

# Adapted physical activity in practice

**PHDR. KLÁRA DAŽOVÁ, PH.D.**  
**KATEDRA ZTV A TVL**  
**FTVS UK**

**DADOVA@FTVS.CUNI.CZ**  
**DADOVA.KLARA@GMAIL.COM**

**2 2017 2386**

# Čím se budeme dnes zabývat



- Něco málo „třídnického“ aneb vítejte ve 2. ročníku 😊
- Požadavky na splnění předmětu
- Syllabus velmi orientačně (česko-anglická výuka)
- Zdroje a možnosti
- SWOT analýza
- Co nového v APA?

## Co vlastně znamená APA v praxi?

- naučit plavat člověka s poruchou zraku?
- být schopen zorganizovat rekondiční pobyt pro vozíčkáře s RS?
- najít sportovní kroužek dítěti s ADHD / PAS / neslyšícímu...?
- dokázat sestavit IVP do tělesné výchovy pro dítě s CF?
- hledat příležitosti, jak umožnit PA jedincům s OSP v době pandemie?
- při fyzioterapii určitého pacienta dokázat uvažovat v kontextu APA?
- .....
- <http://theinclusionclub.com/resources/tic-videos-2/#1013-tic-videos/4260-were-the-superhumans>

# Požadavky ke zkoušce



- Aktivní účast alespoň na 5 teoretických přednáškách (ze 7)
- Aktivní účast na všech praktických seminářích či výstupech
  - fitness – posilování v rámci tréninkových hodin v Parapleti (2 lekce)
  - inkluzivní aktivity v tělocvičně (cvičení s běžnými pomůckami adaptované pro jedince s různými SP) (3 lekce)
  - uspořádání sportovní akce – Vánoční turnaj v integrované boccie, popř. goalballu (2 lekce)
- Test / pohovor (příprava na STZK)



## **„Vonicnejde“ test z předmětu „Tělesná výchova a sport OSP v praxi“ (C)**

Jakým způsobem může být propojena fyzioterapie a aplikované pohybové aktivity (APA)? Lze v praxi fyzioterapeuta využít principy APA?

Jaké je minimální postižení pro neslyšící sportovce pro Deaflympics?

Co znamená zkratka ČAAPA?

Jaké sportovce (s jakou diagnózou) najdeme v paralympijském curlingu?

Jaký je Váš názor na totální inkluzi?

Jaká rizika může přinést výkonnostní sport jedinci s Downovým syndromem?

Co znamená pojem sledge?

V jakém sportu soutěží Arnošt Petráček?

Jaká pozitiva může přinést pravidelný trénink na handbiku člověku s paraplegií?

Jak se od sebe liší míč na rugby vozíčkářů a volejbalový míč?

# Literatura



- KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013. ISBN 978-80-244-3964-8.  
<https://apa.upol.cz>
- JANEČKA, et al. Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením. Olomouc: UP v Olomouci, 2012, ISBN 978-80-244-3107-9. <https://apa.upol.cz>
- KUDLÁČEK, M. Základy aplikovaných pohybových aktivit. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013. ISBN 978-80-244-3954-9. <https://apa.upol.cz/>
- JEŠINA, O., KUDLÁČEK, M. et al. Aplikovaná tělesná výchova. Olomouc: UP v Olomouci, 2011. ISBN 978-80-244-2738-6. <https://www.apa.upol.cz>
- DURSTINE, J. L., MOORE, E. G., PAINTER, P.L., et al. (2009). ACSMs Exercise Management for Persons with Chronic Diseases and Disabilities. 3ed, Human Kinetics, ACSM.

a mnoho dalších 😊

# Další zdroje



CAAPA: <http://www.caapa.cz/>  
<https://apa.upol.cz/novinky-studium>

[www.paralympic.org](http://www.paralympic.org)  
[www.specialolympics.org](http://www.specialolympics.org)  
[www.deaflympics.com](http://www.deaflympics.com)

