro vnímání a respektování druhých, dodržování pravidel ve hrách či při pohybu v prostoru. (Dvořáková, 2002)

Psychomotorické hry mohou pedagogům pomáhat při rozpoznávání různých vývojových poruch. Tím, že děti pozorují a všímají si odlišnosti či minimálního zlepšení, můžou odhalit sluchové, zrakové či jiné poruchy. (Hermová, 1994) U dětí, které mají nějaké vývojové opoždění nebo obtíže, je třeba jejich vývoj podpořit a povzbudit. Formou nenásilné a přijatelné podpory mohou být psychomotorické hry a využití psychomotorických pomůcek. Ty dokážou upoutat a zabavit nejen děti, ale i dospělé. Pohyb se stává pak přirozeným a bezprostředním.

Níže představíme pár netradičních psychomotorických pomůcek, které můžeme využít jak pro pohybové aktivity, tak i pro rozvoj různých dovedností, zlepšení koordinace pohybů či jen k navození dobré nálady.

Stimulační/ortopedický koberec

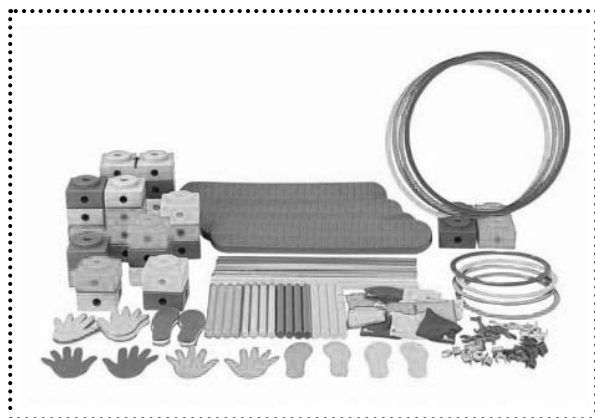
Ortopedické podlahy se dají skvěle využít pro nácvik chůze, správného stoje, přispívají správnému vývoji dětské nohy a posilují rovnováhu a podporují smyslové vnímání. Každý kousek je originál s jiným typem povrchu, přičemž do sebe všechny kousky zapadají jako puzzle. Jsou vyrobené z eko materiálu s různým stupněm tvrdosti, napodobují přírodní povrchy a slouží k prevenci plochých nohou, vedou ke správnému svalovému tonusu a mají pozitivní vliv na tělo jako celek. Pomáhají uvolňovat emocionální napětí.



A co říkají fyzioterapeuti? „K tomu, aby byly vaše nohy probuzeny k životu, stačí málo. Používat je. Používat je tak, jak bylo konstrukčně myšleno (bosky), a na terénu, který jim původně předurčen (přírodní povrchy). Vítána je různorodost, chůze po kamíncích, trávě nebo lesní cestě.“

Vario play překážková dráha

Variabilní překážková dráha, která obsahuje 103 dílů. Výhodou je obrovská variabilita a její široké využití nejen pro zábavu, ale také trénink a motorická cvičení. Součástí vaku jsou: 8× velká kostka, 12× kostka, 4× kruh 35 cm, 4× kruh 60 cm, 16× tyč 35 cm, 8× tyč 70 cm, 4× kladinka, 12× spojka kruh-tyč, 12× spojka tyč-tyč, 10× házečí pytlík, 6 párů značky nohy, 6 párů značky ruky, 1× publikace.



Hmatová dřevěná čísla 1×10

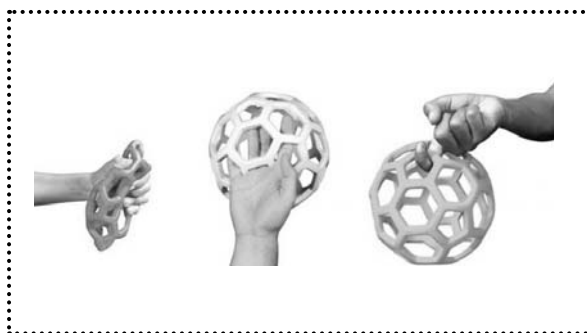
Jde o důmyslně jednoduchý dotykový způsob komunikace základních pojmů, jako jsou např. čísla. Pomůcka je určena pro děti od 5 let a je založena na hmatu a orientaci. Je vhodná jako zpestření výuky v prvních ročnících základních škol nebo pro učení základů matematiky u předškoláků. Hodí se i jako hra ve školních družinách.



Rubberflex ball

Úchopové míče Rubberflex s širokým a různorodým využitím jsou vyrobeny z měkkého materiálu, který je tvarově stabilní. Míče se mohou na základě jejich jedinečné struktury házet, chytat či koulet, a to všichni dokonce jedním prstem, což ocení především lidé s úchopovým handicapem. Míč můžeme vylepšit vložením zvukové rolničky nebo pěnového míčku dovnitř míče Rubberflex.

Rubberflex je míč netypický svým vzhledem i využitím. Patří mezi nejlépejší míče na světě. Přes svůj neobvyklý tvar se tento úchopový míč dobře hází, koule i chytá. Rubberflex má tvarovou stabilitu a mimořádnou životnost. ■



Referenční seznam

Dvořáková, H. (2002). *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy*. Praha: Portál.

Kurtz, L. A. (2015). *Hry pro rozvoj psychomotoriky*. Praha: Portál.

Ortopedické podlahy. Retrieved 13. 4. 2020 from the World Wide Web: <https://www.muffik.cz/>

Překážková dráha. Retrieved 11. 8. 2021 from the World Wide Web: <https://www.cvcebni-pomucky.cz/prekazkove-drahy/1721-vario-play-km2000-prekazkova-draha.html>

Úchopové míče. Retrieved 11. 8. 2021 from the World Wide Web: www.weve-reha.cz/jemna-motorika/188-rubber-flex-uchopovy-micek.html

APA v praxi**(redaktor Tomáš Vyhřídál)****Paleček****Kristýna Staňková, Dominika Crhová**

Paleček je organizace pro osoby malého vzrůstu. Byla založena již roku 1997. První setkání Palečka bylo v Praze roku 1998, kde také proběhla valná hromada, která schválila cíle a činnost společnosti. Paleček má v současnosti 220 členů. U většiny z nich je malý vzrůst zapříčiněn některou z forem kostní dysplazie – to znamená, že ještě před narozením byl porušen vývoj jejich kostí a chrupavek. U těchto osob jsou končetiny kratší než trup. Nejčastějším typem malého vzrůstu je achondroplazie, což je dědičné onemocnění, při němž dochází k poruše osifikace všech kostí.

Společnost Paleček se věnuje dětem a dospělým trpícím nejen achondroplazií, ale také jinými diagnózami kostních dysplazií. Svou pozornost ale upírá i na rodinné příslušníky těchto osob. Jedním z cílů této organizace je, aby se mezi sebou poznávali lidé se stejným problémem a měli možnost mezi sebou komunikovat. Také se snaží být těmto lidem nápomocná – snaží se jim poskytnout dostatek informací, různé potřebné kontakty a pomoc ve všech směrech.

Společnost Paleček se snaží nabídnout širokou škálu aktivit, které si jejich klienti přejí zažít a zkusit. Patří sem například jízda na koni nebo také návštěva aquaparku. Pořádá také různé sportovní dny, kde si mohou zkusit spoustu aktivit, a různá další setkání a akce pro tyto jedince a jejich rodiny. Každoročně organizuje pro své klienty setkání v různých rekreačních střediscích. Každé setkání se nese v nějakém duchu, např. indiánském, sportovním nebo pohádkovém.

Organizace Paleček funguje i na Slovensku pod názvem Palčekovia.

**Rozhovor s Vojtěchem Rákosem, předsedou společnosti Paleček****■ Kdy a za jakým účelem vznikla organizace Paleček?**

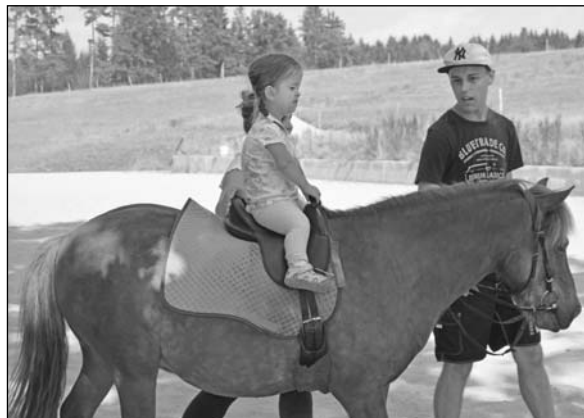
Organizace Paleček vznikla v roce 1997 a hned následující rok bylo uskutečněno první setkání. Organizace vznikla za účelem sdružování lidí se stejným vzácným onemocněním – achondroplazií. Lidé si v organizaci pomáhají a vyměňují zkušenosti a hlavně díky organizaci vědí, že na to nejsou sami.

■ Jak dlouho vy působilte v této organizaci a jaká je vaše náplň práce?

Já osobně jsem řádným členem organizace od roku 2001 (jsem ročník 1995). Od roku 2014 jsem se v organizaci začal více angažovat a dostal jsem se do výkonné rady, kdy jsem měl do roku 2017 na starosti členskou základnu a vše okolo ní. Od roku 2017 do současnosti jsem byl zvolen předsedou celé organizace. Moje náplň spočívá v komunikaci se členy nebo firmami a také různé vyjednávání s dalšími organizacemi.

■ Jaké jsou hlavní cíle organizace?

Hlavními cíli organizace je sdružování lidí se stejným onemocněním, dodávání sebevědomí a zkušeností od starších členů a získávání informací např. ohledně možné léčby od odborníků.

**■ Co všechno vaše organizace nabízí?**

Organizace nabízí komunikaci s ostatními členy a navázání přátelství. Hlavní každoroční akcí je letní týdenní setkání, kde jsou připravovány programy pro nejmladší členy a které je pojato jako „tábor“. V průběhu roku jsou organizována jednodenní setkání členů. Organizace dokáže pomoci také v zaštiťování určitých příspěvků na zdravotní pomůcky.

■ Kolik je na provoz organizace potřeba osob?

Ve výkonné radě naší organizace je celkem pět členů a dále máme kontrolní komisi, jež se skládá ze tří členů.

■ Jaké funkce jsou v této organizaci potřeba?

Organizace potřebuje určitě svého předsedu a člověka, který bude mít na starosti sponzoring a shánění finančních prostředků, správce členské základny, správce webu a v neposlední řadě někoho, kdo organizuje akce, jako je např. týdenní pobyt.

■ Jak často se setkáváte, aby vše fungovalo tak, jak má?

Potkáváme se několikrát do roka a také jsme společně v kontaktu.

■ Má každý nějakou svoji funkci, kterou zastává, nebo každý dělá to, co je zrovna potřeba?

Každý člen výkonné rady a kontrolní komise má svou funkci, kterou zastává, ale samozřejmě některé věci mohou dělat i jiní lidé.

■ Jsou nějaké zvláštní podmínky k získání členství u vás?

K získání členství je potřeba vyplnit členskou přihlášku.

■ Kolik máte členů?

Organizace má celkem 220 členů a každý rok přibývají další.

■ Vybíráte nějaký členský poplatek?

Ano, platí se každoroční členský příspěvek a každý, kdo ho má zaplacený, se stává řádným členem, a tudíž má i hlasovací právo.

■ Máte nějaká pravidelná setkání členů?

Jak jsem již zmiňoval výše, tak organizace má pravidelné letní týdenní setkání a přes rok jsou další jednodenní setkání členů.

■ Pořádáte také např. víkendové či vícedenní srazy?

Ano, každý rok v srpnu.

■ Jaká akce pořádaná vaší organizací je podle vás nejzajímavější či nejoblíbenější?

Nejzajímavější a nejoblíbenější akcí je určitě letní týdenní setkání, kde se setkává mnoho rodin s dětmi a účastní se právě dětských programů a soutěží.

■ Máte třeba i nějaké programy pro celou rodinu?

Ano, na setkáních se najde určitě každý něco svého.

■ Podílíte se např. i na nějaké edukativní složce?

Na našich setkáních máme odborné ortopedy, kteří učí i ty nejmenší, jak správně cvičit a protahovat svoje svalstvo. Dále vezme na naše akce mnohé lékaře, kteří nám prezentují novinky ze strany medicíny.

■ Jak to máte s finanční stránkou organizace? Podporuje vás někdo?

Organizaci podporují naši sponzoři a jsme vděční za jakoukoliv částku. Hlavní a ty největší sponzory máme zobrazené na internetových stránkách.

■ Viděla jsem, že máte spřátelenou organizaci na Slovensku. Pořádáte nějaké akce i společně?

Společné akce jako takové ne, ale mnoho našich a jejich členů navštěvuje jednotlivá setkání. S organizací jsme v blízkém kontaktu. ■

EUDAPA – zážitek na celý život

Klára Horová, Martin Duroň

Znáš ten pocit, když ti skončí zkuškové období a ty se nudíš, tak pošleš přihlášku na Erasmus? Že ne? Tak se pohodlně usad' a přečti si, jak se studenti APA vydali do Finska.

Po podané přihlášce následoval pohovor. Jelikož jsme hrdí studenti katedry APA, možnost zúčastnit se programu EUDAPA ve Finsku byla pro nás jednoznačná volba. Program EUDAPA (European University Diploma of Adapted Physical Activity) je intenzivní program zaměřený na aplikované pohybové aktivity po dobu tří měsíců na univerzitě Haaga-Helia.

Náš pobyt v zahraničí a celý program se uskutečnil v obrovském sportovním areálu poblíž menší finské vesničky jménem Vierumäki. Sportovního vyžití v areálu bylo nadmíru dostatek, obědy ve finské menze „Kasella“ byly vynikající (když si teda člověk zvykne, že ryby na talíři jsou prakticky neustále). Ale my jsme se sem přijeli především vzdělávat. Informace o intenzivním programu skutečně byla pravdivá a naše skupina studentů EUDAPA, kterou vedla početná skupinka z Čech a Moravy (čtyři studenti katedry APA v Olomouci a dva



naši kolegové apači z Univerzity Karlovy) spolu se studenty ze Španělska, Belgie, Ghany a samozřejmě včetně místní finské studentky, měla možnost se každý den učit od světových odborníků ze světa APA. Třeba i náš Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D., dojíždí do Vierumäki učit o inkluzi.





A jak takové rozšiřování vědomostí probíhalo? Každý den, někdy po dva dny, jsme probírali určité téma. Dopoledne nás přednášející seznámil s teoretickou částí a zasvětil nás do dané problematiky. Postupně jsme se učili o historii a filozofii metody Veroniky Sherborne, psychomotorickém vývoji, o komunikaci s lidmi s kombi novaným sluchovým a zrakovým postižením, probrali jsme historii a vývoj oboru APA a jeho organizaci ve světě nebo to, jaká je organizace speciálních olympiád i jiných sportovních událostí pro lidi s hendikepem. Ursula Barret nás naučila, jak používat Halliwickovu metodu plavání, význam zdravého životního stylu a v neposlední řadě o inkluzivním vzdělávání a mnoho dalšího. Po obědě obvykle přicházela ta zábavnější část praktického využití, kde jsme alespoň některé z nabytých vědomostí převedli do praxe. Byly i dny, které jsme celé strávili praktickou částí v jedné z moha hal, které areál nabízí. Například jsme se pokoušeli zvládnout gymnastické cvičení a kruhový trénink určený pro seniory. Náš hlavní úkol nás však teprve čekal. Měli jsme zorganizovat a realizovat různorodé sportovní projekty. Při jednom z nich jsme navštívili vězení, kde jsme přichystali odsouzeným sportovní program, jezdili jsme lyžovat, přičemž někteří stáli na lyžích poprvé, a přesto už zkoušeli, jaké je lyžování s osobami se zrakovým postižením. To vše proto, abychom mohli jet na týdenní inkluzivní „lyžák“ do Laponska. Osud nám však nebyl přívětivý a světová pandemie přemohla i náš malý svět ve Vierumäki. Bohužel byly naplánované projekty zrušené. Ale to bychom nebyli apači, abychom si ten zbytek pořádně neužili. Stejně tak jako po celém světě jsme

i my přešli do online režimu výuky. Zrušení sportovních programů pro seniory, pro děti z dětského domova a pro pacienty psychiatrické léčebny a osoby s mentálním postižením bohužel bylo nezvratné, ale pokud nás naše fakulta něco naučila, tak to, že kde ostatní vidí konec, tak my hledáme další cesty k překonání překážek. Vzali jsme si do ruky kamery a na měsíc se ze nás stali režiséři, kameramani, herci, střihači a z finských studentek také dabéři. Alespoň část naší energie a přírody jsme se snažili poslat do uzavřených domovů. O tom vlastně celý program EUDAPA je. To be adaptable.

Kdybyste si mysleli, že Erasmus ve Finsku je jen učení – to byste se mýlili. Vycestovali jsme až za polární kruh, zažili nefalšovanou a krutou finskou zimu. Aby té finské pohádky nebylo málo, pohled na polární zář nás bude hrát celý život.

Program EUDAPA nám dal mnohé. Zkušenosti, vědomosti, praxi, ale i kontakty, přátele po celém světě a nezapomenutelné zážitky. Můžeme s klidným srdcem říct: Běžte do toho! ■



<https://www.youtube.com/watch?v=14kVG5ovL4A> – Eudapa 2020 (Finland, Vierumäki)

Konference APA on-line

Julie Wittmannová

Právě končící akademický rok 2020/2021 osobním setkáváním nepřál, všechny malé a velké konference v oblasti APA se konaly on-line, nebo se nekonaly vůbec. Proto si zde dovoluji ve zkratce shrnout, jaké akce to byly – či nebyly.

EUCAPA Lite

V říjnu 2020 se konala jednodenní on-line Evropská konference APA – EUCAPA Lite. Tuto konferenci organizovala Miguel Hernandez University Elche ze Španělska.

