

Editorial

*Pokud se někdy dostanete k minulému editoria-
lu, dovolili jsme si tam vyslovit přání neohlížet se
zpět, ale zaměřit svoje myšlenky do budoucna. Rok
2019 jsme označili za potenciálně klíčový. Pro náš
časopis je to rok jubilejní. Již desátý ročník více
méně pravidelného vydávání není málo. Součas-
ně s tím připomínáme desáté výročí fungování
České asociace aplikovaných pohybových aktivit.
V kontrastu různých pozitivních chvilí, jubileí
a oslav je však bohužel nutné připomenout zprá-
vu z nejsmutnějších, která obletěla „APA svět“ toto
léto. Těsně před dovršením stých narozenin nás
opustil „otec zakladatel“ dr. Vojmír Srdečný. Člo-
věk, který předehnal paralympijské hry, a člověk,
který stál na začátku téměř všeho, co se v oblasti
APA (aplikovaných pohybových aktivit) stalo dříve,
než se tomu tak v Československu a poté v České
republice začalo říkat. V budoucnu bude jeho jmé-
no často spojováno nejen se zdravotní tělesnou vý-
chovou a aplikovanými pohybovými aktivitami či
aplikovanou tělesnou výchovou, ale i s nově přípra-
vanými programy psychomotorický specialista
a psychomotorická terapie. Byl u všeho důležitého
v dobách, kdy se problematice začleňování osob
s postižením do pohybových programů věnovalo
žalostně málo pozornosti, ještě podstatně méně
než v současné době. Byli bychom nesmírně rádi,
abychom všichni, kteří se na rozvoji oboru podílejí,
byli důstojnými nástupci a pokračovateli jeho díla.
Byli bychom velmi hrdí, i ve vztahu k dr. Srdečné-
mu, kdyby se nám podařilo důsledně dokončit
započatou práci a v minulosti často vyslovené vize
zrealizovat. Zkusme se tedy v tomto uspěchaném
světě společně někdy zastavit a nadechnout se pro
budoucnost. Stejně jako se v budoucnu v klidu spo-
lečně ohlédnout a zavzpomínat...*

*Garant projektu Společně v pohybu
Ondřej Ješina a za redakční tým
šéfredaktorka Julie Wittmannová*

PRAXE

- **Osobnost v oblasti APA** (redaktorka rubriky Julie Wittmannová)
Marie Blahutková – sportovní gymnastka, psychologka a významná osobnost
v oblasti české psychomotoriky 2
Julie Wittmannová
- Cesta Adama Pešky ke splnění snu pod pěti kruhy 3
Lukáš Bíbr, Klára Štefková
- **APIV** (redaktor rubriky Martin Višňa)
APIV newsletter 4
Martin Višňa
- Vierumäki, Finsko 2019 – stáž pro pedagogické pracovníky
v rámci projektu APIV 6
Jana Kozlovská, Ilona Helisová, Karel Vondráček
- Inkluze v centru pro vzdělávání, rehabilitaci a výcvik – Cirius Kamnik
(Slovinsko) 6
Věra Formánková a Zdeňka O'Reill
- **APIV – příklady dobré praxe** (redaktor rubriky Martin Višňa)
Lyžařské výcvikové kurzy s konzultanty APA 8
Konzultanti APA
- Příklad dobré praxe z Plzeňského kraje 10
Ladislav Baloun, Lucie Kucéřová
- Vybrané střípky z práce konzultanta APA pro Liberecký a Ústecký kraj 11
Radka Havlová, Michal Šníd
- Příklad dobré praxe z Pardubického kraje 13
Lucie Kutheilová
- Příklad dobré praxe z Jihočeského kraje: PŠD a Den dětí v Arpidě 14
Kateřina Fiedlerová, Petra Coufalová
- Článek Honzy Čermáka, žaka 8. třídy ZŠ 16
Jan Čermák
- Peer Tutoring v tělesné výchově na základní Šco škole v Olomouci 16
Jan Divíšek
- **Informace z vysokých škol** (redaktorka rubriky
Julie Wittmannová)
Informace z Fakulty tělesné kultury UP v Olomouci 18
*Ondřej Ješina, Kristýna Homolková, Martin Višňa, Tereza Pekárková,
Eva Holásková, Radka Čiháková, Julie Wittmannová*
- Informace z Fakulty tělesné výchovy a sportu UK v Praze 26
*Jitka Vařeková, Kamil Kotlík, Eva Prokešová, Klára Dařová,
Ilona Pavlová, Marie Cahliková*
- Informace z Fakulty sportovních studií MU v Brně 30
Alena Skotáková, Hana Válková
- Informace z Pedagogické fakulty Západočeské univerzity v Plzni 31
Radek Šeman, Věra Knappová
- **Informace o projektech** (redaktor rubriky Ondřej Ješina)
Projekt „Grow up with sport activities – social and equal opportunities“ 32
Hana Válková, Zuzana Kornatovská
- **APA v praxi** (redaktor rubriky Tomáš Vyhlídal)
Letní tábor neslyšících skautů 33
Honza Panský (Frodo)
- Spolek Trend vozíčkářů Olomouc 34
Ludmila Macková
- Sport a vozíčkáři v Olomouci 35
Věra Schmidová
- **Informace ze zahraničí** (redaktorka rubriky Julie Wittmannová)
ISAPA 2019 Charlottesville 36
Julie Wittmannová
- Mezinárodní konference ve Spojených arabských emirátech 37
Julie Wittmannová
- Apači v Persii 38
Michaela Lehnertová, Ladislav Baloun

TEORIE

- **Recenzovaná sekce**
Monitoring nabídky aplikovaných pohybových aktivit ve volném čase
pro osoby se zdravotním znevýhodněním v okrese Znojmo 41
Eva Horáková, Ondřej Ješina

Redakční rada: Mgr. Julie Wittmannová, Ph.D. (šéfredaktor, FTK UP v Olomouci), Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D. (zástupce šéfredaktora, FTK UP v Olomouci), doc. PaedDr. Ladislav Bláha, Ph.D. (PedF UJEP Ústí nad Labem), doc. Mgr. Martin Kudláček, Ph.D. (FTK UP v Olomouci), Mgr. Věra Knappová, Ph.D. (ZCU v Plzni), doc. PaedDr. Jitka Kopřivová, 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. (FTVŠ KU v Praze), Mgr. Tomáš Vyhlídal (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: Alena Ceplová photography (Běh pro světlušku). 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 2019. 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“****Marie Blahutková – sportovní gymnastka, psycholožka a významná osobnost v oblasti české psychomotoriky**

Doc. PaedDr. Marie Blahutková, Ph.D., byla v roce 2013 uvedena do Síně slávy APA pro přínos k rozvoji oblasti psychomotoriky, psychomotorických her a celkovou podporu APA.



Paní docentka má celoživotně ke sportu na všech jeho úrovních velmi blízko, sama se po celý život věnuje sportovní gymnastice, kde v mládí byla členkou reprezentace, později sportovní kariéra přerostla v kariéru trenérskou, byla trenérkou a rozhodčí sportovní gymnastiky, Euroteamu a později Teamgymu.

Na akademické odborné úrovni začínala s tematikou diplomové práce *Péče o zdraví sportujících i nesportujících dětí, mládeže i dospělých*, kterou dále rozvíjela v disertační i habilitační práci v oboru psychologie v kinantropologii.



Profesní kariéra paní docentky je spojena s Masarykovou Univerzitou v Brně, kde působila 30 let, původně na Pedagogické fakultě – katedře tělesné výchovy a katedře speciální pedagogiky, později na Fakultě sportovních studií (FSpS) – katedře kinantropologie a managementu sportu. V letech 2008–2011 byla na FSpS proděkankou pro vědu a výzkum a v letech 2011–2013 vedoucí katedry společenských věd ve sportu. Taktéž byla školičkou doktorských studií a vedla řadu našich původem brněnských kolegů, fungujících v oblasti TV, APA. Nyní pracuje v Centru sportovních aktivit VUT v Brně, je garantem výuky stres managementu, týmových dovedností, relaxačních cvičení, psychomotoriky, tělesné výchovy pro studenty se specifickými potřebami, dále je členkou vedení Pedagogické rady, Rady pro tvůrčí rozvoj, předsedkyní Etické komise.

Mimo akademickou půdu podporuje sportovní výkony svých klientů sportovců, dětí i dospělých, jako sportovní psycholožka a nyní má v péči cca 250 klientů (až po reprezentanty ČR).

V soukromém sektoru je jedním z pilířů vzdělávací agentury Aaktivita, která pořádá školení, kurzy, semináře a přednášky v ČR i v zahraničí.

Napsala 17 knih a je autorkou množství odborných článků, především v oblastech své specializace, což jsou: psychomotorika, psychomotorická te-

rapie, speciální pedagogika, psychologie sportu, psychologie zdraví, management tělesné výchovy a sportu, sportovní gymnastika, rytmická gymnastika a tanec, tělesná cvičení seniorů, relaxační cvičení či týmové dovednosti. ■

Julie Wittmannová z podkladů Marie Blahutkové

Naděje APA sportu

Cesta Adama Pešky ke splnění snu pod pěti kruhy



Adam je mladý muž, kterému v 6 letech byla diagnostikována svalová dystrofie Duchenne. Toto genetické onemocnění se začalo projevovat ve 4 letech, kdy Adam začal padat, špatně vstával ze židle a dělalo mu problém vyjít schody.

Rodiče se začali setkávat s ostatními rodinami, které potkal stejný osud. Postižení Adama výrazně ovlivnilo chod rodiny. Každodenní rehabilitace, jednou týdně do rehabilitačního zařízení, bazén, hiporehabilitace, časté návštěvy a pobyty v nemocnici a lázních. Nadále rodina zůstala aktivní a našli si nové možnosti, jak trávit společně svůj volný čas. Sport má Adam rád odjakživa, už jako malý lyžoval, bruslil a nezanevřel na něj ani na vozíku. Po operaci zad musí Adam sedět na vozíku rovně a nemůže se ohýbat. Boccii, paralympijský sport podobný pétanque vhodný pro sportovce s nejtěžším tělesným postižením, jim poprvé ukázali kamarádi na pobytu rodin občanského sdružení ParentProject. Začali dojíždět na tréninky do základní a praktické školy Svítání a pod vedením speciální pedagožky se Adam zdokonaloval ve hře. Kdykoliv byl čas, trénovali s maminkou třeba i na dlažbě chodby v jeho základní škole. Na začátku všeho sportování mu byla oporou maminka, která Adamovi dělala nosiče, osobního i sportovního asistenta. Později se zapojovali další členové rodiny a teď fungují jako tým. Po změně pravidla ohledně délky „tykadla“, kterým Adam vypouští míč, mu tatínek vymyslel zlepšení. Jednalo se o upravení svářečské přilby na čepici s tykadlem. Ostatní pomáhají

podle svých možností. Všechno plánují podle tréninků a soutěží.

Kvůli své diagnóze je upoután na elektrický vozík a zvládá pohyb pouze hlavou a prsty. Stále se snaží žít aktivním životem, vystudoval gymnázium a už několik let je v reprezentaci paralympijského sportu boccia, ve kterém nás úspěšně reprezentuje. Momentálně je jeho největším cílem kvalifikovat se na Paralympijské hry v Tokiu 2020.

Česká federace Spastic handicap, z. s., mu poskytuje základní finanční, administrativní a technické zázemí. Velmi si této pomoci váží. Velkou podporu a oporu našel nejen v Rohovládově Bělé, ale i v lidech mimo tuto obec. Na mezinárodní závody může jezdit díky podpoře sponzorů, kterými jsou nejen různí lidé, ale také firmy, přes transparentní účet. Více než 200 běžců v Borohrádku vyběhalo přes padesát tisíc korun v závodě pro Adama.

Adam je členem TJ Léčebna Košumberk, kde má trenéra Jaroslava Hantla, který ho boccii učil a díky němuž se posouval dopředu. Na klubové tréninky jezdí 2x týdně do Pardubic. Od roku 2017 je v reprezentaci. Díky boccie tedy nejen sportuje, ale také poznává nové lidi a hodně cestuje.

Mezi jeho největší úspěchy patří vítězství na světovém poháru v Montrealu. Tento rok ho ještě čeká Mistrovství Evropy v Seville, Evropský pohár v Nymburku a Světový pohár v Portugalsku.

Proč by si tedy nemohl splnit svůj sen a hrát pod pěti kruhy? Všichni věří, že se jeho sen podaří splnit, a moc mu to přejí! ■

Lukáš Bíbr a Klára Štefková (studenti APA)



APIV newsletter

APIV newsletter 9 – novinky z projektu jaro a léto 2019

Kulatý stůl v kanceláři veřejného ochránce práv

Téma uvolňování žáků a studentů se zdravotním postižením z tělesné výchovy, kterému se dlouhodobě věnujeme, se dostalo až do kanceláře ombudsmanky Anny Šabatové. V dubnu tu byl uspořádán kulatý stůl, na němž o této problematice diskutovali zástupci vysokoškolských pracovišť, ministerstva školství, České školní inspekce nebo České společnosti tělovýchovného lékařství. Přítomní byli konfrontováni se špatným stavem začleňování žáků se zdravotním postižením nejen do tělesné výchovy, ale i do jiných předmětů. Na základě tohoto jednání začala kancelář ombudsmanky ve spolupráci s námi připravovat připomínky a pozměňovací návrhy ke školskému zákonu, zákonu o pedagogických pracovištích a k dalším předpisům či metodickým pokynům v gesci ministerstva školství, ale také ministerstva zdravotnictví. Intenzivní komunikace v dalších měsících pokračovala a stále pokračuje s cílem uvést závěry z dubnového kulatého stolu do praxe. Začátkem září proběhla schůzka, na níž se dále probíraly závěry kulatého stolu a třibily úkoly pro nejbližší období, aby se v příštím roce již mohly podniknout konkrétní reálné kroky. Mimo jiné se ve spolupráci kanceláře ombudsmanky a našeho pracoviště chystají semináře pro ředitele škol zaměřené na uvolňování z tělesné výchovy a podporu inkluzivní tělesné výchovy. Jedním z výsledků kulatého stolu je také zařazení tématu uvolňování žáků se zdravotním postižením do školní tělesné výchovy na program celonárodní konference České společnosti tělovýchovného lékařství, která se bude konat na přelomu října a listopadu v Olomouci.

Jednání o výuce plavání

V průběhu jara došlo k sérii setkání s představiteli Asociace plaveckých škol a České unie školního plavání nad tématem nezařazování žáků se zdravotním postižením do plaveckých kurzů. V rámci našeho projektu jsme totiž zjistili, že právě do plavání, které je povinné, často nejsou děti s postižením systémově

zařazovány. S ohledem mimo jiné na to, že je plavání všeobecně uznáváno především v dospělém věku jako rehabilitační terapeutická metoda, je nesmysl nezařazovat děti se zdravotním postižením do výuky plavání jen proto, že na zabezpečení výuky takových dětí chybějí peníze. Zástupci asociace i unie se k tématu postavili čelem a toto téma chtějí řešit. Jedním z návrhů je, že plavání bude zařazené do systému podpůrných opatření.

Spolupráce s olomouckým magistrátem

Díky aktivitám projektu APIV jsme zařazeni do akční skupiny občanů se zdravotním postižením, kde jsou většinou zastoupeni poskytovatelé sociálních služeb, a my v této skupině zastupujeme oblast vzdělávání. Jednou z priorit města Olomouce ve vztahu ke zdravotně postiženým občanům je totiž podpora zdravého životního stylu a pohybové aktivity a naplňování jejich práv a podpora nabídky takových služeb na komunální úrovni. Město mimo jiné vytvořilo nový komunitní plán na nejbližší roky, v němž je obsaženo i několik bodů týkajících se podpory pohybových aktivit a spolupráce s FTK UP a naším pracovištěm. Na naší fakultě se tak například už v březnu uskutečnila schůzka zástupců dvanácti organizací na téma koordinace pohybových programů a podpory pohybové aktivity na území města Olomouce a v okolí. Jednou ze snah by mělo být vytvoření pracovních míst pro koordinační pracovníky na odboru sociálních věcí magistrátu nebo zřízení centra pro podporu zdravého životního stylu osob se speciálními potřebami. Výsledkem by také měla být na základě komunitního plánu vypisovaná grantová schémata a projekty. Jako již realizované „hmatatelné“ výsledky spolupráce na komunální úrovni pak můžeme jmenovat víceméně pravidelné lekce plavání pro Tyflocentrum.

Krajské srovnání

Spolupracujeme také s odborem školství Krajského úřadu Olomouckého kraje. Na květnovém kulatém stolu, kterého se zúčastnili

zástupci pořádatelů odboru, magistrátu, Pedagogicko-psychologické poradny a Speciálněpedagogického centra Olomouckého kraje a pracovníci projektů IKAP a APIV, byly prezentovány příklady dobré i špatné praxe, se kterými se setkáváme v rámci aktivit našeho projektu po celé republice. A mimo jiné došlo i na srovnání krajev, co se týče uvolňování žáků se zdravotním postižením z tělesné výchovy: v Olomouckém kraji dochází k častějšímu uvolnění žáků s postižením či znevýhodněním z tělocviku než v jiných krajích, kde se naopak snaží upravovat kurikula nebo kde dochází jen k částečnému uvolnění.

Prezentujeme se...

Kromě zmíněných jednání a dalších akcí jsme se během posledních měsíců zúčastnili také například konference Centra Paraple, které je jedním z našich klíčových partnerů, nebo Mezinárodní konference psychomotoriky na půdě Univerzity J. E. Purkyně v Ústí nad Labem. Příspěvek Ondřeje Ješiny věnovaný integrované tělesné výchově a tvorbě individuálních vzdělávacích plánů nechyběl ani v programu setkání tělovýchovných pedagogů Těloolomouc, které hostila FTK na konci srpna. Krátce nato jsme se prezentovali na veletrhu sociálních služeb v Bruntále a nechyběli jsme ani na Mezinárodní konferenci pracovníků v rané péči v ČR na téma trendy rané péče. A jako příklad dobré praxe z Univerzity Palackého jsme prezentovali náš projekt na setkání pracovníků projektových servisů. Naopak nás brzy čeká například účast na celostátním setkání neziskových organizací, které se podílí na mimoškolním vzdělávání dětí a žáků a které nás oslovily s tématem zařazování dětí se zdravotním postižením na takové akce, jako jsou například letní tábory.

Metodické materiály

Během jara a léta jsme intenzivně pracovali na tvorbě metodických materiálů. Ještě letos bychom měli dokončit metodické listy a karty, připravujeme dvě knihy zaměřené na integrovanou tělesnou výchovu pro mladší a starší školní věk, chystáme také znovuvydání veli-



ce úspěšných DVD Společně v pohybu a Už to také dokážu. Kromě toho jsme vydali druhé číslo časopisu APA v teorii a praxi a další čísla připravujeme.

Centra kolegiální podpory

Ani Centra kolegiální podpory a pedagogové v nich působící během jara a léta nezháleli. Uskutečnila se řada setkání CKP, kterých se pravidelně účastnilo deset až dvanáct učitelů. Za zmínku stojí zejména setkání zaměřené na práci s problémovými žáky, které přitáhlo na třicet účastníků, nebo například celodenní akce v rámci CKP na Jesenícku zaměřené na cyklistiku pro všechny.

Vedle pravidelných setkání učitelé absolvovali také poslední stáže v zahraničí. V březnu čtyři pedagogové vyjeli na stáž do Finska, kde byli konfrontováni s různým přístupem v oblasti integrované tělesné výchovy či s finským modelem řízení sociální politiky, zároveň měli možnost navštívit některá tamní klíčová pracoviště. Poslední z připravených stáží pak absolvovali dva učitelé v červnu v Centru pro vzdělávání, rehabilitaci a výcvik Cirius ve slovinském Kamniku, zapojili se přitom i do outdoorových aktivit v rámci Expedice Přes Bar, která probíhala ve stejném termínu.

Paralympijské školní dny a další

V našem kalendáři samozřejmě nechyběly ani Paralympijské školní dny a pÁPÁ hrátky. Ze-

jména ke konci školního roku jsme se opravdu zapotili, když naše programy poptávaly školy v rámci svých sportovních dnů nebo i místo třídních výletů. Kromě „běžných“ Paralympijských školních dnů jsme ale uspořádali také několik osvětových a vzdělávacích akcí pro pedagogy, kteří projevíli zájem o obdobné programy, avšak zaměřené na pedagogický sbor. Naši nabídku jsme tak doplnili o jakési „mobilní CKP“, semináře pro učitele realizované přímo na konkrétních školách. Z uskutečněných osvětových akcí stojí za zmínku také třeba Karneval APA, APA Větrání alias Turistika pro všechny, Cyklistika pro všechny nebo S APAči na vodě. Nejvýznamnější akcí bezesporu byla červnová Expedice Přes Bar, již se zúčastnilo osm lidí se zdravotním postižením.

Mimoškolní aktivity

Podařilo se nám zrealizovat také několik mimoškolních inkluzivních akcí. Připravili jsme například doprovodný program s hokejem a boccíu na mistrovství světa v para hokeji, které hostila na jaře Ostrava, účastníkům národních her zrakově postižené mládeže jsme zase nabídli možnost seznámit se například se showdownem.

I přes naplnění projektových ukazatelů, co se týče mimoškolních aktivit, pokračujeme i v novém školním roce v organizaci kroužků v Aplikačním centru BALUO, o které je stále velký zájem – plavání, které má organizačně

na starosti Klára Botková, a všestrannou pohybovou přípravu s Michaelou Veličkovou.

Závěrem...

V tomto monitorovacím období se nám podařilo zajistit do Aplikačního centra BALUO funkční zvedák do vody modernějšího typu, čímž jsme posílili komfort pro starší děti stran přístupnosti bazénu.

Chtěli bychom pográtulovat pořadatelům výše zmíněného MS v para hokeji za zorganizování nejlepší sportovní události v APA v historii ČR s přesahem na celou Evropu. Vedle paralympijských her se jednalo o jeden z nejúžasnějších sportovních svátků v dějinách sportu osob se zdravotním postižením. Velmi důstojně pro zemi, která dala společně s Ludwigem Guttmanem impuls pro vznik systémového sportu osob zejména s tělesným postižením.

Na úplný závěr musíme připomenout jednu velmi smutnou zprávu. V létě opustil náš svět muž, který „předhlonil paralympijské hry“. Muž, který stál u zrodu první československé paralympijské reprezentace, muž, který uspořádal první systémové sportovní hry pro osoby s tělesným postižením, muž, díky kterému známe zdravotní tělesnou výchovu, a muž, který přežil holocaust – dr. Vojmír Srdečný. Čest jeho památce! ■

Martin Višňa

Vierumäki, Finsko 2019 – stáž pro pedagogické pracovníky v rámci projektu APIV



Projekt Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti nabízí pedagogickým pracovníkům možnost absolvovat zahraniční stáž. Této příležitosti jsme také velmi rádi využili a vydali jsme se do Finska, přesněji na Haaga-Helia University ve Vierumäki. Naší motivací pro absolvování stáže byly nové poznatky a vyhlášená kvalita finského systému vzdělávání.

Stáž proběhla v termínu 18.–24. března 2019. Ihned na začátku stáže jsme byli připojeni ke skupině studentů, kteří studovali program EUDAPA 2019. Mohli jsme se tedy setkat s názory a pohledem na osoby s postižením z různých zemí Evropy i světa očima mladých lidí.



Stáž se skládala z teoretických přednášek a také praktických workshopů. Během přednášek se nám věnovali zaměstnanci rehabilitačního centra Validia v Helsinkách, dále zástupci ze Sportovní asociace pro osoby s postižením (VAU), a to především Aija Saari.

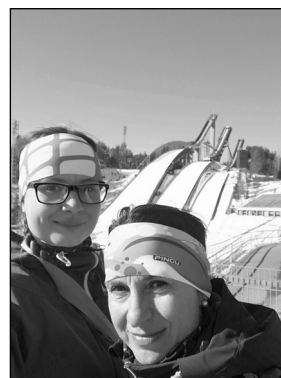
Aija Saari nás navštívila také ve Vierumäki, kde nám představila finské pojetí APA, historický vývoj inkluze ve Finsku a program PAPA, který představuje možnost, jak si vyzkoušet sport pro děti s handicapem.

Co se týká spojení teorie a praxe, měli jsme možnost vyslechnout si přednášku Ondřeje Ješiny, na kterou navazovala vždy potřebná a přínosná praxe v tělocvičně.

Nejvíce obohacujícím prvkem stáže bylo to, že jsme mohli vnímat, jaký mají ve Finsku přístup k lidem s postižením. Brát handicap jako běžnou součást života a pomoci lidem žít naplněný život i pomocí pohybové aktivity či sportu je vize, která je použitelná, uplatnitelná a, jak jsme viděli, funguje.

Samozřejmě jsme také měli možnost poznávat přírodní krásy Finska, kterých je nespočet.

Shodli jsme se na tom, že stáž byla velmi přínosná a obohacující. Poznatky z této stáže budeme zpracovávat, vstřebávat a předávat dále ještě hodně dlouho. ■



Jana Kozlovská, Ilona Helisová, Karel Vondráček

Inkluze v centru pro vzdělávání, rehabilitaci a výcvik – Cirius Kamnik (Slovinsko)



V období 6.–13. 6. 2019 jsme se na mezinárodní úrovni setkali s kolegy ze speciálního vzdělávání v oblasti pohybu – v Centru pro vzdělávání, rehabilitaci a výcvik – na základní a střední škole CIRIUS Kamnik ve Slovinsku. Naše skupina čtyř pedagogických pracovníků sem odjížděla na pracovní stáž v rámci projektu Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti a také jako součást expedice PřesBar(iéry), která byla praxí pro studenty 1. ročníku navazujícího magisterského studijního oboru Aplikovaných pohybových aktivit na Fakultě tělesné kultury Univerzity

Palackého v Olomouci. Jejich hlavním cílem bylo připravit zážitkový program pro handicapované hosty z různých koutů České republiky.

Naše stáž začala v pátek v krásném historickém městě Kamnik, v údolí obklopeném horami Triglavského národního parku. První cesta vedla za naší průvodkyní, místní učitelkou Irenou Lamovec. Tento den bylo naplánováno projektové vyučování pro děti s handicapem v 5 km vzdáleném ARBORETU. Měli jsme tak možnost se s nimi vzájemně sblížit při společných aktivitách – například fotografování květin různých barev a tvarů či jejich poznávání. Víkendové dny jsme pak trávili propojením s expedicí PřesBar. Prožili jsme s účastníky (s různými druhy postižení – zrakovým, tělesným, sluchovým, mentálním a kombinovaným) jejich nové životní zážitky (turistika, pomoc při přepravě a nakládání vozíčkářů, outdoorové aktivity, tandemová jízda).