[www.nchpad.org](http://www.nchpad.org)  
<https://www.acsm.org/acsm-positions-policy/official-positions>  
[www.fims.org](http://www.fims.org)

<http://theinclusionclub.com/>



# Desatero APA



- F - Flexibility** - buď připravený pružně reagovat
- A - Adaptability** - hledej řešení jak věci zvládnout, přizpůsobuj podmínky
- C - Cooperation** - spolupracuj s dalšími odborníky
- I - Impossible?** Jen málo věcí. Snaž se hledat cesty k cíli.
- L - Locomotion** a nejen to - Pohyb je život a jeho formy mohou být různé. Má duchovní i sociální rozměr.
- I - Identify the qualities** - nepodceňuj ani nepřeceňuj
- T - Take money?** - v oblasti APA jako dobrovolník i profesionál. Dobrovolnictví není nevolnictví. Brát odměnu není nemravné. (To take money is not immoral).
- A - Accept differentness as normality** - jinakost vnímej jako normu, nikoli jako překážku
- T - Total safety** - snaž se vždy zajistit naprostou bezpečnost všech zúčastněných
- E - Education** - bez celoživotního vzdělávání to nepůjde

# Inkluzivní TV



Integrace vs. osvobození od TV

***“primum non nocere”*** aneb především neškodit

## Benefity:

- možnost vyzkoušet si různé formy pohybu a postupně se v nich zlepšovat,
- zlepšení tělesného uvědomění, fyzické kondice i koordinace,
- budování vztahu k pohybu a aktivnímu životnímu stylu,
- formování myšlení a postojů, změna odolnosti jedince (vztah k překážkám) a
- lepší propojení žáka s kolektivem třídy

## Rizika - překážky:

- **organizační** (bariérovost školy znesnadňující např. přesuny do tělocvičny, nedostatečné prostory, příliš mnoho žáků ve skupině),
- **materiální** (nedostatek sportovního vybavení, nevhodné kompenzační pomůcky) a
- **personální** (nedostatek asistentů i konzultantů v oblasti aplikované tělesné výchovy, nedostatečné kompetence pedagogů v oblasti APA)



# Možnosti začlenění žáka do TV



1. **žák se může výuce plně a bez omezení věnovat** (např. dechová cvičení, relaxační cvičení, cvičení nepostižených částí těla, teoretické části výuky věnující se pravidlům her či principům olympismu aj.)

2. **žák se může aktivitám věnovat s určitými limity a adaptacemi**, tj. aktivita je realizovatelná při určité modifikaci (uzpůsobení pohybu, změna pravidel aj.)

3. **žák se dané aktivitě věnovat nemůže** a v čase, kdy se jí třída věnuje, má **jiný úkol či funkci** (zapisování výsledků, individuální cvičení, teoretická práce aj.).

# Stupně podpory dle Blocka (2000) upravené do českých podmínek (Ješina & Kudláček, 2009)



1. Integrace bez podpory a bez modifikace obsahu (běžná TV i integrovaná TV)
2. Integrace s úpravou obsahu a podmínek (ATV i integrovaná TV)
3. Integrace s využitím „peer partnerů/tutorů“ (ATV i integrovaná TV)
4. Integrace s využitím asistenta pedagoga (ATV i integrovaná TV)
5. Kombinované formy výuky (Individuální segregovaná, individuální či skupinová paralelní, běžná integrovaná ATV)
6. Spolupráce s organizacemi v komunitě školy nebo žáka (segregovaná ATV)
7. Další výuka segregovaného charakteru (segregovaná ATV).

# Faktory integrace / inkluze



- Rodina – skladba rodiny, hodnotová orientace, přijetí dítěte, výchovný styl, vzdělání rodičů, socio-kulturní a ekonomická úroveň
- Stát a sociální zabezpečení
- Škola – vybavení, doprava, atmosféra
- Možnosti podpory – asistent pedagoga vs. osobní asistent
- Kvalita diagnostické a metodické pomoci odborných zařízení – SPC, PPP, neziskové organizace

# Základní pravidla ATV (aplikované TV)

1. aktivity musejí být pro všechny žáků bezpečné
2. aktivity musí být smysluplné
3. ne každá aktivita je vhodná pro všechny
4. žáci nesmí trpět pocitem ochuzení z důvodu integrace žáka se SVP

## 7 Pillars of Inclusion

### ACCESS

- How to get there and get in?