V programu konference vystoupila jako zvaný řečník Aisling Clardy z Univerzity Tralee z Irsko, a to z pozice zástupce UNESCO za projekt „Transforming the Lives of People with Disabilities, their Families, and Communities Through Physical Education, Sport, Recreation and Fitness“. Konference pokračovala zvaným sympoziem s provokativním názvem „Je inkluze konec APA?“, kde hlavními prezentujícími byli Yves Vanlandewyck z Katholieke Universiteit Leuven (koordinátor IMAPA studijního programu [The International Master in Adapted Physical Activity]), Aija Klavina (Latvian Academy of Sport Education, prezidentka EUFAPA) a Justin Haeghele (Old Dominion University, Department of Human Movement Sciences).

Odpoledne byly prezentovány výstupy ze tří APA projektů zaštiťovaných EUFAPA:

1. *The IDEAL approach to enhance long-term involvement in physical activity and sport for people with intellectual disabilities*
PROJECT COORDINATOR: Debbie Van Biesen KU Leuven, Department of Rehabilitation Sciences
2. *Health Behaviours in School-aged Children (HBSC) Study and Disabilities; International Perspectives*
PROJECT COORDINATOR: Kwok Ng University of Eastern Finland, Finland, University of Limerick, Ireland
3. *“What does Inclusion in sport means in practice?”: Learnings from the SEDY 2 (Sport Empowers Disabled Youth 2) project.*
PROJECT COORDINATOR: Afke Kerkstra InHolland University of Applied Sciences, Netherlands

Konference byla zakončena generálním shromážděním EUFAPA (Evropské federace APA).

V. česká národní konference aplikovaných pohybových aktivit s názvem „Křížem krážem na mAPĚ“

Konference měla proběhnout ve dnech 11.–13. listopadu, ale bohužel **se nekonala**. Přes úsilí a přípravu organizačního vý-

boru se hlavní organizátor – Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci ve spolupráci s Českou asociací aplikovaných pohybových aktivit – rozhodl akci zrušit a přesunout „do lepších časů“, až bude možné se setkat osobně.

ISAPA2021 – International symposium of APA

Mezinárodní sympóziem APA na téma „Kvalitní partnerství v APA: Společně silnější!“ se uskutečnilo online ve dnech 15.–18. června 2021 a pořádala ho univerzita v Jyväskylä ve Finsku. Naše katedra APA z Fakulty tělesné kultury UP v Olomouci se dané akce taktéž zúčastnila, a to jak aktivně příspěvků, tak jako aktivní posluchači.

Významné pro naši katedru i UP jako takovou je **ocenění** našeho kolegy **prof. Martina Kudláčka plaketou Elly D. Friedmann Award za celoživotní přínos APA**. Cena mu byla předána s předstihem z rukou kolegů z katedry APA (viz foto v článku Martin Kudláček obdržel cenu za přínos aplikovaným pohybovým aktivitám).

Témata ISAPA 2021 se týkala několika oblastí:

- a) *APA a stárnutí: počet seniorů v severovýchodních zemích dramatičtě roste. Jak jsou starší lidé se zdravotním postižením zohledňováni při sportovních a pohybových aktivitách?*
- b) *Sport osob se zdravotním postižením: zásady a postupy Jak se zásady změnily v čase a jaká je aktuální situace?*
- c) *Spravedlnost, rovnost a lidská práva v APA: Hnutí #metoo otřásl zeměmi po celém světě a pomohlo otevřít diskusi o velkých etických tématech nejen v kulturní oblasti, ale také ve sportu. Jak se spravedlnost, rovnost a lidská práva realizují v oblasti APA?*
- d) *Inkluzivní postupy ve výzkumu: Inkluzivní postupy ve sportu zdravotně postižených a výzkum v APA.*
- e) *Outdoor vzdělávání a aktivity*
- f) *Kvalitní partnerství v ATV: Příspěvek tělesné výchovy ve školním prostředí je pro učitele neustálou výzvou. Jaké jsou základní prvky, které dávají učitelům prostředky a motivaci dělat svou práci lépe?*
- g) *Další témata: Podpora zdraví a APA, Rehabilitace / terapeutické cvičení, Hnutí Special Olympics International, Dobrovolnické sportovní organizace (Disability Sport v Evropě).*



Open Day Online

European Conference in Adapted Physical Activity

22 October 2020

PRESENTATION

Dear APA friends and colleagues

As probably you know, the Organizing Committee of EUCAPA 2020 and the EUFAPA board took the hard decision for cancelling EUCAPA 2020, to be held at the Miguel Hernández University in Elche (Spain) on 21-23 October.

The uncertainty of the coronavirus pandemic stills impacting many countries, provoking travel restrictions. In this scenario, we would like to invite you for participating in an Open EUCAPA Day, to be held online on 22nd October. You can find below the program for that day, inviting you to join us and celebrate this APA day.

Welcome to EUCAPA 2020 Lite!

Raul Reina and Alba Roldan

9:00 – 10:30. Invited Keynote



What the UN Sustainable Development Agenda and Resulting Sports Sector Movement Towards Inclusion Means for APA

Aisling Clardy

UNESCO Chair titled 'Transforming the Lives of People with Disabilities, their Families, and Communities Through Physical Education, Sport, Recreation and Fitness', IT Tralee, Ireland.

11:00 – 13:00. Invited Symposium

Is Inclusion the end of the Adapted Physical Activity?



Yves Vanlandewyck
Katholieke Universiteit Leuven.
Director of the International
Master in Adapted Physical
Activity (IMAPA)



Aija Klavina
Latvian Academy of
Sport Education.
EUFAPA President



Justin Haegele
Old Dominion University.
Department of Human
Movement Sciences

15:00 – 17:00. Parallel Symposiums on EU APA Projects



The IDEAL approach to enhance long-term involvement in physical activity and sport for people with intellectual disabilities

PROJECT COORDINATOR: Debbie Van Biesen
KU Leuven, Department of Rehabilitation Sciences



Health Behaviours in School-aged Children (HBSC) Study and Disabilities; International Perspectives

PROJECT COORDINATOR: Kwok Ng
University of Eastern Finland, Finland, University of Limerick, Ireland



"What does Inclusion in sport means in practice?": Learnings from the SEDY 2 (Sport Empowers Disabled Youth 2) project.

PROJECT COORDINATOR: Afke Kerkstra
InHolland University of Applied Sciences, Netherlands



17:30 – 18:30. EUFAPA General Assembly

EUFAPA



REGISTER HERE



www.eucapa2020.com



Eucapa Elche



@eucapa2020

Závěrečná zpráva projektu APIV na FTK UP v Olomouci

Martin Višňa, Ondřej Ješina

Projekt „Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti“, zkráceně označovaný jako APIV, jehož řešitelem byla katedra aplikovaných pohybových aktivit (APA) Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci (FTK) a jehož realizace byla podpořena z Operačního programu Výzkum, vývoj a vzdělávání v rámci výzvy Podpora žáků se zdravotním postižením I, znamenal rozsahem svých aktivit přelom v oblasti poradenství v APA.

Jednou z cílových skupin aktivit projektu byli pedagogičtí pracovníci. Pod hlavičkou projektu vzniklo a úspěšně fungovalo při spolupracujících školách v Olomouckém, Pardubickém a Zlínském kraji šest Center kolegiální podpory (CKP), v rámci kterých se pravidelně jednou měsíčně scházeli pedagogičtí pracovníci, diskutovali nad vybranými tématy z oblasti APA a vyměňovali si informace, zkušenosti či příklady dobré praxe z oblasti práce s dětmi se speciálními vzdělávacími potřebami. Některé z těchto příkladů byly natočeny na video. S půlroční frekvencí se také konala setkání vedoucích těchto center, která sloužila ke vzájemné diskuzi, seznámení s průběhem setkávání, k výměně zkušeností či porovnání odlišností v práci jednotlivých CKP. Za celé období fungování CKP obdrželo více než 50 zapojených účastníků, na základě své účasti, bagatelní podporu ve výši minimálně 40 hodin. Značná část zapojených pedagogických pracovníků přitom na základě své pozitivní zkušenosti vyjádřila přání ve stejné či obdobné formě spolupráce pokračovat i po skončení projektu. Obdrželi metodické materiály, o kterých se zmiňujeme dále a které jim budou nadále pomáhat při pedagogické činnosti a naplňování smyslu projektu. Jsou tak schopni v řešené oblasti svým kolegům poskytnout základní pedagogické poradenství a vědi, kam se v případě potřeby obrátit.

I přes omezení způsobená šířením onemocnění covid-19 a přes uzavření škol se nám díky aktivitám projektu podařilo ukotvit některé postupy, zpracování zpráv a formulářů, ověřit či zjistit limity relevantních diagnostických nástrojů, zajistit povědomí zejména pracovníků poradenských zařízení a rozvinout profesní kompetence oslovených pedagogických pracovníků. Ačkoliv nebylo možné

plánovaným způsobem dokončit a evaluovat efekt podpory cílových skupin, prostřednictvím různých komunikačních platforem (telefon, e-mail, web, YouTube kanál, sdílené videokonference či webináře apod.) jsme byli schopni maximální možné množství intervencí poskytnout.

V návaznosti na protiepidemická opatření, která například omezovala shromažďování osob nebo účast zahraničních expertů, nebylo možné v plánované podobě uskutečnit závěrečnou konferenci. Ta byla původně plánována na květen 2020, později přesunuta na listopad 2020 a následně zcela zrušena. Přesto se v rámci bagatelní podpory podařilo oslovit dostatečné množství pedagogických pracovníků, tak jak bylo naplánováno v projektové žádosti. Nad rámec bagatelní podpory ale bylo možné v posledním monitorovacím období zrealizovat osobní setkání s podpořenými pedagogickými pracovníky, na nichž jim byly předány vytvořené metodické materiály. Zároveň šlo o neformální možnost osobní evaluace projektové spolupráce.

V průběhu projektu získalo při individuálních konzultacích či návazných vzdělávacích akcích (workshopech, vzdělávacích osvětových aktivitách) bagatelní podporu 169 pedagogických pracovníků. Dále bylo v rámci projektu podpořeno téměř 200 dětí, a sice tvorbou individuálního vzdělávacího plánu či plánu pedagogické podpory, některé z nich i opakovaně.

V souladu s plánem projektu bylo realizováno 16 různých sportovních programů, které pravidelně

umožňovaly kontakt dětí a žáků bez zdravotního znevýhodnění a se zdravotním znevýhodněním v běžném denním životě, a tedy i inkluzi dětí a žáků se SVP. Nejdéle na základě ohlasu cílové skupiny probíhala všestranná pohybová příprava a plavání. U těchto aktivit počítáme s jejich pokračováním a případným rozšířením, zároveň se dále zaměříme i na další aktivity, jako je lyžování, fitness nebo outdoorové aktivity, čímž opět umožňujeme reálný dopad aktivit projektu i po skončení projektového období.

Je přitom zřejmé, že volnočasové pohybové aktivity či zájmové vzdělávání jsou logickým pokračováním a nástavbou povinné školní docházky, a je tedy nesmírně důležité tuto službu dětem, žákům, studentům, jejich rodičům i pedagogům v kontextu žáků se SVP poskytovat. Zároveň je však zřejmé, že ne vždy je inkluzivní forma nutností nebo preferovanou formou. V kontextu pohybových aktivit je – spíše než důraz na inkluzivnost – smysluplnější samotná participace a možnost účasti u žáků se SVP. Inkluzivnost pohybových aktivit spočívá spíše v působnosti ve společném prostředí, jakým může být bazén, hřiště či sjezdovka, než ve stejných pohybových činnostech.

Díky realizovaným programům bylo možné zaznamenat řadu příkladů dobré i horší praxe, které se staly součástí metodických materiálů, edukativních videí a dalších edukativně a osvětově prezentovaných textů a prezentací. Již na počátku projektu byl vytvořen Rámcem kompetencí, znalostí a dovedností složený z jednotlivých standardů pro pedagogické pracovníky v aplikované tělesné výchově (ATV) a inkluzivní tělesné výchově (ITV). Na základě realizovaných workshopů vzniklo pět metodik zaměřených například na oblast letních a zimních outdoorových APA apod. Inovativní a nadčasové texty obsahují kombinaci textů, QR kódů propojených s videi umístěnými na YouTube, příkladů z praxe a velkou řadu dalších komplexně pojatých informací holisticky působících na formování postojů a relevantní pedagogické myšlení. Také jsme vytvořili alternativní metodické úpravy pro potřeby vzdělávání žáků se sluchovým a mentálním postižením. Tyto materiály v elektronické podobě jsou veřejně dostupné na YouTube kanálu Centra APA (elektronické formy vzdělávání s titulky a s využitím simultánního tlumočení). Úpravu metodických materiálů pro potřeby žáků či rodičů se zrakovým postižením jsme finalizovali v papírové podobě v „blind friendly“ formě. Významným výstupem jsou knihy „Otázky a odpovědi aplikované tělesné výchovy I a II“, které shrnují problematiku inkluzivní tělesné výchovy, a v neposlední řadě je třeba také zmí-

nit vydaná čísla odborného časopisu „APA v teorii a praxi“. Dotiskli jsme také vybrané dříve vydané materiály, o které byl v minulosti a v průběhu projektu největší zájem.

Jak uvádíme výše, metodické materiály byly na spolupracující školy, poradenská zařízení a další distribuovány v posledním monitorovacím období projektu. Vytvořené materiály jsou také zavěšené v elektronické podobě na platformě apa.upol.cz, dále se staly prostřednictvím odkazů i součástí článku na rvp.cz. Knihy „Otázky a odpovědi...“ a metodické listy jsou zavěšeny i na platformě ResearchGate.net a vybrané články pak v otevřené databázi EBSCO. Těmito kroky dále šíříme a vysoce zhodnocujeme edukativní dopad výstupů projektu do praxe, přičemž prvotní přijetí těchto materiálů odbornou veřejností a cílovými skupinami bylo veskrze pozitivní.

Důležitou součástí projektu byly také zahraniční stáže, které se pro devět pedagogických pracovníků podařilo uskutečnit v partnerských institucích ve Slovinsku, Finsku a Velké Británii. Zapojení pedagogové měli možnost konfrontace ekonomicky i historicky obdobného prostředí ve Slovinsku, využili jsme ale i našich zahraničních vazeb pro unikátní příležitost a osobní zkušenosti ve Finsku. V oblasti školní TV se jednalo o pracoviště Haaga-Helia University of Applied Sciences ve Vierumäki, kde je realizován unikátní prakticky orientovaný program European University Diploma in Adapted Physical Activity (EUDAPA). S ohledem na letité zkušenosti byly účastníkům stáže tlumočeny i způsoby vzdělávání ze špičkového kinantropologického pracoviště na Faculty of Sport and Health Sciences University of Jyväskylä, které jako jediné v zemi vzdělává učitele TV. Deklarovaný přínos byl součástí autoevaluačních, dříve odevzdaných zpráv stážistů.

Osobně pak pedagogové vyjádřili pozitivní překvapení ve vztahu ke know-how rozvíjenému v ČR, upozorňovali na paradox, že odborníci z ČR jsou v zahraničí často uznávanější a známější než v ČR. Vlastně je zvláštní, že jsou zástupci z ČR v oblasti aplikovaných pohybových aktivit opakovaně (již více než 15 let) zvaní na půdu těchto výše uvedených pracovišť pro výuku inkluzivní TV jako odborníci zaměřeni na speciální pedagogiku, pedagogiku a vědy o sportu, ačkoliv v ČR se před tímto projektem realizovaným díky podpoře MŠMT zajímalo o problematiku APA jen velmi málo. Výsledky a dopady projektu, prezentované i na zahraničních platformách, však slibují změny i v domácím edukačním prostředí a v budoucnu snad i systému. To vše i díky komparaci realizovaných zahraničních zkušeností. ■

Zkušenosti s aplikací neurovývojové stimulace – Případová studie

The experience with the application of neurodevelopment stimulation – Case study

Alena Skotáková

FSpS MU

ABSTRAKT

Primitivní reflexy hrají významnou roli pro přežití dítěte v raných fázích života, a poskytují tak základní trénink pro další pohybové dovednosti. V průběhu vývoje nervového systému by však tyto reflexy měly být inhibovány nebo kontrolovány vyššími centry mozku. Podle současných výzkumů může přetrvávání primitivních reflexů souviset také se specifickými poruchami učení nebo ADHD, které je velmi často spojeno s určitým druhem motorických problémů. Cílem tohoto příspěvku je prezentovat zkušenosti s individuální aplikací intervenčního programu neurovývojové stimulace (dále jen NVS). Případová studie ukázala, že cviky NVS lze provádět jak v rámci individuální péče, tak ve větších skupinách jako součást běžného režimu ve školách. Doporučujeme přiblížit principy NVS jak učitelům, tak pracovníkům v poradenském systému.

Klíčová slova: senzomotorický vývoj; přetrvávající primitivní reflexy; specifické poruchy učení; ADHD; aplikované pohybové aktivity

ABSTRACT

Primitive reflexes are essential for the baby's survival in the first few weeks of life, and they provide rudimentary training for many voluntary skills. However, in the course of the development of the nervous system, these reflexes should be inhibited or controlled by higher centres of the brain. According to current evidence, the persistence of primitive reflexes could also be related to specific learning difficulties or attention deficit hyperactivity disorder, which is often linked with some kind of motor problems. The objective of the article is to present experience with individual application of Intervention program of neurodevelopment stimulation (NVS). The case study shows, that exercises of NVS could be realized individually and in bigger groups as a part of the classroom routine. We recommend introducing with NVS principles to teachers and workers in the consulting system.

Keywords: sensorimotor development; persistent primitive reflexes; specific learning difficulties; ADHD; adapted physical activity

ÚVOD

Primitivní reflexy jako automatické pohybové reakce mají za úkol pomáhat dítěti v raných fázích života. Díky těmto reflexům se mozek jedince postupně naučí kontrolovat tělo, získávat rovnováhu a koordinaci, tříbit hrubou a jemnou motoriku, zpracovávat vizuální a zvukové informace (Volemanová, 2013). V literatuře jsou v některých případech primitivní reflexy nazývány primárními. Jedná se o totožný jev, my se kloníme k názvu primitivní, který se vyskytuje častěji. Odborníci nejsou zcela jednotní jak v zařazení jednotlivých reflexů mezi primitivní či přechodové, tak při popisu pozice, kterou by dítě mělo reflexně zaujmout – např. u asymetrického tonického šíjového reflexu (ATŠR). Zaznamenáváme také neshodu u doby aktivace či inhibice jednotlivých reflexů (srov. Goddard, 2005; Kolář, 2009; Volemanová, 2013). V předkládaném příspěvku

se zabýváme těmito reflexy – Moroův reflex (MR), asymetrický tonický šíjový reflex (ATŠR), symetrický šíjový reflex (STŠR), tonický labyrintový reflex (TLR).

