

Srovnání alternativních pohybových aktivit a her u osob se specifickými nároky v ČR a zahraničí

Comparison of Alternative Physical Activities and Games in People with Special Needs in the Czech Republic and Abroad

Dagmar Trávníková

**Fakulta sportovních studií, Masarykova univerzita, Brno,
Česká republika**

Abstrakt:

Příspěvek představuje různé přístupy v oblasti alternativních pohybových aktivit osob se specifickými nároky na základě spolupráce Fakulty sportovních studií a dalších institucí zabývajících se touto problematikou. V rámci projektu CZ.1.07/2.4.00/17.0037 probíhají krátkodobé stáže, semináře a konzultace akademiků a studentů FSpS a spolupracujících institucí, jejichž hlavním cílem je srovnání pojetí pohybových aktivit u různých typů postižení či specifických nároků a jejich následné uvedení do praxe na jednotlivých institucích. Akademici a studenti tak mají možnost načerpat nové zkušenosti a dovednosti z nejrůznějších oblastí alternativních pohybových aktivit jako jsou např. dramatické aktivity u Neslyšících, Halliwickova metoda plavání, žonglérské a psychomotorické hry, psychomotorická terapie, využívání kompenzačních pomůcek, aj.

Abstract:

The paper presents various approaches in the field of alternative physical activities in people with special needs based on cooperation of the Faculty of Sports Studies and other institutions dealing with this topic. Within the CZ.1.07/2.4.00/17.0037 project various short-term stays, se-

minars and consultations between academics and students of the FSpS and the cooperating institutions take place, the main goal of which is to compare the concepts of physical activities in different types of handicaps or special needs and their subsequent introduction into practice in the particular institutions. Both academics and students thus have opportunity to gain new experience and skills from various fields of alternative physical activities such as dramatic activities in the Deaf, Halliwick swimming concept, juggling and psychomotor games, psychomotor therapy, use of compensation tools etc.

Klíčová slova: *alternativní pohybové aktivity a hry, psychomotorika, žonglování, Halliwickova metoda plavání, osoby se specifickými nároky.*

Key words: *alternative physical activities and games, psychomotricity, juggling, Halliwick swimming concept, people with special needs.*

Výše zmíněné aktivity byly uskutečněny v rámci projektu Rozvoj v oblasti pedagogicko-výzkumných aktivit na katedře společenských věd ve sportu na FSpS MU, CZ.1.07/2.4.00/17.0037.

ÚVOD

V souvislosti se současným trendem integrace žáků a studentů se specifickými nároky do běžných škol a vzdělávacích institucí vyvíjí Masarykova univerzita v Brně snahy pokrýt nabídku vzdělávání těchto studentů ve všech oblastech, včetně sportovně-pohybových aktivit. Ty probíhají pod hlavičkou celouniverzitní tělesné výchovy v podobě pravidelných týdenních setkání či několikadenních kurzů. Asistenci a podporu studentům Masarykovy univerzity se specifickými nároky zajišťuje středisko Teiresiás. Vybraní lektori z Fakulty sportovních studií (dále jen FSpS) se spolupodílejí na výuce a inovaci nabídky těchto specifických předmětů. Nově tak vznikl například předmět *Alternativní pohybové aktivity a hry*, při němž mají studenti se zrakovým, sluchovým či tě-

lesným postižením možnost vyzkoušet si netradiční pohybové aktivity jako žonglování, rytmické a divadelní aktivity, psychomotorické hry nebo nové kompenzační pomůcky.

Název nově vzniknuvšího předmětu odráží fakt, že vyučované aktivity a v nich využívané pomůcky jsou svým charakterem inovativní a netradiční a nejedná se tedy o aktivity primárně „aplikované“ a význačně určené pro osoby s postižením či jinými specifickými nároky. Pohybových lekcí se účastní studenti s postižením, studenti speciální pedagogiky i např. výkonnostně sportovně zaměřeni studenti Fakulty sportovních studií. Tato vzájemná interakce dodává předmětu významný sociální rozměr.

Podle Válkové (2012) se terminologie související s aplikovanými pohybovými aktivitami od 80. let minulého století neustále vyvíjí a také Mezinárodní federace aplikovaných pohybových aktivit chápe „APA“ jako termín mnoha významů, který však zdůrazňuje individuální rozdíly v pohybových aktivitách, přičemž adaptace znamená nutnost modifikace, přizpůsobení či úpravu v souladu s individuálními potřebami cílové skupiny. Válková však shrnuje, že všechny definice spojují společné rysy, jako jsou multidisciplinární přístup, snaha o zvýšení kvality života osob z minoritních skupin a adaptaci podmínek nebo prostředí.

Tento příspěvek je výstupem projektu s názvem „*Rozvoj v oblasti pedagogicko-výzkumných aktivit na Katedře společenských věd ve sportu na FSpS MU*“, CZ.1.07/2.4.00/17.0037, podpořeného Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

V rámci výše zmíněného projektu navázal řešitelský tým FSpS spolupráci s několika českými a zahraničními institucemi terciárního vzdělávání, které se rovněž zabývají aplikovanými či netradičními pohybovými aktivitami a jejich implementací do oblasti sportu a pohybových aktivit osob s postižením či jinými specifickými nároky. Díky tomu mají akademici i studenti FSpS možnost načerpat nové inspirace z této progresivní oblasti a sdílet zkušenosti a znalosti o specifikách jednotlivých postižení. Spolupráce je realizována formou stáží, konzultací a seminářů, jejichž výstupy poté akademici z FSpS využívají při samotné výuce

nebo při pohybových lekcích s cílovými skupinami (např. klienti s tělesným postižením Kociánky Brno, senioři s Parkinsonovou chorobou, aj).