### ATTITUDE

- How willing you are to make it happen?

### CHOICE

- What can you do?

### PARTNERSHIPS

- Who will you work with?

### COMMUNICATION

- Who will you tell?

### POLICY

- How are you responsible?

### OPPORTUNITIES

- What do you want to do?

# STEP



Akronym	Způsob modifikace hry	
	AJ	ČJ
<b>S</b>	<i>Space – change the space in which the activity is taking place</i>	Místo, prostor – úprava prostoru pro hru
<b>T</b>	<i>Task – change the nature of the activity</i>	Úkol – změna charakteru činnosti
<b>E</b>	<i>Equipment – change the type, size or colour</i>	Vybavení – změna typu, velikosti nebo barvy
<b>P</b>	<i>People – change the people – the numbers and/or ways in which they are involved, and how they interact with each other</i>	Lidé, hráči – změna počtu hráčů a/nebo způsobu hry a způsobu kontaktu mezi hráči

# TREE

Akronym	Způsob modifikace hry	
	AJ	ČJ
<b>T</b>	<i>Teaching/coaching style - how the teacher or coach organises, leads and communicates</i>	Styl učitele / trenéra – jak trenér či učitel organizuje, řídí a komunikuje
<b>R</b>	<i>Rules and regulations - changes to the rules governing games and activities to promote inclusion</i>	Pravidla a úpravy - změny pravidel, jimiž se řídí hry a aktivity k podpoře začleňování
<b>E</b>	<i>Environment - changes to the space, for the whole group or individuals within the group</i>	Prostředí – úprava prostoru pro celou skupinu (družstvo) nebo pro jednotlivce v rámci skupiny
<b>E</b>	<i>Equipment - as in STEP, change the size, weight, colour, etc.</i>	Vybavení – stejně jako při STEPu, změna typu, velikosti, barvy atd.

# CHANGE IT

Akronym	Způsob modifikace hry	
	AJ	čJ
<b>C</b>	<i>Coaching style</i>	vedení hry
<b>H</b>	<i>How you score</i>	způsob skórování (dosažení bodu)
<b>A</b>	<i>playing Area</i>	hrací pole
<b>N</b>	<i>Number of players</i>	počet hráčů
<b>G</b>	<i>Game rules</i>	pravidla hry
<b>E</b>	<i>Equipment</i>	vybavení
<b>I</b>	<i>Intensity</i>	zatížení
<b>T</b>	<i>Time</i>	čas

[https://www.ntu.ac.uk/adapted\\_sports/adapted\\_games/polybat/index.html](https://www.ntu.ac.uk/adapted_sports/adapted_games/polybat/index.html)





# What's up?



## Open Day Online European Conference in Adapted Physical Activity

22 October 2020

<https://www.eucapa2020.com/>

- registrace nutná



### PRESENTATION

Dear APA friends and colleagues

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

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

Welcome to EUCAPA 2020 Lite!

Raul Reina and Alba Roldan

### 9:00 – 10:30. Invited Keynote

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

Aisling Clardy

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



### 11:00 – 13:00. Invited Symposium

Is Inclusion the end of the Adapted Physical Activity?

Yves Vanlandewyck

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



Aija Klavina

Latvian Academy of  
Sport Education.  
EUFAPA President



Justin Haegele

Old Dominion University.  
Department of Human  
Movement Sciences



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

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

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



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

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



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

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



### 18:00 – 19:00. EUFAPA General Assembly



REGISTER HERE



[www.eucapa2020.com](http://www.eucapa2020.com)



Europa Elche



@eucapa2020

# SWOT analysis of APA



- Strengths
- Weaknesses
- Opportunities
- Threats

ÚKOL V MS TEAMS 😊