S vývojem nervového systému jsou primitivní reflexy inhibovány nebo transformovány. Prakticky dochází k jejich postupnému potlačování v souvislosti s funkčním zapojením vyšších kortikálních center. Pokud nejsou včas utlumeny, mohou později vstupovat nežádoucím způsobem do vývoje volních pohybů, a zasahovat tak do jeho pozdějšího vývoje. Přetrvávající primitivní reakce mohou mít za následek špatné smyslové vnímání, narušenou rovnováhu, koordinaci pohybů a obecně omezenou schopnost učení (Goddard et al., 2009; McPhillips & Jordan-Black, 2007; Volemanová, 2013). Některé studie se zabývají vlivem přetrvávajících reflexů na ADHD (Konicarova & Bob, 2013; Taylor et al., 2004) nebo jiné specifické poru-

chy učení (Sarlos, 2018) či poruchy chování a emoci (Taylor et al., 2020). Některé z těchto problémů mohou dokonce přetrvat i do dospělosti (Goddard et al., 2009; Menkes et al., 2011; Orth, 2012; Volemanová, 2013) v podobě neuróz, depresí, chronické únavy nebo poruch příjmu potravy.

Mnozí autoři (Gieysztor et al., 2018; Sarlos, 2019) považují za důležité řešit problematiku přetrvávajících reflexů už v předškolním věku. Výzkum týmu Gieysztor, Chońska a Paprocka-Borowicz (2018) zjistil, že pouze 11 % dívek a 13 % chlapců ve věku 4–6 let nevykazovalo žádnou známku primitivních reflexů. Zároveň se potvrdila korelace s psychomotorickým vývojem, kdy lepších výsledků v motorických testech dosahovaly děti s žádnou nebo nízkou prevalencí primitivních reflexů. Studie tedy vyzývá k nutnosti umět diagnostikovat a utlumovat primitivní reflexy přetrvávající do předškolního a školního věku, neboť bez této inhibice není možné korigovat další motorické funkce.

Od roku 2014 se na Fakultě sportovních studií věnujeme zjišťování výskytu přetrvávajících primitivních reflexů u žáků mladšího školního věku. Vzniklo devět závěrečných prací, několik vědeckých článků (Vaculíková et al., 2017) a zpracováváme data do práce disertační. V našich výzkumech vycházíme zejména z prací Volemanové (2013, 2014, 2016, 2020), která staví na konceptu neurovývojové terapie (NVT), kombinující různé přístupy a metody jako inhibici primárních reflexů, senzoryckou integraci, speciální pedagogiku, fyzioterapii a vizuální screening (Volemanová, 2013). Je třeba se zmínit i o jiných terapeutických přístupech využívajících inhibici primárních reflexů, např. INPP – The Institute for Neuro-Physiological Psychology, který na Slovensku zajišťuje IPS (Institút psychoterapie a socioterapie), metoda Primary movement, Dore programme, MNRI (Masgutova metoda), Doman Delacato method a Levinson method a další (Volemanová, 2020).

Po absolvování kurzů Neurovývojové stimulace ve školní praxi, Pohybem se učíme, jehož základem je právě NVT, pracujeme ve výzkumu hlavně s diagnostikovaním primitivních reflexů u žáků základních škol. Z našich šetření vyplývá, že zejména v prvních ročnících prvního stupně ZŠ je výskyt primitivních reflexů poměrně častý, i když jsou mezi výsledky jednotlivých prací větší diskrepance – od 29 % až po 88 % (srov. Cencialová, 2016; Čechová, 2015; Daněk, 2019; Klicnarová, 2015; Pulterová, 2014; Slezáková, 2017; Škabrahová, 2018). Rozdíly jsou dány více faktory – od metodiky testování až po různě velké výzkumné vzorky a různě volené metody zpracování výsledků – od deskripce až po statistickou analýzu. Výsledky byly mnohdy komparovány s rozhovory s učitelkou, vlastním pozorováním nebo s testy rovnováhových či jiných motorických schopností. Zjednodušeně řečeno, čím větší zachování primitivních reflexů u žáka, tím horší

výsledky dalších testů nebo pozorování. Naše šetření prokazují především souvislost neinhibovaných reflexů s nižší úrovní rovnováhových schopností a také výskyt specifických poruch učení. Potvrzují tedy to, co studie uvedené výše.

V rámci pokračování našeho bádání jsme měli v plánu ověřit intervenční program neurovývojové stimulace, zaměřený na inhibici primitivních reflexů. Realizace byla plánována na rok 2020, ale bohužel opatření proti covidu-19 nám znemožnila tuto intervenci na vybraných základních školách aplikovat.

CÍL PRÁCE

Cílem příspěvku je prezentovat zkušenosti s individuální aplikací intervenčního programu neurovývojové stimulace. Tato případová studie bude sloužit jako pilotní ověření intervenčního programu NVS na základních školách.

METODIKA

Použité metody

- Anamnéza – zaměříme se obecněji na rodinnou anamnézu, podrobněji na anamnézu osobní se zaměřením na psychomotorický vývoj.
- Vstupní a průběžné testování postury a rovnováhy – Rombergerův test, test chůze palec pata, test taxe.
- Vstupní a průběžné testování primitivních reflexů dle NVT – oculární labyrintový reflex hlavy, labyrintový posturální reflex hlavy, TLR, AŠTR, STŠR, Landau test, Schilderův test. Testování je založeno na posuzování jednoduchých pohybových zadání, kde hodnotíme pětibodovou škálou správnost provedení – přidružené pohyby, udržení rovnováhy nebo držení těla (0 negativní, 1–5 stupeň přetrvávajícího reflexu).
- Rombergerův test – stoj mírně rozkročný, stoj spojný, stoj spojný se zavřenými očima.
- Stoj na jedné noze.
- Oculární labyrintový reflex hlavy – sed, ruce volně v klíně, proband má za úkol sledovat pevný bod před sebou. Examinátor je za testovanou osobou a vychyluje testovanou osobu plynulým pohybem na levou a pravou stranu. Hodnotíme pohyb hlavy jako kompenzaci pohybu trupu.
- Labyrintový posturální reflex hlavy – sed, proband má zavřené oči a má za úkol sledovat pomyslný pevný bod před sebou. Examinátor je za testovanou osobou a vychyluje ji plynulým pohybem na levou a pravou stranu. Hodnocení stejné jako u předchozího testu.
- Tonický labyrintový reflex – Stoj spojný, připažit, paže volně. Proband provádí flexi a extenzi krční

páteře. Hodnotí se kompenzační pohyby, případně svalový tonus nohou.

- Asymetrický tonický šijový reflex ve vzporu klečmo – vzpor klečmo, paže nejsou v hyperextenzi (zamknuté klouby). Examinátor uchopí hlavu z obou stran a pasivně a plynule hlavou rotuje na levou a pravou stranu. Hodnotí se kompenzační pohyby v lokti a pánvi.
- Symetrický tonický šijový reflex – vzpor klečmo, proband provádí flexi a extenzi krční páteře. Hodnotí se souhyby paží, nohou nebo trupu.
- Landau test – leh na břiše, čelo opřeno o podložku, upažit pokrčmo, paže na zemi. Na signál proband zvedá hlavu i paže od podložky, vydrží 5 sekund. Hodnotí se souhyby nohou.
- Schilderův test – stoj spojný, předpažit, zápěstí je uvolněné. Examinátor uchopí hlavu probanda a provede pasivní pohyb hlavou na levou a pravou stranu. Hodnotí se souhyby paží.

Intervenční program dle NVS

Provedení cviků je vždy naučeno lektorem, podrobně vysvětleno rodičům a dítě potom cvičí s rodiči samo. Cviky vychází z psychomotorického vývoje dítěte, program je rozdělen do 30 týdnů, ale je možné podle potřeby cviky cvičit déle. Cviky se dělají každý školní den, přibližně 5–10 minut (například před začátkem výuky). Mezi nejdůležitější principy NVS patří to, že u dětí nejdříve začínáme rozvíjet rovnováhu a kombinujeme inhibici primárních reflexů se zlepšením senzorycké integrace, a až později přidáváme další dovednosti. Dalším důležitým principem je využívání přirozeného kраниokaudálního směru vývoje. Cviky jsou různé, od jednoduchého zvedání hlavy až po lezení a používání všech částí těla najednou. Musí se provádět v pořadí daném metodikou a co nejpřesněji. Cvičí se plynulým a kontrolovaným způsobem, často jednotlivé prvky napodobují pohybové vzorce 6–9měsíčního dítěte, které jsou základem pro všechny další cílené pohyby a jemnou motoriku. Hodně cviků se provádí v lehu na zemi, což pomáhá při rozvoji správného držení hlavy a těla. Zlepšujeme tak schopnost používání a rozlišování levé a pravé strany těla, stejně tak i horní a dolní části těla, což je základní předpoklad pro správnou koordinaci (Volemanová, 2016).

VÝSLEDKY A DISKUSE

Případová studie – H.

Chlapec se narodil v roce 2014, v době vstupního vyšetření byl ve věku 5 let a 10 měsíců. Žije v úplné rodině, nemá žádného sourozence. Maminka je psychologka, tatínek strojný inženýr.

Vstupní problém – hyperaktivita, neposednost, objevují se tiky a koktavost.

H. se narodil císařským řezem, objevil se reflux a v brzkém věku byl hospitalizován. Měl potíže se spánkem a nočními děsy. Pohybový vývoj, zejména hrubá motorika byla spíše zrychlená, lezení v normě. Mluvení nastoupilo trochu opožděně. Lateralita prozatím nevyhraněná. H. bývá často nemocný a zvrací v autě.

Vstupní vyšetření

H. byl na vstupním vyšetření v květnu 2020, moc dobře nespoupracoval, cvičit se mu nechtělo. Vstupní vyšetření probíhalo u něj doma, na příště jsme se už rozhodli pro jiné prostředí.

Romberg test – H. nedokázal stát v klidu, možná i trochu záměrně. Ve stoji se zavřenými očima vydržel 10 s, na pravé noze 4 s, na levé 4 s. Chůze palec pata si mírně šlape na palec, může odkazovat na horší propriocepci. Test ATŠR na čtyřech – na 1., Schilder také na 1. TLR bez nalezeného přetrvávání. STŠR na 2. stupni, Galantův na 1., oční reflex hlavy na 2. stupni. Předpokládáme pozitivní Moroův test.

Závěr vyšetření

I když jsme Moroův reflex netestovali (jeho testování v pozdějším věku není v literatuře popsáno jednotně), predikuje se spíše na základě projevů. Předpokládáme tedy, že u H. přetrvává ve vyšší míře. Moroův reflex má vliv na celkovou emocionalitu dítěte, může se objevovat větší reaktivita až agresivita. Dítě nedokáže odfiltrovat nevhodné stimuly, je přetížené a může mít i problémy s rovnováhou (ukázalo se i u Rombergova testu, stoje na jedné noze, u chůze palec pata, pozitivní byl i oční reflex hlavy). Navíc např. Taylor (2004) tvrdí, že Moroův reflex je vstupní branou pro inhibici dalších reflexů. Test chůze palec pata odkazuje na možnou horší propriocepci. Jako mírně pozitivní se ukazuje i ATŠR, což může mít za následek nevyhraněnou lateralitu, obtíže vizuálně percepční či problémy při rukopisu. Vyšší pozitivitu jsme zaznamenali při testu STŠR, který bývá hodně spojován s dětmi, kteří vynechají v psychomotorickém vývoji fázi lezení, což u H. nebylo. Je-li tento reflex zachován, může ovlivňovat koordinaci oko–ruka nebo způsobovat problémy se správným sedem na židli u stolu. Galantův reflex byl pozitivní na 1. stupni – může zapříčínovat neklid, neschopnost sedět v klidu, špatné soustředění a horší krátkodobou paměť. Oční posturální reflex byl pozitivní na 2. stupni. Jeho nevyvinutí může vést ke špatnému vizuálnímu sledování, únavě a někdy i nevolnosti (může vysvětlovat zvracení v autě) a dezorientaci.

Intervence

Od června 2020 jsme zahájili intervenční pohybový program dle NVS. Rodiče H. jsou motivovaní, velmi dobře se s nimi spolupracuje. Osvědčila se komunikace přes WhatsApp – posílání videí. Rodiče H. natočili, jak cvičí, lektor zhlédl, popřípadě cvik poopravil, zko-

rigoval. Další cviky lektor vždy natočil i s instrukcemi a rodiče s Honzíkem cvičili sami. Cvičí večer jako součást přípravy na spánek. Zpočátku byl Honzík hodně nesoustředěný, cvičit nechtěl jak komentovali jeho rodiče: „Někdy to je boj.“ Záměrně jsme prodloužili dobu cvičení jednotlivých týdnů, hlavně z důvodu pandemické situace a proto, abychom zbytečně na H. netlačili. Po etapě cvičení, která je zaměřena na inhibování Moroova reflexu a ATŠR, se cvičení hodně zpřesnilo a současně chlapec začal cvičit plynuleji. I rodiče říkají, že ze začátku jim cvičení zabralo i 45 minut, ale postupem času zvládá nové cviky lépe, zlepšila se mu koordinace i výdrž. Větší nedostatky jsou stále vidět při udržování rovnováhy. Rodičům jsme doporučili, aby využívali co nejvíce procvičování rovnováhy – chození po obrubníku, stoj na jedné noze, skákání po jedné noze, chůze po čáře apod. Rodiče vidí posun v několika oblastech. Přestal zvracet v autě i cestou na Vysočinu v zatáčkách. Tento jev může být způsoben trénováním rovnováhy, kdy je aktivován i vestibulární systém. Zvládá lépe předškolácké úkoly, což může být i běžným vývojem. Nicméně rodiče vidí i zlepšení pozornosti, kde může být posun způsoben cviky na inhibici Moroova reflexu.

Průběžné vyšetření

Při průběžném měření (tabulka 1) jsme zjistili negativní ATŠR, což přesně odpovídá tomu, co jsme očekávali. Cviky v první části intervenčního programu jsou zaměřeny právě na inhibici ATŠR. Dále jsme zaznamenali lepší výsledky v STŠR, který může mít vliv na výdrž dítěte v sedu u stolu. Zlepšil se i oční reflex hlavy a rovnováha (stoj na jedné noze), což může odkazovat na ukončení zvracení v autě. Intervence ještě není u konce, H. bude v dalším období pokračovat. Prozatím nevyvozujeme žádné závěry, velmi pozitivní je, že rodiče i přes problematické období ochotně každý večer H. motivují.

Tabulka 1 Porovnání vstupního a výstupního měření

Test	Vstupní vyšetření	Výstupní vyšetření
Romberger	10 s	10 s
Stoj na jedné noze	P-4 s, L-4 s	P-14 s, L-14 s
Chůze palec pata	0,5 mm přešlap	0,2 mm přešlap
ATŠR	1	0
Schilder	1	1
TLR	0	0
Landau	1	0
STŠR	Předklon - 2, Záklon - 2	Předklon - 1, Záklon - 1
Galantův	1	1
Oculární refl. hlavy	2	0
Labyrintový refl.	0	0

Poznámka: s - sekundy, P - pravá noha, L - levá noha, mm - milimetry

ZÁVĚRY

Pro účely tohoto článku chceme akcentovat zkušenosti, které se jeví jako užitečné pro práci s větší skupinou žáků (např. třída) nebo při další individuální práci.

Pro individuální práci

Vysvětlit dítěti srozumitelně, k čemu cvičení slouží, motivovat jej.

Najít v denním režimu nejvhodnější čas na cvičení a zařadit jako rutinu s návazností na další činnosti – před spaním, čištěním zubů, po snídani apod. Zohlednit zejména rozložení energie dítěte a maximálně odfiltrovat stres (např. z dalších povinností).

Dát možnost cviky mírně modifikovat – rovnováha, cvičení jemné motoriky apod.

Skupinová práce ve třídě

Naše zkušenosti vychází z individuální terapie, ale cvičení NVS je nastaveno tak, aby se dalo aplikovat i ve třídě základní školy. H. byl v době intervence předškolák a cvičení bylo ze začátku náročné. Nicméně předpokládáme, že v kolektivu budou děti ukázněnější než doma se svými rodiči jak z důvodu staršího věku, tak dozrálejší CNS.

Většina cviků je v lehu, proto je třeba řešit prostor, na kterém se bude cvičit – nejlépe koberec ve třídě.

Určit dobu, kdy bude cvičení probíhat, utvořit si režim – doporučuje se ranní rozvíčka před vyučováním.

Nutná kontrola správného provedení – spolupráce např. s asistentem pedagoga, vychovatelkami apod.

Další doporučení

Velmi často se terapie založené na teorii primitivních reflexů (NVT - Volemannová) zabývají i senzoricou integrací. Hlubší propojení potvrzuje např. u zrakových funkcí studie Andrich, et al. (2018), u celkového senzorickeho profilu i Pecuch (2020). Doporučujeme tedy přidávat cvičení zaměřené na rozvoj vestibulárního systému, propriocepci a zrakové vnímání.

Diagnostika přetrvávajících primitivních reflexů je relativně snadná, samozřejmě po školení NVS, a přitom může mnohé vysvětlit. Netvrdíme, že je tato metoda samospasitelná, ale vidíme, že může být nápomocná v odhalení příčin různých akademických potíží a mnohdy dokáže i odstranit důsledky případné poruchy.

Cviky NVS vychází z psychomotorického vývoje dítěte a jsou přizpůsobeny tak, aby mohly být dobře používány i pro větší skupiny dětí. Při dodržení doporučení je lze relativně snadno zařadit jak do denní rutiny předškoláka, tak do individuální specializované péče.