Po pondělním návratu do CIRIUS Kamnik jsme byli provedeni celým areálem školy. Naše skvělá průvodkyně nás seznámila s kolegy na jednotlivých pracovištích, se současným zaměřením školy, s internátním zařízením. Získali jsme informace o tom, že CIRIUS je jediná internátní speciální škola pro celé Slovinsko. Navštěvuje ji přibližně 200 dětí a 7 z nich je během týdne ubytováno na internátu. Jsou zde klienti především s kombinovaným postižením (DMO + kombinované vady). Děti mají 3x týdně tělesnou výchovu, střídá se forma plavání a hodiny klasické TV. Škola má nádherný velký bazén, který je přizpůsoben všem. Nejvíce nás zaujala fyzioterapie, která má několik samostatných a skvěle vybavených pracovišť. V přilehlých prostorách školy se též realizuje canisterapie, hipoterapie a na zahradě si děti zkouší pěstovat své první rostlinky.



Následující dny nás paní Irena Lamovec zapojila do svého každodenního pracovního programu. Účastnili jsme se plavání, boccie a boccy spolu se žáky školy. Seznámili jsme se s hráči, kteří v týdnu naší návštěvy odjžděli reprezentovat Slovinsko na mezinárodní olympiádu do České republiky – Emil Open Brno.

Stáž měla pro nás velký přínos v podobě energie do další práce. Dala nám spoustu nových zkušeností, zážitků, radosti ze vzájemného poznání, uvědomění si sebe sama a lidí kolem nás. Díky kolegyni z UP Olomouc, paní Markétě Hajdukové, která nám byla skvělou parťáčkou, můžeme konstatovat, že takových stáží není nikdy dost a je třeba se neustále vzdělávat a poznávat, jak se pracuje s handicapovanými lidmi v jiných zemích. Děkujeme. ■

*Věra Formánková a Zdeňka O'Reill
(CKP při ZŠ E. Beneše v Šumperku)*



Lyžařské výcvikové kurzy s konzultanty APA

Konzultanti APA se v rámci svých profesí zúčastnili lyžařských výcvikových kurzů podpořených z projektu APIV. Jednalo se o zajištění odborné lyžařské asistence pro integrované žáky s tělesným, zrakovým nebo mentálním postižením.

První podpořenou akcí byl lyžařský pobyt pro organizaci SPC Svítání – Pardubice, který probíhal ve dnech 28.–30. 1. 2019 v Koutech nad Desnou. Klientů ze Svítání přijelo celkem 8 a k tomu pětičlenný odborný doprovod. První den proběhlo seznámení. Hned druhý den jsme vyrazili na sjezdovku, nejdříve jsme zjistili, jak na tom jsou klienti s lyžařskými dovednostmi, a poté jsme si je rozdělili a lyžovali s nimi celý den.



Pouze jeden žák byl lyžař, ostatní nikdy na lyžích nestáli. Po prvním dni již pár odvážných lyžařů zkusilo a velkou sjezdovku s vlekem. Po večeri probíhal společný program formou her a poté jsme měli veledůspěšnou diskotéku. Poslední den jsme dopoledne lyžovali, po obědě již SPC Svítání odjelo zpět do Pardubic. Akce měla veliký úspěch jak u organizátorů, tak i účastníků.

Konzultantka Lucie Kutheilová

Integrovaný lyžařský pobyt, kterého jsem se zúčastnila, byl ze ZŠ Česká Třebová v Čenkovicích (Orlické hory) od 18.–22. 2. 2019. Zde jsem byla monoski instruktorkou pro žákyni 8. třídy základní školy. Žákyně již měla zkušenosti s jízdou na monoski. Velký pokrok jsme ale udělaly v jízdě s využitím jednoho „stabilizátoru“, v posledních dnech ho lyžařka nechtěla ani pustit z ruky a chtěla jezdit každou jízdou s ním. Musely jsem ale dbát na únavu, abychom byly schopny jezdit skoro celý den, takže jsme střídaly jízdou s pomocnými hůlkami i bez nich. Celý týden se velice vydařil a žákyně se již nemůže dočkat příští zimy, kdy pojedeme opět na monoski.



Konzultant Ladislav Baloun

Ve dnech 6.–11. 1. 2019 proběhl lyžařský výcvikový kurz (LVK) základní školy (ZŠ) Osek u Rokycan, a to v lyžařském areálu Zadov na Šumavě. ZŠ Osek u Rokycan pořádá LVK pravidelně jednou za dva roky, takže se kurzu účastní žáci 7. a 8. ročníků. Letos jich na Šumavu přijelo více než třicet. Díky velkému zápalu učitelky tělesné výchovy Lucie Kučerové se mohl zúčastnit LVK i žák s tělesným postižením Lukáš. Proto, aby mohl Lukáš se svojí třídou vyrazit na zimní Šumavu, začala paní učitelka už rok před lyžákem podnikat potřebné kroky. Ze všeho nejdříve oslovila Ladislava Balouna – konzultanta APA pro Plzeňský kraj. Společně pak začali plánovat jednotlivé náležitosti, jako třeba velikost monoski, dopravu monoski na Zadov, domluvu se ski areálem ohledně povolení jízdy monoski na vleku a lanovce atd.



Pro ubytování byl nakonec zvolen hotel Churáňov, který se ukázal svým zázemím a skvělým kuchařem jako výborná volba. Převážně jsme, až na pár výjimek, jezdili na svah Kobyla, který byl od hotelu vzdálený skibusem asi 2 minuty jízdy. Na svah jsme chodili každý den dvoufázově. Dopolední jízdy se vyznačovaly dokonale upravenými sjezdovkami, odpoledne bývalo díky menšímu počtu lyžařů ze škol v pohodovém tempu. Program kurzu

byl nabytý i o večerech, jelikož se pro žáky pořádaly různé hry a soutěže. Jednou došlo na večerní lyžování a měli jsme také krátkou přednášku a prohlídku na horské službě, která sídlí na Churáňově. Během pěti dnů se Lukáš naučil základní dovednosti pro jízdu na monoski, především se ale mohl společně se svojí třídou účastnit celého zážitku, jakým je lyžařský kurz.

Konzultantka Jana Sklenaříková

Konzultanta Jihomoravského kraje je lajčí již po předloňských zkušenostech na lyžařský kurz se ZŠ Očovská z Hodonína. Na místní škole je v 5. třídě žákyně se sluchovým postižením Lenka, která je i během školního roku podpořena ze strany projektu APIV, a proto mohla mít k sobě vlastního instruktora lyžování. Na ZŠ Očovská je zvykem, že na kurz jezdí 5. a 7. třída dohromady. Spojením těchto dvou tříd na kurz odcestovalo cca 35 dětí. Chata Soláňka v Beskydech, kam se tradičně z Hodonína jezdí, je svojí kapacitou naprosto vyhovující – i s celodenním barem, malou společenskou místností a dalšími odpočinkovými prostorami. Žákyně stála na lyžích úplně poprvé v životě a sjíždění kopců ji natolik bavilo, že se na konci kurzu účastnila závodů ve slalomu. Lyžák v Beskydech proběhl bez jediného problému, a to také díky velké vstřícnosti obsluhy vleku.

Konzultant Adam Jarmar

Ve dnech 4.–8. 2. 2019 se v Beskydech v lyžařském areálu Mezivodí uskutečnil lyžařských výcvikový kurz pro téměř 40 žáků 5. ročníků ZŠ Palkovice. Díky zapojení školy do projektu APIV mohl tento kurz absolvovat také žák s tělesným postižením Toník. Na základě realizované podpory byla Toníkovi poskytnuta asistence instruktora monoski – konzultanta APA Adama Jarmara – a zapůjčena monoski pro sjezdové lyžování. Samotnému kurzu předcházely konzultace s vedením školy a s rodiči žáka, při kterých byly řešeny otázky technického vybavení i rozdělení kompetencí na samotném kurzu.



Toník absolvoval kompletní kurz včetně nabitého denního režimu, který zahrnoval dopolední i odpolední programovou část na svahu a třetí den turistický výlet přírodou. Večerní program byl věnován besedám o bezpečnosti na horách, historii i současnosti paralympijských her a zejména zimním aplikovaným pohybovým aktivitám. Lyžařský kurz vyvrcholil závody ve slalomu, který Toník rovněž na monoski absolvoval a v němž obsadil v kategorii chlapců 2. místo.

Nejen ze závěrečného hodnocení žáků vyplynulo, že si domů vezou spoustu zážitků a také zkušeností, k čemuž Toníkova přítomnost velkou mírou přispěla.

Konzultant Michal Šmíd

Konzultant APA pro Liberecký a Ústecký kraj se na hory vydal ještě pár dní před Vánoce. Cílem lyžařského pobytu, konaného ve dnech 17.–20. prosince 2018 v Harrachově, bylo seznámení s možnostmi lyžování a nácvik dovedností u kluka s lehkým typem tělesného postižení způsobeným dětskou mozkovou obrnou. Lyžování probíhalo za kvalitních podmínek s minimem dalších návštěvníků tohoto krkonošského střediska. Velmi příjemný předvánoční čas jsme završili sledováním mezistátního přátelského utkání hokejistů do 16 let mezi Českou republikou a Ruskem ve Vrchlabí.

Hned z kraje roku 2019 podpořil Michal Šmíd lyžařský kurz Základní školy Jablonec nad Nisou v městské části Kokonín. Žáci 7. třídy absolvovali ve dnech 3.–9. ledna 2019 výuku lyžování ve skiarálu Severák. K realizované podpoře se vyjádřila Mgr. Radka Havlová –

vedoucí kurzu: „V 7. třídě máme jednoho chlapce se silným zrakovým postižením, který by se také rád naučil lyžovat, ovšem nebylo v našich možnostech zajistit mu na sjezdovce odborný výcvik. Proto jsme se obrátili na odborného konzultanta APA pro Liberecký kraj Bc. Michala Šmída. Ten velmi ochotně naší žádosti vyhověl a s postiženým žákem celotýdenní kurz absolvoval. Bez jeho podpory by se náš žák určitě kurzu nemohl zúčastnit a nenaučil by se lyžovat. Přáli bychom všem, kteří nějakou podobnou pomoc druhých potřebují, aby takovýchto konzultantů APA jen a jen přibývalo.“

Ski areál Severák a jeho zaměstnanci byli ke všem žákům velmi vstřícní a ochotní. S počasím to však bylo horší. Nicméně i přes občasnou nepřízeň si všichni žáci vyzkoušeli, že bezpečně zvládají lyžařskou techniku i při náročnějších podmínkách.

Do Krušných hor i letos zavítal lyžařský pobyt organizace Cesta životem bez bariér z Kutné Hory. Již třetí ročník akce zavedl účastníky s různým typem zdravotního postižení a jejich rodiny opět do středisek ve skiarálu Plešivec a skiareálu Novaco na Božím Daru. Letošní pobyt rodin probíhal od 27. ledna do 2. února. Ať už při lyžování na monoski či na klasických sjezdových lyžích, vždy byly vidět u dětí i zúčastněných dospělých úsměvy na tvářích. Tradičně panovala výborná nálada, nechyběl ani každodenní program, který byl pokaždé v režii daných rodin. Opět po roce jsme si užili společný čas na sjezdovce i mimo ni a velké poděkování za veškerý servis patří Petře Hnatové, předsedkyni spolku Cesta životem bez bariér.



Ve výčtu zimních pobytů nesmí chybět ani únorová lyžařka na monoski se školou Smiling Crocodile. Ta se uskutečnila 8.–10. února 2019 v Josefově Dolu v Jizerských horách. Z Prahy sem dorazilo 5 rodin s dětmi se zdravotním postižením za účelem zprostředkování zimního zážitku jízdou na monoski. Lyžování probíhalo během soboty a neděle v areálu Bukovka. I zde jsme

narazili na velmi vstřícný personál, který nám se vším ochotně pomohl. Samozřejmě velké poděkování patří nejen pracovníkům školy Smiling Crocodile, ale i zúčastněným rodinám. Každý pomohl, jak jen mohl, aby děti měly co největší lyžařský zážitek.



Konzultantka Kateřina Tesařová

Svůj lyžařský kurz zahájili 7. ledna 2019 žáci 7. třídy ze Základní školy Zdikov. Jejich paní učitelka Michaela Vacíková se zasloužila o to, aby žáci nemuseli každé ráno do ski areálu Zadov dojíždět. Lyžák na Šumavě si tak mohli užít se vším všudy, včetně společných večerů na horské chatě Churáňov. Díky asistenci pedagoga Radce Škopkové, která zkontaktovala konzultantku APA Kateřinu Tesařovou, se mohl kurzu zúčastnit i žák s tělesným postižením Vojta a druhý žák, s vývojovou vadou horní končetiny, Dan mohl mít individuální přístup při běžeckém lyžování. Kurzu se zúčastnilo bezmála 30 žáků. Dopoledne probíhalo vždy sjezdové lyžování na sjezdovkách u Horejšů nebo Kobyla a po obědě lyžování běžecké. Vojtovi je sportování blízké. Na sjezdovkách dělal obrovské pokroky i přes poměrně velký počáteční strach. Doslova překonával sám sebe. Hned druhý den zvládl jízdu na vleku a třetí den zvládl, ač na laně, oblouk vlevo a, s lehkou úpravou, i oblouk vpravo. Za odměnu a za svou píli si pak mohl užívat jízdu v monoski. Během kurzu Vojta monoski představil společně s instruktorkou svým spolužákům. Dan odložil na chatě jednu hůlku a jízdu na běžkách zvládal bravurně po boku svých spolužáků stejně jako Vojta. Celá třída si lyžařský kurz velice užila, nabyla nových dovedností, zkušeností a zážitků, a dokonce jeden večer uspořádala krásnou narozeninovou oslavu pro svou spolužačku.

Konzultanti APA

Příklad dobré praxe z Plzeňského kraje

Na základní školu v Oseku u Rokycan dochází aktuálně do devátého ročníku žák LH se speciálními vzdělávacími potřebami (SVP) – dětská mozková obrna (diparetická forma). Tento žák byl až do šestého ročníku uvolněn z výuky tělesné výchovy. V sedmém ročníku (září 2017) dostal Mgr. Lucii Kučerovou jako svoji novou učitelku TV. Paní Lucie Kučerová je absolventkou oboru aplikovaná tělesná výchova na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci (FTK UP). Studium jí poskytlo teoretický a praktický základ pro zapojení žáka s tělesným postižením do výuky školní TV. Pro zajištění další podpory, především pak možnosti zapůjčení sportovně kompenzačních pomůcek, kontaktovala paní Kučerová Centrum APA při Fakultě tělesné kultury. V té době začal fungovat projekt Společně v pohybu, jehož hlavním cílem byla podpora pedagogických pracovníků a žáků se SVP při jejich začleňování do společných pohybových aktivit. Paní Kučerová tedy kontaktovala příslušného konzultanta APA (autor tohoto článku), který měl na starost Plzeňský kraj, a probrali možnosti zapojení do projektu Společně v pohybu. Prvním krokem bylo vytvoření přílohy k individuálnímu vzdělávacímu plánu do TV. V rámci půjčovny sportovně kompenzačních pomůcek Centra APA při FTK UP byl na školu přivezen sportovní vozíček, který může žák se SVP používat ve výuce. Od té doby se žák se SVP účastní pravidelně tělesné výchovy. Učitelka má během TV k dispozici asistentku pedagoga. Na školu byla také zapůjčena jedna sada hry boccia, kterou je možné využít na paralelní formu výuky v situacích, kdy žák nemůže být zapojen do aktivit s ostatními žáky.



V červnu 2018 měla třída naplánovaný **třídenní školní výlet** do Železné Rudy na Šumavě. Výletu se zúčastnil i konzultant APA, který pomáhal s úpravou trasy jednotlivých výšlapů, popřípadě měl připravený pro žáky teoretický i praktický program zaměřený na změnu postojů k žákům se zdravotním postižením. Zároveň byl na dobu školního výletu zapůjčen ortopedický vozík, aby se mohl žák se SVP účastnit jednotlivých výšlapů (např. na Čertovo jezero). V pozitivním světle se ukázala velká část spolužáků, která se při jednotlivých túrách aktivně zapojila do zdolávání jednotlivých překážek a převýšení.



Vrcholem spolupráce mezi ZŠ Osek u Rokycan a Centrem APA při začlenění žáka se SVP do společných pohybových aktivit se pak stal **lyžařský výcvikový kurz**, který byl naplánovaný na leden roku 2019 na Zadově a Churáňově.

Kurzu se opět zúčastnil konzultant APA Ladislav Baloun, který měl s sebou k dispozici dvě monoski zapůjčené z Centra APA. Jakožto vyškolený instruktor lyžování na monoski měl na kurzu na starosti žáka se SVP, se kterým po dobu pěti dnů piloval techniku jízdy na speciální skořepině určené ke sjezdovému lyžování osob s tělesným postižením. Během kurzu se našel prostor i na svezení ostatních žáků ze ZŠ Osek na monoski.



V létě roku 2019 se podařilo paní učitelce Kučerové propojit rodinu žáka se SVP s účastníky závodu **Metrostav cyklo handy maraton** (pořádané organizací Cesta za snem). Členové plzeňského týmu PEŠEK Machinery, s. r. o., si vybrali žáka SVP jako svého patrona pro tento závod, který proběhl na přelomu července a srpna roku 2019. Díky pozitivnímu přístupu celého týmu se podařilo zakoupit žákovi se SVP speciální cyklotříkolku, na které pravidelně trénuje. Hlavní motivací žáka se SVP do cyklopřípravy je možnost účastnit se příští rok Metrostav cyklo handy maratonu jako platný člen týmu, a pomoci tak zdolat trať, která čítá 2 222 km. Velký dík za pozitivní změny v životě žáka se SVP patří paní učitelce Lucii Kučerové. Díky jejímu profesionálnímu přístupu, který jí stál mnohokrát i spoustu volného času, se podařilo začlenit žáka se SVP nejen do společných pohybových aktivit v rámci ZŠ Osek, ale také najít žákovi LH volnočasovou pohybovou aktivitu. ■

Ladislav Baloun (konzultant APA Plzeňského kraje)

Foto Lucie Kučerová

..... Vybrané střípky z práce konzultanta APA pro Liberecký a Ústecký kraj

Lyžařského kurzu se za podpory projektu APIV mohl zúčastnit i žák se zrakovým postižením

Začátkem ledna roku 2019 se naše sedmá třída základní školy zúčastnila pravidelného lyžařského kurzu. V této třídě máme jednoho chlapce se silným zrakovým postižením, který by se také rád naučil lyžovat, ovšem nebylo v našich možnostech zajistit mu na sjezdovce odborný výcvik. Proto jsme se obrátili na Fakultu tělesné kultury při Univerzitě Palackého v Olomouci. Zde nás odkázali na odborného konzultanta APA pro Liberecký kraj Bc. Michala Šmída. Ten velmi ochotně naší žádosti vyhověl a s postiženým žákem celotýdenní kurz absolvoval. Jeho metodika výuky sjezdového lyžování byla úžasná a obdivuhodná. Nelze opomenout ani jeho skvělý a kamarádský přístup k dětem. Moc nám svým odborným přístupem k handicapovanému chlapci pomohl a jsme za jeho práci velmi vděční. Bez jeho podpory by se náš žák určitě kurzu nemohl zúčastnit a nenaučil by se lyžovat. Přejeli bychom všem, kteří nějakou podobnou pomoc druhých potřebují, aby takovýchto konzultantů APA jen a jen přibývalo. ■

*Mgr. Radka Havlová, vedoucí lyžařského kurzu
ZŠ Kokonín v Jablonci nad Nisou*



Víkend na monoski s usmívajícím se krokodýlem

SMILING CROCODILE – to je mateřská a základní škola pro žáky s kombinovaným postižením se sídlem v Praze. Kromě samotného výchovně-vzdělávacího procesu nabízí škola i mnoho mimoškolních aktivit s různým zaměřením, např. cvičení jógy, muzikoterapie, canisterapie, divadelní kroužek, organizace příměstských táborů atd. Prostřednictvím Centra APA a prvotní zkušenosti pracovníků školy s lyžováním na monoski v Koutech nad Desnou se zrodila myšlenka na uspořádání vlastního víkendového pobytu na horách pro rodiny s dětmi.

Akce se uskutečnila 8.–10. února v Jizerských horách za podpory instruktora monoski z katedry APA v Olomouci. Konkrétním místem pro lyžování se nám stal Josefův Důl. Pro některé dětské účastníky se jednalo o vůbec první zkušenosti s monoski. Nicméně po dobu celého víkendu jsme viděli jen samé úsměvy na tváři a všude převládala dobrá nálada. V sobotní odpoledne navíc byla možnost vyzkoušet si jízdu na monoski i pro rodiny zapojené do projektu APIV z okolí. Šance využily dvě rodiny,



pro které to byla také první zkušenost a zjištění, že i jejich dítě se zdravotním postižením si může užívat radost z lyžování. V neděli dopoledne ještě proběhlo lyžování s dětmi ze Smiling Crocodile a nutno podotknout, že některým dětem se lyžování tak líbilo, že nechtěly skončit. Všichni lyžaři zároveň obdrželi medaile za úspěšné zvládnutí lyžařského víkendu.



A co bude dál? No, už teď se všichni těšíme na zimu, abychom se mohli znovu vydat na hory. Skol! ■

Michal Šmíd

Příklad dobré praxe: Podpora společného vzdělávání v tělesné výchově na ZŠ Tanvald – Sportovní

Na základě doporučení libereckého speciálněpedagogického centra pro žáky s tělesným postižením se ve školním roce 2018/2019 ozvala se zájemem o spolupráci ZŠ Sportovní v Tanvaldu. Škola by ráda zapojila do tělesné výchovy ve třetích třídách i žákyně s tělesným postižením. Přístup pedagogických pracovníků i vedení školy je pozitivní ve snaze umožnit sportovní a tělocvičné



zážitky všem žákům a tím podpořit i sociální klima celé třídy. Ve škole se ihned rozjela pravidelná podpora výuky společné tělesné výchovy s ukázkou možných modifikací her a aktivit, ukázkové hodiny na míčové hry, psychomotoriku nebo podpora při plaveckém výcviku. V zimním období byly obě žákyně zapojeny i do výuky bruslení. Škole byly zapůjčeny i sportovně-kompenzační pomůcky – sportovní vozíky, sledge. Díky možnosti bruslení na sledge mohla i žákyně s kvadruplegií zažít pocit radosti z pohybu na ledové ploše. Mimo pravidelnou podporu v tělesné výchově realizovali pracovníci Katedry APA i Paralympijský školní den, který svým průběhem a charakterem nadchl nejen žáky ve 2. a 3. třídě, ale i pedagogické pracovníky školy.

S koncem školního roku 2018/2019 však spolupráce nekončí. Podpora projektu APIV bude na ZŠ Tanvald probíhat i v následujícím školním roce. Těšíme se na další společné zážitky a radosti. ■

Michal Šmíd

Týden aplikovaných pohybových aktivit na ZŠ v Jilemnici

Ačkoliv hlavním posláním projektu „Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti“ je snaha zapojit do školní tělesné výchovy i žáky se SVP, jedním z cílů projektu je i odborné vzdělávání pedagogických pracovníků. Se zájmem o získání odborných znalostí, dovedností a zkušeností se zaměřením na aplikované pohybové aktivity a inkluzivní tělesnou výchovu se přihlásili pedagogičtí pracovníci ze speciální třídy vzdělávající žáky s PAS při ZŠ v Jilemnici. Po dohodě se tak první dubnový týden roku 2019 realizovaly ukázkové programy na pohybové hry v APA, psychomotorické aktivity využitelné v TV, rytmická cvičení, venkovní pohybové hry



nebo praktická ukáзка výuky plavání nebo seznámení se sportovně-kompenzačními pomůckami a vybavením pro tělesnou výchovu. Pedagogové zároveň uvítali poskytnutí metodických materiálů.

Zájem pedagogů o problematiku tělesné výchovy u žáků s PAS byl o to větší, že daná třída nemá příliš vhodné podmínky pro tělesnou výchovu – absence vhodných pomůcek a tělocvičny. K dispozici je však v areálu školy venkovní hřiště s umělým povrchem. Ze strany vedení školy byl i velký zájem o doporučení vhodných pomůcek, které by vedly k dalšímu zlepšení a zkvalitnění tělesné výchovy. ■

Michal Šmíd

Školní turistika v Jizerských horách s žákyní na vozíku? Žádný problém!

Před koncem školního roku je dobrým zvykem mnoha škol vyrazit na školu v přírodě, na školní výlety, turistické akce spojené s výchovou v přírodě apod. Výjimkou není ani ZŠ Ještědská v Liberci, v rámci které byl narychlo pro 5. třídu vícedenní pobyt na Jizerce v termínu 8.–12. června 2019.



Ze strany školy vzešla i iniciativa o možnost účasti žákyně s tělesným postižením na této akci. Ubytování bylo v ekocentru Jizerka, které není příliš bezbariérové, ale žákyně zvládá i chůzi o berlích na krátkou vzdálenost, včetně překonání schodů. Z tohoto hlediska tak nebyla žádná organizační překážka účasti celé třídy. Na podporu pěších a turistických výletů byl na akci i konzultant APA pro Liberecký kraj. Pro kvalitnější manipulaci s vozíkem v přírodě bylo škole zapůjčeno i přední přídavné kolečko. Během týdne jsme vyrazili např. na pěší výlet kolem vrcholu Bukovce, ke známému jizerskému rašeliništi nebo na Pytlácké kameny, při kterém jsme zvládli cestu s vozíkem i přes lesní kořeny, kameny a vodní příkopy. Samozřejmě nechyběly ani aktivity na ochranu životního prostředí, týmové řešení, tzv. problem solving, tradiční táborák s kytarou či noční dobrodružství.

