

Úvod do aplikovaných pohybových aktivit

PhDr. Klára Dad'ová, Ph.D.

FTVS UK
katedra ZTV/TVL

e-mail:

dadova@ftvs.cuni.cz

tel: 2 2017 2386

konzultace ZS:

UT 11,00-12,00

CT 11,00-12,00

Studium ATVS OSP

- Katedra ZTV a TVL
- Ostatní katedry
- Zápočty a zkoušky
- Terénní práce a zajímavé zkušenosti
- APA na fb, youtube
- Další možnosti na FTVS
- Zahraniční výjezdy
- Ročníkový e-mail
- Bakalářská práce a státní zkoušky
- Nenechávat věci na poslední chvíli, konzultovat!

Co můžete zažít během studia...

- <https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=Abi3Gt0xKYA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=-wPwRytPB8A>
- <https://www.youtube.com/watch?v=rfzu6phT-f0>
- <https://www.youtube.com/watch?v=aVwNjnFAGyQ>

Cíl a obsah předmětu

- seznámit s problematikou aplikovaných pohybových aktivit - uvést do oboru
- popsat některé biomedicínské aspekty ZP a možnosti pohybových aktivit pro jedince s různými specifickými potřebami
- dokázat analyzovat a syntetizovat informace podstatné pro vedení APA
- naučit se spolupracovat na projektech
- setkání s praktickým provozováním APA
- teorie, praxe, hosté, hospitace

Plán výuky - přednášky

- 1) Úvod. Požadavky. Význam sportu pro jedince se specifickými potřebami. Základní pojmy.
- 2) Historie sportu OSP. Organizace sdružující sportovce se specifickými potřebami.
- 3) Psychosociální aspekty zdravotního postižení a aplikovaných tělesných aktivit.
- 4) Testování a pohybový režim v APA. Klasifikace v parasportu.
- 5) Sport neslyšících a osob s poruchami zraku.
- 6) Sport osob s tělesným postižením (poranění míchy, mozková obrna, amputace atd.)
- 7) Sport osob s postižením intelektu a poruchami chování či komunikace (mentální retardace, autismus, poruchy učení). Dtto.

Plán výuky - semináře, praxe

- 8) Adaptace a její principy. Pomůcky pro APA.
- 9) Sportovní klub vozíčkářů Praha (prezentace).
- 10) Beseda se sportovcem.
- 11) Základy osobní asistence a asistence sportovcům se specifickými potřebami.
- 12-14) Hospitace

Aktuální možnosti o víkendu:

- Start Boccia Cup 2020 - Národní turnaj jednotlivců - sobota 3. 10. od cca 10,00 do cca 18,00 v hale TJ Pankrác (přezůvky s sebou) - **MOŽNOST DOBROVOLNICTVÍ!**
- II. ročník Českého poháru v atletice vozíčkářů ČATHS - neděle 4.10. od 10,30 do 14,30 - UK FTVS

Praxe / Hospitace ?!



Ragby vozíčkářů



Potápění vozíčkářů



Sledge hokej



Plavání tělesně postižených



Florbal vozíčkářů

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1aUv44YQEvOnekAcMUTYkSV9_pOw7AZ8xnkEFwJt5Esk/edit#gid=0

Zápočet a zkouška

Docházka

- 90% účast na seminářích, splnění malých testů z přednášek

Projekt - skupinová práce (cca 3-4 studenti ve skupině)

- výstupem je ppt, video, článek...

Ústní zkouška - 3 typy otázek

- obecná témata, sport, postižení

Projekty - možnosti

- A) **Rozhovor** s paralympionikem / trenérem do časopisu APA v teorii a praxi
- B) **Návrh akce** - osvětová akce pro jednu třídu ZŠ na téma parasport (výstupem je návod v power-pointu)
- C) **Organizace besedy** s paralympionikem nebo trenérem reprezentace parasportu / počítat i s online variantou/
- D) **Motivační film** o vybraném sportu pro zdravotně postižené - po domluvě se sportovci
- E) **Výrobek** - netradiční sportovní pomůcka pro dítě se zrakovým nebo tělesným postižením včetně návodu
- F) **Návrh akce** - outdoorový víkend pro děti se zrakovým postižením
- G) **Vlastní nápad** - nutno konzultovat s vyučujícím

Zdroje informací

- DAŘOVÁ, K., **Sport osob se zdravotním postižením**. In MÁČEK, M., RADVANSKÝ, J., et al. Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivity. Praha: Galén, 2011. s. 233-237.
- KUDLÁČEK, M., a kol. **Základy aplikovaných pohybových aktivit**. Olomouc: FTK UPOL, 2013.
- JEŠINA, O., KUDLÁČEK, M. **Aplikovaná tělesná výchova**. Olomouc: FTK UPOL, 2011.
- KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. **Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport**. FTK UPOL, 2013.

Internet:

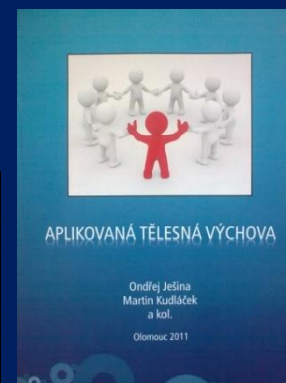
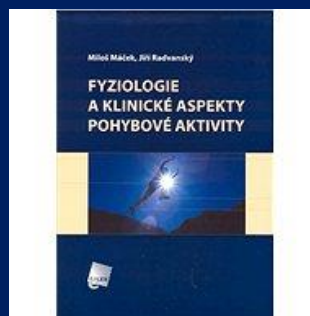
www.paralympic.org

www.paralympic.cz

www.specialolympics.org

www.deaflympics.com

<https://apa.upol.cz/>



Co pro vás osobně znamená
sport?