Myslíme si, že je třeba problematiku inhibice primitivních reflexů přiblížit do pedagogické praxe, zejména

do poradenských pracovišť, ale i lékařům a rodičům, aby potíže způsobené přetrvávajícími primitivními reflexy byly včas odhaleny a aby intervence byla zahájena co nejdříve, pokud možno dříve, než dítě nastoupí do základní školy.

Myslíme si, že screening inhibovaných reflexů by mohl být součástí školní zralosti a připravenosti, případná diagnostika i součástí kompetencí pedagoga jak v MŠ, tak 1. stupni ZŠ. Tam se budou ubírat naše další vědecké kroky...

REFERENČNÍ SEZNAM

- Ciencialová, T. (2016). *Vliv přetrvávajících primárních reflexů na školní výkon žáků prvního stupně základní školy*. (Diplomová práce). Masarykova univerzita v Brně. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/mpgha/>
- Čechová, E. (2015). *Přetrvávající primární reflexy v hodině tělesné výchovy u dětí mladšího školního věku*. (Bakalářská práce). Masarykova univerzita v Brně. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/efso6/>
- Daněk, L. (2019). *Analýza četnosti přetrvávajících primárních reflexů u dětí školního věku*. (Diplomová práce). Masarykova univerzita v Brně. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/vpwg2/>
- Gieysztor, E. Z., Choińska, A. M., & Paprocka-Borowicz, M. (2018). Persistence of primitive reflexes and associated motor problems in healthy preschool children. *Archives of Medical Science: AMS*, 14(1), 167–173. <https://doi.org/10.5114/aoms.2016.60503>
- Goddard, S. (2005). *Reflexes, learning and behavior: A window into the child's mind*. Oregon, USA: Fern Ridge Press.
- Goddard, S., Beuret, L. J., & Blythe, P. (2009). *Attention, balance, and coordination: The A.B.C. of learning success*. Chichester, UK: Wiley – Blackwell.
- Klicnarová, D. (2015). *Přetrvávající primární reflexy u dětí mladšího školního věku*. (Diplomová práce). Masarykova univerzita v Brně. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/yycn5/>
- Kolář, P. (2009). *Rehabilitace v klinické praxi*. Praha: Galén.
- Konicarova, J., & Bob, P. (2013). ADHD in Children, Balancing Deficits and Primitive Reflexes. *Biological Psychiatry*, 73(9), 98–99.
- McPhillips, M., & Jordan-Black, J. A. (2007). Primary reflex persistence in children with reading difficulties (dyslexia): A cross-sectional study. *Neuropsychologia*, 45(4), 748–754. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2006.08.005>
- Menkes, J. H., Sarnat, H. B., & Maria, B. L. (2011). *Dětská neurologie*. Praha: Triton.
- Orth, H. (2012). *Dítě ve Vojtově terapii: Příručka pro praxi*. České Budějovice: Kopp.
- Pecuch, A., Gieysztor, E., Telenga, M., Wolańska, E., Kowal, M., & Paprocka-Borowicz, M. (2020). Primitive Reflex Activity in Relation to the Sensory Profile in Healthy Preschool Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 8210. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218210>
- Pulterová, L. (2014). *Užití neuro-vývojové terapie v tělesné výchově*. (Diplomová práce). Masarykova univerzita v Brně. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/c9s1r/>
- Sarlos, E. (2018). Influence of Sensorimotor Exercises on Learning Abilities. In L. G. Chova, A. L. Martinez, & I. C. Torres (Ed.), *11th International Conference of Education, Research and Innovation. (ICERI2018)* (10511–10518). Seville, Spain: IATED
- Sarlos, E. (2019). The Frequency of Persistent Baby Reflexes Which Influence Learning Skills Among Children Aged 4 to 8. In L. G. Chova, A. L. Martinez, & I. C. Torres (Ed.), *Edulearn19: 11th International Conference on Education and New Learning Technologies*. (1217–1223). IATED
- Slezáková, N. (2017). *Neuro-vývojová terapie jako metoda při diagnostice specifických poruch učení*. (Diplomová práce). Masarykova univerzita v Brně. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/z8i1g/>
- Škabrahová, S. (2018). *Analýza četnosti přetrvávajících primitivních reflexů u dětí mladšího školního věku*. (Diplomová práce). Masarykova univerzita v Brně. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/vckfn/>
- Taylor, B., Hanna, D., & McPhillips, M. (2020). Motor problems in children with severe emotional and behavioural difficulties. *British Journal of Educational Psychology*, 90(3), 719–735. <https://doi.org/10.1111/bjep.12327>
- Taylor, M., Houghton, S., & Chapman, E. (2004). Primitive Reflexes and Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: Developmental Origins of Classroom Dysfunction. *International Journal of Special Education*, 19(1), 23–37.
- Vaculíková, P., Skotáková, A., & Sebera, M. (2017). The occurrence of the persistent primitive reflexes in school age children (6–11). In *8th international scientific conference on kinesiology Proceedings*. University of Zagreb.
- Volemanová, M. (2013). *Přetrvávající primární reflexy*.
- Volemanová, M. (2014). *Primární reflexy, opomíjený faktor poruch učení*. (Bakalářská práce). Univerzita Karlova v Praze. Dostupné z: <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/133263/>
- Volemanová, M. (2016). *Možnosti ovlivnění vybraných oblastí psychomotorického vývoje dítěte pomocí Neuro-vývojové terapie*. (Diplomová práce). Univerzita Karlova v Praze. Dostupné z: <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/161676/>
- Volemanová, M. (2020). *Neuro-vývojová stimulace v práci speciálního pedagoga*. (Disertační práce). Univerzita Karlova v Praze. Dostupné z: <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/182844/>

Sedmdesát let tradice zdravotní tělesné výchovy na základních školách

Seventy years of Health Physical Education in Czech educational system

Jitka Vařeková, Pavel Krejčík, Pavel Strnad, Pavlína Nováková, Klára Daďová, Ondřej Ješina*

Katedra zdravotní tělesné výchovy a tělovýchovného lékařství UK FTVS

**Katedra aplikovaných pohybových aktivit, Fakulta tělesné kultury UP v Olomouci*

ABSTRAKT

Východisko: Ve školním roce 1948/1949 vešla v tehdejší Československu v platnost směrnice o tzv. zvláštní tělesné výchově (TV). Zásadou mezirezortní spolupráce medicínských a pedagogických odborníků byla zvláštní TV zavedena jako školní předmět, který kombinoval léčebně preventivní a výchovné působení na děti a mládež s převážně pohybovými poruchami. Předmět, později přejmenovaný na zdravotní tělesnou výchovu (ZTV), si ve školním roce 2019/2020 připomněl sedmdesát let své historie.

Metody: Jedná se o přehledovou studii. Na základě analýzy zdrojů byla vytvořena rešerše pojednávající o kořenech vzniku ZTV a její historii. Součástí studie je také zamyšlení nad její obsahovou a ideovou náplní i nad výzvami současnosti.

Výsledky: Zdravotní tělesná výchova byla po desítky let vyučována na českých školách a tvořila důležitý most mezi léčebnou rehabilitací a běžnou tělesnou výchovou. Zaměřovala se na jedince s tzv. zdravotním oslabením a usilovala o ovlivnění různých funkčních poruch pomocí vyrovnávacích cvičení na pohybový, dýchací a nervový systém. V této oblasti působila celá řada špičkových odborníků, vyšlo mnoho článků i učebnic. ZTV se vyučuje jako předmět na vysokých školách tělovýchovně-pedagogického zaměření. Současné legislativní nastavení bohužel nedostatečně podporuje realizaci ZTV na školách. Tím se v našem vzdělávacím systému odpirá pohybové vzdělávání a výchova k péči o vlastní zdraví dětem a mládeži se zdravotním oslabením a postižením.

Závěry: ZTV je smysluplným nástrojem k ovlivnění zdraví a životního stylu v populaci. Jako taková by měla být zachována a dále rozvíjena.

Klíčová slova: aplikované pohybové aktivity; pohybová gramotnost; zdraví; žák se speciálními vzdělávacími potřebami; rehabilitace; prevence

ABSTRACT

Background: In the school year 1948/1949, the directive on the so-called Special Physical Education (PE) came into force in Czechoslovakia. Thanks to the interdisciplinary cooperation of medical and pedagogical experts, Special PE was introduced as a school subject, which combined therapeutic, preventive and educational work on children and young people with predominantly movement disorders. The subject, later renamed Health Physical Education (HPE), recalled seventy years of its history in the school year 2019/2020.

Methods: The aim of the review study is to look back at the roots of the origin of HPE and its history and to reflect on its content as well as the challenges of the present time.

Results: Health physical education has been taught in Czech schools for decades and has formed an important bridge between medical rehabilitation and regular physical education. It focused on individuals with so-called impaired health and sought to influence various functional disorders through compensatory exercises focused on musculo-skeletal, respiratory and nervous systems. A number of top experts worked in this field, many articles and textbooks were published. HPE is taught as a subject at universities involved in professional preparation of future PE teachers. Unfortunately, the current legislative setting does not sufficiently support the implementation of HPE in schools. This denies physical education from teaching pupils to care for their own health, and to children and young people with disabilities in our education system.

Conclusions: HPE is a meaningful tool for influencing physical culture in the population. As such, it should be maintained, and it should cooperate effectively with medical rehabilitation in the future.

Key words: adapted physical activities; movement literacy; health; pupil with special needs; rehabilitation; prevention

ÚVOD

Pojem zdravotní tělesná výchova (ZTV) lze chápat v různých významech. Zprvč označuje školní předmět, který má léčebně-preventivní charakter a představuje alternativu běžné tělesné výchovy. Je primárně určen pro skupinu žáků, u kterých je nutné upravit podmínky pro vzdělávání na úrovni prvního stupně podpůrných opatření. Od roku 2016 byla ZTV zařazena mezi předměty speciálněpedagogické péče, která je realizována v souvislosti se společným vzděláváním a má charakter podpůrného opatření pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami (SVP).

Dále lze ZTV chápat obecně jako lekce pohybové výchovy pro všechny věkové kategorie osob se zdravotním znevýhodněním, které poskytují tělovýchovné a sportovní organizace jako primární, sekundární a terciární prevenci zdravotních obtíží (např. Sokol, Česká asociace Sport pro všechny, Senior fitness apod.).

V kontextu rostoucího počtu studií o zhoršujícím se zdravotním stavu západní populace a zvýšenému zájmu o zdraví je na pováženu, že právě v současnosti čelí ZTV zásadní systémové krizi. Webový portál www.theses.cz eviduje ke dni 17. 7. 2020 celkem 949 bakalářských a diplomových prací zaměřených na ZTV. Databáze EBSCO při zadání hesla *zdravotní tělesná výchova* eviduje od roku 1966 v součtu 540 odkazů (nejvíce 387 knižních a 49 časopiseckých), avšak již od roku 2000 se jedná o 176 titulů (přičemž knih již pouze 34). Až v posledních pěti letech (od roku 2015) zájem o vybrané téma opětovně stoupá – 67 odkazů (převažují časopisecké zdroje). Při zadání hesla *health physical education* se pak jedná o 224 049 titulů. Za posledních dvacet let pak 164 712 a v posledních pěti letech 67 103. Ačkoliv tato data nelze přeceňovat, přeci jen je patrné, že v posledních pěti letech u nás i ve světě zaznamenáváme jistou renesanci zájmu o ZTV jako o odborné téma. Je také možné vysledovat v ČR oproti světu poměrově relativně nižší nárůst tohoto zájmu zejména v období před 5–20 lety.

V minulém roce uplynulo 70 let od školního roku, kdy českoslovenští učitelé s odpovídajícím vzděláním mohli na základě legislativních usnesení zakládat tzv. oddělení zvláštní tělesné výchovy. V článku se zaměříme na události té doby i osobnosti, jejichž myšlenky k tomuto kroku vedly. Zmíníme švédskou gymnastiku, která významným způsobem ovlivnila tělovýchovu v Evropě v mnoha oblastech, a jména českých lékařů, kteří se podíleli na začlenění švédské zdravotní gymnastiky do českého prostředí. Přiblížíme několik zajímavých příběhů českých učitelů TV. Sedmdesátiletý časový úsek považujeme za vhodnou příležitost k zamýšlení nad hodnotovým základem zdravotní tělovýchovy a osobnostmi, které jej utvářely. Zamysleme se také nad výzvami, které přináší současnost.

METODA

Na základě analýzy zdrojů byla vytvořena rešerše pojednávající o problematice zdravotní tělesné výchovy v českém prostředí s cílem nabídnout ohlédnutí za kořeny vzniku ZTV, její historii, obsahovou a ideovou náplní i výzvami současnosti.

VÝSLEDKY

Švédská gymnastika jako základ ZTV

Myšlenka pohybu jakožto prostředku k podpoře a udržení tělesného i duševního zdraví je lidstvu známá již od starověku – a to jak v západních, tak i východních civilizacích. Dodnes tak například zmiňujeme řeckou myšlenku kalokagathie, odkazujeme na Hipokrata a navazujeme na praxi indické jógy. Vztah společnosti k tělesnosti a ke zdraví v průběhu historie procházel vývojem, který nebyl vždy plynulý. Za výrazný milník v rozvoji moderní tělesné výchovy zaměřené na zdraví lze považovat švédskou gymnastiku.

Její zakladatelem byl pedagog a spisovatel Pehr Henrik Ling (1776–1839). Jeho koncept cvičení (označovaný jako Lingův či švédský) vycházel z anatomie a biomechaniky, východní i západní tělovýchovné tradice, vlastních zkušeností se sportem (gymnastika, šerm) i s osobními zdravotními obtížemi (revmatismus). Ling zdůrazňoval význam pohybu pro každého a uplatnění tělesné výchovy ve čtyřech oblastech: léčebné, estetické, pedagogické a vojenské (Krátký, 1963; Strnad et al., 2019).

Ling rovněž vyvíjel tělocvičné nářadí a v roce 1813 založil první sportovní vysokou školu na světě „Gymnastik – och idrottshögskolan“ ve Stockholmu. Mimo jiné se také zasloužil o vznik klasické švédské masáže. Švédská gymnastika byla na vrcholu popularity kolem roku 1900 a zásadním způsobem ovlivnila evropské myšlení v mnoha odvětvích tělovýchovy včetně ZTV a léčebné TV (LTV), která náleží do oboru fyzioterapie (Jäppinen, 2019; Krátký, 1963; Lindroth, 2006; Strnad et al., 2019).

Zrod systematické tělovýchovy v českých zemích

Švédská gymnastika ovlivnila i české prostředí 19. století, a již tehdy se jednalo o paralelní vývoj jak v oblasti zajišťované lékaři, tak učiteli a cvičiteli. Nejprve zmíníme několik lékařů té doby, kteří v šíření léčebné tělesné výchovy sehráli významnou roli.

Již v roce 1839 Jan Hirsch založil první „Ortopedický ústav“, ve kterém cvičil podle metody švédské gymnastiky. Po něm následoval Josef Seegen, který založil v roce 1844 na Václavském náměstí Tělocvičný a ortopedický ústav v domě U Doušů. Zde vyučovaný tělocvik, ke kterému se využívalo i náčiní a nářadí, byl

určen jak pro zdravé, tak i pro jedince s poruchami pohybového systému. Jan Spott (ortoped, průkopník vodoléčby a fyzioterapie) a jeho bratr Karel založili v roce 1845 tzv. Přírodnickou nemocnici, kde se kromě aplikace švédské gymnastiky uplatňovala také balneologie a klimatoterapie, a zkušenosti sepsali v knize *Nástin tělocviku léčitelského* (Krátký, 1963; Strnad et al., 2019).

Zdravotnímu významu tělesné výchovy se ve svých pracích Zdravověda (z roku 1853), Úvod do tělovědy člověka (1862) a Úvod do zdravovědy (1869) věnoval i Filip Stanislav Kodým (1811–1884), který působil ve své době nejen jako lékař a přírodovědec, ale také jako spisovatel, novinář a politik (Krátký, 1963).

Mezi propagátory léčebného uplatnění tělesné výchovy patřil i jeden z nejvýznamnějších českých vědců té doby, lékař, biolog a fyziolog Jan Evangelista Purkyně (1787–1869). Věnoval se turistice, navštěvoval cvičební lekce v ústavu Jana Malýpetra a aktivně se zapojil do vzniku Sokola. Věřil ve význam edukace v léčbě, tedy v to, že lidé mají být vhodně vychováni a vzděláváni v tom, jak mají pečovat o své duševní a tělesné zdraví. Společně s J. Malýpetrem, F. L. Čelakovským a K. J. Erbenem se podílel na jednom z prvních českých sportovních názvosloví (Krátký, 1963).

Z významných učitelů a cvičitelů, mimořádných osobností 19. století, jsme vybrali tři osobnosti, jejichž myšlenky a angažovanost pro společnost jsou hodné následování i v současnosti: Jana Malýpetra, Miroslava Tyrše a Kleměna Hanušovu (Strnad et al., 2019).

Jan Malýpetr (1815–1899) je považován za prvního českého učitele tělesné výchovy; byl jmenován v r. 1849. Tělesnou výchovu, zejména soustavu Jahn-Eiselenovu, studoval v Německu a Rakousku. V roce 1848 se ze svých studií vrátil do Prahy a v Panské ulici zřídil Tělocvičný ústav. Kromě zmíněného ústavu vyučoval na 1. české reálce v Ječné ulici a také na Akademickém gymnasiu. V roce 1853 byl jmenován ředitelem a učitelem Tělocvičného ústavu zřízeného ministerstvem. Ve svých žácích probouzel a povzbuzoval nejen vztah k pohybu, ale také národní uvědomění. V prostorách jeho Tělocvičného ústavu byla v Praze v Panské ulici 16. 2. 1862 založena Tělocvičná jednota pražská, která se později, na návrh Emanuela Tonnera, přejmenovala a proslavila pod názvem Sokol. Zde spolupracoval Jan Malýpetr s Miroslavem Tyršem

a Jindřichem Fügnerem (Krátký, 1963; Strnad et al., 2019).