Po celý týden nám vyšlo i velmi příjemné počasí a naši náladu nerozházely ani občasné technické problémy s vozíkem. Každopádně to byl velmi příjemný týden prožitý v nádherné přírodě Jizerských hor s krásnými (i když občas náročnými) výlety. ■

Michal Šmíd

Sportovní den na ZŠ v Řehlovicích

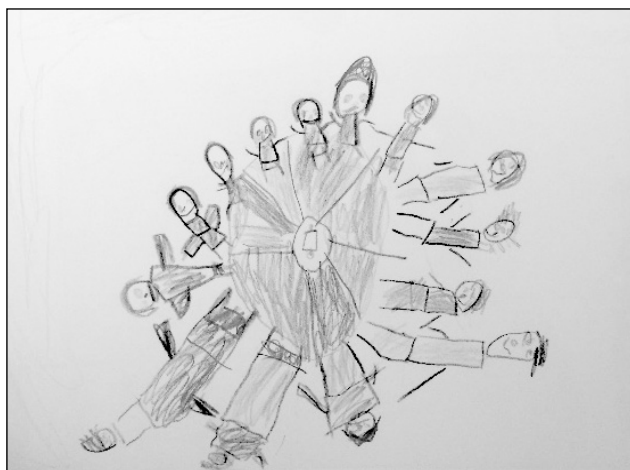
Základní škola v Řehlovicích se rozhodla ve spolupráci s konzultantem APA pro Ústecký kraj opět pro své žáky zrealizovat sportovní den před zahájením letních prázdnin. Letošní termín akce byl stanoven na 27. června 2019. Bonusem pro všechny žáky před zahájením letních prázdnin byla i školní akce přespání ve škole, která proběhla 26. června. Přespání ve škole bylo pro všechny zúčastněné příjemným zážitkem. Sportovní den byl nejprve zahájen krátkou besedou o paralympijských hrách s krátkým kvízem, při kterém už jednotlivé týmy měly možnost sbírat body. Následné dopolední sportování proběhlo postupně na několika stanovištích, která byla přizpůsobena tak, aby se jich mohli zúčastnit všichni žáci z 1.–5. třídy, včetně žáků se speciálními vzdělávacími potřebami. Některá stanoviště měla za cíl seznámit žáky s možnostmi spor-

tovních aktivit osob se zdravotním postižením v praxi. Soutěžní aktivity byly zaměřené i na týmovou spolupráci a komunikaci napříč ročníky. Žáci školy si zahráli např. živé človice nezlob se, vyzkoušeli si navigování nevidomého spolužáka skrze překážkovou dráhu, užili si aktivity s psychomotorickým padákem nebo odehráli utkání v bocce. Na ukončení sportovního dopoledne proběhlo vyhlášení a předání ocenění všem týmům školy.

Na ZŠ v Řehlovicích proběhl sportovní den ve spolupráci s Centrem APA znovu po roce. Na škole průběžně probíhá podpora z projektu APIV v hodinách školní TV. V předchozím školním roce ve škole proběhl i osvětový program PÁPÁ hrátky. Věříme, že si žáci sportovní den užili a obohatili se o nové poznatky, radosti a zkušenosti. ■

Michal Šmíd

Příklad dobré praxe z Pardubického kraje



Již ve školním roce 2018/2019 začala spolupráce v mateřské školce nedaleko Pardubic. V prvopočátku byla spolupráce nespěšná a s obavami. Po představení projektu a jeho možnostech začala každoměsíční spolupráce, kdy žáci vyzkoušeli nové pohybové aktivity. Ve třídě s počtem 22 žáků byl integrován jeden žák s hypotonickou formou tělesného postižení a tracheostomií. První setkání s žáky a představení bylo, jak již uvádím, nespěšné, ale už na konci hodiny za mnou žáci chodili a ptali se, kdy za nimi zase přijedu. První program byl zaměřen na psychomotoriku s využitím kolíčků na prádlo a psychomotorickým padákem. Žáci se také seznámili v průběhu roku s kamarádem Bobíkem, který má tělesné postižení, s žirafou Anetkou, která nevidí, a ovečkou Sašou, která má sluchové postižení. Bylo

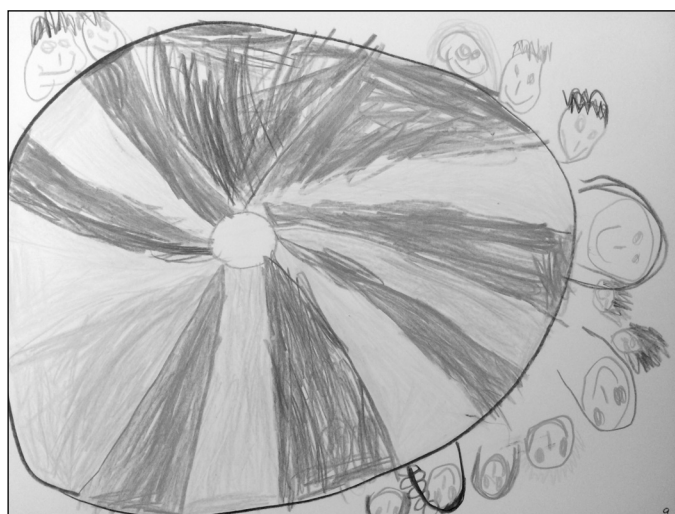
vidět, jak se v průběhu roku prohlubovala spolupráce integrovaného žáka se spolužáky. Před začátkem nového programu jsme si znovu popovídali, co jsme již zažili, co si děti pamatují a jak tyto zkušenosti využívají.

Na konci školního roku proběhlo rozloučení, kdy byl program realizován venku. Děti si vyzkoušely aktivity s míčem kin-ball a poté dostaly zprávu, kterou jim pomohla paní ředitelka přečíst, a děti se mohly vydat za honbou o poklad. Když našly poklad, popovídali jsme si ještě o celém roku a rozloučili jsme se. Dostala jsem knížku ilustrovanou dětmi, která poukazuje na každé setkání (ukázka v příloze).

Spolupráce se moc líbila jak vedení školky, tak i zákonným zástupcům. I když na začátku školního roku byly obě strany v rozpacích, jak přesně bude spolupráce probíhat, hned při prvním setkání jsem si našla s žáky tak vedením školky společnou cestu a v tomto duchu probíhal celý školní rok. Spolupráce byla velice příjemná a bylo úžasné pozorovat posun žáků ve spolupráci s integrovaným žákem. S rodiči byla domluvena spolupráce ve školním roce 2019/2020, která bude realizována na základní škole.

Na základní škole nyní probíhá pohybový program v tělesné výchově, kde má žák k dispozici sportovní vozík, který je zapůjčen Centrem APA. Spolupráce bude probíhat v celém školním roce 2019/2020. ■

Lucie Kutheilová (konzultantka APA Pardubického kraje)



Příklad dobré praxe z Jihočeského kraje: PŠD a Den dětí v Arpidě

Na začátku června vyrazil šestičlenný tým konzultantů a metodiků APA na Šumavu a do jižních Čech, kde se uspořádaly dva Paralympijské školní dny (PŠD) a jeden den dětí také v duchu paralympiády. Tato několikadenní akce završila sezónu desítek osvětových akcí pořádaných Centrem APA v rámci projektu APIV po celé České republice ve školním roce 2018/2019.

V pondělí 3. 6. jsme programem PŠD oslovili 80 dětí ze ZŠ Zdíkov, která se nachází 10 minut od známého lyžařského areálu Zadov. Děti druhého stupně si vyzkoušely cílové sporty jako boccia a curling, dále basketbal na vozíku, goalball, základy mobility na vozíku, lokomoci s bílou holí a poslechly si besedu s paralympijskou vítězkou Evou Kacanou.



Hned druhý den se tým přesunul ke Strakonícím na ZŠ Radomyšl, kde program PŠD rozšířil navíc o stanoviště na atletickém ovále s možností vyzkoušet si handbike, racerunner, indoor sledge, odhodové raketky apod. Pro děti 1. a 2. ročníku byly nachystané PÁPÁ hrátky a celkem se akce zúčastnilo 195 žáků.

Ve středu 5. 6. se APA tým zúčastnil programu pro 120 dětí s tělesným a kombinovaným postiže-



ním na ZŠ při Centru Arpida v Českých Budějovicích. Pro děti bylo nachystáno celkem 17 stanovišť: atletický pentathlon (hody, lukostřelba, slalom na vozíku, racerunner, skok do dálky), turnaje v paralympijských sportech (basketbal na vozíku,



goalball, curling), sportovní stanoviště (zvuková střelba, jízda na handbiku a tandemu) a odpočinková zóna (možnost vyzkoušení si monoski, indoor sledge apod.). Děti bojovaly o medaile jako týmy i jednotlivci a všichni nakonec dostali věcnou odměnu. ■

Kateřina Fiedlerová
(konzultantka APA Jihočeského kraje)



Akce očima organizátorky z Arpidy

Paralympiáda byla zahájena ceremoniálem s tóny písně Michala Davida Poupata a výkonem zaměstnanců nezapomenutelné spartakiády. Následně se mezi nimi vynořil pan ředitel školy se zapálenou loučí a přiběhl k připravenému ohništi, kde zapálil před zraky všech účastníků olympijský oheň. Než se všichni vzpamatovali z daného zážitku, byla vysvětlena pravidla a mohli se vrhnout bojovat o cenné medaile. Všichni bojovali s obrovským nadšením o medaile a užili si nejen netradičních turnajů a stanovišť, např. goalbalu, curlingu, které nám poskytla organizace APA, ale i dobrého občerstvení, které pro nás připravoval sám pan ředitel Arpidy. Děti tak mohly být součástí skoro opravdové paralympiády, na kterou budou ještě dlouho vzpomínat. Všem dobrovolníkům a organizaci APA děkujeme za pomoc.))

Petra Coufalová



DEN DĚTÍ 5.6. 2019

PARALYMPIÁDA
-program-

8:00 SRAZ U OHNIŠTĚ (základna)
8:10 ZAHÁJENÍ
8:30 START
11:00 ODEVZDÁNÍ KARTY – KONEC
11:10 BESEDA S PARALYMPIONIKY (základna)
11:30 VYHODNOCENÍ PARALYMPIÁDY



CENTRUM ARPIDA centrum pro rehabilitaci osob se zdravotním postižením

A – akce
R – rehabilitace
P – pomoc
I – integrace
D – dobrovolnost
A – agape (křesťanské pojetí lásky, sounáležitosti, sdílení a solidarity)

Od roku 1993 nabízíme komplexní pomoc rodinám pečujícím o děti, mladistvé a dospělé osoby s tělesným a kombinovaným postižením. Nezapomínáme na žádnou z potřeb člověka s postižením, a proto naše služby poskytujeme v komplexní šíři. Tuto komplexní koordinovanou péči v duchu uceleného systému rehabilitace poskytujeme prostřednictvím:

**STŘEDISKA
SOCIÁLNÍCH
SLUŽEB**

**NESTÁTNÍHO
ZDRAVOTNICKÉHO
ZAŘÍZENÍ**

**ŠKOL
A ŠKOLSKÝCH
ZAŘÍZENÍ**

Centrum ARPIDA je nestátní nezisková organizace a vzniklo z aktivity rodičů dětí s postižením. Při naplňování našeho cíle pomáhat rodinám pečujícím o osobu s postižením, vycházíme z reálných potřeb člověka s postižením a účelně propojujeme a koordinujeme služby v oblasti zdravotní, sociální, výchovně vzdělávací a pracovní.

Cílem poskytovaných denních služeb je dosažení pokud možno optimálního vývoje každého jednotlivce ve smyslu jeho maximální možné soběstačnosti a integrace v jeho přirozeném sociálním prostředí, tedy především v rodině.

Při veškeré činnosti se centrum ARPIDA opírá o základní principy křesťanské etiky respektující vzájemnou úctu, sounáležitost, sdílení, solidaritu a porozumění. V odborné práci jsou maximálně respektovány mezioborové vztahy. Důraz je kladen na vysokou odbornost pracovníků a současně též na lidský rozměr poskytované péče. Služby jsou zaměřeny nejen na samotné osoby se zdravotním postižením, ale také na jejich rodiny. Rodiče (zákonní zástupce) dítěte se zdravotním postižením vnímáme jako naše partnery a jako přirozenou součást odborného týmu.

Kontaktní údaje

Centrum ARPIDA

U Hvízdala 1402/9
370 11 České Budějovice

tel.: 385 777 011

e-mail: info@arpida.cz

web: www.arpida.cz

běžný účet: 161544543 / 0300

Článek Honzy Čermáka, žáka 8. třídy ZŠ

Jmenuji se Honza Čermák a letos jsem žákem 8. třídy Základní školy Zdenky Braunerové v Roztokách. Jsem na vozíku a v 1. třídě jsem bez problémů nastoupil do této školy.

Z tělocviku jsem byl ze začátku uvolněný, protože škola neměla tělocvičnu. Na tělocvik děti docházely přes celé město do sokolovny.

Po pár letech nám přistavěli novou část školy společně s tělocvičnami. To mi umožnilo začít chodit také na tělocvik, začali jsme řešit, na jakém vozíku mohu sportovat. Nyní chodím asi 4. rokem na tělocvik na vypůjčeném sportovním vozíku od centra APA. Byli jsme zařazeni do jejich programu a pravidelně nás navštěvuje a pomáhá nám paní asistentka, která mě učí nové cviky. Pomáhají mi se protáhnout a posílit během rozvíčky. Dále nám půjčuje různé pomůcky: jako jsou guma



na cvičení, expander a míče (rugby míč, míč do vody, grabball, yuck-e-ball). Nyní máme u nás dva míče zvané omnikin. Hrajeme různé hry, kterých se účastní všichni. Zajímavý byl Paralympijský den, který nám zorganizovali u nás ve škole, kde jsme si vyzkoušeli sportovat s různými handicapy.

Jsem rád, že můžu být zapojen i do tělesné výchovy. Baví mě hrát hry se spolužáky, nejvíce míčové. ■

Jan Čermák, 8. A

Peer Tutoring v tělesné výchově na základní Scio škole v Olomouci

V tomto článku se budu věnovat principu vzdělávání žáků formou peer tutoring v tělesné výchově na základní Scio škole v Olomouci, jež funguje na jiných principech než klasická státní základní škola. Scio škola se neřídí tradičními mainstreamovými postupy, autoritami a normami jako běžná základní škola. Scio program je založen na principech otevřenosti, svobody rozhodování, optimismu původně Ondřejem Štefflem v České republice v roce 1995. Scio školy fungují od roku 2015 a v Olomouci je již čtvrtým rokem.

Strategie peer tutoring je pro tento typ školy běžná, ale uplatnění peer tutoring jako nástroje pro začlenění kohokoliv do TV, tzv. inkluzivní TV, realizuje díky inspiraci aktivit projektu řešeného na Fakultě tělesné kultury UP v Olomouci „Společně v pohybu“. Aktuálně jej upravujeme na základě interních konzultací s pracovníky projektu. Peer tutoring vnímáme jako přirozený princip soužití vrstevníků, který se uplatňuje v edukačním procesu. Žáci částečně přebírají odpovědnost za obsah, zejména za úpravy obsahu tak, aby se jej mohli účastnit všichni žáci, i ti, kteří mají speciál-

ní vzdělávací potřeby nebo jsou jen v některých činnostech méně šikovní nebo úspěšní. Pedagogickým vedením dochází k procesu uvědomění si jinakosti každého z nás a hledání podstaty společného soužití. Pokud pedagog (zde označován jako průvodce) dá možnost žákům spoluvytvářet hodiny tělesné výchovy, je možné vnést do rozvoje žáků a pedagoga úplně nový rozměr. Autorita se zde vytváří na základě vzájemného poznání se žáky. Ne na předpokladu „já jsem pedagog, ty jsi žák, tak poslouchej“. Tempo výuky si žák může zvolit sám a neomezuje se přesnými hodnotami hodnocení. Hodnocení žáka na vysvědčení je slovní a žák přesně ví, co mu jde a na čem může pracovat. Vše záleží na nastavení a dodržování pravidel zavedených průvodcem.

Hodiny tělesné výchovy jsou nastavené v naší škole tak, že jeden týden vede hodinu průvodce spíše direktivním způsobem (resp. klasicky pedagogickým). Ne proto, aby si zajistil autoritu, ale aby žákům ukázal nová cvičení, nové způsoby pohybu a učil je hodnoty, které využijí v běžném životě. A druhý týden si žáci volí sami svou aktivitu. K tomu je využit papír, na který si žáci napíší aktivitu a napíšu se zde garanti aktivity. Buď danou aktivitu ovládají, anebo ji vůbec neumí a chtějí se jí naučit a potřebují pomoc průvodce s na-

bídkou aktivit v hodině. Zaměřím se nyní na hodiny, které vedou žáci. Několik dní před hodinou tělesné výchovy je vyvěšen papír s nabídkou pro tři aktivity. Do kolonky se napíší žáci, kteří aktivitu zaštiťují, a pod ně zájemci o aktivitu. Tato nabídka funguje od první do deváté třídy. Žáci se mohou domluvit předem s průvodcem a ten jim poradí, případně pomůže s úpravou a zacílením jednotlivých aktivit. Vždy jsou zvoleny dvě aktivity. Žáci se respektují mezi sebou a nemají problém nechat jednoho žáka vysvětlovat pravidla hry s případnou ukázkou. Sám průvodce se občas může doptat, pokud cítí, že aktivita nebyla dostatečně popsána, může se doptat ve stylu, že nezná pravidla. Žáci většinou navštěvují kluby, kroužky či různé oddíly již od nízkého věku a přenášejí aktivity z tréninků do hodin tělesné výchovy.

Příklad: Žák si připraví fotbal. Zaměření aktivity je nácvik uvolnění hráče s míčem a střelba s následnou hrou. Funkce průvodce je rádcovství a doplnění popisu aktivit na konci hodiny, že proběhl tento nácvik. V případě, pokud by chtěl žák vést hodinu, je záměrem buď zdokonalení konkrétní pohybové dovednosti, nebo se žák může zaměřit například na přihrávky a uvolnění hráče bez míče. Individuální herní činnosti jsou pak rozvíjeny ve dvojicích, kdy společně s žákem se speciálními vzdělávacími potřebami realizuje aktivitu spolužák, který navštěvuje mimoškolní sportovní fotbalový klub. Dochází k efektivnějšímu předávání zkušeností, rozvíjení motorických dovedností a žák bez postižení (fotbalista) rozvíjí sociální citění a empatii.

Dalším příkladem může být: Žák si zvolí jako aktivitu gymnastiku. Protože gymnastika je obsáhlé téma, je zde více využití. Žák, který se zapsal jako garant, se chce naučit skok přes švédskou bednu. Mezitím se další žáci zdokonalují v tom, v čem chtějí. Na průvodci je, aby zajistil bezpečnost žáků. Mezitím si další žák zvolí, že se chce naučit přemet, a druhý žák, jelikož chodí do oddílu gymnastiky, mu sám přinese pomůcky na nácvik a pomáhá mu s nácvikem. Průvodce se může zapojit a podle popisu žáka předvést prvek, a tak vyzkoušet, zdali je prvek správně popsán. Ostatní žáci, kteří skákali přes bednu, se mohou zapojit do nácviku na přemet vpřed, protože jim tento prvek připadá atraktivní. Celkově pak hodina tělesné výchovy působí dojmem buď kruhového tréninku, nebo variabilního provozu. Ten netvoří pedagog, ale sami žáci. S žákem se speciálními vzdělávacími potřebami pak společně cvičí zejména zkušenější žáci, kteří mají s gymnastikou předchozí osobní zkušenost.

Výhodou vedení hodiny samotnými žáky s dopomocí průvodce je, že žák si vyzkouší, jaké je vést hodinu, rozvíjí daleko více komunikaci (s pedagogem, i se spolužáky), než pokud by výuka probíhala frontálně. Cítí se být více platný, když navrhuje úpravu pravidel. Návrhy úprav pravidel jsou prodiskutovávány ve skupině. Ve chvíli, kdy dojde při výběru týmu

(př.: podle čísel) k tomu, že by byli dva nejlepší hráči spolu, kapitáni stopnou číselováni a rozdělí si hráče podle výkonnostních kvalit, aby oba týmy byly vyrovnané. Vzájemná podpora spolužáků vede k utužování vztahů mezi sebou. Spolupráce, která pak vzniká, se přenáší i do jiných hodin. Děti se učí respektu a naslouchání si mezi sebou. Učí se organizovat skupinu, případně jednotlivce. Zároveň může být vrstevník vzorek, někým, s kým se může i méně nadaný žák nebo žák např. s postižením lépe identifikovat než s pedagogem.



Nevýhodou pro průvodce je náročnost na bezpečnost žáků. Nejedná se totiž o malé skupinky, ale jde vždy o spojení dvou tříd chlapců a dívek. Tím vzniká početnější skupina a náročnost na zvládnutí chodu a bezpečnosti žáků je vyšší, než pokud dělají všichni jednu aktivitu, viz frontální výuka. Žáci se musí učit vyjádřit svůj nesouhlas, protože ve vysokém tempu hry je náročné ovládat své emoce, na druhou stranu se vždy porušení pravidel ve hře domluví dopředu a žáci sami si sdělí, zdali to faul byl, či nebyl. Pokud ne musí zasáhnout průvodce. Nevýhodou může být delší diskuze v průběhu hodiny, a tím menší intenzita zatížení pro žáky. Ovšem žáci nejsou v hodině, aby se hýbali co nejvíce, protože se jinak nehýbají, ale jsou v hodině z důvodu rozvíjení se ve svých pohybových i charakterových dovednostech a učení se novým věcem, které mohou dále využít v reálném životě. Rozdělení pomůcek se řeší dopředu (viz garanti), aby se více žáků nesešlo nad jednou pomůckou a tím nezvlnil o ni spor. Vše určuje domluva.

Celkově hodina vypadá následovně. Vstup do tělocvičny s průvodcem, rušná část formou individuálního zahřátí organismu, následuje kruh (informativní část hodiny, seznámení se s průběhem hodiny). Průvodce si zvednutím ruky zjedná pozornost a vyčká na plnou koncentraci žáků. V kruhu se sdělí, jak bude hodina vypadat, co kdo potřebuje, následují samotné aktivity. Je možné vykonávat dvě různé aktivity v jedné tělocvičně (vše záleží na domluvě). Na konci hodiny následuje kruh, který plní funkci zpětné vazby. Zde probíhá diskuze mezi žáky a průvodcem. Konverzace je zaměřena na témata tělovýchovného, zdravotního a osobnostního charakteru, fair play i zodpovídání otázek typu „proč a za jakým účelem se pohybová aktivita prováděla“.

Pochopení smyslu jednotlivých pohybových aktivit, respektu tempa, úrovně individuálních dovedností a specifik potřeb jednotlivých žáků dává lepší předpoklad pro zapojení žáků se speciálními vzdělávacími potřebami do společných aktivit v TV. To se daří i s podporou konzultantů APA, díky zapojení asistenta pedagoga, který absolvuje průběžná školení a semináře realizovaných projektem „Společně v pohybu“, a průvodcováním (v pozici učitele TV) absolventa oboru aplikovaná tělesná výchova, který jako student taktéž absolvoval řadu aktivit řešených v rámci projektu. ■

Jan Divíšek – průvodce (učitel) na Scio škole Olomouc, absolvent oboru ATV

Informace z vysokých škol (redaktorka Julie Wittmannová)

Informace z Fakulty tělesné kultury UP v Olomouci

MS v para hokeji odstartováno ve spolupráci s Centrem APA



Dne 18. ledna se ve velmi příjemné atmosféře odehrálo „úvodní buly“ u příležitosti příprav a prezentace MS v para hokeji, které se bude konat na přelomu dubna a května 2019 v Ostravě. První vzdělávací program je za námi a dalších cca 25 před námi. Fakulta tělesné kultury a Univerzita Palackého jsou znovu při tom. Mistrovství se po 10 letech vrací na místa, kde se velmi úspěšně sport, ještě pod označením sledge hokej, prezentoval i ve spolupráci s Fakultou tělesné kultury UP v Olomouci, Katedrou APA. Organizátoři akce na úspěšnou spolupráci

nezapomněli, ba naopak, a dnes již FTK prostřednictvím Centra APA intenzivně připravuje a realizuje vzdělávací akce, které vyvrcholí zapojením škol do samotného mistrovství. Tentokrát si ke spolupráci organizátoři vybrali také Ostravskou univerzitu, Moravskoslezský kraj a řadu dalších partnerů.

Úvodní tiskové konference se zúčastnilo hned několik osobností, včetně hrdiny z Nagana Dominika Haška. Další tisková konference, obsahově zaměřená na vzdělávací programy a zapojení škol, se plánuje na 28. února i s účastí zástupců Centra APA (FTK UP v Olomouci). Know-how vzdělávacích programů bude a z větší části už bylo předáno spolupracující Ostravské univerzitě a studentům tamního oboru rekreologie. Podobně tak i metodický materiál, sportovně-kompenzační pomůcky apod. Poprvé v ČR byly vyrobeny ve spolupráci se Zlínskou univerzitou Tomáše Bati indoorové sledge na indoor para hokej. I na nich bude část vzdělávacích programů realizována. Ostatně, jaká je para hokej dřina, měli možnost vyzkoušet první žáci ostravských škol pod vedením konzultantů APA.



Ondřej Ješina

Ohlédnutí za letošními Dny dětské onkologie v Brně

Centrum APA se podílelo na 2. brněnských dnech dětské onkologie, které upozorňují na problematiku nádorů dětského věku, jejich prevenci a možnosti vyléčení a v neposlední řadě propojují vyléčené pacienty se zdravými dětmi. Akce se konala ve dnech 16. až 22. února za spolupráce Kliniky dětské onkologie FN Brno, Nadačního fondu dětské onkologie Krtek, Lékařské fakulty Masarykovy univerzity a právě našeho centra. Jihomoravští středoškoláci v Univerzitním kině Scala absolvovali přednášky na témata



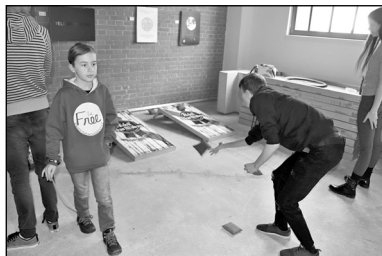
týkající se dětské onkologie, leukémie nebo aplikovaných pohybových aktivit v dětské onkologii. Poslední jmenovanou přednášku proslavil Tomáš Vyhlídal z Centra APA.

Pestrý program pro veřejnost nabídl osvětová akce v sobotu 16. února v Café Práh ve Vaňkovce. O ní se více dozvíte z ohlédnutí jedné z organizátorek doprovodného programu, studentky Kristýny Homolkové:

Den dětské onkologie v Brně. My jsme byli u toho a moc jsme si to užili! Pro rodinný záživný den jsme připravili skvělá stanoviště

plná zábavy pro každého. Zájemci si mohli vyzkoušet a zadovážet si například na překážkové dráze na nadupaných sportovních vozíčkách, mohli si zahrát pexeso po tmě, vyzkoušet si aktivity na koordinaci pohybu s kelímkem na hlavě a pingpongovým míčkem, kterým se do kelímku museli trefit. Vyzkoušeli si také svou jemnou motoriku, kdy nebylo vždy jednoduché si například zapnout zip či zavázat tkaničku pouze jednou rukou. Stanoviště měla za cíl představit aktivity, se kterými se setkávají například děti s nežádoucími následky léčby.