Jaký je rozdíl mezi sportem
a pohybovou aktivitou?

” Široce pojato, cíle sportu jsou vyjádřením principů, které platí pro postižené i pro nepostižené osoby. K tomu navíc přistupuje obrovská terapeutická hodnota sportu a jeho nezastupitelná role v procesu fyzické, psychické a sociální rehabilitace postižených. ... “

Sir Ludwig Guttmann



O kom je tedy řeč?



Zdroj obr.:
<https://cz.pinterest.com/pin/117023290292749094/>
- upraveno

Zdroj obr.: http://cms.kmo.cz/files/images/900/25568-bezbarierova_knihovna_kmo_sluchove_postizeni.png

Zdravotní postižení

v Evropě je cca 10% jedinců se zdravotním postižením

- tělesné
- senzorické
- mentální
- kombinované
- mírné
- střední
- těžké
- vrozené
- získané
- viditelné
- skryté
- dočasné
- trvalé

JINAKOST - odlišnost od námi běžně přijímané normy (př. normy chování, komunikace či pohybových kompetencí - lokomoce).

Pro základní vymezení problematiky můžeme použít např. pojmy: porucha, postižení, handicap

Co je vůbec „postižení“ ?

- **porucha** = jakákoli ztráta nebo abnormalita psychické, fyziologické nebo anatomické struktury či funkce
- **postižení** = jakékoli omezení nebo nedostatek schopnosti (jako důsledek poruchy) jednat či vykonat činnost způsobem nebo v rozsahu považovaném za normální
- **handicap** = znevýhodnění určitého jedince, vyplývající z jeho poruchy či postižení, které pak omezuje nebo zabraňuje splnění určité normální role, která se od tohoto jedince očekává

Novější vícerozměrný pohled na proces omezení (s multifaktoriálním působením)

International Classification
of Functioning, Disability and Health (ICF)



Přístupy k LIDEM s postižením

Nejčastější přístupy:

- lítost
- strach
- předsudky
- nezájem
- protektivita

terminologie
odráží
přístup...

DISability nebo **dis**ABILITY ?

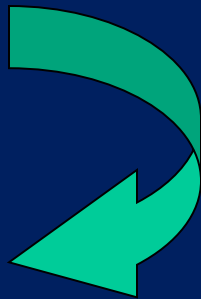
„medicínský“ vs „akční“

... PŘIJMOUT REALITU POSTIŽENÍ A POMOCI
VYTVOŘIT PODMÍNKY A PŘÍLEŽITOSTI ŽÍT
NORMÁLNÍ ŽIVOT...včetně sportování...
vždy to tak ale nebylo...

Vývoj přístupu k lidem se zdravotním postižením v ČR

SEGREGACE

1989



INTEGRACE

- charitativní přístup
- institucionální péče
- architektonické, psychologické a sociální bariéry
- změny v legislativě, vzdělávání, zaměstnávání a sociální podpoře
- změny postojů
- zvýšení zájmu veřejnosti a médií
- pomalu se snižují bariéry

Sport zdravotně postižených, parasport nebo aplikované pohybové aktivity (APA)?

„APA se týká pohybových aktivit a sportu, kde je zvláštní důraz kladen na zájmy a schopnosti jedinců s limitovanými podmínkami, danými postižením, nemocí nebo věkem...

„ pro jedince s jedinečnými potřebami, pro které je třeba aktivity adaptovat...“ a poskytnout mu tím specifickou podporu

APA zahrnuje 4 základní oblasti pohybových aktivit

(z hlediska výkonnosti / intenzity zátěže:

- vrcholový sport (mezinárodní úroveň)
- závodní sport (klubová úroveň)
- rekreační sport
- pohybové aktivity léčebné a (re)kondiční / v rámci tzv. ucelené rehabilitace/

Ale nejen to

Termínem APA označujeme kinantropologickou disciplínu, která je multidisciplinární (avšak je výrazně zaměřená na speciální pedagogiku) a **propojuje teorii a praxi v oblasti tělesné výchovy a sportu** jedinců a skupin osob **se specifickými potřebami**.

APA se uplatňuje ve čtyřech oblastech:

edukace - přístupnost a modifikace tělesné výchovy (TV) pro potřeby žáků se speciálními vzdělávacími potřebami ve školách různého typu (aplikovaná TV, zdravotní TV)

podpora zdraví - zdravotně orientované pohybové programy pro specifické skupiny jedinců jako součást ucelené rehabilitace (prevence poruch pohybových, metabolických, duševních, ortopedických, neurologických aj. a jejich sekundárních komplikací).

soutěžní sport - od klubové po mezinárodní úroveň (parasport)

volnočasové pohybové aktivity - přístupnost a modifikace pohybových aktivit sloužících k rekreaci a socializaci pro jedince se specifickými potřebami

Důležitost APA

- každý má právo účastnit se pohybových aktivit - respektování základních práv a svobod (vyrovnávání příležitostí)
- hodnota sportu jako takového (přináší nové kvality do života...)
- intervence / péče / podpora od raného věku až do období senia - tedy po celý život
- prospěšnost PA v oblasti
 - fyziologické
 - psychologické
 - sociální
- možnost dosažení vrcholové úrovně, profesionalita

Důležitost APA - „take home message“

NEZÁVISLOST,
SOBĚSTAČNOST
A SEBEAKTUALIZACE!

Domácí úkol: Zjistěte, co znamená slovo sebeaktualizace a uvažujte, jak to souvisí s APA



↑ QL

Zdroj obr.:

<https://cz.pinterest.com/pin/157766793170568299/>