Miroslav Tyrš (1832–1884) je považován za hlavní osobnost, která přispěla k tomu, že vznik Sokola byl klíčovým milníkem v rozvoji tělovýchovy a sportu u nás. Ve své době byl Tyrš jistě inspirován myšlenkami národního obrození, ale také studiem filosofie, etiky a estetiky. Proto se v sokolské myšlence spojuje nejen snaha o organizaci tělovýchovných aktivit k fyzické zdatnosti, ale i silná snaha k podpoře kultury národa, právě výchovou estetickou, intelektuální a mravní (Dvořáková, 1989).

Kleměna Hanušová (1845–1918) bývá považována za první ženu u nás, která se vážně zabývala zdravotní tělovýchovou a zdůrazňovala její význam ve škole nejen pro chlapce, ale i pro dívky. Pohybové výchově se učila nejprve u J. Malýpetra a později i u M. Tyrše, s nímž spolupracovala při budování Sokola. Byla první cvičitelkou v Sokole Pražském, který byl v té době k dispozici i školám. Publikovala i teoretické práce a od roku 1877 vyučovala tělocvik na ženském učitelském ústavu v Praze (Krátký, 1963; Strnad et al., 2019).

Zavedení zvláštní tělesné výchovy po 2. světové válce

V padesátých a dalších letech 20. století mělo vedení naší společnosti za to, že je třeba sportem prezentovat kvalitu společenského zřízení. Proto i finanční prostředky byly směřovány především do rozvoje výkonnostního a vrcholového sportu. Přesto se v té době daří uskutečnit zcela unikátní věc: s rozvojem léčebné rehabilitace se začínají rovněž objevovat snahy o zavedení školního předmětu, který by umožňoval skupinové zdravotně-tělovýchovné působení na děti se zdravotním znevýhodněním. Tato myšlenka byla vskutku revoluční, neboť zavedení zdravotního cvičení přímo do škol umožňovalo plošné působení na velké množství dětí s odchylkami od zdravotního stavu – ortopedickými, neurologickými, respiračními aj. (Strnad et al., 2019).

Ve školním roce 1948/1949 vešla v platnost směrnice o tzv. zvláštní tělesné výchově, která vytvořila předpoklady pro zařazení této výchovy mezi řádně vyučované předměty pro žáky III. zdravotní skupiny podle tehdejší tělovýchovné lékařské klasifikace. Tato klasifikace dělila populaci do čtyř zdravotních skupin a na základě toho rozdělení se doporučovala a schva-

Tabulka 1 Zdravotní skupiny ve vztahu k tělesné výchově

Zdravotní skupina	Zdravotní stav	Tělesná výchova
I.	jedinci zdraví, přiměřeně vyvinutí, s vysokým stupněm trénovanosti	školní tělesná výchova a sport bez omezení (vyjma věkových a pohlavních zvláštností), dispozice k výkonnostnímu sportu
II.	jedinci zdraví, méně trénovaní	školní tělesná výchova a sport bez omezení (vyjma věkových a pohlavních zvláštností)
III.	jedinci oslabení s trvalými nebo dočasnými odchylkami tělesného vývoje	školní tělesná výchova s úlevami podle druhu oslabení, zdravotní tělesná výchova, sport podle druhu oslabení
IV.	jedinci nemocní	léčebná tělesná výchova, uvolnění z hodin školní tělesné výchovy

lovala vhodná pohybová aktivita (tabulka 1). Udržela se prakticky po celou druhou polovinu 20. století (Škvára, 1973). V odděleních zvláštní tělesné výchovy se počítalo s 6–12 žáky, což byl počet, který vytvářel předpoklady k individuálnímu přístupu výchovnému i vzdělávacímu. Pokud to celkový zdravotní stav umožnil, bylo možné i v průběhu školní docházky přeřadit žáka/žákyni do běžné TV nebo navštěvovat obě tělovýchovné formy. Navazující výnos ministerstva školství a kultury ze dne 22. 10. 1951 pak ustanovil zvláštní TV jako zákonnou formu povinné školní tělesné výchovy pro všechny žáky zařazené do již výše zmíněné III. zdravotní skupiny (Strnad et al., 2019).

Název pro tuto tělovýchovnou formu byl zvolen jako kompromisní řešení. Vhodnější označení, „zdravotní tělesná výchova“, bylo pracovníky ministerstva zdravotnictví odmítnuto z obavy, aby si veřejnost nespojovala pedagogickou činnost se službami ve zdravotnictví. Teprve později došlo ke změně na aktuálně používaný termín zdravotní tělesná výchova (ZTV). O uvedení do praxe se zasloužila spolupráce ministerstev školství a zdravotnictví. Zakladatelem zdravotní tělovýchovy byl doc. PhDr. František Škvára (1907–1985). Z tělovýchovných pedagogů, kteří ji rozvíjeli spolu se Škvárou, bychom mohli zmínit především Srdečného, dále Kratochvíla, Kábeleho, Adámka, Adamírovou, Ledvinkovou, Strnada, Hoškovou, Matoušovou, Petzlovou, Revendu, Zintlovou, Žbírkovou a další. Z lékařů, ve většině případů s profesorskými tituly, kteří podporovali rozvoj zvláštní TV, lze jmenovat např. Vavřdu, Frejku, Hněvkovského, Jaroše, Lukeše, Floriána, Javůrka, Čermáka, Kyrálovou, Máchka, Špičáka a další. Tito odborníci společně pracovali i na půdě Českého svazu tělesné výchovy (ČSTV) v komisi Zvláštní tělesné výchovy, při jeho Vědecko-metodické radě. Vedle této pedagogické komise se problematikou ZTV zabývala také Zdravotnická rada při Československém ústředním výboru ČSTV, ve které rovněž pracovali někteří z výše jmenovaných lékařů. Spolupráce obou komisí se projevila na četných přednáškách pro veřejnost a při organizování odborných i vědeckých konferencí. Na Slovensku pracovali učitelé vysokých škol a lékaři ve stejnojmenných komisích při Vědecko-metodické radě Slovenského ústředního výboru Československého svazu tělesné výchovy (Strnad et al., 2019).

Na vysokých školách vznikaly smíšené oddíly pro studenty s různými typy oslabení nejen hybného systému, ale například nervového, dechového, srdečně-cévního atd. V roce 1982 se podařilo oficiálně začlenit tělesnou výchovu „pro oslabené“ do nabídky sportovních klubů. Později se ustálil dnes známý pojem zdravotní tělesná výchova.

V současnosti je ZTV začleněna do učebních plánů učitelů oborů na pedagogických a sportovně orientovaných fakultách. Školení cvičitelů probíhá

také pod záštitou dalších organizací, např. České asociace Sport pro všechny, České obce sokolské, Senior fitness a dalších, které vytvářejí předpoklad pro rozvoj v této oblasti. Řada vysokých škol (v Praze například VŠE, ČVUT) nabízí ZTV jako volitelnou formu tělesné výchovy.

V únoru 2021 vznikla pracovní skupina pro ZTV při České asociaci aplikovaných pohybových aktivit. Cílem této skupiny je dále rozvíjet vzájemnou spolupráci odborníků a institucí v oblasti ZTV a přispět k inovacím jak z hlediska legislativního a systémového ukotvení ZTV, tak i obsahové náplně.

LTV v kontextu zdravotní péče

Paralelně s oblastí zdravotní tělovýchovy v oblasti školství a volného času se v průběhu 20. století rozvíjela oblast léčebné rehabilitace. V roce 1913 vzniká zásluhou prof. Strouhala Česká společnost pro fyzikální medicínu v Praze a navazuje na velkou tradici českého lázeňství. Oddělení „fyziatrie“ jsou v roce 1951 jednotně přejmenována na rehabilitační oddělení. V roce 1962 vzniká Rehabilitační společnost v Československé lékařské společnosti J. E. Purkyně, orientovaná primárně na léčbu poruch pohybového systému (vertebrogení poruchy) a následně s přesahem na zlepšování péče o děti a mládež se zdravotním postižením a rozvoj speciálního školství. Koncepce oboru fyziatrie, balneologie a léčebné rehabilitace (FBLR) vzniká v roce 1973. V roce 1991 vzniká Unie fyzioterapeutů (Historie oboru rehabilitace, 2019, <http://www.unify-cr.cz/>).

Léčebná tělesná výchova (LTV) patří k významným základním prostředkům léčebné rehabilitace, kterou s pacientem provádí fyzioterapeut. Může probíhat individuálně či skupinově, nicméně vždy na základě klinického vyšetření a v souladu se standardy zdravotní péče. Je určena pacientům s akutním či chronickým onemocněním či postižením pohybového systému či pacientům s jinou diagnózou (např. gynekologickou, respirační, kardiovaskulární) se sekundárním přesahem do pohybové funkce.

ZTV v současnosti

Zdravotní tělesná výchova je jedna z forem vzdělávací soustavy, která je zaměřena především na upevnování a zlepšování zdravotního stavu jedinců se zdravotním oslabením a postižením. Ve vzdělávacím systému je zařazena na základě rámcových vzdělávacích programů (RVP) do vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, a to konkrétně do vzdělávacího oboru Tělesná výchova (Dostálová, 2011; Krejčík & Vařeková, 2020, RVP ZV, 2017). Na základě RVP by jednak měly být využívány prvky ZTV v hodinách v povinné TV pro všechny žáky. Zároveň by ZTV měla být školami nabízena jako ucelený systém. Je nabízena žákům III. (II.) zdravotní skupiny v samostatných vyučovacích hodinách (RVP ZV, 2017, s. 100).

Ješina a Kudláček (2011) řadí ZTV mezi formy aplikované TV (ATV). ATV považují za nadřazený pojem pro zajištění tělesné výchovy pro žáky a studenty se speciálními vzdělávacími potřebami v kontextu TV, kdy jsou podmínky i obsah náležitě modifikovány. ATV může probíhat inkluzivně, paralelně či segregovaně, a to v následujících formách: ITV (inkluzivní, dříve integrovaná TV), TV ve třídách či školách zřízených pro žáky se SVP, ZTV a rehabilitační TV (RTV), která je vyučována na základních školách speciálních. ZTV podle autorů „představuje alternativu pro tělovýchovný proces na běžných základních školách. ZTV je primárně zaměřena na žáky se zdravotním znevýhodněním s cílem prevence zdravotních rizik“ (Ješina a Kudláček (2011, s. 19).

Mezi nejvíce využívané prostředky ZTV patří vyrovnávací cvičení, nácvik správných dechových technik, využití metod posturální korekce a relaxační cvičení. Cílem ZTV je všestranný a harmonický vývoj jedince. Důraz se během cvičení klade zejména na uvědomělý vedený pohyb, který je pomalý, tak aby byl pod plnou kontrolou cvičícího. Velkou roli hraje rozvoj vnímání a sledování polohy při cvičení. Pracuje se především s funkčními poruchami pohybového systému (FPPS), které mohou být primární nebo mohou doprovázet různé jiné typy poruch či onemocnění (respirační, neurologické, cévní, metabolické, psychické...). Mezi zmíněné FPPS patří především dyspraxie, svalové dysbalance, poruchy držení těla, poruchy dechového stereotypu, plochonoží atd. FPPS se kombinují a mohou úzce souviset s dalšími poruchami.

Pokud je to možné, snaží se ZTV u žáků vyrovnat, zachovat či zvýšit funkční zdatnost. V rámci ZTV lze jedince vzdělávat a prohlubovat znalosti o principech FPPS a možnostech nápravy, pomoci mu s vytvořením adekvátního pohybového režimu a posílit pozitivní vztah k pohybu (Dostálová, 2011). To je důležité zejména v současné době, kdy se u dětí objevuje řada negativních jevů (např. trávení volného času ve „virtuálním světě“, nízká úroveň pohybové aktivity v rodině, nevhodné nutriční návyky atd.), jež jsou spojeny s pozdějšími poruchami zdraví a nevhodným životním stylem (Ochaba & Madarásová Gecková, 2019).

Význam ZTV pro žáky se specifickými vzdělávacími potřebami v TV je tedy preventivní i terapeutický, dlouhodobě vzdělávací a výchovný. ZTV je formou speciálněpedagogické podpory, která nejen že napomáhá pohybovému rozvoji, ale podněcuje zájem o pohybovou aktivitu, která má pozitivní přínos po celý život. Umožňuje přístup k TV všem dětem na všech stupních vzdělávacího systému a napomáhá jejich rozvoji na úrovni fyzické i psychické (Krejčík & Vařeková, 2020).

DISKUZE

Paralely a rozdíly LTV a ZTV – nezbytnost interdisciplinární spolupráce

V předcházejícím textu bylo pojednáno o historii i současnosti ZTV v kontextu českého vzdělávacího systému. Byla zde rovněž zmíněna historická paralela mezi zdravotní TV a léčebnou TV, realizovanou fyzioterapeuty na základě preskripce lékařem, a to zejména skupinovou LTV a programy Školy zad.

ZTV i LTV:

- vyšly ze společných historických kořenů (švédská gymnastika, východní tělovýchovné systémy) a inspiroují se moderními tělovýchovnými koncepty i pomůckami;
- pracují s podobnými prostředky;
- využívají některé obdobné metody testování;
- pracují s jedinci se speciálními potřebami s cílem využít tyto prostředky k podpoře zdraví.

Historicky se LTV i ZTV opíraly o směrnici č. 3/1981 MZ ČR, o péči a zdraví při provádění tělesné výchovy a sportu, která definovala čtyři skupiny dle přístupu k TV, kdy III. skupině byla doporučována ZTV a IV. skupině LTV.

Vzdělání i zázemí fyzioterapeuta, který vede skupinovou LTV ve zdravotnickém zařízení (ambulantním či např. lázeňském), a učitele ZTV, který ji vede v rámci školního vyučování pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami, se samozřejmě liší, ale cíle jsou shodné: zlepšit držení těla, dechový stereotyp, svalovou koordinaci, funkční zdatnost i psychické ladění, edukovat a motivovat. Základem je uvědomit si, že jakkoli je každý jedinec unikátní ve svém zdraví či pohybových poruchách, existují určité společné pilíře primární i sekundární prevence pohybových poruch, jimiž je možné zdraví podpořit. Jedná se o cvičení (pro svalovou rovnováhu, sílu, flexibilitu i koordinaci), dýchání (tedy práci na zlepšení dechové mechaniky), posturální korekci a ADL (Activities of Daily Living, ovlivnění držení těla a edukace doporučených pohybových vzorů v sedu, stoji i při běžných denních činnostech), relaxaci a další psychomotorické aktivity využívající úzké vazby psychiky na pohybový systém (Vařeková, 2001; Levitová & Hošková, 2015).

Dařová et al., (2007) uvádí, že pohyb je dnes součástí doporučení komplexní léčby prakticky u všech tzv. civilizačních onemocnění. Preskripce pohybové aktivity by se měli lékaři zabývat, ale klíčovou úlohu má hrát již škola. Ta totiž může mnohem levněji a účinněji položit základy celoživotnímu zdravému přístupu k životosprávě, nežli sekundárně zdravotnický systém.

U celé řady diagnóz a zdravotních obtíží je naprosto zásadní, aby LTV a ZTV šly ruku v ruce, neboť pouze interdisciplinární spolupráce může přinést úspěch.

Pohybová aktivita je nezbytná například v ucelené rehabilitaci jedinců s diabetem mellitem (Vařeková et al., 2018), samozřejmě u jedinců s obezitou (Dařová et al., 2018), ale také např. s hypermobilitou (Koubková et al., 2019). Samozřejmostí je pohybová aktivita v ucelené rehabilitaci zdravotních postižení, zejména těch neurologických a ortopedických, jako jsou míšní léze, roztroušená skleróza, mozková obrna aj. (Jarošová et al., 2019).

Studie zabývající se zdravím seniorů poukazují na klíčový význam celoživotní pohybové aktivity v kvalitě života v pozdním věku (Dařová & Chlumský, 2017). Uvědomme si, že to, jaký bude celoživotní vztah k pohybové aktivitě (s následným nepopiratelným dopadem na kvalitu života seniorů i náklady společnosti na péči o ně) u budoucích generací, ovlivňujeme právě ve školách. Zdatnost a soběstačnost budoucích generací bude významně ovlivňovat potřebu sociálních služeb, přičemž se vzhledem k demografickému vývoji v budoucnu očekává jejich zvýšená poptávka (Kaczor & Kaczor, 2018).

V LTV a ZTV se pro nastavení pohybového programu využívá některých společných metod základního testování. Patří sem hodnocení pohybového systému pohledem, základní testování rozsahu pohybu, hodnocení funkce nohy, testování funkční zdatnosti, ale i další testy, jako např. využití testu MABC2, hodnocení síly stisku ruky aj. (Čelko & Gúth, 2018, Chlumský & Dařová, 2017, Kinkorová a kol., 2019, Nováková a kol, 2017).

V metodách intervence je používána inspirace obdobnými přístupy. Např. ovlivnění hlubokého stabilizačního systému (Bačová et al., 2015), dechová rehabilitace (Vetkasov et al., 2014, 2015), relaxace či prvky jógy (Kubát, 2019).

ZTV a legislativa v proměnách času

Navzdory tomu, že uplatnění ZTV ve vzdělávacím systému se ukazuje jako žádoucí a tato pozitivní praxe je v českých podmínkách realizována již sedm desítek let, z důvodu nešťastných legislativních změn se systémové vyučování ZTV ocitlo v obtížné situaci.

V roce 2013 pozbyla platnost směrnice č. 3/1981 MZ ČR, o péči a zdraví při provádění tělesné výchovy a sportu. Nově přijatá vyhláška č. 391/2013 Sb., o zdravotní způsobilosti k TV a sportu, již rozdělení do zdravotních skupin neobsahuje. Mění se myšlenkový rámec a není již více uvažováno o různých formách TV pro různé skupiny populace, ale zmiňovány jsou pouze kontraindikace k PA. Tak je ve vyhlášce uvedena celá řada diagnóz (např. obezita, alergie či svalové dysbalance), jejichž přítomnost může vést k omezení možnosti účastnit se pohybových aktivit. Nešťastně tak vzniká legislativní opora opravňující k uvolňování z TV, které je zcela v rozporu s moderními trendy doporučení pohybové aktivity v prevenci a léčbě těchto onemocnění (Ješina, 2017).