K našim aktivitám se připojila i youtuberka Kateřina Králová, která s námi byla během celého dne a vyzkoušela si všechna stanoviště. Svou pozitivní náladou si dokázala získat přízeň i těch nejmenších dětí a pomáhala jim s plněním stanovišť, za která dostávaly razítka.

Když byla všechna políčka s razítky plná, tak si mohly přijít pro výhru.

Během celého dne zde byl i provizorní kadeřnický salon, ve kterém se zájemci mohli nechat nalíčit, ostříhat si vlasy či nabarvit anebo si nechat zaplést krásné barevné copy. Probíhala zde i autogramiáda slavných a talentovaných osob, například Terezy Maškové, Adama Mišíka a Kateřiny Králové.

Celý den se nesl v duchu přátelství, smíchu a radosti. Byl to krásný den plný zábavy, her, nezapomenutelných vzpomínek a navázání nových přátelství. Mou osobní radostí bylo, když za námi na stanoviště zavítaly mladé



slečny, které jsem poznala na víkendovce s Nadačním fondem dětské onkologie Krtek.

Bylo nám velkou ctí se zúčastnit tak skvělého dne a těšíme se na příště. ■

Kristýna Homolková a kol.

Schůzka zástupců Akční skupiny občanů se zdravotním postižením na půdě FTK

Na půdě Aplikačního centra BALUO FTK UP se v pondělí 25. března uskutečnilo prozatím ojedinělé setkání zástupců organizací sdružených v rámci Akční skupiny občanů se zdravotním postižením města Olomouce. Potřeba této schůzky (a plán následné spolupráce) vznikla na začátku března na půdě Magistrátu města Olomouce. Z předchozího jednání totiž vyšlo najevo, že jednou z výrazných příležitostí, které se málo v Olomouci využívá, je spolupráce jednotlivých subjektů s cílem zvýšení pohybové gramotnosti uživatelů služeb, klientů, členů a dalších osob se zdravotním postižením a znevýhodněním. Výraznou roli při této iniciativě, týkající se nejen této skupiny, ale i seniorů, v budoucnu možná i rodin se sociálním znevýhodněním, hraje Fakulta tělesné kultury, respektive Centrum APA na katedře aplikovaných pohybových aktivit. Zastoupeno bylo celkem dvanáct organizací a další tři prokázaly motivaci pro spolupráci do budoucna.

Schůzka se orientovala na představení dosavadních aktivit FTK v této oblasti. Zástupce Centra APA Ondřej Ješina představil příklad dobré praxe při řízení podpory aplikovaných pohybových aktivit na úrovni obcí z Finska. Přítomné seznámil s tamní pozicí APA specialistů, kteří koordinují volnočasové a pohybové aktivity pro specifické skupiny, jako jsou zaměstnanci magistrátů většiny velkých finských měst. Zároveň byl představen potenciální model spolupráce. Účastníci měli prostor k prezentaci svých představ spolupráce a byl navržen základní hrubý harmonogram aktivit pro blízkou budoucnost. Účastníci setkání měli na závěr možnost prohlídky prostor AC BALUO. Byl projeven zájem o organizaci společného „otevíracího eventu“, na který by měl navázat souvislejší a průběžně realizovaný projekt pro osoby se zdravotním postižením zaměřený na široké spektrum pohybových aktivit se spoluúčastí samotných zájemců a prostředků Magistrátu města Olomouce. ■

Ondřej Ješina

Olomouc rozzářila tisíčovka světlušek

1 071 běžců se postavilo na start Nočního běhu pro Světlušku a rozsvítilo svými čelovkami olomoucké Bezručovy sady a rozárium. Benefiční událost na podporu nadačního fondu Českého rozhlasu, který pomáhá lidem se zrakovým postižením, se v hanácké metropoli konala již potřetí. Od prvního ročníku je u toho i Univerzita Palackého. Organizačně večer i letos zajistili studenti a zaměstnanci Fakulty tělesné kultury a Michal Višňar z katedry rekreologie se spolu s přáteli muzikanty postaral o hudební doprovod akce. ■



Martin Višňa

Karneval APA tančil na vlně šedesátek

Do šedesátých let přenesl účastníky letošní Karneval APA, na němž se tradičně potkávají studenti a zaměstnanci katedry aplikovaných pohybových aktivit FTK a jejich přátelé. O atmosféru se postaraly kapely New street band a Jamr's a především spousta povedených masek a kostýmů, mezi kterými nechyběl Elvis Presley nebo třeba přistání na Měsíci. Večer také zpestřilo předávání výročních cen významným osobnostem či šikovným studentům v oblasti APA. ■

Martin Višňa

Karnevalové šedesátky roztančily Bea centrum

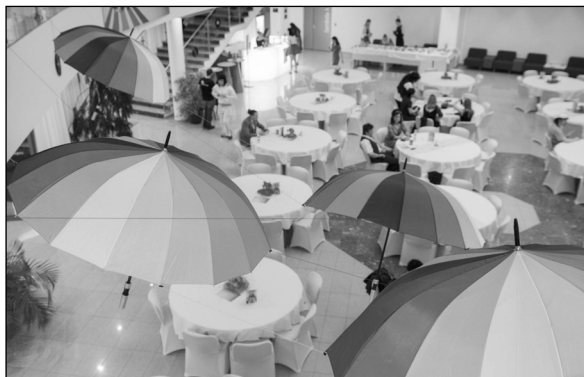
Týden po Karnevalu APA nastal čas, kdy se můžeme vrhnout na celkové zhodnocení letošního ročníku. Nejprve bychom však rádi poděkovali za podporu všem sponzorům a návštěvníkům, kteří vytvářejí vždy skvělou atmosféru na tomto APA/ATV setkání a užívají si večer plný převleků s grácií a radostí ve tvářích. Letošní návštěvnost dosáhla více než 230 návštěvníků, kteří roztancovali taneční parket na hity od New street bandu a skupiny Jamr's. Pro nás organizátory to byla skvělá podívaná.



Tento rok se nesl v duchu 60. let, a proto jsme mohli vidět spousta postav z Rebelů, americké hippies, postavy, jako byli Frank Zappa, Elvis Presley či přistání na Měsíci. Fantazii se meze nekladou. Královnami plesu se staly krásné dámy ze salonu Vera Icon, které měly zároveň v rámci karnevalu svou kadeřnickou show. Králem plesu byl pro letošní ročník zvolen pan doktor Ondřej Ješina, který ladil svůj kostým do stylu hippies.



Objevila se zde také čestná ocenění. Cenu ČAAPA získal Karel Vondráček, který nám poslal svou zdravici. APAče roku vyhrála Michaela Veličková a převzala tak žezlo APAče pro rok 2019. Při předávání Výroční ceny Centra APA jsme zavzpomínali na našeho bývalého studenta Jiřího Kyzlinka a karnevalovou síň slávy ozdobil doktorka Vlasta Syslová.



Ve slosování lístků se nám sešlo přes 50 krásných cen a mezi top 10 patřil například víkend pro 2 osoby ve Ski areálu Kareš, sedací vak od Hanácké dílny, snowblades od Fly United a také chytré hodinky darované společností Přeprava na letiště. Mezi výherci jsme mohli zahlédnout paní doktorku Julii Wittmannovou, pana doktora Zbyňka Janečku, paní doktorku Soňou Formánkovou a výherkyni letošního APAče roku Míšu Veličkovou.



Děkujeme všem za krásný večer a už se těšíme na 13. ročník Karnevalu APA. ■



Text Tereza Pekárková, foto Eva Holásková

Fotogalerii Evy Holáskové si můžete prohlédnout na https://karnevalapa.rajce.idnes.cz/Karneval_APA_2019

Majáles je tu!

Majálesový program odstartoval sportovními aktivitami pro děti s postižením

Sportovním dopolednem pro děti se zdravotním postižením odstartoval dvoudenní program letošního Olomouckého majálesu UP, jehož tématem je popkultura kolem nás. Ještě dnes, vpředvečer hlavního majálesového dne, mohou zájemci zamířit za zábavou na parkán Konviktů nebo do Jazz Tibet Clubu.

Studenti katedry aplikovaných pohybových aktivit Fakulty tělesné kultury připravili v Bezručových sadech pro handicapované žáky olomouckých škol dopoledne plné sportovních aktivit. Účastníci si mohli například zahrát bocciu, paralympijskou obdobu pétanque, procvičit rovnováhu na šlapadle zvaném pedalo nebo si zastřílet na branku. Radost z pohybu si i přes chladnější počasí užilo několik desítek dětí.

Majálesové pondělí dále láká na Konvikt, na jehož parkánu v 16 hodin začne program zahrnující mimo jiné speciální Hospodský kvíz nebo projekci snímku Big Lebowski. V Kapli Božího těla od 19:30 zahraje Univerzitní orchestr UP složený ze studentů napříč všemi fakultami. V Jazz Tibet Clubu se zájemci mohou zúčastnit swingové tančírny a benefičního koncertu kapel Billow a Cold Cold Nights.

Úterní program Olomouckého majálesu UP odstartuje hodinu po poledni korunovací královny Eriky Stárkové aka Dáší/Pavla ze seriálu Most! na nádvoří Zbrojnice. Po alegorickém průvodu centrem města se naplno roztočí kolotoč koncertů, divadel, výstav a interaktivních aktivit. ■

Text a foto Martin Višňa



S „APAči“ v pohybu v RÚ Hrabyně

Sportovní odpoledne S „APAči“ v pohybu si pro klienty Rehabilitačního ústavu v Hrabyni připravili studenti druhého ročníku APA/ATV v rámci předmětu sporty vozíčkářů a amputářů. Před samotným programem fyzioterapeutka Mgr. Martina Korhelíková (také absolventka oboru APA) provedla studenty oddělením ergoterapie a fyzioterapie, kde se seznámili nejen s poskytovanou péčí, ale

i nejmodernějším vybavením používaným k těmto účelům. Poté studenti představili zúčastněným méně tradiční sportovní aktivity. Klienti si měli možnost vyzkoušet žonglování, hru kin-ball, frisbee, byly jim představeny zimní aktivity monoski a sledge hokej a měli možnost vyzkoušet si pohyb na mechanickém vozíku za pomoci nordic walkingových holí.

Na závěr, dle přání „místních“, zúčastnění se hráli s našimi studenty zápas ve florbalu na vozíku a čas strávený tréninkem byl znát. Tímto bych chtěla poděkovat studentům za organizaci a ochotu trochu cestovat a Martině Korhelíkové a RÚ Hrabyně za umožnění zprostředkování této zkušenosti studentům. ■

Radka Čiháková



Čestné uznání pro Julii Wittmannovou

Čestné uznání za vytvoření vynikajících podmínek pro českou reprezentaci na Světových letních hrách speciálních olympiád v Abú Dhabí obdržela z rukou ministra školství, mládeže a tělovýchovy Roberta Plagy Julie Wittmannová z Fakulty tělesné kultury. Odborná asistentka katedry aplikovaných pohybových aktivit se her zúčastnila jako trenérka reprezentantek v bocce, její svěřenkyně Petra Machů vybojovala zlatou a stříbrnou medaili. ■

Turistika pro všechny: Kterak jsme prošli kousek jarního Pomoraví



Rozkvetlým Litovelským Pomoravím se vydala pozoruhodná výprava. V rámci Turistiky pro všechny se totiž v květnu uskutečnilo druhé APA Putování Pomoravím, které zároveň bylo součástí série pěších výletů Větrání. Cílem byl stejně jako vloni Hynkov, kde pak byl pro účastníky připraven další program, tentokrát jsme ale na cestu vyrazili z Litovle.

Ráno se nás na litovelském autobusovém nádraží sešlo pětadvacet, z toho mimo jiné čtyři vozíčkáři nebo jedna nevidomá účastnice. Než jsme se vydali na cestu, připomněli jsme si několik zajímavostí o Litovli jako „Hanáckých Benátkách“, například zápasníka Frištenského nebo zdejší výrobu gramofonů, opomenuta nebyla ani zmínka o nejstarším mostu a nejvyšší věži na řece Moravě, pod kterou jsme si udělali společnou fotku.

Pak už jsme prošli kolem zdejších rybníků a vydali se vstříc lužním lesům obklopujícím meandry Moravy a jejích ramen. Zastavili jsme se mimo jiné u bývalého mlýna Šargoun, kde sídlí jezdecký klub, kde snad každý využil možnosti si koně pohladit. Ke Lhotě nad Moravou cesta ubíhala poměrně svižně, trasa záměrně vedla po zdejší silničce, aby vozíčkáři a jejich asistenti neměli problém s pohybem. Na nějaký zádrhel sice přece jen došlo, ale všichni jsme brzy dorazili do Hynkova, kde byla „APA část“ putování po absolvovaných zhruba deseti kilometrech ukončena a účastníci s postižením byli odměněni plackou s logem Větrání. ■

Text a foto Martin Višňa



K atmosféře rekordního mistrovství v para hokeji přispěla i Univerzita Palackého

Mistrovství světa v para hokeji, které na počátku května hostila Ostrava, bylo dosud neúspěšnějším kláním v historii tohoto sportu. Na průběhu turnaje se podílela také Univerzita Palackého, mimo jiné doprovodnými aktivitami ve fanzóně za mantinely ledové plochy.

„Ještě nikdy v historii jsme nezažili nic podobného. Toto mistrovství bylo neopakovatelné,“ uvedla na adresu ostravského turnaje technická delegátka Mezinárodního paralympijského výboru Veronika Muehlhofer.

Během šesti dní turnaje zhlédlo dvacítku utkání para hokejistů přes 45 tisíc fanoušků. Poslední zápasy ve vyprodané Ostravar aréně sledovalo 8 600 diváků. Byl tak překonán dosavadní návštěvní rekord, který drželo finálové utkání para hokejistů z paralympijských her v Salt Lake City. Další stovky tisíc lidí pak vidělo para hokejisty v akci na televizních obrazovkách. Podle České televize se na semifinálové utkání české reprezentace s Američany dívalo přes 200 tisíc fanoušků.

Turnaj vyhrál výběr USA, čeští hráči skončili bez medaile, když v boji o třetí místo podlehli reprezentantům Jižní Koreje.

Utkání rekordního šampionátu doprovodil bohatý doprovodný program, na němž se podílela také Univerzita Palackého. U stánku ve fanzóně, kde nechyběly ani univerzitní propagační předměty z UPointu, se zájemci mohli na chvíli stát para hokejistou a vyzkoušet si indoorovou sledge – upravené sáně, na kterých se para hokejisté pohybují.

„Mnozí říkali, že před borci na ledě musí smeknout, protože na sledgi není vůbec jednoduché udržet rovnováhu, natož se pohybovat. Některým také nebylo úplně příjemné, když ve sledgi projížděli mezi lidmi a byli v úrovni kolen, najednou viděli to dění

z jiné perspektivy. Pro děti to ale byla skvělá atrakce,“ prozradil Michal Šmíd z katedry aplikovaných pohybových aktivit (APA) Fakulty tělesné kultury s tím, že živo bylo na stánku po celý turnaj. Kromě sledge si zájemci mohli vyzkoušet také jízdu a manipulaci se sportovními vozíky nebo si zahrát bocciu, paralympijskou obdobu pétanque. Svě zastoupení měla Univerzita Palackého jako partner mistrovství také mezi dobrovolníky v organizačním týmu a například doktorand Tomáš Zelenka z FTK společně s Robertem Zárubou komentoval televizní přenosy. Před zahájením turnaje pak na ostravských školách proběhla série vzdělávacích programů, Paralympijských školních dnů, které zorganizovala katedra APA společně se studenty Ostravské univerzity. ■

Olomouc opět po roční přestávce hostila hráče bocce z Českého hnutí speciálních olympiád

Na atletickém stadionu Atletického klubu Olomouc proběhl ve dnech 3.–4. 6. 2019 IV. národní turnaj v bocce a Regionální hry Českého hnutí speciálních olympiád (ČHSO). Hry se konaly pod záštitou děkana Fakulty tělesné kultury UP v Olomouci Mgr. Michala Šafáře, Ph.D., a tradičně byly organizovány studenty oborů aplikované pohybové aktivity a aplikovaná TV, pod vedením členky katedry aplikovaných pohybových aktivit (KAPA) Julie Wittmannové.

Ve dvou velmi horkých letních dnech zde spolu změřilo síly na 100 hráčů bocce z 15 sportovních klubů. Probíhal turnaj v soutěžních disciplínách jednotlivců (muži a ženy), týmů a unified (sjednocené) týmů, kdy spolu v jednom týmu hrají dva sportovci s mentálním postižením a dva partneři. Na programu byly přizpůsobené sporty, především pro místní registrované i neregistrované kluby a organizace. Tyto disciplíny absolvovalo přes 60 sportovců.

Dále proběhla akce pro děti do 8 let nazvaná Malí sportovci (40 dětí) a program pÁPÁ hrátky, formou pohádky a pohybového programu seznamující děti s problematikou zdravotního postižení. Na pÁPÁ hrátky přišlo 60 dětí ze ZŠ a MŠ Svatoplukova v Olomouci.

Za České hnutí speciálních olympiád hry zahájila prof. Hana Válková, prezidentka hnutí, za FTK UP Julie Wittmannová, členka KAPA a ředitelka bocce ČHSO, za Českou asociaci aplikovaných pohybových aktivit (ČAAPA) její předseda Ondřej Ješina. Slib za sportovce přednesla Veronika Lišková z klubu Ježci Jihlava, za rozhodčí Marcela Fantalová, ředitelka turnaje v bocce.

Hry byly při zahajovacím ceremoniálu obohaceny vystoupením divadelního spolku MY z centra sociálních služeb Klíč CSS p. o., s představením „Trošku v tom plavu“. Kroužek pracuje pod vedením Mgr. Veroniky Jungové. Dále vystoupil kroužek historického šermu DDM Olo-



mouc pod vedením Mgr. Eduarda Zachy a psovodi Policie ČR z pobočky Olomouc.

V přizpůsobených sportech byli všichni sportovci odměněni účastnickými medailemi a drobnými dárky. Tyto disciplíny si vyzkoušeli i někteří nováčci, kteří program speciálních olympiád doposud neznali, jako např. žáci ze Základní školy prof. Vejvodského v Olomouci-Hejčíně.

Turnaj v bocce byl v pondělí zahájen tradičně rozřazováním sportovců do divizí a pokračoval hrou v jednotlivých skupinách po celé dva dny, přičemž byl zakončen předáváním medailí na slavnostním zakončení akce v úterý 4. 6. (výsledky naleznete v příloze). Pondělní večerní kulturní program probíhal v olomouckém S-klubu pod taktovkou studentů FTK UP.

V průběhu soutěží se také natáčelo video z Fun Fitness, propagační osvětové akce v rámci programu Zdraví sportovci.

Akci podpořili: Firma Golem Press Letohrad, velkoobchod Vrtal, DDM Olomouc, Centrum APA FTK UP a samozřejmě především České hnutí speciálních olympiád. ■

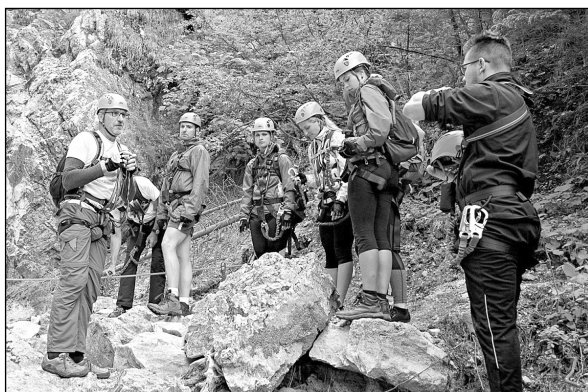
Julie Wittmannová

Expedice Přes Bar opět propojila světy

Za poznáním živlů v přírodě i těch v sobě a za ujištěním, že „nemůžu“ je jen slovo, se vydali studenti Fakulty tělesné kultury a jejich hosté s postižením s červnovou Expedicí Přes Bar. Během osmi dní sbírali zkušenosti a zážitky při outdoorových aktivitách na rozpálené pláži, ve skalách i na sněhu. Výprava, jejíž jádro tvořila osmička účastníků se zdravotním postižením, mezi nimi i čtyři vozíčkáři, postupně zamířila do Slovinska, Chorvatska a Rakouska. Itinerář čítal zejména pěší túry, cyklistické výlety, sjíždění divoké řeky Mrežnice nebo zdolávání ferrat. Ne vždy realita vyšla plánu zcela vstříc, jako například hned v úvodu v horských výšinách nad slovinským Bovcem, kde účastníky překvapil sníh a lyžařský ruch – ale i o tom taková expedice je. O překonávání překážek, také o různých „poprvé“. Někteří z účastníků v chorvatské Rijeci se například poprvé podívali k moři.



„Pokud bych měl vybrat tři nejlepší momenty, tak jedním by určitě byl sjezd divoké řeky. Nic takového jsem nikdy předtím nezažil a nevěřil jsem, že budu moci něco podobného na lodi sjet a zažít. Další nezapomenutelný zážitek bylo lezení na skalách v Rakousku. Bylo to náročné, ale super. A jako třetí bych zmínil jeden z prvních momentů, kterým byl výjezd lanovkou do výšky kolem 2 200 metrů nad mořem, kde se ještě stále lyžovalo,“ vyjmenoval Jan Mikeska, který před lety skončil na vozíku poté, co si při skoku do vody zlomil krční páteř a poranil míchu.



„Celkově jsem z expedice nadšený. Dostal jsem se na místa, kde jsem ještě nikdy nebyl a kam bych se sám zřejmě nikdy nedostal. Někdy jsem sice měl pocit, že komunikace mezi studenty nebyla úplně stoprocentní a že ne vždy věděli maximum o možnostech, které se v daných místech nabízely, ale perfektní improvizací, která byla občas potřeba, se vše v pohodě zvládlo,“ dodal.

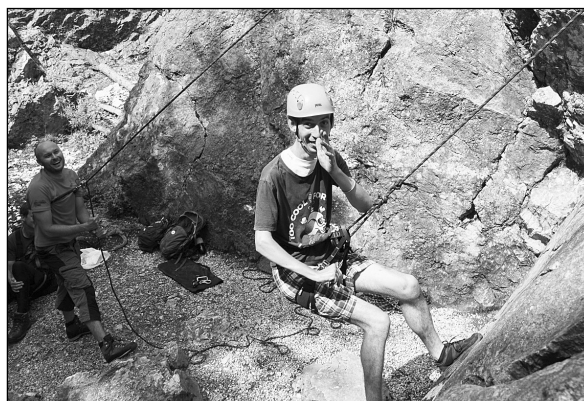


Spojení světů

Positivně expedici hodnotí i další z účastníků na vozíku Petr Stiller. „Je to vynikající akce. Na konci u hodnotícího kolečka si člověk uvědomí, jaký má obrovský smysl. Na začátku fungujete jako student a host, ke konci už jste kamarádi. S mým asistentem Kubou jsme si od začátku sedli, stali se z nás bráchové. Expedice Přes Bar spojuje světy zdravých a handicapovaných, to má pro mě nesmírnou váhu. Dávám palec nahoru,“ komentoval s tím, že nejvíce se mu zarylo pod kůži koupání v řece Soča a ve vodopádu. „To bylo poprvé a ještě teď z toho mám husinu,“ dodal Petr Stiller, který je na vozíku od svých 14 let kvůli postižení periferních nervů.



Program expedice absolvovala také třeba zrakově postižená Zuzana Chamulová nebo Lukáš Polčák, který se narodil bez části pravé ruky a nohy. O komfort hostů, ale i program a celkové zabezpečení expedice se starali studenti katedry aplikovaných pohybových aktivit, výprava zahrnovala i nezbytný pedagogický dozor a přidalo se také několik lidí z pražské Fakulty tělesné výchovy a sportu.



„Starala jsem se o hosty s dětskou mozkovou obrnou a tělesným postižením, oba byli s asistenty. Zvládli všechny aktivity, které jsme pro ně připravili. Celou expedici si užili a byli velice spokojeni. Já bych si také dala ještě pár dní navíc, protože to byl super týden se super lidmi. A naučila jsem se mnoho nových věcí, nejen co se týče práce s klienty. Největším zážitkem pro mě byly ferraty, ty jsem nikdy předtím nezkoušela a také jsem nevěděla, co se mnou výška udělá. Především ale bylo krásné sledovat naše hosty, jak si vedli a krůček po krůčku stoupali výš a výš,“ prozradila jedna z organizátorek Andrea Žabčíková.



Vodopád na vlastní ruku

„S hosty jsme si skvěle sedli, což se projevovalo i při zpětné vazbě, kdy nám děkovali za umožnění nových zážitků. Chtěli, aby takových akcí pro osoby s postižením bylo více. Na druhou stranu nám také vysvětlovali věci, které nám občas nedocházely, například že pro vozíčkáře je vozík jeho součástí a tak je k němu třeba přistupovat a zacházet s ním,“ uvedla další z organizátorek Kristýna Navrátilová.

„Nejsilnější okamžik pro mě asi byl, když instruktor ukazoval nevidomému Lukášovi vodopád. Vzduchem mu vedl ruku, kde začíná a končí, popisoval mu, jaké má barvy, ať se nadechne té vůně. To jsem si uvědomila, že já to všechno vidím, ale ten člověk si to musí představit a já nevím, jestli



ta jeho představa je stejná jako moje, jestli si to stejně užívá. Silná byla i zmíněná zpětná vazba, kdy jsem se přesvědčila, že lidé v dnešní době ještě dokážou být k sobě upřímní, dokážou mluvit o věcech, které se jim líbí i nelíbí, s respektem vůči těm, kteří tam sedí a poslouchají. Také že dokážou ocenit druhého člověka. To mě nesmírně obohatilo a nabilo,“ dodala studentka.

Realizace expedice vyšla zhruba na 150 tisíc korun. Nemalou částkou vedle Fakulty tělesné kultury studenty podpořil Magistrát města Olomouce, část prostředků vybrali organizátoři také prostřednictvím crowdfundingové kampaně na portálu Startovač, partnery cesty byly i firmy jako Nutrend či Meyra.

