

Děti se zvláštními potřebami (inkluze)

Otázka ke zkoušce

Děti se zvláštními potřebami

- **Pohybová výchova zaujímá významné místo ve výchově hendicapovaných dětí**
 - Přispívá velice k podpoře zdraví
 - Zlepšuje kvalitu pohybu
 - Kompenzuje často vady
 - Pomáhá navazovat sociální kontakty
 - Děti si odnáší pozitivní prožitky
 - Vzrůstá jim sebevědomí
 - Často v pohybu nachází “smysl života”

Obecné zásady pro integraci

- Tělesná výchova má sloužit ku prospěchu všech
- Společný program respektuje individualitu žáka
- Minimalizace barier
- Přístup učitele
- Program TV je přizpůsoben pro všechny děti nebo pomůcky, doplňkové činnosti...

Mentální retardace

- Mentálně retardovaní jedinci mohou být fyzicky zdatní
- Mohou se projevovat agresivně, zbrkle
- Nebo naopak apaticky a bázlivě
- Mají nižší schopnost diferencovat pohyb (rozlišovat)

Jak je správně vést

- Velmi důležité je podávat jasné instrukce
- Vhodné je mít opakující se organizační rámec
- Používat praktické ukázky
- Dát jim čas na provedení
- Podávat pozitivní zpětnou vazbu

Indikace pohybu (Co procvičovat)

- Správné držení těla
- Procvičovat svaly zad
- Zlepšit řízení pohybu
- Procvičovat orientaci v prostoru
- Rovnováha
- Aerobní zdatnost (vytrvalost)

Kontraindikace (Co nedělat)

- odvíjí se od míry retardace a způsobu komunikace, vždy je potřeba přistupovat individuálně

Smyslové oslabení

- Rodiče se o dítě bojí a brání mu v pohybu
- Mají omezené vnímání
- Zaměřit se hlavně na orientaci v prostoru
- Snažit se odstranit nejistotu v pohybu

Sluchové postižení

- Je nutné rozlišovat nedoslýchavé a hluché
- Děti s poruchou sluchového aparátu mají problémy s rovnováhou

Indikace (Co procvičovat)

- Dobré je procvičovat orientaci v prostoru
- Procvičování jemné motoriky - mluvní gymnastika (cvičení obličejových svalů)
- Špatné držení těla plochý hrudník - svalový korzet, držení těla, dechová cvičení
- Mají často problémy s komunikací
 - Pomáhá praktická ukázka s manipulací
 - Návodné obrázky
 - Pomáhají rytmické činnosti

Kontraindikace (Co nedělat)

- Rychlé změny poloh
- Polohy hlavou dolů
- Údery do hlavy
- Potápění, skoky do vody

Zrakové postižení

- Děti se zrakovým postižením se orientují převážně podle sluchu, taktilně, podle vibrací
- Je důležité rozlišovat děti slabozraké, děti se zbytkem zraku a děti slepé
- Slabozraké děti a děti se zbytkem zraku jsou na tom často hůře než slepé

Co je u dětí se zrakovým postižením horší

- orientace v prostoru
- Mají často ochablost těla
- Špatná rovnováha
- Velmi nízká tělesná zdatnost
- Mají špatnou koordinaci pohybů

Indikace (Co procvičovat)

- Dobré je seznámení s tělem
- Vnímání poloh těla
- Lokomoce v prostoru
- Trénink rovnováhy
- Rytmizace
- Manipulace s předměty
- Správné držení těla
- Aerobní zdatnost (vytrvalost)

Kontraindikace (Co nedělat)

- Důležité vyloučit zvýšení nitroočního tlaku = polohy hlavou dolů, statické zátěže, přetahy, přetlaky
- Vyhnout se úderům a nárazům do hlavy
- Rychlé změny poloh

Řečové postižení

Lze pozitivně ovlivnit

- Rozvojem jemné motoriky
- Dechová cvičení
- Dytmická cvičení
- Relaxace
- Jóga
- Procvičením tělesné zdatnosti - svalový korzet

Kontraindikace

- u balbutiků = koktavost
- Omezit stresující situace, soutěže

Tělesné postižení

- velmi individuální v závislosti na typu postižení

Cvičení je zaměřeno na:

- zlepšení kvality pohybu nepostižené části těla
- posílení postižené části těla
- kompenzace postižení - vyrovnání vad
- vady jsou vrozené
- ty už jsou většinou nějak kompenzované
- a vady v důsledku nehody
- tady je mimo jiné špatný i psychický stav
- udržet stav zdravých orgánů

Sociálně podmíněné problémy

- Nedostatek zábran, vcítění, strachu...
- POHYB A SPORT je pro tyto děti náplň volného času
- použity aktivity dobrodružné – spolupráce

Kontraindikace

- sporty spojené s agresivitou - sebeovládání

Autismus, Asperger

- Poruchy autistického spektra – vztahy – kontakt, agresivita
- Postupně navazovat kontakt

NUTNOST pro tyto děti

- Stálý režim
- Stejně signály
- Individuální přístup

Indikace

- zkušenosti z plavání dětí - postupně dobře reagují
- mizí záchvaty agrese ve vodě