Od roku 2016 platná vyhláška č. 27/2016, o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných, zařazuje ZTV do systému podpůrných opatření jako předmět speciálněpedagogické péče (PSPP). Vzniká zde však paradoxní situace: PSPP může být s finanční podporou systému podpůrných opatření vyučován pouze „pedagogickými pracovníky školy s rozšířenou kompetencí pro oblast speciální pedagogiky, speciálními pedagogy nebo psychology školy“. Nikdo z uvedených však reálně není svým vzděláním vybaven pro výuku tohoto předmětu, neboť ZTV není již mnoho let součástí vzdělávání ve speciálněpedagogických oborech. Naopak učitel TV, který předmět ZTV na VŠ absolvoval, k jeho výuce dle platné legislativy oprávněn není.

Podobně je limitován okruh odborníků i předmětu rehabilitační tělesná výchova, který je alternativou ZTV u žáků nejčastěji s těžkými formami mentálního postižení a limitovanými možnostmi spontánního pohybu. Tento předmět může být dle rámcového vzdělávacího programu pro obor vzdělávání základní škola speciální vyučován pod supervizí příslušného lékaře buď fyzioterapeutem, nebo učitelem se specializací somatopedie. Realitou však zůstává fakt, že fyzioterapeut nedisponuje pedagogickou kompetencí, a jak již bylo zmíněno, speciálněpedagogické obory, včetně těch se zaměřením na somatopedii, nezařazují do svých kurikul ZTV ani rehabilitační tělesnou výchovu.

Legislativní rámec tak roztáčí spirálu následujících negativních jevů:

1. školy, které nemají podmínky, nevyhledávají organizačně a finančně náročná řešení;
2. učitelé se necítí být dostatečně kompetentní pro vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami (SVP);
3. lékaři preferují uvolnění žáka před složitějším jednáním o specifických podmínkách jeho začlenění do TV;
4. rodiče volí uvolnění žáka před apelováním na vytvoření podmínek pro rozvoj dítěte a součinnost se školou.

Česká školní inspekce v roce 2016 realizovala inspekční šetření na základních a středních školách, aby se zjistilo, jaká je nabídka pohybových aktivit pro zdravotně oslabené. Ukázalo se, že pouze necelá desetina škol organizuje ZTV. Zarážející z pohledu inspekce je, že alespoň jednoho žáka s osvobozením z TV mají všechny školy, ale žáci nemají možnosti pro rozvoj pohybových dovedností či kompenzaci svého zdravotního handicapu. Česká školní inspekce apeluje v závěru celé zprávy na podněcování širšího zavádění ZTV ve školách (ČŠI, 2016; Krejčík et al., 2019).

Důležitou roli v celém systému hraje spolupráce s lékaři. Ti za současných podmínek preferují úplné

uvolnění, protože je jednodušší než diskuze o adaptaci výukového procesu. Např. v Doporučení lékařských společností pro TV dětí s kardiovaskulárním onemocněním (Chaloupecký et al., 2011) se doporučuje dětem ve III. skupině plně uvolnění z TV, ale přitom se za vhodnou považuje individuálně nastavená pohybová aktivita, např. bruslení, jízda na koni, turistika a spinning nízké intenzity, rychlá chůze či golf. Důležitá je tedy spolupráce jak s praktickými dětskými, tak i s tělovýchovnými lékaři a získání jejich podpory, tak aby nedocházelo v prvním kroku k uvolnění z tělesné výchovy.

Je důležité sdílet napříč odbornostmi (učitelé, lékaři, fyzioterapeuti, zákonodárci a další odborná veřejnost) přesvědčení o významu tělesné výchovy pro celoživotní rozvoj dítěte a společně usilovat o to, aby byla vždy nejprve snaha umožnit žákovi se SVP vhodnou formu začlenění do TV a aby k tomu byli edukováni i rodiče. V současné době existuje celá řada forem podpory žáka se SVP, které mohou být využity i v TV. Plán pedagogické podpory či individuální vzdělávací plán vypracovaný pro žáka s dyspraxií na doporučení poradenského zařízení umožňuje například využití asistenta pedagoga. přízpusobení forem, metod i obsahu výuky, ale také zřízení ZTV pro skupinu žáků se SVP.

Zdravotní tělesná výchova na škole má možnost v podstatné míře snížit pravidelnou absenci žáků od pohybové výchovy, která je součástí práva na vzdělání. Navíc může v dlouhodobém horizontu ulevit rehabilitační péči, která je často přetížena chronickými pacienty s vertebrogenním algickým syndromem, svalovou dysbalancí, posturálními poruchami aj. Pokud bude fungovat prevence, fyzioterapie se tak stane nejen dostupnější pro akutní pacienty, ale i smysluplnější pro samotné fyzioterapeuty. Navíc systémově je vždy levnější prevence než léčba.

Zdravotní tělesná výchova má také možnost reagovat na aktuální situaci a pomoci s postupným zvyšováním pohybové aktivity po dlouhodobé hypoaktivitě, nabídnout prvky respirační rehabilitace po infekčním onemocnění (jak se aktuálně řeší v době pandemie covidu-19) aj. Je možné ji velice snadno realizovat i v době online výuky – na rozdíl od řady sportovních disciplín. Může být nabízena nejen v rámci speciálních hodin či zařazena do části hodin TV, ale je možné ji využít i v odpoledních družinách či ve formě volnočasových kroužků. ZTV nabízí širokou možnost využití, je navýsost potřebná, a proto je žádoucí věnovat zaslouženou pozornost i jejímu rozvoji.

Šimeková (2017) se ve své práci zabývala analýzou kurikul pregraduálních vysokoškolských oborů zaměřených na tělesnou výchovu a fyzioterapii na vybraných fakultách v ČR a potvrdila, že většina těchto oborů ZTV obsahovala jako povinnou součást. Do budoucna je nicméně nesmírně důležité se zaměřit i na porovnání obsahu tematických plánů těchto oborů a otevřít

diskuzi k jejich sjednocení a uzpůsobení změnám požadavků praxe.

ZÁVĚR

Zdravotní tělesná výchova tvořila po dlouhá desetiletí v České republice most mezi léčebnou tělesnou výchovou, kterou nabízejí fyzioterapeuti v rámci systému péče hrazené ze zdravotního pojištění, a běžnou tělovýchovou zaměřenou na všeobecný pohybový rozvoj. Není možné ani vhodné všechny děti s neideálním držetím těla, poruchou dechového stereotypu, plochonožím či jinými funkčními poruchami pohybového systému dlouhodobě léčit a udržovat v systému zdravotní péče.

ZTV umožňuje vnímat pohyb jako prevenci i léčbu, působí salutogeneticky, tedy podporuje zdraví. I když je nabízena třeba jen 1 hodina týdně, v dlouhodobém horizontu je to velká časová dotace, kterou není možné v systému zdravotnictví pro tak široký okruh dětí zajistit.

Je třeba si uvědomit, že v současnosti zažíváme na jednu stranu vzestup mnoha preventivních zdravotních programů s podporou ministerstev, obcí, zdravotních pojišťoven i soukromých subjektů, na straně druhé však z důvodu nešťastných legislativních zásahů se ze škol prakticky vytrácí ZTV a tento trend již nyní vykazuje negativní důsledky, které se v dlouhodobém horizontu mohou prohlubovat.

Zdravotní tělesná výchova v Československu vznikla díky společnému úsilí osvícených lékařů i učitelů 19. i 20. století. Věřme, že i 21. století systémovou podporu zdravotně orientované tělesné výchovy náležitě docení. Už jen proto, že představuje jeden z mála možných nástrojů pro rozvoj pohybové gramotnosti u významného počtu žáků, kteří by se jinak k vhodným pohybovým aktivitám jako součástí jejich povinného vzdělávání nikdy nedostali.

REFERENČNÍ SEZNAM

- Bačová, I., Cicholesová, T., Dziaková, M., Šulla, I., Kitka, M., Petrovičová J. (2015). Význam rehabilitácie hlbokého stabilizačného systému pri liečbe vertebrogénnych ochorení. *Rehabilitácia*, 52(2), 67–68. ISSN 0375-0922.
- Čelko, J., Gúth, A. (2018). Sila stisku ruky. *Rehabilitácia*, 55(2), 68–78. ISSN 0375-0922.
- ČŠI. 2016. *Tematická zpráva: vzdělávání v tělesné výchově, podpora rozvoje tělesné zdatnosti a pohybových dovedností*. [online]. [cit. 2018-08-09], Dostupné z: <http://www.csicr.cz/cz/Aktuality/Tematicka-zprava-Vzdelavani-v-telesne-vychove,-pod>
- Daňová, K., Radvanský, J., Pelíšková, P., Slabý, K., Smitková & Máčková, H. (2007). Je preskripce pohybové aktivity součástí léčebně-preventivní péče civilizačních chorob? *Časopis lékařů českých*, 146(5), 503–507. ISSN 1803-6597.

- Daďová, K., Svoboda, V., Vařeková, J., Koubková N., Vilius, Z. (2018). Efekt měsíční lázeňské rehabilitace na obezitu u dětí staršího školního věku. *Rehabilitácia*, 55(2), 114–126. ISSN 0375-0922.
- Dostálová, I. (2011). Teorie a praxe zdravotní tělesné výchovy. Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury. *Tělesná kultura*, 34(2), 113–125. ISSN 1211-6521.
- Dvořáková, Z. (1989). *Miroslav Tyrš, prohry a vítězství*. Praha: Olympia.
- Historie oboru rehabilitace (2019). Dostupné z: <https://rehabilitace.lf1.cuni.cz/historie-oboru-rehabilitace>
- Hošková, B. Matoušová, M. (2007). *Kapitoly z didaktiky zdravotní tělesné výchovy*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1392-5.
- Chaloupecký, V., Reich, O., Janoušek, J., Bartáková, H., Radvanský, J., Slabý, K., Urbanová, Z., Škovránek, J. (2011). Všeobecná doporučení pro pohybovou aktivitu a sportovní aktivitu u dětí a mladistvých s kardiovaskulárním onemocněním. *Medicina Sportiva Bohemica et Slovaca*, 20(4), 179–206. ISSN 1210-5481.
- Chlumský, M., Daďová, K. (2017). Testování funkční zdatnosti seniorů metodou senior fitness test v podmínkách skupinového cvičení. *Rehabilitácia*, 54(4), 259–272. ISSN 0375-0922.
- Jäppinen, K. Barnygymnastik bild 1. In: *The Swedish School of Sport and Health Sciences* [online]. 2019 [cit. 2019-10-24]. Dostupné z: <https://www.gih.se/Bibliotek/Ombiblioteket/Foton-ur-arkivet/Barnygymnastik/Barnygymnastik-1/>
- Jarošová, E., Vařeková, J., Šteffl, M. & Pokuta, J. (2019). Pohybová a nutriční edukace v ucelené rehabilitaci jedinců po poškození míchy. *Rehabilitácia*, 53(3), 188–198. ISSN 0375-0922.
- Ješina, O. (2017). Fenomén neoprávněného uvolnění z tělesné výchovy v základním a středním školství. *Tělesná kultura*, 40(1), 16–22. doi: 10.5507/tk.2015.016.
- Ješina, O., Kudláček, M., et al. (2011). *Aplikovaná tělesná výchova*. Olomouc: UP v Olomouci.
- Kaczor, P., Kaczor, M. (2018). Stárnutí obyvatelstva versus ekonomická aktivita seniorů. *Sociální práce*, 2, 7–21. ISSN 1805-885X.
- Kinkorová, I., Brožová, E. & Hráský, P. (2019) Hodnocení držení těla a výskytu svalových dysbalancí u prvoličkových hráčků házené. *Rehabilitácia*, 53(3), 240–246. ISSN 0375-0922.
- Krátký, F. (1963). *Dějiny tělesné výchovy*. Praha: SPN.
- Krejčík, P. Vařeková, J. (2020): Zdravotní tělesná výchova – otázky a výzvy. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 86(1), 2–9. ISSN 1210-7689.
- Kubát, A. (2019). Chronické nespecifické bolesti zad a jóga jako jedna z možností léčby. *Rehabilitace a fyzikální lékařství*, 26(1), 37–40. ISSN 1211–2658.
- Levitová, A., Hošková, B. (2015). *Zdravotně-kompenzační cvičení*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-4836-8.
- Lindroth, J. *History of GIH. The Swedish School of Sport and Health Sciences* [online]. 2006 [cit. 2019-10-23]. Dostupné z: <https://www.gih.se/In-English/About-GIH/History/>
- Nováková, T., Hiršová, P., Lopot, F., Pavlů, D. & Lorenková, K. (2017). Screening pohybového systému školních dětí (7 až 12 let) v Praze. *Rehabilitace a fyzikální lékařství*, 24(4), 234–242, ISSN 1211-2658.
- Ochaba, R., Madarásová Gecková, A. (2019). Sociálne determinanty zdravia školákov – kľúčové výsledky medzinárodného prieskumu. *Lekársky obzor*, 68(9). 291–296. ISSN 0457-4214.
- Pehr Henrik Ling. (2018). In: *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation [cit. 2019-10-24]. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/Pehr_Henrik_Ling
- RVP ZV (2017). Rámcový program pro základní vzdělávání. Dostupné z: http://www.nuv.cz/uploads/RVP_ZV_2017.pdf
- Srdečný, V. (1977). *Tělesná výchova zdravotně oslabených*. Praha: SPN.
- Strnad et al. (2019). 70 let zdravotní tělesné výchovy. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 85(6), 2–10. ISSN 1210-7689.
- Strnad, P., Srdečný, V. (2017). Doc. PhDr. František Škvára – zakladatel zdravotní tělesné výchovy. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 83(5), 43–46. ISSN 1210-7689.
- Strnad, P. (2005). Výskyt poruch pohybového aparátu žáků základních a středních škol uvedený učiteli a praktickými lékaři pro děti a dorost. *Pohybové ústrojí*, 11. Kubátův podologický den, Lékařský dům v Praze, 12/2005, 2–4.
- Šimeková, P. (2017). *Zdravotní tělesná výchova ve studijních programech fakult se sportovním zaměřením v České republice*. Olomouc, 2017. Diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, katedra aplikovaných pohybových aktivit. Vedoucí práce: Iva Dostálová.
- Škvára, F. (1973). *Úvod do metodiky zvláštní tělesné výchovy*. Praha: SPN.
- Vařeková, J. (2001). Skupinová fyzioterapie (možnosti využití skupinové edukace v léčebné rehabilitaci). *Rehabilitace a fyzikální lékařství*, 8(2), 57–61. ISSN 1211-2658
- Vařeková, J., Vrátná, E., Daďová, K., Fejfarová, V. & Vařka, T. (2018). Pohybová rehabilitace a její edukace u pacientů s diabetem mellitem 2. typu. *Rehabilitácia*, 56(1), 48–60. ISSN 0375-0922.
- Vetkasov, A., Hošková, B. & Sobotková, I. (2014). Objektivizace významu dechových cvičení u osob s poraněním míchy. *Rehabilitace a fyzikální lékařství*, 21(2), 68–72. ISSN 1211-2658.
- Vetkasov, A., Hošková, B. & Sobotková, I. (2015). Spolehlivost měření pohybu dolních žebere a brániční mobility radiografickou metodou u osob po poranění míchy. *Rehabilitácia*, 52(4), 228–235. ISSN 0375-0922.
- Vyhl. č. 27/2016 Sb. Vyhláška o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných. *Zákony pro lidi* [online]. [cit. 2019-10-09]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2016-27>
- Vyhl. č. 391/2013 Sb. Vyhláška o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu. *Zákony pro lidi* [online]. [cit. 2019-10-09]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2013-391>
- Zákon č. 561/2004 Sb. Zákon o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon). *Zákony pro lidi* [online]. [cit. 2019-10-09]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2004-561#cast1>

Kontakt na autora: varekova@ftvs.cuni.cz

Postoje a subjektivně vnímaná míra připravenosti učitelů a škol pro realizaci společné tělesné výchovy s účastí žáků s tělesným postižením a tělesným znevýhodněním

Attitudes and perceived subjective level of preparedness of teachers and schools for the implementation of inclusive physical education with the participation of pupils with physical disabilities and physical handicaps

Jakub Řičica, Ondřej Ješina, Andrea Žabčíková, Ladislav Baloun, Martin Kudláček

Katedra APA, FTK UP Olomouc

ABSTRAKT

Cílem studie bylo zjistit a analyzovat postoje, subjektivní míru připravenosti a zkušenosti učitelů k zařazení žáků s tělesným postižením (TP) a tělesným znevýhodněním (TZ) do společného vzdělávání ve školní tělesné výchově (TV). Výzkumný soubor tvořilo 40 učitelů TV (10 mužů a 30 žen) s věkovým průměrem $45 \pm 10,0$ let. Diagnostickou metodou byla upravená česká verze dotazníku Attitudes Toward Teaching Individuals with Physical Disabilities in Physical Education (ATIPDPE - L). Výsledky naznačují, že učitelé TV se necítí být plně kompetentní pro realizaci společného vzdělávání, ale projeví zájem o další vzdělávání v této problematice (48 %). Učitelé TV jsou si vědomi, že společné vzdělávání žáků s TP a TZ přináší větší náročnost na vedení a organizaci výuky školní TV (souhlasné stanovisko deklarovalo 88 %) a také vysoké nároky na přípravu vyučovacích jednotek TV (68 %). Učitelé také popisují, že jsou většinou školy nedostatečně materiálně vybaveny, chybí bezbariérovost a celkově finanční prostředky. Za pozitivní považujeme zjištění, že učitelé souhlasí se společným vzděláváním. Dle názorů pedagogů však takové pozitivní postoje nesdílejí jejich žáci bez speciálních vzdělávacích potřeb a ani jejich rodiče. Dominantní část oslovených učitelů si pak myslí, že společné vzdělávání v TV má pozitivní vliv na získání dovedností pomáhat druhým (92 %) a pro zlepšení spolupráce mezi žáky (88 %).