Expedice Přes Bar je vzdělávací projekt katedry aplikovaných pohybových aktivit Fakulty tělesné kultury, jehož prostřednictvím studenti navazujícího magisterského studia pomáhají osobám s postižením překonávat bariéry a posouvat své vlastní hranice. Zároveň tak získávají praktické zkušenosti s realizací akcí pro osoby se zdravotním postižením důležité pro výkon svého budoucího povolání. V minulosti již studenti uspořádali expedice ve Skandinávii nebo v Dolomitech, zavítali také do Švýcarska nebo Lichtenštejnska. ■

Text Martin Višňa, Žurnál UP,
foto archiv účastníků expedice

Předškoláci nahlédli do světa handicapovaných



Naučit se některé znaky znakového jazyka, vyzkoušet si jízdu na vozíku nebo třeba pohyb v prostoru bez zrakové kontroly mohli žáci mateřských škol díky PÁPÁ hrátkám v parku. Pohádkově laděný osvětový program u jezírka ve Smetanových sadech pro ně za podpory olomouckého magistrátu připravili zaměstnanci a studenti katedry aplikovaných pohybových aktivit FTK. Na jednotlivých stanovištích se během dopoledne vystříдалo na dvě stě dětí! ■

Text a foto Martin Višňa



Tělocvikáři čerpali inspiraci na Těloolomouci

Po dvou letech se na Fakultě tělesné kultury opět sešli tělovýchovni pedagogové, aby si se začátkem školního roku protáhli svaly, ale především vyměnili zkušenosti a načerpali inspiraci pro svou práci. Na dvanáctý ročník tradičního setkání Těloolomouc dorazily čtyři stovky účastníků ze všech koutů země.

Jednou z účastnic byla Alena Šustrová, která do Olomouce přijela až z Domažlic. Dříve jezdila na obdobné pražské setkání tělocvikářů, když ale slyšela chválu na Těloolomouc, rozhodla se, že se sem musí jednou vypravit.

„Jsem velmi ráda, že mi naše ředitelka cestu sem umožnila, i když v současnosti tělocvik tolik neučím. Jsem nadšená. Lekce, které jsem absolvovala, byly naprosto skvělé. Velmi mě zaujaly pohybové taškařice s Janem Bělkou nebo hodina s fyzioterapeutkou věnovaná sezení. Načerpala jsem dost inspirace nejen do tělocviků, ale i pro lekce jógy pro ženy, které vedu,“ uvedla pedagožka z domažlické obchodní akademie.

Oslovila ji i samotná Olomouc, nenechala si ujít nabízenou komentovanou prohlídku historického centra. „Město máte nádherné. Překvapilo mě, kolik je tu historických kašen a budov, nejen kostelů a paláců, ale i obytných domů. Moc se mi tu líbí,“ dodala Alena Šustrová.



Na Těloolomouc zavítal i Ferdinand Mazal, který stál před téměř čtvrtstoletím u zrodu této akce, organizované katedrou sportu. Účastníky letošního ročníku pozdravil při zahájení v Aplikačním centru BALUO. „Uvědomil jsem si tehdy, že tělesná výchova je nejdůležitější předmět, přitom jediný v České republice, který nemá učebnici. Všechno je to tedy ve vašich hlavách a srdcích. Bohužel, tělocvikáře v praxi už nikdo dál nevychová a nevzdělává, tak zaplaťpánbůh, že tu je FTK a Těloolomouc, kde se můžeme potkat,“ řekl ve své zdravotní.

Pracovní setkání Těloolomouc je tradiční akcí Fakulty tělesné kultury, na níž si nejen učitelé tělesné výchovy vyměňují zkušenosti, již od roku 1995. Na základě kladných ohlasů účastníků později vznikly podobné akce v dalších městech, nejznámější z nich je pražské setkání Tělopraha.

Letošní dvanáctý ročník Těloolomouce byl finančně podpořen projektem KLIKO – Společensví praxe pro rozvoj sociálních a občanských

kompetencí: zkušenostní učení s využitím pohybových her, psychomotoriky, výchovy v přírodě a dramatické výchovy. Setkání řešitelů tohoto projektu bylo součástí akce. ■

Foto a text Martin Višňá

Informace z Fakulty tělesné výchovy a sportu UK v Praze

Co nového (nejen) na FTVS – 2019

Letní semestr školního roku 2018/19 byl pro APA FTVS tým pořádně nabitý (dalo by se říct až nAPAkovaný) událostmi.

O studiu aplikované TV a sportu osob se specifickými potřebami (ATVSOSP)

Absolvovali naši první magistři v prezenčním studiu oboru aplikovaná tělesná výchova a sport osob se specifickými potřebami (ATVSOSP) a již máme i prvního našeho „Apače“ z této nové generace, který byl přijat do doktorského studia. (Blahopřejeme, Davide, a těšíme se na další spolupráci.)

V rámci programu Erasmus vyjely za APA FTVS do Finska na EUDAPA studentky Kateřina Skalická a Barbora Poullová. V Montpelière strávil semestr Jaro Tomek.

Učitelé katedry se účastnili zajímavých akcí, za všechny jmenujme např. konferenci Život je pohyb, která se konala 4. 4. v Centru Paraple. Zástupci katedry se také organizačně podíleli na velkém kongresu European College of Sport Science – ECSS Prague 2019.

V květnu uspořádali naši studenti sportovní den pro ZŠ Karla Herforta, který byl zároveň ukázkovou akcí pro pedagogy žáků se speciálními potřebami. 8. 9. 2019 se

pak na stadionu UK FTVS konaly atletické závody ve spolupráci katedry atletiky (Mgr. Jan Feher) a Sportovního klubu Jedličkova ústavu (Mgr. Pavel Martínek, Mgr. Klára Jelínková). Na organizaci se podíleli studenti 1. ročníku ATVSOSP. Mezi účastníky se objevily sportovní hvězdy, kterými jsou Jaroslav Petrouš, Aleš Kisý či František Serbus. Ten se během dne staral i o hudební doprovod jako DJ Kolečko. Další studijní aktivity se prolínaly s projektem Pohyb pro inkluzi či akcemi našich kolegů z jiných kateder, takže se o nich můžete dočíst níže. ■

Jitka Vařeková

Terénní exkurze ve výuce speciální pedagogiky v rámci studia ATVSOSP

Jedním z cílů předmětu základy speciální pedagogiky, který rozšiřuje výuku předmětu pedagogika, je seznámit studenty s velmi pestrými oblastmi lidského života, kterým se věnuje speciální pedagogika. V rámci tohoto, v zásadě pře-

hledového, exkurzu do předmětu je navýsost důležité, aby si studenti mohli dané oblasti „osahat“. Z tohoto důvodu se snažíme předmět pojmut nejen v teoretické rovině, ale také prakticky, a to formou terénních exkurzí, zvaných besed, vyzkoušením si různých činností atp.

V uplynulém akademickém roce jsme tak realizovali např. náslehy výuky plavání v Jedličkově ústavu s následnou debatou, dále jsme se seznámili s hospicovou péčí v Hospicu Štrasburk, podívali jsme se na výuku v SŠ, ZŠ a MŠ pro sluchově postižené v Holečkově ulici, byli jsme na exkurzi s následnou odbornou besedou v Integročním centru Zahradka (určeno pro děti s kombinovanými vadami – především mentálním a somatickým postižením), prošli jsme se po Praze s bezdomovcem, absolvovali Neviditelnou výstavu, besedovali se zakladatelkou Branického sanatoria Moniky Plocové (ambulantní léčba závislostí) i s odborníkem z Psychiatrické nemocnice Bohnice atp.

Ve všech výše uvedených případech byla také navázána výhledová spolupráce a je možno dané kontakty využívat i v budoucnu jako stabilní součást praktické výuky. V neposlední řadě je nutno také poznamenat (a především poděkovat), že drtivá většina exkurzí a besed proběhla ze strany poskytovatele zcela bezplatně a naprosto nezištně. Do budoucna plánujeme vybudovat stabilní portfolium výše uvedených i dalších aktivit tak, aby je mohli využívat

studenti nejen v rámci předmětu základy speciální pedagogiky. ■

Kamil Kotlík

MAiSI (MA Sports Ethics and Integrity)

V letošním letním semestru hostila naše fakulta skupinu studentů z programu MAiSI a APA FTVS tým se podílel na zajištění jejich praktické výuky APA.

Studijní program „MAiSI“ je Erasmus Mundus, což je unikátní typ navazujícího magisterského studia, na jehož organizaci se podílí několik evropských univerzit. Jedna z nich je hlavním koordinátorem. Během studia MAiSI studenti absolvují část studia v Leuven v Belgii, v Olympii v Řecku, v Barceloně ve Španělsku, na UK FTVS v Praze, ve Swansea ve Velké Británii a v Mohuči v Německu.

U MAiSI byla do letošního roku hlavní univerzitou britská Swansea, od 2020 to bude KU Leuven. Hlavní náplní je sportovní etika a filosofie těla a pohybu. Půl semestru je věnováno problematice APA. V Praze jsme tak měli exkluzivní možnost potkat řadu špičkových zahraničních vyučujících, např. Yvese Vanlandewijcka z Belgie, Karen DePauw z USA, Hayley Fitzgerald z Velké Británie a Davida Legga z Kanady. ■

Jitka Vařeková a Eva Prokešová

Co je nového v projektu Pohyb pro inkluzi?

Projekt OPVVV Podpora společného vzdělávání v oblasti školní tělesné výchovy a pohybově orientovaných programů, reg. č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/16_037/0004664, vstoupil do druhé poloviny a v tomto období přinesl řadu zajímavých akcí.

1 Teambuildingové akce pro třídní kolektivy

V průběhu monitorovacího období se konalo celkem 10 teambuildingových akcí pro třídy s podporovanými žáky (ZŠ Emy Destinové, ZŠ Dědina, ZŠ Drtinova, ZŠ Veronské náměstí, ZŠ Londýnská, ZŠ Věry Čáslavské, ZŠ Tyršova a ZŠ Na Smetance). V průběhu uceleného tematického programu měli žáci možnost vyzkoušet si např. lanové překážky, podporovat se při chůzi bez zrakové kontroly či se zúčastnit vybraných týmových aktivit.



🕒 Paralympijské školní dny (PŠD) a práce s družinami základních škol

V průběhu akcí měli žáci možnost vyzkoušet si mobilitu na vozíku, pohyb bez zrakové kontroly, boccii, kurling, goalball, volejbal či přehazovanou sedících a další sporty pro osoby se zdravotním postižením. Formou besedy se setkali se sportovci s různým typem zdravotního postižení, např. s nevidomým paralympionikem Petrem Novákem nebo tělesně hendikepovanou plavkyní Kateřinou Komárkovou. V dubnu a červnu byly zorganizovány celkem 4 PŠD (ZŠ Tyršova, ZŠ Věry Čáslavské, ZŠ Veronské náměstí a ZŠ Waldorfská) a jedny PÁPÁ hrátky (varianta PŠD pro I. stupeň) v ZŠ Londýnská.



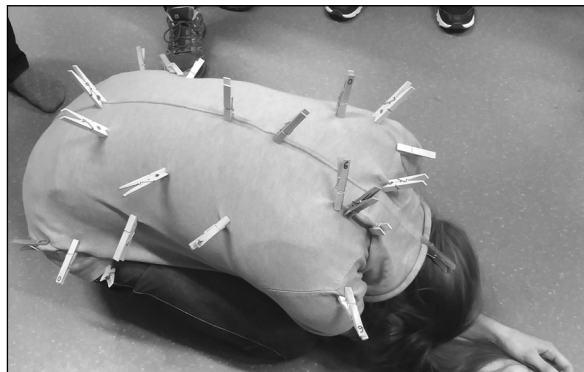
V rámci práce s cílovou skupinou se také uskutečnily 2 osvětové akce APA v družinách pro I. stupeň. Dne 8. 2. 2019 se na ZŠ Drtinova konala akce „Sedím na vozíku a přeče sportuji“ a dne 27. 2. 2019 na ZŠ Drtinova akce „Nevidím a přeče sportuji“.

🕒 Zahraniční stáže pedagogů z projektem podpořených škol

V uvedeném období proběhly dvě zahraniční stáže. V termínu 18.–24. 3. 2019 se uskutečnila stáž ve Finsku v Haaga-Helia University of Applied Science in Vierumäki, které se zúčastnilo 6 pedagogů ze spolupracujících škol. Stáž ve Slovinsku proběhla v termínu 6.–13. 6. 2019 ve vzdělávacím zařízení Cirius v Kamniku a zúčastnil se jí 1 asistent pedagoga. Děkujeme kolegům z FTK UP, že jsme naše pedagogy mohli vyslat společně s olomouckou skupinou.

🕒 Workshopy pro pedagogické pracovníky

V rámci přímé podpory pedagogů zapojených do projektu pokračovala i realizace workshopů. Cílem těchto setkání bylo jak předání nových informací z oblasti APA, tak praktické ukázky možných aktivit a sdílení zkušeností mezi pedagogy. Z každého setkání získávají pedagogové výstupní list s nejdůležitějšími informacemi. Ten bude zároveň součástí manuálu, který obdrží školy na konci projektu. Během zimy a jara se uskutečnily 3 workshopy: Míčové hry (6. 2. 2019 – ZŠ Na Líše), Netradiční pomůcky v inkluzivní TV (6. 3. 2019 – ZŠ Emy Destinové), Gymnastika v inkluzivní výuce (3. 4. 2019 – ZŠ Červený vrch).



🕒 Osvětové akce pro veřejnost

Paralympic school day

Paralympijský školní den byl 21. 3. 2019 poprvé realizován v angličtině pro studenty gymnázia Evolution Jižní Město a zahraniční studenty programu MAiSI (viz výše), kteří studovali na UK FTVS v letním semestru. Celkem se akce, na jejíž přípravě se podíleli také studenti 2. roč. ATVSOSP, účastnilo 73 osob.

Turnaj moudré sovy

V pondělí 24. června 2019 se na Fakultě tělesné výchovy a sportu konal již pátý ročník Turnaje moudré sovy v integrované boccii, opět organizovaný v rámci projektu. Účastníci soutěžili v párech. Na organizaci turnaje spolupracoval projektový tým spolu s paralympijským reprezentantem Františkem Serbussem a Českou federací boccii, z. s. Hodnocení se ujala mezinárodní rozhodčí Pavla Vrbová.

Během odpoledne bylo k dispozici také občerstvení, které přispělo k příjemné a vzhledem k počasí i horké atmosféře turnaje. Profesionální úroveň turnaji dodala i vložená hra týmu František Serbus – avla Vrbová, kteří předvedli výtečné hody a skvělou taktiku. Výhra tentokrát zůstala na katedře ZTV a TVL, přičemž putovní sovičku si odnesl tým VaDa (Klára Dařová – Jitka Vařeková), druhé místo obsadil tým ZEVA (Zuzana Neuhauserová – Eva Prokešová) a bronz si odnesly hráčky týmu Trampolin team (Pavla Nováková – Anna Majerová).

🕒 Příměstský sportovní tábor pro děti se specifickými vzdělávacími potřebami

Druhý ročník projektového příměstského tábora pro děti se SVP se opět uskutečnil v areálu UK FTVS 5.–9. 8. 2019. Otevřenosti tábora využily děti nově podpořené projektem i již zkušené táborníci z předešlých let. Nedílnou součástí akce byla také účast kamarádů nebo sourozenců dětí se SVP, kteří chtějí strávit léto společně. Všechny děti tak mohou zažívat inkluzivní prostředí, vyzkoušet si různé sportovní aktivity a prožít tak společně jeden letní týden.

Táborová skupina se skládala z 16 chlapců a 10 dívek. Děti byly rozděleny do dvou skupin na základě věku a druhu postižení. Starší oddíl se skládal z 13 dětí ve věku 10–14 let. Ve skupině starších byli 4 účastníci užívající mechanický vozík. Děti mladšího věku, 7 a 8 let, byly ve skupině druhé, celkem

13 dětí, dominantním postižením ve skupině mladších dětí byl Aspergerův syndrom, ADHD a opožděný motorický vývoj. Rozdělení do dvou družin umožnilo individuálnější nastavení programu pro účastníky, jednodušší organizaci přesunů i kooperaci asistentů. Jedna dívka se z důvodu zdravotních komplikací zúčastnila pouze prvního dne.



Hlavní vedoucí byla Klára Daďová, která zajistila veškerou administrativu a organizaci tábora. Na hladkém průběhu se spolupodílely další tři zaměstnankyně projektu, které připravovaly program a koordinovaly působení asistentů. Další personální obsazení bylo na pozici externí odborník – asistent k dítěti/dětem, a externí odborník – instruktor speciálních programů. Asistenti byli rozděleni ke skupinám podle specifických potřeb a náročnosti programu. Celkem tak na táboře pracovalo 14 osob. Další externí odborníci – instruktoři – se spolupodíleli na vytváření speciálních programů (cirkusové dopoledne, lezení v lanovém centru, výuka stolního tenisu nebo juda).



Motivační linkou celého tábora bylo pro děti cestování za účelem poznávání světové fauny. Každý den se děti i všichni účastníci programu „nalodili do vzducholodi“, se kterou navštívili postupně všechny kontinenty, kde se učili o tamních živočišných druzích. Po nalezení každého zvířete si jej mohli výzkumníci nalepit do deníčku a připojit popisek se základními informacemi o druhu. Dále byla motivace podpořena ukázkou živých zvířat – při výletu do Divoké Šárky a při návštěvě vedoucí zoolo-

gického kroužku. Byla zařazena také ukázka práce asistenčního psa pro zrakově postiženého klienta. Hlavním cílem tábora bylo příjemné strávení letního týdne v inkluzivním prostředí. Mezi dílčí cíle akce patřilo především zlepšení motorických schopností dětí, jejich pohybových dovedností a rozvoj socializace. Dále byl kladen důraz na rozmanitost sportů tak, aby mohli účastníci vyzkoušet co největší spektrum aktivit. V neposlední řadě byly u dětí vytvořeny individuální dílčí cíle (například rozvoj soběstačnosti, práce na logopedických vadách...).



Každý táborový den začal v 8 hodin a skončil nejpozději v 17 hodin. Před zahájením sportovního programu v 8:30 a po ukončení denních aktivit v 16:00 měly děti možnost pobývat v tzv. družině, ve které se nacházely společenské hry a pomůcky na kreslení. Dopoledne i odpoledne účastníci obvykle vyzkoušeli po dvou sportovních disciplínách, tedy každý den alespoň 4 sporty. Do programu byl zařazen například fotbal, volejbal, stolní tenis, judo, basketbal, orientační běh, minigolf, atletické disciplíny nebo lezení v lanovém centru. Ve čtvrtek dopoledne se všichni účastníci tábora vydali na výlet do nedaleké Divoké Šárky. Zlatým hřebem tábora byl pak program vyhrazený cirkusovým dovednostem pod vedením externích odborníků (žonglování, cvičení na závěsných systémech a rovnovážné cviky), které se konaly v pátek dopoledne. Podle zdravotnických doporučení byly zařazovány pravidelné přestávky na pití a stravu. Vzhledem k nutnosti poledního klidu byl po obědě zařazován program na relaxaci a jemnou motoriku v podobě výtvarného programu a čtení knihy. ■

Klára Daďová, Ilona Pavlová a Marie Cahlíková

Informace z Fakulty sportovních studií MU v Brně

Emil Open 2019 spolupracuje s Fakultou sportovních studií



10 do 26 let. Na letošní ročník se přihlásilo neuvěřitelných 824 účastníků ze 17 zemí Evropy a pořadatelé tak opět posunuli pomyslnou latku.

Kromě Jiřího Ježka přijeli účastníky Emil Open podpořit i další úspěšní handicapovaní sportovci – paralympijské vítězové Arnošt Petráček, Eva Kacanů, Michaela Balcová či Doris Maderová.

Součástí byl také bohatý doprovodný program. Návštěvníci se mohli zúčastnit například beneční show známého moderátora Jana Krause v kulturním centru Semilasso nebo se seznámit s novým sportem parapaddleboarding na brněnské přehradě. ■

V letošním roce proběhl již 8. ročník Evropských her handicapované mládeže Emil Open a Fakulta sportovních studií MU byla opět u toho. Je totiž již třetím rokem odborným garantem sportovní části her a zajišťuje tak většinu jejich soutěží.

V červnu jsme tak mohli v Brně vidět klání v atletice, plavání, stolním tenisu, boccii a bocce. Soutěžilo se ve třech kategoriích – open, masters a mixed. open je určena začínajícím a pokročilým sportovcům s handicapem, masters se zúčastnili kvalifikovaní závodníci a v kategorii mixed si společně zasoutěžili handicapovaní i zdraví sportovci.

Emil Open je sportovně-spoolečenské setkání mladých lidí se všemi druhy zdravotního postižení ve věku od



Alena Skotáková

Kontakt: www.emilopen.cz

Ivčiny úspěchy

Kvalitní inkluzivní vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami na základní a střední škole, OPVVV č. CZ.02.3.62/0.0/0.0/16_037/0004872 (vedoucí prof. M. Vítková).



V rámci projektu „Kvalitní inkluzivní vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami na základní a střední škole“ se Fakulta sportovních studií realizuje v klíčové aktivitě „2 – Pohybové inkluzivní volnočasové aktivity“, kterou charakterizuje akronym IVČA – holčička, která provází účastníky různými formami pohybových kroužků.

Celý školní rok 2018/19 probíhalo na pěti základních školách osm kroužků zaměřených na inkluzivní pohybové aktivity. V kroužcích byli zařazeni žáci s podpůrnými opatřeními, ze všech kroužků celkem 18. Asistenty byli proškolení studenti FSpS, kteří v kroužku pomáhali učitelům a snažili se implementovat do výuky inovativní aktivity. Podrobněji jsme o kroužcích informovali v minulém čísle.

V současné době projekt ukončujeme tvorbou metodického materiálu, který vychází z praktických zkušeností v kroužcích. Na konci školního roku jsme přidali ke kroužkům další doplňkové jednorázové akce, které sklídily velký úspěch. Součástí práce kroužků byla účast i na sportovních akcích pro veřejnost. Ve všech školách jsme uspořádali sportovní dny pro všechny žáky školy, na nichž si mohli všichni vyzkoušet činnosti, které jsme

zařazovali v kroužcích. Do organizace jsme opět zapojili studenty FSpS MU. Tyto sportovní dny byly současně slavnostním uzavřením jedné etapy projektu. Žáci z kroužků byli odměněni odznakem IVČA a jejich prestiž

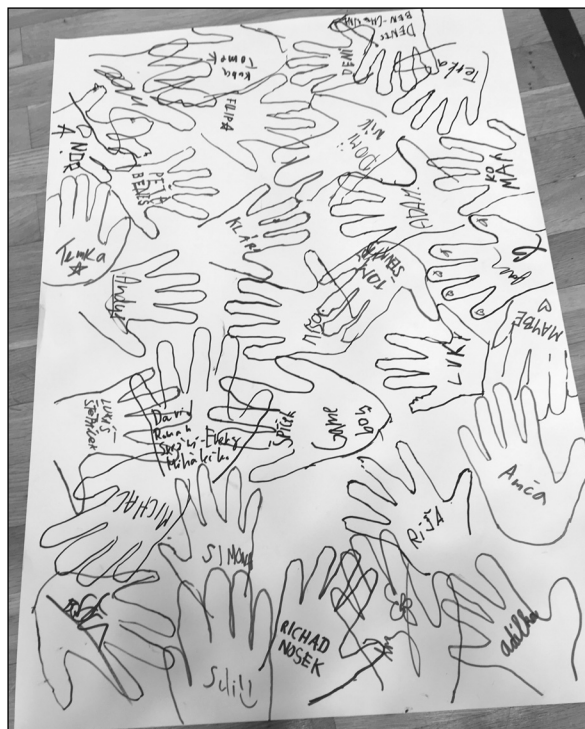


v rámci školy jistě stoupla. Školy také obdržely certifikát participace na projektu.

Prakticky na objednávku jsme v květnu uspořádali dva semináře pro učitele základních škol a pracovníky poradenských zařízení na téma tělesná výchova žáků s tělesným postižením a tělesná výchova žáků se zrakovým postižením. Představili jsme sportovně-kompenzační pomůcky, předali jsme zkušenosti s pohybovými aktivitami dětí se speciálními vzdělávacími potřebami. Účastníci měli možnost vyzkoušet si zážitkové a pohybové hry, které lze zařadit do výuky s inkludovaným žákem. Seminář byl velmi úspěšný, rozhodli jsme se tedy nabízet tento koncept i v budoucnu ostatním zájemcům. Projekt a jeho výsledky byly představeny na konferenci PdF MU v září 2019 Život ve zdraví, kdy hlavním obsahem příspěvku byl přínos úspěšné inkluze pro duševní zdraví zúčastněných.

V příštím čísle se můžete těšit na odkaz na vytvořené metodické materiály, které budou volně přístupné. ■

Za tým projektu Alena Skotáková, Hana Válková



Informace z Pedagogické fakulty Západočeské univerzity v Plzni

Parabox v Plzni



V rámci bakalářské práce si trenér boxu a student Centra tělesné a sportovní výchovy Fakulty pedagogické ZČU v Plzni, Radek Seman, zvolil inovativní a zajímavé téma propojující pohybovou aktivitu intaktní populace s nově vytvářenou pohybovou aktivitou pro jedince s tělesným handicapem. Pro potřeby bakalářské práce autor založil nově oddíl paraboxu, přidružil jej ke svému stávajícímu boxerskému oddílu a za tři roky trvání v podstatě vytvořil fungující oddíl čítající nejpočetnější základnu jedinců s handicapem věnující se boxu v ČR. Nově vznikající metodika a její úpravy tvoří podstatnou část práce, se kterou vás rádi v dalším čísle časopisu APA v teorii a praxi seznámíme. Autor se kromě rozebírání a nácvičky jednotlivých boxerských pohybových dovedností věnuje i praktickým obtížím realizace těchto aktivit. Ty jsou nejen bariérové, ale i zdravotní a dané individuálními odlišnostmi ve funkčnosti jednotlivých klientů. Vytvořen

metodika je použitelná pro jedince s obdobným typem postižení a bude také prezentována jako metodický dopis pro další trenéry paraboxu v ČR.

Historie paraboxu, neboli boxu osob upoutaných na invalidním vozíku, je tématem několika posledních let. V podstatě se jedná o nové, ale dynamicky se rozvíjející sportovní odvětví, bohužel není k němu dostatek studijního materiálu. Parabox je určen paraplegikům, kvadruparetikům a sportovcům s různými druhy tělesného i mentálního postižení. Mezi základní vybavení patří vozík, sportovní bandáže, boxerské rukavice, chránič zubů, helma a jistící pás kolem vozíku k zajištění pasu či nohou. Tréninky se svojí strukturou nijak výrazně neliší od klasického tréninku boxu, je však nutné respektovat druh postižení jednotlivců, jejich potřeby a hlavně tréninkové možnosti.