Klíčová slova: aplikované pohybové aktivity; aplikovaná tělesná výchova; žák se speciálními vzdělávacími potřebami; vzdělávání; inkluze

ABSTRACT

The aim of the study was to analyse attitudes towards, as well as subjective preparedness and experiences of teachers regarding the inclusion of pupils with a physical disability into schools' physical education programs. The research sample consisted of 40 teachers of physical education (10 male and 30 female). The average age was 45 ± 10 years. The Czech version of the questionnaire Attitudes Toward Teaching Individuals with Physical Disabilities in Physical Education (ATIPDPE - L) was adapted to this use case using a diagnostic method. The results indicate that the teachers of physical education do not see themselves as fully competent for implementation of inclusion but do have an interest for further training (48%). They are aware that inclusion makes leading and organising a physical education class more difficult (as declared by 88%), but that it also brings higher requirements to preparation of such classes (as declared by 68%). Teachers further state that most schools are insufficiently equipped, both financially and infrastructurally (lacking accessibility for children with disabilities). We positively perceive the discovery that teachers agree with inclusion. In the teacher's eyes however, this positive attitude is not shared among classmates with no special educational needs nor the parents of such children. The overwhelming share of the respondents nonetheless think that inclusion in physical education has a positive effect on developing a sense for helping others (92%) and that it improves collaboration between pupils (88%).

Key words: adapted physical activity; adapted physical education; student with special education needs; education; inclusion

ÚVOD

System podpurných opatření (vyhláška č. 27/2016) spoluvytváří podmínky k tomu, aby bylo každému žákovi umožněno kvalitní vzdělávání bez ohledu na jeho speciální vzdělávací potřeby (SVP). Školní tělesná výchova (TV) je mezi povinnými obory vzdělávání (MŠMT, 2017) zastoupena všeobecně vzdělávacím předmětem tělesná výchova. Ve vztahu k účasti žáka se SVP v tomto předmětu pak v poslední době mluvíme o inkluzivní tělesné výchově (ITV) (Ješina et al., 2020). Ješina et al. (2020, 16) pak proces etablování pojmu ITV popisují takto: „TV je jakožto všeobecně vzdělávací předmět určena všem žákům, včetně žáků se SVP. Tím se TV s účastí integrovaného žáka stává inkluzivní TV.“ V našem textu používáme i pojem *společné vzdělávání žáků s tělesným postižením (TP) a tělesným znevýhodněním (TZ) v hodinách TV*, který vychází z použité výzkumné metody (upravená česká verze dotazníku Attitudes Toward Teaching Individuals with Physical Disabilities in Physical Education [ATIPDPE - L]) a v této práci je považován za synonymum k ITV. Terminologické vymezení pak doplňujeme o pojem tělesné postižení, kterým se rozumí trvalý stav, charakteristický anatomickou, orgánovou nebo funkční poruchou, kterou již není možné ani přes adekvátní léčebnou péči zcela odstranit nebo alespoň významně zmírnit (Novosad, 2011). Tělesné znevýhodnění pak chápeme jako omezení vyplývající pro jedince z jeho vady nebo postižení, které mu ztěžuje nebo znemožňuje naplnění jeho rolí (Slowik, 2016).

Podle Kudláčka, Ješiny a Štěrbové (2008) jsou největšími bariérami pro účast v ITV v České republice architektonické a postojové bariéry. Přestože bývají architektonické bariéry zmiňovány na prvním místě, bariéry postojové jsou stejně důležité v procesu existence či úspěchu inkluze v TV. Postoje velkou mírou ovlivňují naše chování a jsou důležitou součástí zejména našeho společenského života. Postoj si můžeme vytvořit v podstatě k čemukoliv. Ať už se jedná o konkrétní věc (míč), či věc abstraktní (projev), nebo jakékoli neživé věci. Emočně nabitě úsudky bez dostatečně kritického z hodnocení a z nich vyplývající postoje nazýváme předsudky (Hartl & Hartlová, 2004). Postoje k začlenění osob se SVP do společného vzdělávání mohou být ovlivněny mnoha aspekty, např.: etickými a kulturními vlivy, přesvědčeními, rozdíly, strukturou populace, vzděláním atp. (McMurray, 2003). Postoje učitelů k inkluzi bývají různorodé a jsou výsledkem souhry celé řady faktorů. Klíčové pro ně je, kolik toho daný učitel o inkluzivním vzdělávání ví a jak jí vlastně rozumí. Dále je samozřejmě také nezanedbatelná jeho dosavadní zkušenost s prací s žáky se SVP (Pančocha & Vaňurová in Bartoňová & Vítková, 2010).

Pedagogové, kteří již mají nějakou zkušenost se vzděláváním žáků se SVP či jsou absolventy dalšího vzdělávání, jsou inkluzivnímu vzdělávání více otevření. Učitelé, kteří si s žáky vypěstovali kladný vztah a dodávali jim odvalu, byli často úspěšnější. Významným faktorem pro úspěšnou inkluzi je mimo jiné také znalost osobní situace žáka a kontakt s jeho rodiči. Mnoho pedagogických pracovníků často k dosažení inkluzivního modelu vzdělávání pravidelně hovoří se svými kolegy o výchovných problémech žáků či učebním plánu (Biewer & Fasching in Heimlich & Kahlert, 2012).

Vedení školy má často velký vliv na postoje učitelů k inkluzi. V ideálním případě dává vedení škol svým pracovníkům najevo, že náročnost situace bere na vědomí a vyjadřuje jim respekt a podporu. Pedagogickým pracovníkům by měla být nabídnuta možnost kdykoliv o aktuálních problémech jednat s vedením. Nezbytná jsou i různá školení či krizové intervence a v neposlední řadě také zajištění podpory od speciálních pedagogů a asistentů pedagoga. Touto podporou a vstřícným chováním pak často vedení ovlivňuje postoje svých učitelů k inkluzi spíše pozitivním směrem. Zajímavý je taktéž fakt, že některé školy, které působí v lokalitách, kde na ně není kladen natolik vysoký tlak k přijímání žáků s disabilitou, často nepovažují inkluzi za důležité téma (Bartoňová & Vítková, 2016).

V minulosti byly provedeny i výzkumy na téma postoje k ITV u laické veřejnosti (Straková, Simonová, & Friedlaenderová, 2019).

V ČR provedli mapování postojů pedagogických pracovníků ve vztahu k inkluzivnímu vzdělávání např. Balaban Cakirpaloglu, Odstrčilová, Musilová a Bařinková (2019) nebo Hájková, Pastieriková, Klusáčková, Daşkın a Košák (2014). Postoje pedagogů k ITV či jejich vnímané kompetence pro vedení ITV jsou většinou prováděny jen jako závěrečné práce studentů studijních oblastí/programů tělesná výchova a sport (Gutwaldová, 2018; Nováková, 2019; Žabčíková, 2020).

Cílem studie bylo zjistit a analyzovat postoje, subjektivní míru připravenosti a zkušenosti učitelů k zařazení žáků s TP a TZ do společného vzdělávání ve školní TV.

METODIKA

Účastníci

Do výzkumu se zapojilo celkem 40 učitelů TV z Olomouckého kraje, z toho 10 mužů (25 %) a 30 žen (75 %) – viz tabulka 1. Věkové rozpětí výběrového souboru se pohybovalo v rozmezí 27 až 62 let. Celkový věkový průměr pak byl $45 \pm 10,0$ let.

Tabulka 1 Popisné statistiky výběrového souboru

Pohlaví	n	Věk				
		M	Medián	Minimum	Maximum	SD
Muži	10	40,2	36	34	49	7,63
Ženy	30	46,5	48	27	62	10,29

Poznámka: M = průměr; SD = směrodatná odchylka

Probandi byli do výběrového souboru vybráni nepraviděpodobnostní metodou výběru pomocí prostého záměrného výběru. Pro zařazení do výzkumu museli učitelé splňovat základní kritérium: učitel tělesné výchovy na základní škole.

Průměrná délka praxe probandů je $18,9 \pm 11,7$ let. Rozpětí délky praxe se pohybuje v rozmezí 2 až 39 let. Viz tabulka 2.

Tabulka 2 Délka praxe

Pohlaví	Průměr let praxe	Medián	Minimum	Maximum	SD
Muži	16	13	9	30	8,5
Ženy	19,84	23	2	39	12,44

Poznámka: SD = směrodatná odchylka

Metody sběru dat

Dotazník ATIPDPE (Kudláček, French, Myers, Sherrill, & Válková 2002) je zaměřený na zjišťování postojů, subjektivní míry připravenosti a zkušeností učitelů se začleňováním žáků se SVP do výuky TV. Pro účely této práce byla použita upravená verze tohoto dotazníku (Žabčíková, 2020). Úpravy spočívaly zejména v upřesnění některých definic, práci na grafickém designu dotazníku a částečně celkovém zjednodušení oproti původní verzi. Celková doba vyplňování dotazníku je 25 minut (dle míry angažovanosti probanda).

Dotazník začíná obecnými pokyny k vyplňování, následuje hlavní část a závěrem dotazníku jsou anonymní údaje respondenta a informace, které souvisí s předchozími zkušenostmi, připraveností školy na tuto problematiku nebo dalším vzděláváním apod. Všechny položky v tomto dotazníku používají sedmistupňovou Likertovu škálu. Úkolem respondenta je označit bod, který nejvíce charakterizuje jeho názor, přesvědčení nebo záměr.

Hlavní část dotazníku se týká názorů a přesvědčení. Je rozdělena na oddíly A, B, C:

- představy o chování – vnitřní přesvědčení (12 otázek);
- normativní přesvědčení – vnímání sociálního tlaku (7 otázek);
- řídicí přesvědčení – kontrolní přesvědčení (8 otázek).

Revidovaná verze dotazníku ATIPDPE – L je volně dostupná ke stažení na webových stránkách Centra APA Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci https://apa.upol.cz/images/dotazn%C3%ADk_ATIPDPE.pdf.

Sběr dat

Samotná data byla sbírána v období leden–únor 2020. Polovina probandů byla oslovena přes telefonickou komunikaci s žádostí o participaci na výzkumu a domluvení konkrétních podmínek pro realizaci. Následně probíhal roznos/rozvoz dotazníků k jednotlivým učitelům TV do škol. Většina učitelů často ochotně předala dotazník svým kolegům. Druhá polovina probandů byla oslovena v rámci pedagogických seminářů v Olomouckém kraji. V rámci výběru vyplněných dotazníků zpět byli učitelé většinou znovu kontaktováni a dotazníky byly vybrány až posléze – měli tak čas se v klidu nad problematikou zamyslet. Po přijetí dotazníku zpět došlo k ověření všech položek a přepisu do elektronické podoby.

Statistická analýza

Pro zpracování dat z upraveného dotazníku ATIPDPE – L byly použity programy Microsoft Excel 2013 a Statistica 13. V případě chybějících dat (pokud respondent zapomněl/nechtěl odpovědět) nebylo nutno vzhledem k charakteru zpracování výzkumu respondenta vyřazovat (několik případů). V této situaci bylo v dané položce v rámci statistického zpracování pracováno pouze s množstvím relevantních odpovědí (př. místo 40 probandů jen 39 apod.). Následně proběhla statistická analýza a byly vygenerovány popisné statistiky jednotlivých položek. V případě komentářů proběhla jejich základní kvalitativní analýza a následná integrace (popis/doplnění) pod statistické ukazatele.

VÝSLEDKY

Následují podrobné výsledky dle jednotlivých komponent dotazníku ATIPDPE – L. V každé tabulce je seznam všech jednotlivých položek a procento odpovědi v dané kategorii. Výsledky jsou pro lepší přehlednost graficky zpracovány: šedou výplní je označena kategorie s nejvyšším procentuálním zastoupením v každé položce; tučným písmem je zvýrazněna každá kategorie, která přesahuje 30 % odpovědi.

Vnitřní přesvědčení učitelů

Tato část dotazníku ATIPDPE – L popisuje vnitřní přesvědčení učitelů TV. Následující tvrzení souvisí s výsledky společného vzdělávání žáků s TP a TZ do hodin TV. Učitelé měli zhodnotit své vnitřní přesvědčení a určit jej na škále dle instrukcí. Do této části dotazníku spadá 12 otázek. Výsledky jsou zobrazeny v tabulce 3.

Tabulka 3 Procentuální výsledky – kategorie vnitřní přesvědčení učitelů (N = 40)

č.	Položka	<i>zcela nesouhlasí</i>	<i>spíše nesouhlasí</i>	<i>neví / nemůže se rozhodnout</i>	<i>spíše souhlasí</i>	<i>zcela souhlasí</i>
1	Při začlenění žáků s TP a TZ do mých hodin TV se žáci bez SVP naučí jednat s osobami s TP a TZ.	0	12	12	40	36
2	Začlenění žáků s TP a TZ do hodin TV bude znamenat větší náročnost na vedení a organizaci průběhu hodin TV.	0	0	0	12	88
3	Při začlenění žáků s TP a TZ do hodin TV se žáci naučí pomáhat druhým	0	0	8	48	44
4	Začlenění s TP a TZ do mých hodin TV bude klást vysoké nároky na přípravu hodiny.	0	0	0	32	68
5	Začlenění žáků s TP a TZ do mých hodin TV povede obecně ke zvýšení tolerance u žáků.	0	4	32	44	20
6	Začlenění žáků s TP a TZ do hodin TV bude mít pro žáky s TP a TZ pozitivní vliv na vývoj jejich osobností (např. sebevědomí, pocit začleněnosti atd.).	0	12	12	52	24
7	Při společném vzdělávání žáků s TP a TZ do hodin TV budou žáci s TP a TZ v hodině diskriminováni.	28	32	12	28	0
8	Začlenění žáků s TP a TZ do mých hodin TV žáci s TP a TZ zpomalí výuku.	0	0	36	36	28
9	Začlenění žáků s TP a TZ do hodin TV povede k větší informovanosti mých žáků o osobách s postižením.	0	4	0	36	60
10	Při společném vzdělávání žáků s TP a TZ do hodin TV se žáci naučí vzájemně spolupracovat.	0	0	12	48	40
11	Při začlenění žáků s TP a TZ do hodin TV budou žáci bez SVP v hodině TV diskriminováni.	28	20	12	40	0
12	Společné vzdělávání žáka s TP a TZ povede ke snížení kvality těchto hodin.	0	28	28	40	4

Vnímání sociálního tlaku

Tato část dotazníku se zabývá tím, jak učitelé vnímají různé názory od různých lidí (rodiče, kolegové, odborní pracovníci atd.) na to, co by měli dělat a jak moc by chtěli vyhovět v rámci společného vzdělávání u žáků s TP a TZ v hodinách TV. Do této kapitoly spadá 7 otázek. Výsledky jsou zobrazeny v tabulce 4.

Kontrolní přesvědčení

Tato část dotazníku souvisí s faktory a okolnostmi, které mohou začlenění žáků s TP a TZ značně znejednat nebo usnadnit. Do této kapitoly spadá 8 otázek. Výsledky jsou zobrazeny v tabulce 5.

Tabulka 4 Procentuální výsledky – kategorie vnímání sociálního tlaku (N = 40)

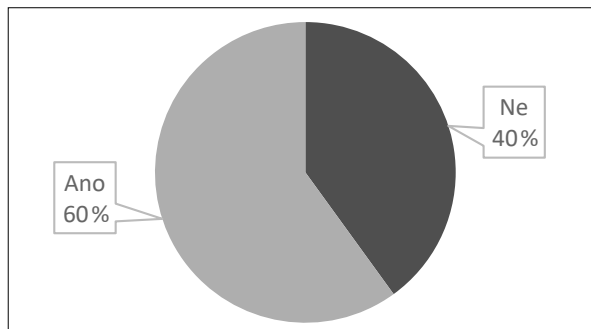
č.	Položka	<i>neměl</i>	<i>spíše neměl</i>	<i>Neví / nemůže se rozhodnout</i>	<i>spíše měl</i>	<i>měl</i>
1	Většina učitelů TV si myslí, že bych neměl/měl začlenit žáky s TP a TZ do mých hodin škol ní TV.	4	12	24	52	8
2	Ostatní učitelé si myslí, že bych neměl/měl začlenit žáky s TP a TZ do hodin TV.	4	12	40	40	4
3	Odborní pracovníci (např. lékaři, psychologové, speciální pedagogové, sociální pracovníci atd.) si myslí, že bych neměl/měl začlenit žáky s TP a TZ do hodin TV.	0	8	24	48	20
4	Rodiče žáků s TP a TZ si myslí, že bych neměl/měl začlenit žáky s TP a TZ do hodin TV.	0	0	36	40	24
5	Rodiče žáků bez SVP si myslí, že bych neměl/měl začlenit žáky s TP a TZ do hodin TV.	4	24	32	20	20
6	Většina žáků bez SVP si myslí, že bych neměl/měl začlenit žáky s TP a TZ do hodin TV.	8	29	33	22	8
7	Vedení na většině škol si myslí, že bych neměl/měl začlenit žáky s TP a TZ do hodin TV.	0	8	29	38	25

Tabulka 5 Procentuální výsledky získaných odpovědí respondentů – kategorie kontrolní přesvědčení (N = 40)

č.	Položka	<i>zcela nesouhlasí</i>	<i>spíše nesouhlasí</i>	<i>Neví / nemůže se rozhodnout</i>	<i>spíše souhlasí</i>	<i>zcela souhlasí</i>
1	Jsem dostatečně připraven/a na společné vzdělávání žáků s TP a TZ do hodin TV.	16	28	28	20	8
2	Myslím si, že školy nejsou dostatečně materiálně vybaveny pro společné vzdělávání žáků s TP a TZ do hodin TV.	8	8	8	32	44
3	Myslím si, že školy nejsou dostatečně bezbariérové.	4	20	16	28	32
4	Myslím si, že většina škol nemá dostatečné finanční prostředky pro společné vzdělávání žáků s TP a TZ do hodin TV.	12	4	8	40	36
5	Myslím si, že žáci nejsou dostatečně informováni o osobách s TP a TZ.	4	16	20	28	32
6	Myslím si, že většina žáků bez SVP by ve vztahu k žákům s TP a TZ mohla projevit pochopení a ochotu ke spolupráci.	8	28	8	32	24
7	Myslím si, že vedení škol by mě podporovalo při společném vzdělávání žáků s TP a TZ do hodin TV.	4	0	12	52	32
8	Myslím si, že většina rodin žáků s TP a TZ by byla nakloněna ke spolupráci při společném vzdělávání žáků s TP a TZ do hodin TV.	12	4	20	52	12

Výsledky odpovědí na otázku, zda má respondent zkušenost s TP a TZ, jsou zobrazeny v grafu 1.