Česká paraboxerská asociace (Czech Paraboxing Association) vznikla v červnu roku 2013. Hlavním zaměřením asociace je box na vozíku jako sportovní odvětví. Česká paraboxerská asociace (CPA) byla zaregistrovaná Ministerstvem vnitra ČR dne 20. 5. 2013. Tato asociace sdružuje a připravuje všechny hendikepované zájemce o parabox. CPA vznikla za účelem rozšíření sportovní základny

pro hendikepované sportovce. Zároveň je jednou z prvních oficiálních organizací tohoto typu na světě. CPA usiluje o zařazení paraboxu mezi paralympijské sporty a věříme, že Mezinárodní paralympijský výbor brzy zařadí tento sport na seznam letních OH, jelikož obliba paraboxu po celém světě stále roste.

Mezi zakladatele CPA patří současná prezidentka Terezie Krejbychová, která je mimo jiné trenérkou boxu, Eva Lišková, která je bývalou trenérkou reprezentačního družstva boxu žen a sama je dlouholetou úspěšnou boxerkou, a Vladka Malíková, několikanásobná Mistryně ČR v boxu a svěřenkyň Evy Liškové. Historicky první oficiální zápas boxerů na vozíku uspořádala CPA 1. 5. 2015 a proběhl v parku Folimanka v rámci tradičního festivalu hudby a pohybu „Pojd' dál“, který organizuje kapela TheTapTap. ■



Bc. Radek Seman, Mgr. Věra Knappová, Ph.D.

Projekt „Grow up with sport activities – social and equal opportunities“

Ref. No 603031-EPP-1-2018-1-BG-SPO-SSCPI, co-funded by Erasmus + Programme of the European Union Grant Decision No 2018 - 2598 /001 - 001 of EACEA

Hana Válková, Zuzana Kornatovská (ČHSO)

Impozantní název reprezentuje jednoroční projekt (2019), zastřešený a kofinancovaný programem Erasmus+.

Nositelkou projektu byla bulharská Federace aplikovaných pohybových aktivit, v originále Federation Of Adapted Physical Activity On The Balkans And Black Sea Region (FAFA). Partnery byli (v originálních názvech): České hnutí speciálních olympiád (ČHSO), Inspired Equine Assisted Learning CIC (IdEAL CIC) z Velké Británie a Social Welfare Centre of Central Macedonia, zastupující jak Makedonii, tak Řecko.

Hlavním cílem projektu bylo prezentovat zkušenosti s rozvojem inkluzivních pohybových aktivit u jedinců s mentálními postiženími ve volnočasových aktivitách, zkušenosti srovnávat a předvést praktické ukázky z činnosti všech partnerů přímo v terénu. Proto každý z partnerů zajišťoval několikadenní workshop s účastí samotných aktérů s MP, jejich rodičů, trenérů a dobrovolníků. Koordinátor FAFA v Sofii prezentoval činnost v klubech v komunitě v Sofii, jejichž hlavním principem jsou společná cvičení rodičů s dětmi. ČHSO představilo sjednocené sporty při bowlingu v dubnu v Praze a při přehazované v Dřevěnici. Tam už bulharští účastníci soutěžili se svým nově utvořeným týmem. Taktéž se všichni seznámili s programem Zdravý sportovec a s částí měření ukazatelů zdravotnosti. Organizace IdEAL CIC v Bostanu (Velká Británie) seznámila s programem činnosti na své farmě pro výcvik koní přátelských k dětem. Jejich program je specifický tím, že účastníci jsou vychováni ke spolupráci s koňmi – jejich vedení, včetně vedení přes překážky (horses walking), nikoliv ježdění. Farma je pro okolí důležitým setkáváním všech.

Program nabízený v Řecku, za intenzivní podpory koordinátorů ze Sofie, se odehrál v dětském rekreačním středisku Korelko. Týdenní program byl nabitý četnými sportovními aktivitami, do jejichž programu přispěla i naše ČHSO (dětská jóga, bocca, přehazovaná, atletické prvky včetně oblíbeného oštěpu a štafet). Jinak se hodně času věnovalo hrám ve vodě a plavání, ať už v bazénu nebo v moři. Proběhl i screening ukazatelů zdravotnosti podle nám



známého protokolu Zdravý atlet. Samozřejmě součástí byly i činnosti výtvarné, rukodělné, hraní divadelních scének a dobře zvolené jednodenní výlety. Při výletech bylo patrné začlenění mezi veřejnost a přijetí veřejností díky slušnému chování účastníků tábora.



Nezvyklé pro nás, zástupce ČHSO, byl typický jižanský přístup, kdy půlhodinka nehraje roli a nikdo se nerozčiluje, nebo večere o půl desáté večer či ještě později, někdy ještě s pokračováním zábavního programu. Zajímavý pro nás může být i přístup rodičů bulharských dětí ve srovnání s našimi rodiči, kteří jsou svazováni množstvím pouček o právech dítěte, jejich volbě rozhodování či motivaci, což je v zařízeních ještě zesílené různými kontrolami.



Na to si tam rodiče moc nehráli: prostě běhá se – tak šup a běhej; skáče se – tak šup a skákej; plave se – tak šup a plav; skáče se z útesu (přes 3 m výšky) – tak šup a skoč, případně tě postrčím. Také nikdo neřešil GDPR při fotografování, všichni se fotili s nadšením, fotky hned přeposílali nejrůznějším známým a vůbec, celý tábor prožívali nadšeně všichni. Laickým pohledem bylo vidět podstatné pozitivní změny v jejich chování. A to ať se jednalo o děti s prostým MP, autisty, děti s CP či jejich zdravé sourozence. ■

Letní tábor neslyšících skautů

Honza Panský (Frodo)



Ve dnech 4.–14. 7. 2019 se konal skautský tábor poblíž Vlachovy Lhoty. Tábory se konají pravidelně už 8 let a zpravidla bývají na začátku prázdnin. Začátek tábora byl ve Vizovicích, odkud děti vyrážely po skupinách do tábořiště. Příběhový úkol skautů byl zdánlivě jednoduchý, prozkoumat jakousi budovu – bránu, v jejímž okolí zmizeli kolegové. Z brány něco zvláštně vyzařovalo, a tak se děti rozhodly podívat dovnitř...

Puťák, který se tedy konal hned na začátku tábora, dětem zabral dva dny a děti tak měly spoustu času se aklimatizovat na temnou budoucnost roku 2243, kdy lidstvo vinou ekologických katastrof, nedostatku jídla a válek živoří na pokraji zániku. Při příchodu do tábora se zjistilo, že toto tábořiště – pojmenované Azyl 83 – je sice na dobrém místě, ale je opuštěné a je potřeba jej opravit. Opravování a dostavění tábora zabralo další dva dny. Až bylo hotovo, mohli jsme spát v nově postavených stanech a teepee. Museli jsme zjistit, co se vlastně s ostatními lidmi stalo a proč jsou všichni pryč. A nakonec bylo třeba i zjistit, jak se dostat domů.



V tom nám pomáhal tajemný Přeživší, který, stejně jako skauti, prošel portálem jako člen minulé výpravy. Ovšem výprava se nezdařila a on byl jediný, kdo přežil. Pomáhal nám s úkoly, abychom vše zvládli, přežili a mohli se vrátit domů. Jednou v noci začal nedaleký vysílač vysílat signály, a tak jsme museli vstát a dojít k němu. Tam jsme zjistili, že je v okolí bunkr, a pokud ho objevíme, vrátíme se domů, do naší doby. Skutečně jsme jej našli, ovšem pro návrat domů jsme museli najít druhý portál – stejný jako ten, který nás sem dostal. I to se povedlo, a tak jsme se vrátili v plném počtu do současnosti.



Děti si také v průběhu tábora vyzkoušely, jaké to je být vedoucím. Nechybělo ani vaření na ohni, spání pod hvězdami, lesní hry, hry na louce, malování, sněmy, plnění bobříků, lukostřelba, skautská symbolika a samozřejmě oddílové rituály. V těchto horkých dnech jsme si také odskočili z budoucnosti do současnosti na blízké koupaliště. Kupodivu jsme na něm byli skoro sami, i když voda byla krásně čistá a bylo tam kromě volejbalového hřiště i moc dobré zmrzliny. Všem přítomným se tábor moc líbil a těšíme se na příští rok, co si na nás v budoucnosti (nebo v minulosti?) vedoucí nachystají.



Tábory pro sluchově postižené děti se od těch běžných moc neliší. Mezi největší odlišnosti patří vyšší počet dospělých vedoucích a úprava u těch her, kdy mají účastníci svázané ruce (tedy je nemohou použít ke komunikaci) nebo zavázané oči. V těchto případech je potřeba dbát zvýšené opatrnosti a myslet na to, že instrukce dětem musí být jasné a jednoduché, aby si je dítě zvládlo zapamatovat a provést, než mu budou zavázány oči. Kdo by si myslel, že sluchově postižené děti jsou tiché děti – nejsou. Zejména ty, které jsou neslyšící, nebo uživatelé KI (který na táboře zpravidla nenosí), nemívají dobrou kontrolu nad vlastní hlučností – a nejde jen o dupání při plížení, ale třeba i o volání na ostatní děti. Neslyšícím a nedoslýchavým dětem se věnuje více skupin pořádajících tábory. Tou první byla skupina vedoucích okolo Svatavy Panské, která pracovala s dětmi od 70. let až do nedávné doby. Na prvním táboře v roce 1973 bylo okolo desítky SP dětí spolu se slyšícími pionýry. O tři roky později již měly SP děti samostatný tábor. V současné době je více skupin a spolků, které pořádají tábory pro sluchově postižené děti. Na některých jsou vedoucí výlučně nedoslýchaví nebo neslyšící (a děti totéž), některé jsou smíšené.

Historie 53. skautského oddílu neslyšících Potkani, který pořádá tento tábor, se začala psát roku 2000. Je jediný svého druhu v ČR. Jako ostatní skautské oddíly si klade za cíl rozvíjet všechny schopnosti svých členů, především ty sociální. To je oblast, ve které právě neslyšící děti potřebují podporu, neboť jsou znevýhodněny svým handicapem. Skautský oddíl pravidelně pořádá nejen letní tábory, ale i výpravy a jednou za dva týdny také družinovky. Děti také jezdí na mezioddílové společné akce – Svojsíkův závod a závod vličit a světlušek. Jednou ročně se také koná středisková výprava, kdy se účastní i ostatní oddíly (slyšící) ze střediska. Potkani patří pod středisko Arcus Praha, jehož jménem také pořádá různé akce. Arcus je součástí Junáku – českého Skauta.



A jak je možné se skautského tábora nebo výpravy zúčastnit? Nejjednodušším způsobem je být také členem Junáka. Pokud členy nejste, pak stačí přijít na zkoušku na družinovku nebo na výpravu a pak se uvidí, co dál. Také pomůže se znát s některými z členů, abyste mohli lépe zapadnout do kolektivu vedoucích. Nebo se sem můžete poslat přes blokovou praxi – je možnost vzít až dva praktikanty-studenty s sebou. Podmínkou je dobrá znalost ČZJ. ■

Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Ludmila Macková

Spolek Trend vozíčkářů Olomouc letos oslavil 25. výročí od svého založení. Je jednou z prvních organizací v České republice, která začala poskytovat službu osobní asistenci.



ZDOLÁVÁME BARIÉRY JIŽ 25 LET

Posláním Trendu vozíčkářů je napomáhat všestranné integraci osob s těžkým tělesným postižením a vytvářet podmínky pro prosazování rovnoprávného a rovnocenného postavení těchto osob ve společnosti. Hlavní důraz je kladen na vytvoření rovnosti možností, ve kterých se tyto osoby mohou o sebe postarat především samy – případně se o sebe postarají s pomocí svých osobních asistentů. Organizace podporuje úsilí o zlepšení životních i sociálních podmínek vlastní aktivitou vozíčkářů.

V současné době nabízíme službu osobní asistenci 50 klientům, dále odborné poradenství, které se zaměřuje na sociální, psychologickou a sexuální oblast, službu sociální rehabilitaci a půjčovnu kompenzačních pomůcek. V rámci sociálního podnikání zaměstnáváme osoby se zdravotním postižením a dále pomáháme při hledání pracovního uplatnění. Snažíme se o odbourávání architektonických i mezilidských bariér.



Důležitou součástí Trendu vozíčkářů jsou také volnočasové aktivity. Organizujeme filmové kluby, výlety, hrají se zde pravidelně šachy a dračí doupe, ve spolupráci s panem Martinem Dvořákem z Krav Maga Global Olomouc naši klienti absolvovali lekce sebeobrany pro vozíčkáře, máme zde oblíbené ozdravné cvičení vycházející z čchi-kung s fyzioterapeutkou na vozíčku. Ve spolupráci s katedrou aplikovaných pohybových aktivit spolupracujeme na lekcích plavání pro vozíčkáře a na Dnech na monoski. Pořádáme přednášky, besedy, táboračky, den otevřených dveří Čajovna na kolečkách, návštěvy kulturních akcí, výstavy hendikepovaných umělců, tvoříme.

Spolek Trend vozíčkářů Olomouc každoročně pořádá sbírku Zasukované tkaničky a akci pro veřejnost Štafeta na vozíku, kde si v Smetanových sadech každý může vyzkoušet jízdu na mechanickém vozíčku.

V rámci sociálního podnikání provozujeme Zásilkovnu, digitalizaci dokumentů (např. obecních a spolkových kronik), virtuální kancelář (zpracováváme veřejné zakázky na elektronických tržištích v rámci nákupu a prodeje kancelářských potřeb, zejména cartridge a tonery). V rámci virtuální kanceláře sjednáváme schůzky pro obchodní zástupce, řešíme jejich plánovací kalendář, řídíme elektronickou poštu). Doplnkově provádíme drobnou kompletní činnost a balíme zboží. Vyrábíme upomínkové předměty – kovové odznaky – buttony. Popisujeme dřevěné pastelky. ■

Sport a vozíčkáři v Olomouci

Věra Schmidová

V Olomouci žije hodně vozíčkářů. Možná také proto, že město Olomouc na své lidi na invalidním vozíku myslí a snaží se jim jejich život aspoň trochu ulehčit. Možná i proto, že zde velice dobře funguje spolek Trend vozíčkářů, možná i proto, že je zde Centrum APA (aplikované pohybové aktivity), mnoho vozíčkářů i aktivně sportuje.

Je zde například velmi úspěšný atletický oddíl.

Dále zde jsou úspěšní hráči boccia, kteří sice hrají za HSC Havířov, ale žijí i trénují v Olomouci a patří ke špičce v ČR. Ve svých kategoriích (podle zdravotního postižení) obsazují přední místa v celostátních i mezinárodních turnajích.

V Olomouci velice dobře funguje sledge hokej (nebo také parahokej).

Funguje tady také Centrum pohybu, kde paní Lenka Fasnerová tančí s vozíčkáři line dance.

Manželé Globovi trénují balet na vozíku.

Se zájmem se setkává i sebeobrana vozíčkářů.

Centrum APA pořádá pravidelné lekce plavání pro vozíčkáře a ve spolupráci s Newman School

a Ski Fanatic Dny na monoski. V Aplikačním centru Baluo pod Fakultou tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci je posilovna i pro osoby se zdravotním postižením.

Půl roku už v Trendu vozíčkářů s úspěchem funguje cvičení zaměřené pro lidi sedící na invalidním vozíku pod názvem Ozdravná cvičení vycházející z čchi-kung pro vozíčkáře a ty, kteří raději cvičí vsedě.

Od února probíhá toto speciální ozdravné cvičení s paní Věrkou Schmidovou (paní Schmidová je vystudovaná fyzioterapeutka a psychoterapeutka s několikaletou praxí, nyní sama na invalidním vozíku), která, jak sama říká, dlouho, i jako bývalá fyzioterapeutka, hledala cvičení, které by sama, bez pomoci či asistence jiné osoby, zvládla. A bez nutnosti přesunů z vozíku. A k tomu všemu ještě aby bylo hodně účinné.

Vycházela z čchi-kung, starého cvičení, které má prokázané pozitivní účinky na zlepšení zdravotního stavu (pokud se cvičí správně, pravidelně a dostatečně dlouho) a kde se pojí tělesné cvičení s prací s energií, s vitálními dýcháním, s meditací a s cvičením v představě. Toto cvičení sama upravila

tak, aby ho zvládli i lidé tělesně postižení. Přesto všechno (a možná právě proto) je to cvičení opravdu velice účinné.

Díky tomuto speciálnímu cvičení je možno si uvolnit krční, hrudní a částečně i bederní páteř (ta se v sedě uvolňuje špatně), je možné si výrazně zlepšit hybnost ramen, zbavit se migrén, předejít operaci karpálního tunelu, zmírnit astma, posílit plíce, srdce, zlepšit si imunitu a mnoho dalšího. Při tomto cvičení se člověk nezpotí, tudíž se nemusí převlékat (pokud nechce).

Dnes už nikoho nepřekvapí spojení slov vozíčkáři a sport. Je to úplně běžná záležitost. Nikdo se nepozastaví nad tím, že vozíčkáři hrají míčové hry, nebo se věnují třeba atletice, nebo tanci.

A že se koná i paralympiáda, to dnes už asi každý ví.

Je pravda, že více možností ke sportu, větší výběr možných sportovních aktivit pro vozíčkáře je vázán na větší města.

Nepotřebuje karimatky ani žádné jiné podložky či pomůcky. Celé cvičení probíhá vsedě na židli nebo vozíku.

Po cvičení je člověk krásně rozhybaný, není unavený – naopak, je plný elánu, energie, síly, dobré nálady.

Možná i proto je o cvičení neustále zájem a setkává se s pozitivními ohlasy.

Mimo tohoto cvičení se zde také můžete i něco zajímavého dozvědět a naučit. Například které

body kdy a jak zmáčknete, abyste rychle probrali člověka z bezvědomí nebo si zmírnili některé bolesti, jiných se zbavili úplně. . .

Toto cvičení dlouho vycházelo na pokračování už v časopisu Vozíčkář a mělo velký úspěch. V Olomouci je hodně příležitostí ke sportu zdravotně znevýhodněných osob a jsme za to rádi. ■



ISAPA 2019 Charlottesville



Julie Wittmannová

Díky fondu zahraničních cest FTK UP Olomouc jsme se s kolegy z katedry APA stali, díky účasti 5 akademických pracovníků (Klára Botková, Martin Kudláček, Daniel Mikeška, Tomáš Vyhlídal a Julie Wittmannová), velmi početně silnou účastnickou skupinou na Světovém symposiu APA (ISAPA) v Charlottesville v USA. Všichni zúčastnění prezentovali výstupy své práce v posterové sekci konference, Julie Wittmannová pak měla i prezentaci ústní. Martin Kudláček zde obdržel cenu IFAPA (Mezinárodní federace APA).



ISAPA bylo největším shromážděním odborníků na APA konaným v roce 2019, s více jak 200 akademickými pracovníky a studenty z celého světa. Více než 2/3 účastníků byly z kontinentů mimo USA, zastoupeni zde byli účastníci z Afriky, Severní Ameriky, Asie a východní a západní Evropy. Součástí symposia byl také třídní workshop pro místní učitele z praxe, kterého se zúčastnilo 40 vyučujících z východního pobřeží USA. Naposledy se konference konala na americkém kontinentě v roce 1991.

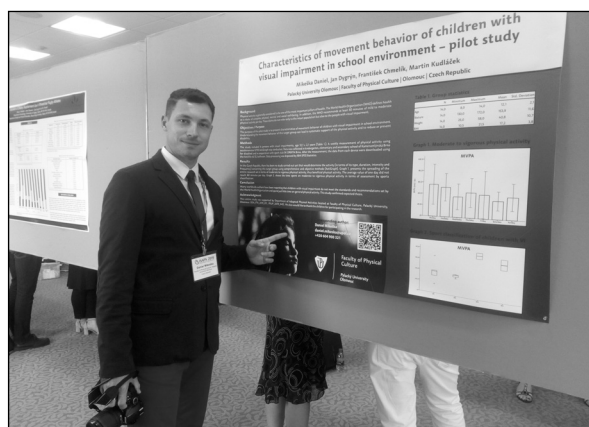
Zahajovací ceremoniál zahrnoval přednášku dr. Tima Shrivera, předsedy Special Olympics International. Poskytl silný motivující projev věnující se novému zaměření speciálních olympiád s názvem, který není třeba čtenářům našeho časopisu překládat: „Inclusion Revolution.“

Dr. David Legg, exprezident kanadského paralympijského výboru, vystoupil s prezentací o výhodách a nevýhodách potenciálního spojení paralympiády s olympiádou v jednu velkou akci.

Během praktických lekcí se účastníci dozvěděli o sportech osob se zdravotním postižením, o tom, jak upravit tělesnou výchovu tak, aby v ní byly integrovány děti se zdravotním postižením, dozvěděli se jak měnit postoje k postižení pomocí vzdělávacích akce Paralympijské školní dny, seznámili se pomůckami a vybavením pro sportování dětí se závažným postižením.

Celý jeden den byl zaměřen na poruchu autistického spektra (PAS), kde zvaným řečníkem byl Dr. Thomas Frazier, vedoucí vědecký pracovník společnosti Autism Speaks. Dr. Frazier představil financované oblasti výzkumu této společnosti, jakožto i budoucí výzkumné směrování. Sám se staví kladně k výzkumu v oblasti pohybových aktivit a autismu a doporučuje jeho financování.

22. mezinárodní symposium APA (ISAPA), s logem Liberty and the Pursuit of Happiness, se konalo na University of Virginia ve studentském městečku Charlottesville, ve státě Virginia ve dnech 14.–18. června 2019. Profesor Martin Block, úřadující prezident IFAPA, zakončoval svoje volební období vedením organizačního výboru této konference, právě Virginia University je totiž jeho univerzitou domácí.



Úspěch každé konference lze měřit mimo jiné živou pracovní konverzací mezi účastníky, kdy mezi sebou prezentující a posluchači hovořili o prezentacích, budoucím výzkumu a spolupráci s kolegy. Mnoho účastníků využilo místní restaurace a pivovary v Charlottesville, aby sdílelo své pracovní a osobní příběhy v uvolněnější atmosféře.

Jedním z vrcholů doprovodného programu konference byla návštěva Monticella, domova prezidenta Thomase Jeffersona, jehož vlastní slova z Deklarace nezávislosti „Život, svoboda a touha po štěstí“ byla mottem celé konference. Toto téma se prolínalo na konferenci všemi prezentacemi zaměřenými na pomoc dětem a dospělým se zdravotním postižením nalézt příležitosti k rekreaci a sportu s cílem vést plný a šťastný život. ISAPA 2019 byla úspěšná a všichni se těšíme na další setkání na ISAPA 2021 ve Finsku.



ISAPA byla zakončena Valnou hromadou IFAPA, kde jsme byli účastníky výměny předsednictví z dr. Martina Blocka na dr. Davida Legga. ■

Mezinárodní konference ve Spojených arabských emirátech

Julie Wittmannová

Na přelomu června a července 2019 se konala ve Spojených arabských emirátech, v emirátu Sharjah, „Mezinárodní konference Khorfakkan klubu pro osoby s postižením“ na téma sport a aplikovaná tělesná výchova osob s postižením („Khorfakkan International Conference for Persons with Disability and Adapted Physical Education“). Pozvání na konferenci považuji za velkou čest, protože jsem měla možnost prezentovat naši fakultu a katedru APA vedle známých jmen oboru, jako je Gudrun Doll Tepper z Berlínské Univerzity, jedna ze zakladatelek evropské aplikované TV, dále dr. David Legg, současný předseda IFAPA (Mezinárodní Federace APA), a jiní.

Spojené arabské emiráty se v oblasti sportu osob s postižením v letošním roce otevírají světu a příležitostí, měla jsem možnost se zde s českou reprezentací speciálních olympiád už v březnu účastnit Světových her a nyní této mezinárodní konference s mottem: „Sport pro osoby se zdravotním postižením: od organizace k optimálnímu výkonu.“ Dvoudenní médii sledovaná konference probíhala ve dnech 29.–30. června 2019 v Sharjah,



emirátu přilehlém k Dubaji, hlavními organizátory byl Khorfakkanský klub pro zdravotně postižené a Akademie pro rozvoj a výzkum sportovních věd (DRASSA). Hlavním cílem bylo seznámit významné místní organizace a osobnosti s oblastí APA a sportu osob s postižením, jednat o vstupu do Mezinárodní federace APA a podobně.

Konferenci slavnostně zahájil Jeho Výsost šejk Abdullah Bin Salem Alqasemi, místopředseda vlády Sharjah a místopředseda Výkonné rady klubu Khorfakkan pro zdravotně postižené.

Prezentovala jsem přednášku z oblasti vzdělávání na téma „Reality and Ambition: Empowerment of Professional Competences of Teachers and Coaches by APA Education (Czech perspective)“, tedy „Realita a ambice: Rozvoj profesních kompetencí učitelů a trenérů v oblasti aplikovaných pohybových aktivit (česká perspektiva)“. Za přednášku jsem obdržela z rukou šejka emirátu Sharjah cenu *Khorfakkan klubu pro zdravotně postižené*. ■

APAči v Persii

Michaela Lehnertová, Ladislav Baloun

V rámci celouniverzitního projektu Erasmus+ KA107 zaměřeného na internacionalizaci výuky je možné vyrazit do mnoha destinací mimo Evropskou unii. Kromě „nedalekých“ balkánských a východních evropských států jako Černá Hora, Srbsko, Bosna a Hercegovina, Ukrajina či Rusko je možné vyrazit i do exotických destinací jako Zambie, Jihoafrická republika, Japonsko či Bhútán. My jsme díky našemu iránskému kolegovi Rezovi z Fakulty tělesné kultury dostali nabídku navštívit jeho alma mater v Teheránu – Kharazmi University. Jde o první moderní univerzitu v Íránu, která letos slaví stoleté výročí od založení a má celkem patnáct fakult. Zaměstnanci teheránské Fakulty tělesné výchovy a sportovních věd projevili výrazný zájem o obor aplikované pohybové aktivity, a proto jsme v rámci výukové mobility vyrazili ve dnech 11.–17. října 2019 na naši iránskou misi.



Samotná sportovní fakulta je situována do dvou menších kampusů. Jeden pro studenty bakaláře a druhý pro studenty magistry a doktorandy. V prostorách určených pro pregraduální a postgraduální studium se také nachází laboratoř zaměřená na výzkum v oblasti biomechaniky a fyziologie ve sportu.