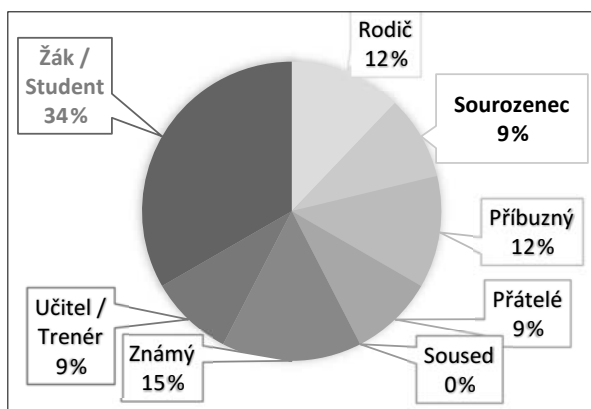
Graf 1 Zkušenosti s osobou TP a TZ)



Na otázku, zda má respondent zkušenost s TP a TZ, odpovědělo 60 % respondentů kladně a 40 % respondentů nemá žádné zkušenosti s TP a TZ (viz graf 1).

Respondenti byli také dotazováni na konkrétní osobní zkušenosti s osobami s TP a TZ, výsledky jsou znázorněny v grafu 2.

Graf 2 Osobní zkušenost s osobou TP a TZ, se kterou jsem byl/a v kontaktu

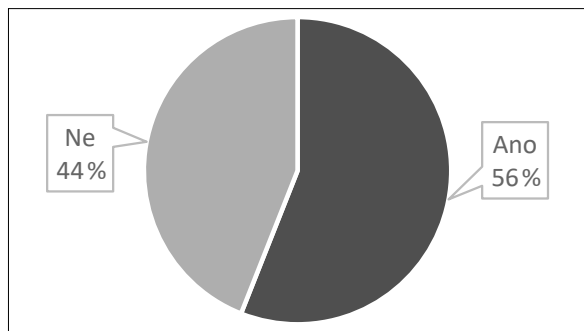


Z výsledků vyplývá, že nejvíce zkušeností mají respondenti (34 %) s žáky/studenty a nejméně se sousedem, kde vyšlo 0 % (viz graf 2).

Na základě osobního hodnocení uvedli respondenti také subjektivní pocit zkušenosti s osobami TP a TZ. 50 % respondentů uvedlo hodnocení uspokojivé a 50 % uvedlo velmi dobré.

Shrnutí odpovědí na otázku, zda účastníci výzkumu mají ve své škole integrované žáky s TP a TZ (viz graf 3).

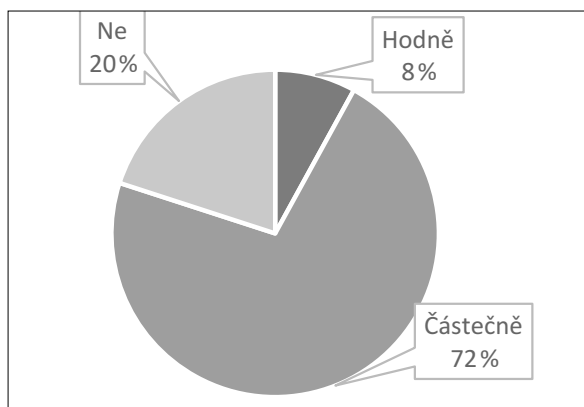
Graf 3 Integrovaní žáci s TP a TZ ve škole



Na položku, která se ptá, zda respondenti mají ve své škole integrované žáky s TP a TZ, 56 % dotazovaných odpovědělo souhlasně (32 % respondentů pak uvedlo, že mají tyto žáky i ve třídě).

Subjektivní pocit učitelů, zda se cítí kompetentní vyučovat žáky s TP a TZ (viz graf 4).

Graf 4 Subjektivní pocit kompetentnosti vyučovat žáky s TP a TZ



V rámci výzkumu bylo zjištěno, že 8 % respondentů se cítí být kompetentní hodně a 72 % respondentů uvedlo, že se cítí být kompetentní částečně. 20 % respondentů uvedlo, že se necítí být kompetentní vyučovat žáky s TP a TZ.

Dále 48 % respondentů uvedlo, že se zúčastnilo kurzu/školení ohledně integrované výuky a 52 % se nezúčastnilo žádného kurzu/školení. Většina kurzů, kterých se respondenti zúčastnili v rámci TV pro žáky s TP a TZ, byla součástí předmětu na VŠ.

DISKUZE

Cílem studie bylo zjistit a analyzovat postoje, subjektivní míru připravenosti a zkušenosti učitelů k zařazení žáků s TP a TZ do společného vzdělávání ve školní TV.

Naše šetření ukázalo, že 100 % dotazovaných deklaruje, že začlenění žáků s TP a TZ do hodin bude znamenat větší náročnost související s vedením a orga-

nizaci v hodině TV. Většina (64 %) si také myslí, že dojde ke zpomalení výuky. Téměř polovina účastníků výzkumného šetření (44 %) souhlasí, že začlenění žáka s TP nebo TZ do hodin TV povede ke snížení kvality výuky. Více než polovina dotázaných pedagogů (60 %) souhlasí s názorem, že by učitelé měli začlenit do svých hodin žáky s TP a TZ. Pozitivní odpovědi se vyskytly u položky, která se zaměřila na vedení škol, kde účastníci studie uvedli, že si oslovení pedagogové myslí, že vedení škol je nakloněno začlenění žáků s TP a TZ do hodin 63 %. K položce, která se ptá, zda se cítí učitelé dostatečně připraveni na začlenění žáků s TP a TZ do hodin TV, se kladně vyjádřilo 28 % zúčastněných. Dle 66 % respondentů je zřejmé, že školy nejsou dostatečně materiálně vybaveny pro začlenění žáků s TP a TZ do hodin TV. Více než polovina respondentů si myslí, že školy nejsou dostatečně bezbariérové (60 %). Podle 76 % respondentů nemá většina škol dostatek finančních prostředků pro společné vzdělávání žáků s TP a TZ.

S tvrzením, které pojednává o tom, že začleňování žáci nebudou při výuce diskriminováni, souhlasilo 60 % účastníků výzkumu. Avšak na druhou stranu 48 % participantů odpovědělo souhlasně na otázku týkající se potenciální diskriminace žáků bez SVP.

V České republice se stejným tématem zabývala Gutwaldová (2018), která došla k závěru, že účastníci jejího výzkumu se necítí být dostatečně připraveni na realizaci inkluzivní TV. Naše zjištění tyto závěry z části potvrzují, protože pouze 28 % dotázaných se cítí plně připravených na začlenění žáků s TP a TZ. Zcela odlišné výsledky dostaneme, pokud se na připravenost na práci s žáky s TZ zeptáme učitelů ostatních předmětů (český jazyk, anglický jazyk, výpočetní technika atp.), jelikož Hájková et al. (2014) zjistili, že téměř 50 % dotazovaných pedagogů se cítí být dobře připraveno na práci s žáky s TZ. Nižší poměr pedagogů, kteří se cítí být připraveni na realizaci ITV v naší studii, může být způsoben především charakterem vzdělávacího předmětu TV, který klade značné nároky na organizaci a modifikace aktivit žáků s TZ a TP. Baloun, Kudláček, Sklenaříková, Ješina a Migdauová (2016) uvedli jako jeden z hlavních faktorů nedostatečné připravenosti pedagogů malé množství prodělaných školení v oblasti aplikované TV, jako jednu z mnoha překážek, které brání ke zvýšení sebevědomí vést inkluzivní výuku. Již dříve Kudláček, Ješina, Bláha a Janěčka (2010) ve své studii zdůrazňovali nedostatečnou připravenost učitelů TV, která hraje významnou roli při inkluzivní TV. To se však v některých regionech, zejména v Olomouckém kraji (kde byl sběr dat dominantně realizován) a přilehlých okresech sousedních krajů, za posledních 5 let výrazně změnilo. V problematice inkluzivní TV je nabízeno relativně velké množství programů, z nichž se řady z nich i respondenti sami zúčastnili. Přesto výsledky potvrzují pochybnosti

s připraveností u 44 % respondentů. Mezi důvody, které respondenti uvádí jako limitní pro společnou účast žáků s TP a TZ společně se žáky bez SVP, jsou bariérovost prostředí (60 %) a špatné materiálové vybavení (76 %). Poměrně výrazná část respondentů zobecňuje jako limitní zejména finanční podporu a možnosti škol pro realizaci inkluzivní TV (76 %). Avšak za poměrně zajímavý determinant lze považovat dle názoru respondentů i celkové sociální klima třídy a postoje spolužáků bez SVP vůči společné účasti ve výuce.

Za vysoce pozitivní zjištění však lze považovat názory respondentů na roli škol při začlenění. Pozitivní závěry lze vyvodit z předpokladů, že škola, ředitelé i učitelé souhlasí se společným vzděláváním. Dle názorů pedagogů však takové pozitivní postoje nesdílí ani rodiče žáků bez SVP, ani žáci samotní. Z analýzy odpovědí respondentů v části dotazníku zabývající se vnitřním přesvědčením je patrné, že respondenti vyjádřili pozitivní názor na to, že se díky začlenění žáků se SVP naučí spolužáci jednat s osobami s TP a TZ (76 %). Dominantní část oslovených (92 %) si pak myslí, že se žáci naučí pomáhat druhým. 64 % dotázaných souhlasí s tvrzením, že začlenění žáků s TP a TZ do hodin TV povede u žáků ke zvýšení tolerance. 96 % respondentů také souhlasí s tvrzením, že osobní zkušenost při společném vzdělávání povede k větší informovanosti žáků o osobách s postižením. 88 % účastníků výzkumného šetření souhlasí, že se při začlenění žáků s TP a TZ do hodin TV naučí žáci lépe spolupracovat.

Některá naše zjištění korespondují s již dříve realizovanými šetřeními v zahraničí. Např. Bartoňová, Kudláček a Bressan (2007) provedli studii u studentů pedagogických oborů na dvou různých univerzitách v Jihoafrické republice a jejich výsledky ukázaly nízkou připravenost vést výuku ITV. Studie, kterou realizovali Hutzler, Meier, Reuker a Zitomer (2019) v Izraeli, došla k závěrům, že zdejší učitelé TV se také necítí být dostatečně připraveni a mají méně sebevědomí vést inkluzivně orientovanou výuku.

Vzhledem k tomu, že vzdělávací proces prochází neustálým vývojem, především v oblasti inkluzivního vzdělávání, tak by vedení škol mělo dbát na další vzdělávání pedagogických pracovníků. V nejlepším případě se mohou pedagogové sebe vzdělávat, či se účastnit různých seminářů k tomu určených. Jednou z mála možností, jak se v současné době systematicky zapojit do dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti ITV, je pak projekt Olomouckého kraje realizovaný ve spolupráci s Fakultou tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci s názvem *Rovné příležitosti ve vzdělávání v Olomouckém kraji* (<https://www.apa.upol.cz/o-projektu-podpory#projekt>).

Mezi limity tohoto výzkumu patří způsob sběru dat. Byli oslovení zejména učitelé, kteří projeví zájem se vzdělávat v oblasti inkluzivní TV. Jsou motivováni

se účastnit neformálních kurzů pro zvýšení pedagogických kompetencí. Mezi další limity této studie můžeme zařadit malý počet účastníků výzkumného šetření.

I přes zmíněné limity výsledky výzkumu ukazují zajímavé souvislosti mezi jednotlivými částmi dotazníku (vnitřní přesvědčení, vnímání sociálního tlaku, kontrolní přesvědčení), kde v některých případech panovala větší shoda. Tyto informace můžeme považovat za relevantní a zamyslet se nad problematikou a danými možnostmi ohledně zlepšení celkové problematiky v oblasti inkluzivní TV u žáků s TP a TZ. Tato studie by mohla jakýmsi vodítkem k zamyšlení se nejen pro samotné učitele TV, ale i vedení jednotlivých škol o náročnosti, smysluplnosti a proveditelnosti inkluzivní TV.

ZÁVĚRY

Na závěr naší studie můžeme konstatovat, že i přesto, že velká část oslovených učitelů považuje realizaci inkluzivní TV za náročný proces (náročnost na vedení a organizaci, vysoké nároky na přípravu, možné zpomalení výuky, možná diskriminace žáků bez SVP a možné snížení kvality výuky TV), tak si uvědomují benefity pro všechny žáky vyplývající ze společného vzdělávání v TV (vzájemná pozitivní interakce, zlepšená komunikace a spolupráce se žáky s TP a TZ, učení se pomáhat druhým, zvýšení vzájemné tolerance, pozitivní vliv na vývoj osobnosti, větší informovanost o problematice TP).

Pro úspěšnou realizaci inkluzivní TV bude však potřeba v budoucnu zvýšit u učitelů TV jejich vnímané kompetence, jelikož se pouze 28 % z dotazovaných cítí zcela odborně připravených na začlenění žáků s TP a TZ do jejich výuky TV. Zároveň většina učitelů zmiňuje další problémy souvisejících s inkluzivní TV jako nedostatečné materiální vybavení, špatnou bezbariérovost prostředí a celkově nedostatečné finanční prostředky.

REFERENČNÍ SEZNAM

- Balaban Cakirpaloglu, I., Odstrčilová, J., Musilová, I., & Bařínková, Z. (2019). Společné vzdělávání pohledem ředitelů škol a školských zařízení zapojených do projektu APIV B. *Sociální pedagogika / Social Education*, 7(2), 17–31.
- Baloun, L., Kudláček, M., Sklenařiková, J., Ješina, O., & Migdauová, A. (2016). Czech self-efficacy scale of physical education majors towards children with disabilities. *Acta Gymnica*, 46(1), 44–54.
- Bartoňová, R., Kudláček, M., & Bressan, L. (2007). Attitudes of future physical educators toward teaching children with disabilities in physical education in the republic of South Africa. *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Gymnica*, 37(4), 69–75.
- Heimlich, U., & Kahlert, J. (2012). *Inklusion in Schule und Unterricht. Wege zur Bildung für alle*. Stuttgart: Kohlhammer.

- Gutwaldová, N. (2018). *Postoje učitelů k integraci v tělesné výchově*. Diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Hájková, V., Pastieriková, L., Klusáčková, M., Daškin, O., & Košák, P. (2014). *Analýza potřeb pedagogických pracovníků v oblasti inkluzivního vzdělávání*. Dostupné z <http://inkluzie.upol.cz/ebooks/analiza-potreb/analiza-potreb.pdf>
- Hartl, P., & Hartlová, H. (2004). *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál.
- Hutzler, Y., Meier, S., Reuker, S., & Zitomer, M. (2019). Attitudes and self-efficacy of physical education teachers toward inclusion of children with disabilities: A narrative review of international literature. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24(3), 249–266.
- Ješina, O., Kudláček, M., Tomoszek, M., Lehnertová, M., Ješinová, L., Chvojková, ... Vyhliďal, T. (2020). *Otázky a odpovědi aplikované tělesné výchovy I*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Kudláček M., French R., Myers B., Sherrill C., & Válková, H. (2002). An inclusion instrument based on planned behavior theory for prospective physical educators. *Adapted Physical Activity Quarterly, APAQ*, 19(3), 280–299.
- Kudláček, M., Ješina, O., & Štěrbová, D. (2008). Integrace žáků s tělesným postižením v kontextu školní tělesné výchovy. *Speciální pedagogika*, 18, 232–239.
- Kudláček, M., Ješina, O., Bláha, L., & Janečka, Z. (2010). Kompetence učitelů tělesné výchovy ve vztahu k integraci žáků se speciálními vzdělávacími potřebami ve školní tělesné výchově. *Tělesná kultura*, 33(1), 41–56.
- Vyhliďka č. 27/2016. Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných*. (2016).
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2017). *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. Praha: Výzkumný ústav pedagogický.
- McMurray, C. A. (2003). *The use of inclusive opportunities to promote positive attitudes towards inclusion in physical activities*. (Unpublished Master's dissertation). Stellenbosch: University of Stellenbosch.
- Nováková, E. (2019). *Vnímané profesní kompetence pro inkluzivní tělesnou výchovu z pohledu pražských učitelů základních škol*. (Bakalářská práce). Praha: Univerzita Karlova.
- Novosad, L. (2011). *Tělesné postižení jako fenomén i životní realita*. Praha: Portál.
- Pančocha, K., & Vaňurová, H. (2010). Analýza inkluzivního prostředí v základních školách prostřednictvím Indexu Inkluze. In M. Bartoňová M. & M. Vítková M., et al., *Vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami IV: Education of pupils with special educational needs IV*. (s. 25–40). Brno: Paido.
- Slowík, J. (2016). *Speciální pedagogika* (2nd ed.). Praha: Grada.
- Straková, J., Simonová, J., & Friedlaenderová, H. (2019). Postoje odborné a laické veřejnosti k inkluzivnímu vzdělávání v kontextu obecných postojů k vnější diferenciaci. *Studia paedagogica*, 24(1), 79.
- Žabčíková, A. (2020). *Analýza připravenosti učitelů k zařazení žáků s tělesným postižením a znevýhodněním pro společné vzdělávání ve školní tělesné výchově*. (Diplomová práce). Olomouc: Univerzita Palackého.

Pokyny autorům recenzované sekce

Publikační styl

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

Tabulky a obrázky

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

Referenční seznam

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

Příklady

NEPERIODIKA (knihy, závěrečné zprávy, monografie, brožury)

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

Např.:

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

ČÁST NEPERIODIKA (kapitoly knih, sborníky)

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

Např.:

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

PERIODIKA (články v časopisech)

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

Např.:

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