První mezikulturní odlišnost jsme zaznamenali už při plánování naší cesty, jelikož v Íránu začíná pracovní týden v sobotu a končí ve středu. Čtvrtek a pátek jsou pak vedeny jako dny volna, tedy obdoba našeho víkendu. Při příletu na letiště v Teheránu na nás čekal pracovník Kanceláře mezinárodní vědecké spolupráce Kharazmi



University, který nás provázel celým pobytům. Ještě před výstupem z letadla jsem si jako všechny ženy na palubě zakryla vlasy šátkem. Ten se na následujících šest dní stal nedílnou součástí mého oděvu. Další kulturní odlišnost nás čekala hned na cestě z letiště do hotelu. Místní doprava je opravdu divoká a místy jsme jen nadskakovali hrůzou, zda se jednotlivá vozidla nesrazí. Vše je dosti chaotické, auta jezdí všemi směry, mezi nimi se prolétají motorky a chodci, jízdní pruhy jako by neexistovaly, blinkry také ne. Navzdory tomu jsme žádnou nehodou neviděli a koncem pobytu jsme byli schopni přejít rušnou silnici bez doprovodu.



Každý den ráno jsme odjížděli na fakultu, kde jsme vedli přednášky a semináře. Témata byla zaměřena na psychomotorický vývoj, psychomotorické aktivity a hry, kompenzační pomůcky, sport osob s postižením, zdravotní tělesnou výchovu a také jsme představili katedru aplikovaných pohybových aktivit, činnost Centra APA a roli konzultantů v projektu APIV. Vyučující i studenti projevili o oblast APA zájem, předali jsme si kontakty a hledali cesty, jak pů-

sobení obou fakult propojit. Vzhledem k tomu, že běžná, a zejména volnočasová/sportovní péče o osoby s postižením je v Íránu v počátku, je zde velký prostor pro rozvoj. Nejvíce jsme ocenili debaty se studenty i akademiky o procesu jejich studia, jednotlivých studijních programech a zkušenostech.



Ze strany fakulty o nás bylo moc hezky postaráno. Ve volném čase nám ukázali některé z mnohých atrakcí, které stojí za to v Teheránu zažít. Vyjeli jsme na nejvyšší televizní vysílač v Íránu – Milad Tower, ochutnali jsme tradiční perskou kuchyni, nakoupili suvenýry na rušném bazaru, prošli jsme se městskými parky. A navštívili Golestánský palác.

Výjezd do Íránu předčil naše očekávání. Musíme totiž přiznat, že před odjezdem jsme měli menší obavy ohledně bezpečnosti. V ulicích Teheránu jsme se však nebezpečně necítili a lidé byli přátelští. Za nás tedy návštěvu Teheránu a Kharazmi University doporučujeme nejen z hlediska meziuniverzitní, ale také mezikulturní spolupráce. ■



Katedra zdravotní TV a tělovýchovného lékařství
Fakulty tělesné výchovy a sportu UK
Vás zve na



konferenci věnovanou aplikovaným pohybovým aktivitám

APA EVOLUTION 2019

21. listopadu 2019
v kongresovém sále hotelu Krystal, Praha 6

Témata:

- historický vývoj APA v ČR pohledem zvaných řečníků
- inkluzivní tělesná výchova v praxi z pohledu národních projektů a učitelů ZŠ
- sdílení vědeckých i praktických zkušeností v posterové sekci

Více informací na webu UK FTVS a registrace na apa-conference@ftvs.cuni.cz



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

FAKULTA TĚLESNÉ KULTURY
UNIVERZITY PALACKÉHO
V OLOMOUCI
VE SPOLUPRÁCI
S ČESKOU ASOCIACÍ
APLIKOVANÝCH POHYBOVÝCH
AKTIVIT
POŘADAJÍ

V.
ČESKOU
NÁRODNÍ
KONFERENCI
APLIKOVANÝCH
POHYBOVÝCH
AKTIVIT

20. - 22. 05. 2020

Registrace bude spuštěna 01. 03. 2020.
Sledujte www.apa.upol.cz



Fakulta
tělesné kultury
Univerzita Palackého
v Olomouci



Podpora vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti CZ.02.3.62/0.0/0.0/16_037/0004030

Monitoring nabídky aplikovaných pohybových aktivit ve volném čase pro osoby se zdravotním znevýhodněním v okrese Znojmo

Monitoring the offer of leisure time adapted physical activity for persons with physical disability in the Znojmo district

Eva Horáková, Ondřej Ješina

Katedra APA, FTK UP Olomouc

ABSTRAKT

Na základě analýzy internetových zdrojů byl vytvořen seznam organizací poskytujících služby osobám se zdravotním znevýhodněním v okrese Znojmo. Stratifikovaného výběru se zúčastnilo 20 organizací z celého regionu. Pro sběr dat jsme využili vytvořenou a ověřenou anketu, která byla opakovaně součástí předchozích obdobných šetření. Z výsledků je patrné, že organizace nabízí celoroční aplikované pohybové aktivity a jednorázové pohybové eventy. Ani jedna z oslovených organizací nenabízí průběžně výkonnostně orientované sportovní aktivity. Ostatní pohybové aktivity jsou nabízeny převážně osobám v institucionální nebo ambulantní péči. Studie ukázala na nedostatky v nabídce aplikovaných pohybových aktivit ve volném čase v okrese Znojmo. Problémem regionu je i dojezdová vzdálenost organizací a nedostatek odborných pracovníků z oblasti aplikovaných pohybových aktivit.

Klíčová slova: sociální služby, školské organizace, střediska volného času, neziskové organizace

ABSTRACT

The list of the organizations providing services for people with physical disadvantage was created on the base of the analysis of the internet sources. Twenty organizations from all over the region participated in the stratified selection. For data collection we used created and verified polls, which were repeatedly part of previous similar surveys. The results show that the organizations offer year-round applied physical activities and one-time movement events. Neither of the addressed organizations offers continuous performance-oriented sport activities. Other physical activities are offered mainly to people in the institutional or ambulatory care. The study showed the lack of the offer of applied leisure-time physical activities in the Znojmo district. The problem of the region is also the distance between organizations and the lack of professionals in the field of applied physical activities.

Keywords: social services, school organizations, leisure time centers, non-profit organizations

ÚVOD

Jestliže se chceme zabývat pohybovou aktivitou zdravotně znevýhodněných osob, musíme si nejdříve položit základní otázku. V čem jsou osoby se zdravotním znevýhodněním odlišné od ostatních občanů? Je subjektivně vnímaná kvalita jejich života odpovídající jejich objektivním potřebám? Jakou roli v tom hrají aktivity realizované ve volném čase, tedy z vlastní vůle, nikoliv jako terapie nebo příprava na zaměstnání? Než budeme schopni odpovědět na výše uvedené otázky, musíme analyzovat samotný pojem zdravotního znevýhodnění. World Health Organisation (World Health Organisation [WHO], 2001) v roce 1997 nahradila koncept poškození (impairment), omezení (disability), postižení (handicap) novým konceptem poškození (impairment), aktivity (activity), účast (participation). V roce 2001 vydalo WHO dokument pod názvem In-

ternational Classification of Functioning, Disability and Health (Mezinárodní klasifikace funkčnosti, postižení a zdraví) známý jako ICF 2001. Ješina (2011) uvádí, že ICF 2001 posunula vnímání hodnocení zdravotně postižených od „důsledků nemoci“ ke klasifikaci „komponent zdraví“. Vznikla možnost nahlížet na osoby se zdravotním znevýhodněním různého typu jako na osoby, které jejich zdravotní stav nemusí nutně omezovat při využití vlastních schopností a dovedností (Bartoňová, 2005).

Termín zdravotní znevýhodnění, který jsme zvolili pro tuto práci, charakterizuje rovnost a plnohodnotné začlenění všech osob do společnosti, bez ohledu na odlišnost tělesnou, psychickou nebo např. sociální. Sociálním znevýhodněním se v práci nezabýváme. Podstatou uváděného termínu je pouhá potřebná změna a úprava vnějších a vnitřních faktorů k aktivnímu zapojení do společenského života, vycházejících ze

speciálních potřeb osob se zdravotním znevýhodněním (Kalman, 2011).

Současný sedavý životní způsob obyvatel a s ním související problémy s nárůstem neinfekčních civilizačních chorob vede širokou odbornou i laickou veřejnost k řešení problematiky spojené s nedostatečnou pohybovou aktivitou obyvatel. Tato problematika se netýká pouze majoritní společnosti, ale i osob zdravotně znevýhodněných, které jsou jednou z rizikových skupin obyvatel ohrožených nedostatečnou pohybovou aktivitou (Carroll, Courtney-Long, Lullo, Sloan, Stevens, & Visser, 2014). Do oblasti zdravotních znevýhodnění jsou zahrnuti i klienti s chronickými a dlouhodobými nemocemi. Nedostatečná pohybová aktivita a nesprávné pohybové návyky mohou ze zdravotního znevýhodnění přejít do zdravotního postižení, což je nežádoucí proces. Autoři Kudláček a Ješina (2013) považují pravidelnou tělesnou aktivitu za součást zdravého životního stylu a do značné míry za oblast utvářející psychické, ale i fyzické zdraví jedince.

Ačkoliv může být dělení bariér různé, nejčastěji se dělí na vnitřní a vnější. Možnosti zdravotně znevýhodněných aktivně se zapojit do pohybových aktivit narážejí bariéry, se kterými se běžná populace nesetkává. Právě externí překážky znesnadňují participaci zdravotně znevýhodněných na pohybových aktivitách. Ješina (2009) dělí vnější překážky na:

- fyzické (architektonické, které znesnadňují pohyb jedinců s postižením);
- legislativní (limity, které vymezují možnou participaci na volnočasových aktivitách a s touto oblastí nedostatečnou legislativní podporu);
- mentální.

Autoři Ješina a Hamřík (2011), Hutzler a Sherril (2007) hovoří o potřebě kombinovat různá stanoviska v oblasti pedagogické, sociální, psychologické, zdravotní a kinantropologické. Právě při kombinaci těchto přístupů dochází dle autorů následně k modifikacím pohybových aktivit, které vycházejí ze samotných potřeb a možností osob se zdravotním znevýhodněním. Válková (2012) a Ješina (2013) vycházejí z modifikací hledisek:

- komunikace s osobou zdravotně znevýhodněnou;
- změna metody práce s ohledem na potřeby a možnosti osob zdravotně znevýhodněných;
- úprava a uzpůsobení obsahu činnosti;
- monitorování podmínek prostředí, přístupu a pomůcek nutných k realizaci pohybových aktivit;
- přizpůsobení pravidel pohybové aktivity.

Ješina (2011) dále uvádí přizpůsobení podmínek časových, hmotných, peněžních a jiných. K adaptaci dále dochází jak u edukátora či poskytovatele služeb, tak u člověka, který má pohybovou aktivitu vykonávat.

Monitoring nabídky aplikovaných pohybových aktivit ve volném čase pro osoby se zdravotním znevýhodněním v okrese Znojmo

Nedílnou součástí úspěšného přizpůsobení pohybové aktivity jako služby je nejen samotná realizace, ale i důsledné plánování, diagnostika a evaluace nabízených programů.

Okres Znojmo jako jeden z šesti okresů Jihomoravského kraje je dle statistik veřejně přístupných na stránkách Českého statistického úřadu (ČSÚ, 2018) jedním z okresů v České republice s největší územní rozlohou. Dle statistiky za první čtvrtletí roku 2018 zaujímá jeho rozloha 1 590 km². V Jihomoravském kraji má podobnou rozlohu pouze okres Brno-venkov. Dalším ze statistických údajů je počet obyvatel žijících v této oblasti. Okres Znojmo se řadí se svými 113 828 obyvateli mezi nejméně osídlené okresy v České republice. Dle statistiky ČSÚ je zde hustota osídlení 70 obyvatel na 1 km². Pro porovnání okres Brno-venkov, s relativně stejnou rozlohou, má hustotu osídlení 147 obyvatel na 1 km². Dalším statistickým údajem je počet a velikost měst a obcí. V okrese Znojmo je celkem 144 obcí. Na celém území je pět pověřených obecních úřadů a dva úřady s rozšířenou obecní působností. Jedná se o Moravský Krumlov a Znojmo, z čehož 54,2 % obcí okresu náleží pod správní celek Znojmo. Město Znojmo je také jediným městem v okrese s počtem obyvatel přesahujícím 10 000 obyvatel. Konkrétně dle statistiky ČSÚ za 1. čtvrtletí roku 2018 mělo město Znojmo 33 787 obyvatel. Z tohoto údaje vyplývá, že 57 % obyvatel žije na vesnici. V roce 2000 byl průměrný věk obyvatel 37,7 roků. Ze statistiky je patrná rostoucí tendence stárnutí obyvatel, kdy v roce 2017 byl průměrný věk obyvatel okresu Znojmo 42,1 roků.

CÍL A ÚKOLY VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ

Hlavním cílem práce bylo zmapovat nabídku sportovních a rekreačních pohybových aktivit v rámci okresu Znojmo pro osoby se zdravotním znevýhodněním.

Dílejšími cíli bylo zjistit:

- Dostupnost a kvalitu poskytovaných služeb osobám se zdravotním znevýhodněním v regionu.
- Způsoby propagace nabídky služeb pro námi vybranou cílovou skupinu.

Pro efektivnější zaměření monitoringu jsme si vytyčili následující výzkumné směry:

- možnosti a typy aplikovaných pohybových aktivit v okrese Znojmo;
- dostupnost a kvalita nabízených pohybových aktivit osobám se zdravotním znevýhodněním v okrese Znojmo;
- způsoby prezentace nabízených služeb v oblasti aplikovaných pohybových aktivit osobám se zdravotním znevýhodněním v regionu.

METODIKA

Do výzkumu bylo zahrnuto celkem 39 subjektů, které se zabírají problematikou osob se zdravotním znevýhodněním v okrese Znojmo. Tyto organizace byly na základě telefonického kontaktu vybidnuty ke spolupráci. Jednalo se o organizace zaměřené na různé věkové skupiny i na rozdílný obsah činností. Osloveny byly neziskové organizace, organizace příspěvkového charakteru a organizace na bázi občanského sdružení. Celkem se průzkumu a dotazníkového šetření zúčastnilo 20 subjektů. Ostatních 19 subjektů buď nemělo zájem o zařazení do připravovaného seznamu, nebo nenabízelo žádnou skupinovou pohybovou aktivitu pro osoby zdravotně znevýhodněné. I přes osobní kontakty jednotlivých neziskových organizací nebyl v celém okrese Znojmo nalezen žádný sportovní klub, který by nabízel pravidelnou aplikovanou pohybovou aktivitu výkonnostního sportu osobám zdravotně znevýhodněným.

Inspiraci pro šetření byla disertační práce Konratovské (2014). Klíčovou metodou použitou při výzkumu bylo dotazování, konkrétně upravená anketa pro organizace vytvořená a využitá v předešlých pracích (Šamšulová, 2016; Šmíd, 2016). Tato anketa byla doplněna telefonickým kontaktováním zástupce dané organizace (statutární zástupce nebo pracovník odpovědný za dobročinné aktivity) a následně osobním jednáním k dané problematice. Osobní setkání a rozhovory neměly výzkumný charakter, ale sloužily k lepšímu pochopení problematiky.

Jednotlivá data byla zapisována do zápisového archu určeného vždy pro jednotlivou organizaci. Po sesbírání potřebných informací došlo k jejich rozřídění a vyhodnocení dle zvoleného klíče.

Základními metodami zpracování dat jsou metody elementární deskriptivně statistické a matematické. Data jsou dále podrobena logické analýze. Strategie interpretace dat je pak komparativní v souvislosti s obdobnými šetřeními v jiných regionech.

Tabulka 1 Seznam oslovených organizací

Pořadové číslo	Název organizace	Sídlo, kontakt	Spolupráce ANO/NE	Poznámky, nabídka pohybové aktivity
1.	Domov u lesa Tavikovice	Tavikovice 153 515 300 526 p. Kameníková	ANO	Osoby se ZP, MP Chráněné bydlení PA - ANO
2.	Zámek Břežany	Břežany 1 515 277 111 p. Protivínská	ANO	Domov pro osoby ZP PA - ANO
3.	Denní stacionář Břežany	Břežany 1 515 277 111 p. Protivínská	ANO	Denní stacionář pro klienty z okolí PA - ANO
4.	Chráněné bydlení Šanov	Šanov	ANO	Plně integrování PA - ANO
5.	Svaz ZP, okresní org. Znojmo	Zámečnická 10 Znojmo 515 224 924 p. Holátková	ANO	PA - ANO
6.	Svaz ZP, místní org. Miroslav	Údolní 47 Miroslav p. Hrbová	ANO	Sdružuje obyvatele: Miroslav, Mir. Knínice, Suchohrdly u Mir. PA - ANO
7.	Svaz postižených civilizačními chorobami Znojmo	Zámečnická 10 Znojmo 515 224 924 p. Holátková	ANO	PA - ANO
8.	Svaz TP v ČR, vozičkáři	Loucká 27 Znojmo p. Holátková	NE	PA - NE, v současnosti nemají členskou základnu
9.	Středisko vol. času Miroslav	Kostelní 19 Miroslav Mgr. Růžička	ANO	PA - ANO
10.	Středisko vol. času Znojmo	Sokolská 8 Znojmo 515 224 353	NE	Klienti integrování do běžné populace PA - NE
11.	DDM Moravský Krumlov	Nám. T. G. M 35 Mor. Krumlov 515 322 770 p. Sobolová	NE	PA - NE

Pořadové číslo	Název organizace	Sídlo, kontakt	Spolupráce ANO/NE	Poznámky, nabídka pohybové aktivity
12.	ZŠ Miroslav	Třináctky 19 Miroslav	NE	Provozují speciální třídy PA - nad rámec, ŠVP - NE
13.	ZŠ Ivančická, Moravský Krumlov	Ivančická 218 Mor. Krumlov 515 322 442	NE	Provozují speciální třídy PA - nad rámec, ŠVP - NE
14.	Sociálně aktivizační služba	Vančurova 361/17 Znojmo 515 241 001	NE	Spolupracují se Svazem ZP Znojmo PA - NE
15.	TyfloCentrum Brno, prac. Znojmo	Masar. Nám. 446/19 Znojmo 774 715 109 p. Pexová	ANO	PA - ANO
16.	TyfloCentrum Brno, prac. Mor. Krumlov	Růžová 39 Mor. Krumlov 774 715 109 p. Pexová	NE	Nedělají žádnou skupinovou PA, pouze individuálně
17.	MŠ, ZŠ a praktická škola Znojmo	Horní Česká 15 Znojmo 515 224 796	NE	
18.	Centrum soc. služeb Znojmo - Domov pro seniory	U lesíka 11 Znojmo 515 225 367	NE	
19.	DPS Plaveč	Plaveč 1 515 252 250 p. Král	ANO	Domov se zvl. režimem
20.	DPS Mor. Krumlov	Jiráskova 634 Mor. Krumlov 515 322 329 p. Kočí	NE	Pomoc TP dospělí + děti PA - NE
21.	DPS Miroslav	Kostelní 2 Miroslav	NE	Uživatelé invalid. důchodů PA - NE
22.	DPS Bohutice	Bohutice 138 Olbramovice 515 336 315	NE	1 byt zvláštního určení - ZP PA - NE
23.	DPS Olbramovice	Olbramovice 353 Olbramovice	NE	4 byty zvláštního určení - ZP PA - NE
24.	DPS Jevišovice	Jevišovice 104 515 300 658 p. Hádková	ANO	Domov se zvláštním režimem PA - ANO
25.	Domov pro seniory Hostim	Hostim 1 515 258 0000 p. Hučková	ANO	Domov se zvláštním režimem PA - ANO
26.	Emin zámek	Hrušovany nad Jevišovkou 275 515 229 151 p. Mahelová	ANO	PA - ANO
27.	Domov pro seniory Skalice	Skalice 1 515 339 157 p. Lapešová	ANO	PA - ANO
28.	Domov Božice	Božice 188 515 257 122 p. Rýdvalová	ANO	PA - ANO
29.	DPS Hodonice	Obecní 404 515 235 058	NE	
30.	DPS Hrušovany nad Jevišovkou	Slepni 526 Hruš. nad Jevišovkou 515 229 870	NE	4 byty zvláštního určení, ZP

Pořadové číslo	Název organizace	Sídlo, kontakt	Spolupráce ANO/NE	Poznámky, nabídka pohybové aktivity
31.	Domov pro seniory Šanov	Viniční 445 Hrabětice 725 499 991	NE	
32.	Zvláštní skupina při MÚ Mor. Krumlov	nám. Klášterní 125 67201 Mor. Krumlov	ANO	PA - ANO
33.	Dětské centrum KRUH	Ul. Mládeže 10 Znojmo 515 225 151 p. Holíková	ANO	PA - ANO
34.	Oblastní charita Znojmo, denní stacionář DAMIÁN	Mašovická 10 Znojmo, 515 207 768 p. Foitová	ANO	PA - ANO
35.	Oblastní charita Znojmo	Dolní Česká Znojmo	ANO	PA - ANO
36.	Asociace rodičů a přátel ZP dětí v ČR „PHAROS“		ANO	PA - ANO
37.	Centrum pro ZP Jihomor. kraje, prac. Mor. Krumlov	Břizová 254 67202 Mor. Krumlov	NE	PA - NE
38.	Dům s chráněnými byty, Lukov	Lukov 11 66902 Znojmo	NE	
39.	MŠ, ZŠ a praktická škola Znojmo, MUDr. Jana Jánského	MUDr. Jana Jánského 2675/11 Znojmo	NE	

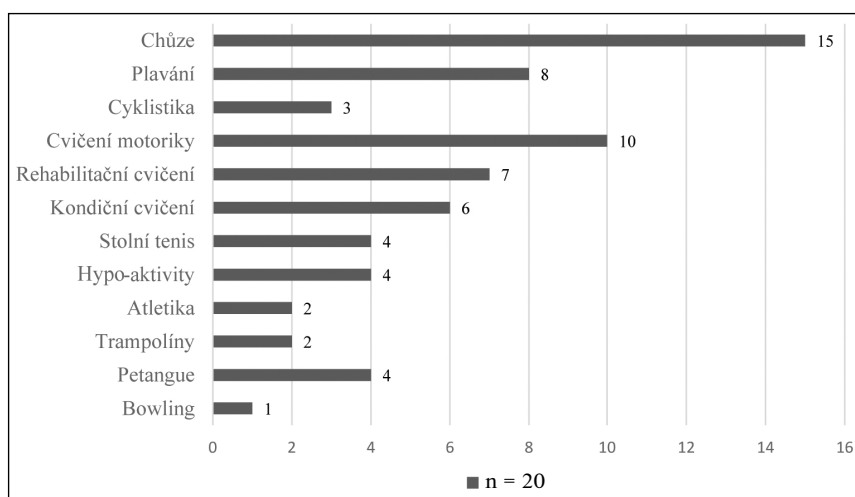
VÝSLEDKY

Typy pohybových aktivit a jejich struktura

Na základě dotazníkového šetření bylo zjištěno, že nejčastěji a nejvíce využívanou formou pohybové aktivity je chůze, a to o různé délce, intenzitě a formě (turistika, chůze v rámci rehabilitace, prosté procházky, výlety). Tyto aktivity jsou specificky upravovány dle potřeb a možností klientů v jednotlivých zařízeních. Tuto formu pohybové aktivity nabízí 15 zařízení z celkových

dvaceti oslovených organizací. Další velmi oblíbenou a využívanou formou aplikované pohybové aktivity je plavání. I přes nedostatečný počet velkých plavacích ploch – plavecký bazén je pouze ve Znojmě, ostatní mimo okres – využívají některé organizace vlastní nebo obecní rehabilitační bazény. Vzhledem k povaze oslovených subjektů se také ve výsledku velmi často objevují formy rehabilitačního cvičení spojeného s nácvikem základních motorických schopností.

Graf 1 Typy pohybových aktivit a jejich struktura



Jedny z nejlépe vybavených zařízení z pohledu aplikovaných pohybových aktivit jsou v okrese Znojmo zařízení určená především pro klienty v dospělém věku se stálým umístěním. Jednalo se o Zámek Břežany a Domov u lesa Tavíkovice. Tyto příspěvkové organizace disponují venkovním i vnitřním vybavením pro možnosti provádět pravidelnou pohybovou aktivitu. Jsou to posilovny, dvojkola, zařízení k rehabilitaci včetně bazény nebo např. možnosti hipoterapie. V zařízeních určených především pro klienty v seniorském věku se zvláštním režimem se nejčastěji objevovaly formy pohybových aktivit rehabilitačních a motoriku podporujících aktivit.

Pravidelnost pohybových aktivit

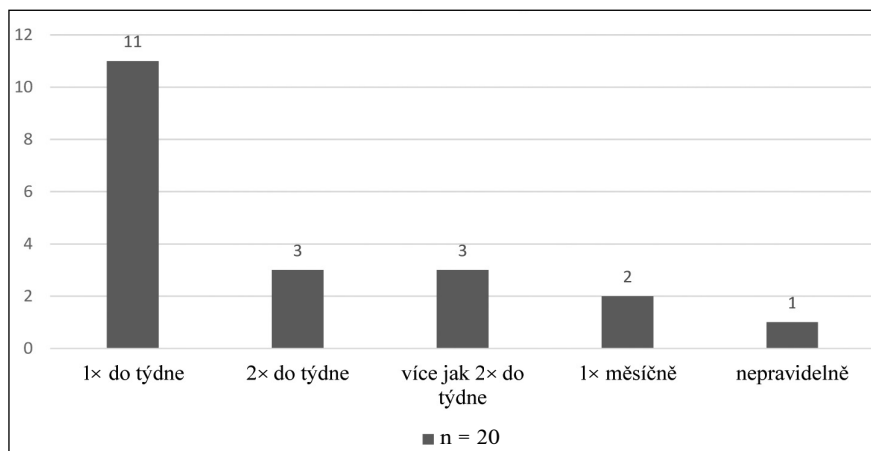
Celkově jsou pohybové aktivity zařazovány do programů činnosti jednotlivých organizací nejčastěji 1× do týdne. Na tuto možnost aktivně se hýbat dosáhne ve většině případů většina klientů, kteří mají o pohybovou aktivitu zájem nebo kteří v rámci rehabilitace a mobilizace tuto aktivitu potřebují k zlepšení svého zdravotního stavu. Tato část výzkumného šetření nebyla podmíněna ambulantní nebo stálou péčí, ale bariérami, se kterými se jednotlivé organizace potýkají napříč celým okresem. Pohybovou aktivitu vícekrát do týdne svým klientům nabízely především denní

stacionáře a zařízení pro dospělé osoby se zdravotním postižením, jako je Zámek Břežany nebo Domov u lesa Tavíkovice. Graf 2 vychází z dotazníkového šetření provedeného u 20 oslovených organizací.

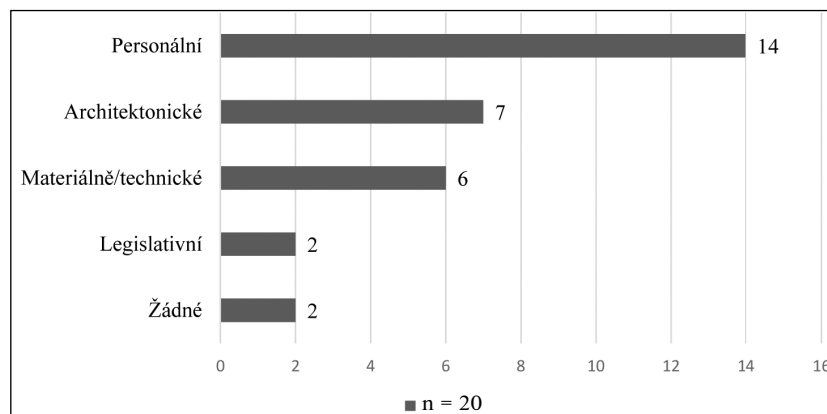
Externí bariéry v nabídce aplikovaných pohybových aktivit v okrese Znojmo

Bariérami ve výzkumném šetření nebylo myšleno zdravotní omezení nebo znevýhodnění klientů účastnících se aplikovaných pohybových aktivit, ale bariéry, které nějakým způsobem omezují odpovědné pracovníky jednotlivých organizací v možnostech rozšíření nebo udržení nabídky pohybových aktivit v rámci organizace. V tomto smyslu se ukázaly osobní konzultace jako velmi přínosné. Poznatky od jednotlivých pracovníků organizací poukázaly především na personální problémy a nedostatky v oblasti architektonické, a to v podobě nevhodných nebo nevyhovujících prostor. Nedostatečné personální zajištění uvedlo 14 z oslovených organizací. Na základě těchto nedostatků není možné v některých zařízeních aplikované pohybové aktivity rozvíjet. Další problémovou oblastí bylo materiálně-technické zabezpečení související především s financováním. Tento jev se vyskytoval především u zařízení na bázi zájmových sdružení a neziskových organizací. Některé organizace poukázaly i na několik bariér najednou.

Graf 2 Pravidelnost pohybových aktivit



Graf 3 Externí bariéry v nabídce aplikovaných pohybových aktivit



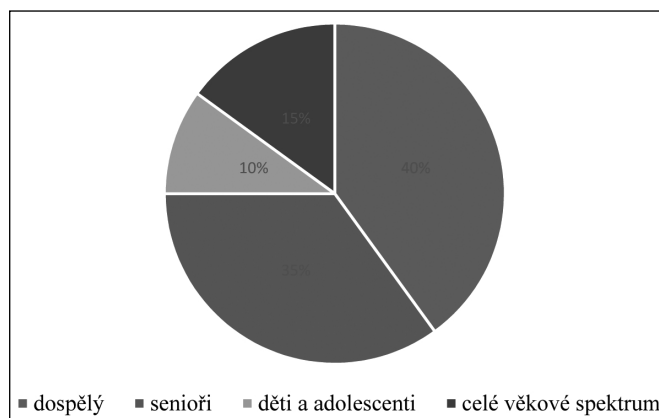
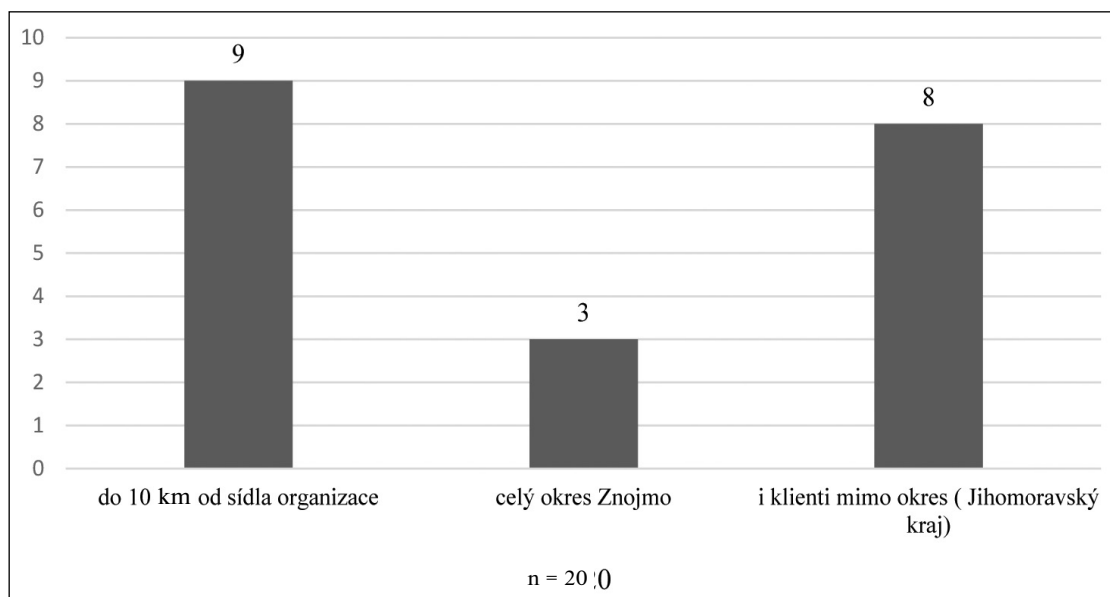
Věkové spektrum klientů

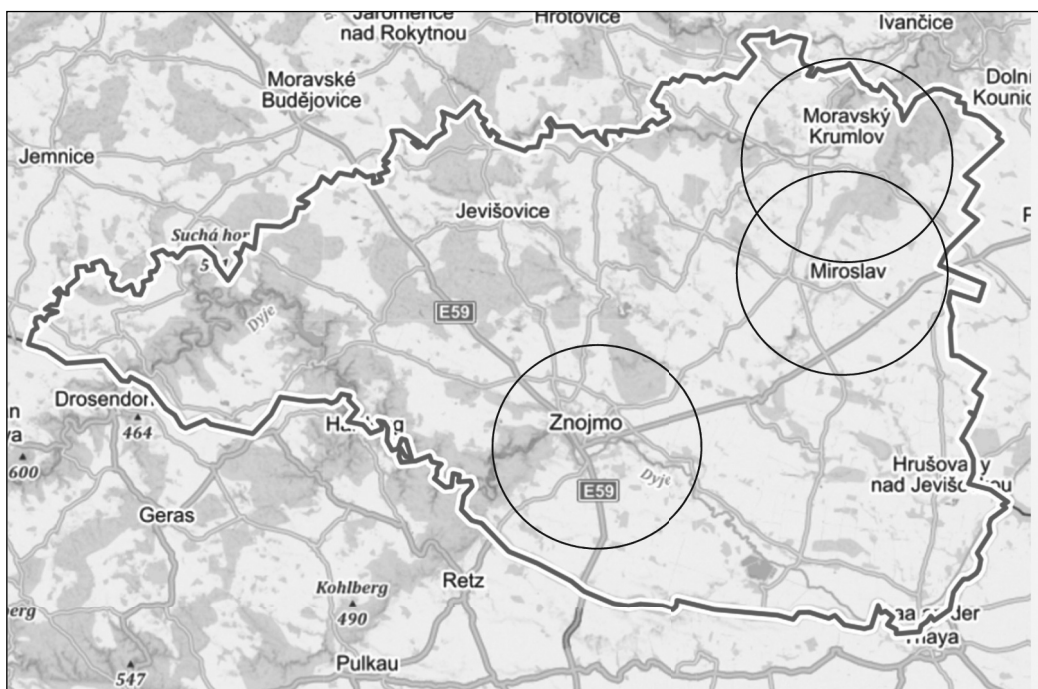
Jev prohlubujícího se stárnutí populace v okrese Znojmo, patrného ze statistického šetření Českého statistického úřadu, se promítnul i do výzkumného šetření. Nejčastější cílovou skupinou obyvatel u 20 oslovených organizací jsou lidé v seniorském nebo dospělém věku. Tito společně zaujímají 75 % z celkového počtu oslovených zařízení. Pouze 10 % oslovených organizací se zaměřuje na děti a adolescenty. Celé věkové spektrum populace pokrylo pouze 15 % oslovených subjektů. Relevantnost výsledků této části výzkumu je předmětem diskuse.

Bydliště osob užívajících aplikované pohybové aktivity

Tato část šetření úzce souvisela s demografickými a geografickými údaji o okrese Znojmo uvedenými v teoretické části práce. Výsledky této části výzkumného šetření lze rozdělit do dvou kategorií. Jednu tvoří klienti, kteří jsou do zařízení přidělováni v rámci celého kraje, přičemž lidé z okolí místa organizace jsou v minimálním zastoupení, a to vzhledem ke kapacitě

zařízení. Druhou skupinou jsou osoby a klienti s dojezdovou vzdáleností do 10 kilometrů od sídla organizace. Pouze 3 subjekty uvedly, že jejich pokrytí je celookresní. Vzhledem k sídelnímu rozložení okresu se veškeré organizace nabízející aplikované pohybové aktivity nacházejí ve Znojmě a dále v obcích s rozšířenou působností – Miroslav a Moravský Krumlov. Jistou funkci zastávají denní stacionáře, které jsou v okrese Znojmo dva. Jeden působí při Zámku Břežany a druhý zajišťuje Charita Znojmo. Klienti obcí vzdálenějších od organizací zabývajících se pohybovými aktivitami pro osoby se zdravotním znevýhodněním jsou prakticky odkázáni na možnosti vycházející z podpory a možnosti v rodině. Problém dojezdu a dostupnosti pohybových aktivit v okrese Znojmo ukazuje obrázek 1 (viz níže). Tato mapa znázorňuje celkový problém s možnostmi využívat pohybových aktivit osob se zdravotním znevýhodněním v okrese Znojmo. Jsou zde patrná místa, kde není možnost aktivně a samostatně se účastnit pohybových aktivit bez pomoci rodiny.

Graf 4 Věkové spektrum klientů oslovených organizací**Graf 5** Bydliště klientů aplikovaných pohybových aktivit



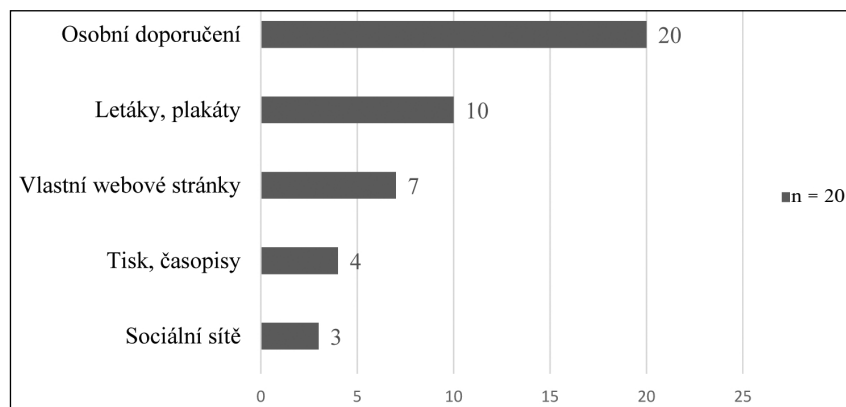
Obrázek 1 Oblasti s možností aktivně se účastnit aplikované pohybové aktivity

Propagace organizací - zdroje

Informace o poskytovaných pohybových aktivitách a jejich šíření se lišilo dle typu organizace a věkového spektra klientů, kterým je aktivita nabízena. Nejčastěji jsme se setkávali s formou osobního doporučení, kterou uvedlo všech 20 subjektů. Osobní doporučení jsou vždy podložena individuálními pohybovými možnostmi klientů. Na základě těchto individualit je sestavován program pohybových aktivit, a to jak u seniorů, tak u dospělých nebo dětí. Tato forma pohybových aktivit se objevovala u zařízení rehabilitačního a pobytového typu. Další velmi používanou oblastí propagace a nabídky jsou dle informací získaných během výzkumu letáky a plakáty tištěné formy. V menší míře jsme se

setkávali s formou www stránek a inzerce v časopisech a tisku. Nejméně aktivní jsou subjekty na sociálních sítích. Toto pramení dle našeho názoru z povahy zařízení. Většina organizací je státního příspěvkového typu. Na sociálních sítích jsou aktivní pouze občanská sdružení, sdružující rodiče, děti a přátelé osob zdravotně znevýhodněných. Organizace, které mají celorepublikové působení, se v některých případech prezentují i v tisku a časopisech. Ale i zde je myšlen především tisk místního formátu a takový, který se např. bezplatně dostává k občanům regionu, jako jsou např. Znojenské listy nebo čtrnáctideník Zrcadlo. Letáky a plakáty se objevují jak na veřejných plakátovacích plochách, tak na nástěnkách a plochách v jednotlivých zařízeních.

Graf 6 Zdroje propagace aplikovaných pohybových aktivit



DISKUSE

Původním záměrem práce bylo zmapování sportovně pohybových aktivit osob zdravotně znevýhodněných v okrese Znojmo. Jako podklad a první nástin možného výzkumu sloužila bakalářská práce Šamšulové (2016), která se zabývala organizacemi poskytujícími aplikované pohybové aktivity v Brně. Její výzkum ukázal, že v městské aglomeraci velikosti Brna je nabídka aplikovaných pohybových aktivit dostatečná. Po prvním průzkumu internetových zdrojů bylo zjištěno, že v okrese Znojmo nejsou žádné organizace sportovního zaměření jako TJ kluby nebo kluby organizující účast na akcích Českého hnutí speciálních olympiád (ČHSO). Pokud tyto kluby existují, nejsou dostupné na internetu a ani z výzkumného šetření nebyly získány žádné informace vedoucí k těmto klubům. Ke stejnému jevu dospěl i Šmíd (2016), který zkoumal tuto oblast společenského života v okresech Semily a Trutnov. V okrese Semily také není žádný klub podílející se na akcích ČHSO. Tyto aktivity jsou směřovány do okolních okresů a k takovému závěru jsme došli i v okrese Znojmo. Tady se shodují naše výsledky s výsledky výzkumu Šmída (2016). Následně bylo nutné přehodnotit a rozšířit oblast zájmu o organizace příspěvkového typu, jako jsou domovy se zvláštním režimem, domovy pro osoby se zdravotním znevýhodněním, neziskové organizace, zájmová sdružení, oblast sociálních služeb a školská zařízení. Votava (2017) ve své diplomové práci řeší problém s dostupností aplikovaných pohybových aktivit ve srovnání městských a venkovských sídel. Dle jeho poznatků z výzkumu je obecně nabídka v městských aglomeracích bohatší než na vesnici. Náš výzkum dospěl k podobným závěrům. Tento jev patrně vychází z poptávky po těchto službách, která je vyšší v městských aglomeracích než na venkově. V regionu, jako je okres Znojmo, kde 57 % obyvatel žije v sídlech vesnického charakteru, není poptávka po službách tak velká jako ve městech. Tudíž není ani tlak na vytváření možností nabídky. Jedinou městskou aglomerací je město Znojmo, které je sice městem okresním, ale většina organizací sídlících ve městě podléhá krajskému Brnu. Tyto návaznosti na kraj a okrajovost regionu jsou patrné v celkové nabídce a centralizaci služeb do Brna.

Skatteboe, Bautz-Holter, Nyquist, Delen, Saebu a Perin (2016) hovoří o vnitřní i vnější motivaci k pohybové aktivitě jako o prioritě ve směru rehabilitace. Výzkum v okrese Znojmo ukázal, že tyto motivace není možno naplňovat na skupinové ani na individuální úrovni. Zájemci o sport v tomto regionu jsou odkazováni na běžné sportovní kluby, které ale nejsou schopny zajistit kvalifikované pracovníky v oblasti aplikovaných pohybových aktivit. Kvalifikací pracovníků a nabídkou aplikovaných pohybových aktivit v TJ klubech a fitness centrech se zabývala ve své práci i Výtisková (2016).

Její výzkum ukázal, že zmíněné organizace neposkytují nebo nemají zájem rozšiřovat nabídku pohybových aktivit pro osoby zdravotně znevýhodněné. Důvodem je malá poptávka po těchto službách a nedostatečná kvalifikace pracovníků. S tímto problémem nedostatku dostatečně kvalifikovaných pracovníků jsme se setkali i ve výsledcích našeho výzkumu. Z výzkumu vyplynuly požadavky organizací na rozšíření možností spolupracovat a financovat kvalifikované pracovníky, kteří by byli schopni dále rozvíjet pohybové schopnosti klientů. Problémy s personálním zajištěním k rozvoji aplikovaných pohybových aktivit byly jednou ze základních bariér uváděných pracovníky. Otázkou zůstává, jestli je na vině pouze lokální nedostatečnost, nebo chybějící státní koncepce podpory těchto organizací a jejich pracovníků. Kvalifikovaní pracovníci jsou ale dle Kudláčka a Barret (2011) nepostradatelní pro začleňování osob se zdravotním znevýhodněním do společnosti. Je tedy opět otázkou, jaká je skutečná ochota naší společnosti setkávat se s jinakostí a začleňovat osoby se zdravotním znevýhodněním do běžné společnosti. Nejedná se pouze o promyšlená populistická gesta?

Další oblastí diskuse byla relevantnost výsledku věkového spektra klientů. I přesto, že do seznamu oslovených organizací byly zařazena i zařízení školského charakteru zabývající se problematikou dětí zdravotně znevýhodněných, je jejich účast na výzkumu minimální. Proto mohou být výsledky této části práce zavádějící, neodpovídající realitě. Na neochotě školských zařízení účastnit se výzkumu má, dle našeho názoru, značný podíl neustálé propagování GDPR a s tím souvisejících sankcí a problematika inkluzivního vzdělávání, kterou ve své práci řeší Jeřábková (2012). Ta hovoří o dětech jako o žácích se speciálními vzdělávacími potřebami, kteří jsou plně integrováni. Zde jsme se setkali s různými pohledy odpovědných pracovníků na problematiku integrace. Dle našeho názoru jsou možnosti pohybových aktivit v rámci školní tělesné výchovy dostatečné a odpovídají potřebám této části populace. Spornou oblastí jsou aktivity pořádané školskými zařízeními ve volném čase dětí. Střediska volného času (SVČ) mají v systému školských zařízení jiné postavení. Tato zařízení mají nabídku pohybových aktivit pro osoby se zdravotním znevýhodněním v popisu činnosti, ale i zde se jednotlivá zařízení liší v postojích k tomuto tématu. V SVČ Znojmo se zaměřují na úplnou integraci do běžných aktivit. Oproti tomu v SVČ Miroslav existují speciálně připravované pohybové aktivity – kluby pro děti se zdravotním znevýhodněním. Který postup je odpovídající potřebám dětí a správný, závisí na úhlu pohledu vedoucích pracovníků k této problematice. Předchozí odstavec byl pouze nástin důvodů, proč se dle našeho názoru výzkumu zúčastnilo malé množství školských zařízení.

Zásadním zjištěním byla demografická a geografická specifika oblasti a s tím související dojezdová vzdá-

lenost za jednotlivými aktivitami. Všechny oslovené organizace sdružují klienty z okolí nebo ze vzdálenosti do 10 km od sídla. Z mapy uvedené výše jsou patrná místa okresu, kde není prakticky žádná možnost aktivně a samostatně, bez pomoci rodiny se účastnit pohybových aktivit. Opět se vracíme k problematice nabídky ve městě a na vesnici, kterou se zabývá Votava (2016). Odlehlá místa regionu pokrývají pouze terénní služby oblastní charity. Tyto služby nelze na základě zákona 108/2006, o sociálních službách, rozšiřovat o nabídku nad rámec základních činností. I přesto, že nová vyhláška 218/2016 Sb. stanovuje osobní aktivity jako schopnost vykonávat aktivity obvyklé věku a prostředí, mezi které patří i volnočasové aktivity. S problémem v zákoně jsou nuceni pracovníci, především denních stacionářů, pohybové aktivity „maskovat“ za nutnou sociální činnost, nikoliv činnost podpůrnou nebo inkluzivní. Čímž se opět vracíme k problematice zákonného ukotvení a celkového náhledu společnosti na potřeby osob zdravotně znevýhodněných.

V neposlední řadě jsme se zaměřili na formy propagace programů. Jejich využívání má nejen funkci informovat, ale i inspirovat k účasti v aplikovaných pohybových aktivitách, zejména těch nepovinných, tedy ve volném čase. Je ale zároveň určitým mediátorem mezi skutečnou realitou a psanou realitou. V praxi jsme se totiž mimo okres Znojmo setkali i s rozdílností informací poskytovaných na webových stránkách a realitou nabízených služeb. Organizace mohou budít zájem o poskytování relevantních služeb, avšak v realu tyto služby již nenabízí nebo nikdy nenabízely v prezentovaném rozsahu či podobě. Někdy i sami uživatelé upozornili na nepravdivost nebo zavádějící informace, které jsou veřejně prezentované. Nevyužívání prezentace tak může někdy paradoxně maskovat skutečný stav věci.

ZÁVĚR

Po předběžném průzkumu bylo zjištěno, že žádná organizace jako TJ nebo sportovní klub aplikované pohybové aktivity v okrese Znojmo nenabízí. Následně byly do seznamu zařazeny i organizace příspěvkového typu se zaměřením na klienty zdravotně znevýhodněné, a to bez určení věkové specifikace klientely.

Výsledky výzkumu ukázaly v celém okrese Znojmo značné nedostatky v možnostech a příležitostech osob zdravotně znevýhodněných aktivně trávit volný čas. Nejvíce možností aktivně trávit volný čas mají dle získaných informací děti během školní docházky a klienti umístění v některém ze zařízení se stálou péčí. Klienti mimo tento sektor jsou odkázáni na rodinnou péči a možnosti neziskových organizací a zájmových sdružení, jejichž nabídka je vzhledem k povaze a finančním možnostem omezená. Řada klientů je odkazována

na individuální aktivity s možností najmout si trenéra z komerční oblasti sportu. Zde se ale tyto osoby setkávají s problémem finanční náročnosti aktivit nebo s malým počtem kvalifikovaných pracovníků v oblasti aplikovaných pohybových aktivit. S problémem kvalifikovaných pracovníků v oblasti pohybových aktivit, rehabilitace a rekondice se setkávají dle informací získaných v rámci výzkumu i zařízení příspěvkového typu, jako jsou domy pro seniory nebo denní stacionáře.

Porovnání demografických a geografických ukazatelů z veřejných statistik s výsledky získanými během výzkumu ukazuje na problém s dojezdovou vzdáleností některých oblastí okresu Znojmo. Klienti v těchto oblastech jsou odkázáni pouze na poskytování služeb sociální pomoci v rámci Oblastní charity ve Znojmě, která zabezpečuje terénní službu. Tato služba je ale zaměřena pouze na základní obslužnou pomoc klientům. Doplnkové služby v podobě aplikovaných pohybových aktivit nesmí ze zákona poskytovat ani denní stacionáře.

Jako nejčastější formu propagace aktivit využívají organizace osobní zkušenosti účastníků. Na základě této účasti předpokládají vzájemné sdílení informací. Využívání rozmanitosti forem propagace považujeme za nedostačující. Tato nedostatečnost vyplývá i z námi zjištěných dat o nedostatečnosti nabídky.

LITERATURA

- Bartoňová, M. (2005). *Současné trendy v edukaci dětí a žáků se speciálními vzdělávacími potřebami v České republice*. Brno: MSD.
- Carroll, D., Courtney-Long, E. A., Stevens, A. C., Sloan, M. L., Lullo, C., & Visser, S. N. (2014). Centers for Disease Control and Prevention. Vital signs: Disability and physical activity - United States, 2009-2012. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 18(63), 407-413.
- ČSU. (2018). *Charakteristika okresu Znojmo*. Získáno z https://www.czso.cz/csu/xb/charakteristika_okresu_znojmo.
- Hutzler, Y., & Sherrill, C. (2007). Defining Adapted Physical Activity: International Perspectives. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 24(1), 1-20.
- Jeřábková, K. (2012). Integrace a inkluze. In M. Valenta, L. Ludíková, M. Válková, A. Peuteschmiedová, E. Souralová, O. Müller, K. Jeřábková, P. Petráš: *Školská integrace žáků se zdravotním postižením*. Ústí nad Labem: EdA.
- Ješina, O. (2013). Principy modifikací - adaptací. In J. Kantor, M. Gerlichová, J. Horáčková, P. Jurkovičová, B. Palečková, L. Pospíšilová, M. Spurná, J. Šmahlík: *Terapeutické přístupy u osob s omezením hybnosti*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Ješina, O. (2011). Klasifikace osob se speciálními potřebami ve vztahu k pohybovým aktivitám. In O. Ješina, Z. Hamřík et al.: *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Olomouc. Univerzita Palackého v Olomouci.

- Ješina, O. (2009). Osoby se speciálními potřebami. In M. Kalman, Z. Hamřík, & J. Pavelka: *Podpora pohybové aktivity pro odbornou veřejnost*. Olomouc: ORE-institut.
- Ješina, O., Hamřík, Z., et al. (2011). *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Kalman, M. (2011). Podpora pohybových aktivit v kontextu APA. In O. Ješina, Z. Hamřík, et al.: *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Konratovské, Z. (2014). *Dostupnost, organizace a zdravotně-sociální benefity řízených pohybových aktivit u dětí s disabilitou*. Disertační práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích.
- Kudláček, M., & Barrett, U. (2011). Adated Physical Activity as a Profession in Europe. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*, 4(2), 7-16.
- Skatteboe, S., C., Bautz-Holter, E., Nyquist, A., Dalen, H., Saebu, M., & Perrin, P. B. (2016). One-year trajectories of motivation and physical activity in persons with disabilities. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 48(4), 371-377.
- Šamšulová, D. (2016). *Mapování nabídky aplikovaných pohybových aktivit volnočasových organizací v Brně*. Bakalářská práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Fakulta tělesné kultury.
- Šmíd, M. (2016). *Mapování nabídky volnočasových pohybových aktivit pro osoby s postižením v okresech Semily a Trutnov*. Olomouc. Bakalářská práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Fakulta tělesné kultury.
- Válková, H. (2012). *Teorie aplikovaných pohybových aktivit pro užití v praxi I*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Votava, M. (2017). *Srovnání nabídky volnočasových pohybových aktivit na venkově a ve městě*. Diplomová práce. Masarykova univerzita v Brně. Fakulta sportovních studií.
- Výtisková, V. (2015). *Analýza nabídky a poptávky sportovní pohybových aktivit pro osoby s postižením ve fitness centrech v ČR*. Diplomová práce. Masarykova univerzita v Brně. Fakulta sportovních studií.

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.