Cílem tohoto příspěvku je představit výsledky spolupráce řešitelského týmu Fakulty sportovních studií a specifika přístupů spolupracujících českých i zahraničních institucí k oblasti aplikovaných a alternativních pohybových aktivit.

Aplikované pohybové aktivity na Fakultě sportovních studií Masarykovy univerzity

Jak již bylo naznačeno v úvodu, Masarykova univerzita (dále jen MU) nabízí svým studentům s postižením podporu nejen v rámci jejich studijního zaměření, ale také z hlediska pohybového a sportovního využití. „Podpora studentům“ je realizována především jako asistence na jednotlivých lekcích, tlumočení do znakového jazyka či nabídka doprovodu studenta do místa výuky. Pohybové aktivity v rámci celouniverzitní tělesné výchovy pro studenty se specifickými nároky zastřešuje centrum univerzitního sportu Fakulty sportovních studií (CUS FSpS). V současné době studuje na MU 90 studentů se zrakovým postižením, 86 studentů se sluchovým postižením, 95 studentů s pohybovým postižením a 178 studentů s dalšími specifickými nároky (vnitřní onemocnění, specifické poruchy učení aj.). Studenti se specifickými nároky mají stejně jako ostatní studenti MU povinnost splnit dva semestry tělesné výchovy v průběhu studia, mohou však žádat o zdravotní osvobození na základě doložené lékařské zprávy. Protože je však nabídka pohybových aktivit rozmanitá, studenti si obvykle některou z aktivit zvolí. Předměty nabízené studentům s postižením zahrnují např. plavání, horostěnu, tanec, tandemová kola, zdravotní tělesnou výchovu nebo futsal pro nevidomé (<http://www.teiresias.muni.cz/>).

Fakulta sportovních studií si kromě tradiční přípravy učitelů tělesné výchovy (a dalších neučitelských oborů) klade za cíl seznámit studenty s aplikovanými pohybovými aktivitami a možnostmi zapojení žáků se specifickými nároky do běžné výuky. Tělesná výchova je z tohoto pohledu předmět velmi specifický, vyžadující jistou míru motorických do-

vedností a v praxi se bohužel často setkáváme se situací, kdy pedagog raději volí variantu takového žáka do praktické výuky nezapojit vůbec. Mnohdy je zde absence znalostí vhodných pohybových aktivit, jindy se může jednat o strach ze zranění žáka s postižením. Přitom však současné školní rámcové vzdělávací programy nabízí mnohem vyšší míru kreativity a inovace než tomu bylo v minulosti. Proto je studentům FSpS umožněno zvolit si některý z následujících předmětů, které tuto problematiku pokrývají a pomohou jim se na takové situace připravit:

- *Aplikovaná TV.*
- *Integrovaná speciální pedagogika.*
- *Pohybová a taneční terapie.*

(Garantováno katedrou podpory zdraví a katedrou gymnastiky a úpolů.)

- *Psychomotorika a Aplikovaná psychomotorika.*
- *TV – Alternativní pohybové aktivity a hry.*
- *Žonglování.*
- *Halliwickova metoda plavání.*

(Garantováno Katedrou společenských věd ve sportu.)

Mimo univerzitní výuku jsou studenti FSpS zapojováni do dalších projektových aktivit, jako je spolupráce se specializovanými centry pro klienty se specifickými nároky. Pravidelně realizujeme pohybové lekce v Centru Kociánka, které poskytuje služby sociální péče a podporu dětem a mládeži s tělesným a druhotným mentálním postižením (<http://www.usp-kocianka.cz/>). Studenti zde vystupují v roli asistentů a důraz je kladen nejen na samotné pohybové aktivity ale také zejména na komunikaci a přirozenou sociální interakci, jíž se klientům vzhledem k povaze postižení a následné sociální izolace často nedostává. Další z institucí, s nimiž lektori a studenti FSpS spolupracují, je Parkinson Klub Brno, jehož posláním je napomáhat k posílení sebevědomí pacientů s Parkinsonovou chorobou, učit je překonávat každodenní problémy a tím ulehčovat složitou životní situaci (<http://www.parkinson-brno.cz/>). Pohybové aktivity u seniorů jsou odborníky všeobecně doporučovány. Jak např.

udává kolektiv autorů Kolb et al (2009), pohybová hra u seniorů posiluje tělesné i duševní zdraví a rozvíjí rovněž pohybové kompetence. Pohybové lekce pro seniory (pod vedením lektorů z FSpS) jsou vždy uzpůsobeny jejich aktuálnímu zdravotnímu stavu, což však nebrání například tomu, aby rozvíjeli rovnovážové dovednosti pomocí chůze po laně, nataženém na zemi či si úspěšně osvojili základy žonglování se šátky či (Obr. 1).



Obr. 1: Pohybová lekce pro seniory – Parkinsoniky

„Žonglování má mnoho pozitivních vlivů na člověka, z nichž některé jsou specifické pro tuto dovednost (reakční rychlost, jemná motorika) a jiné jsou přidružené, vyplývající z povahy pohybové aktivity (správné držení těla, balanční a rovnovážové schopnosti, prostorová orientace). Při žonglování podporujeme princip napětí a uvolnění, posilujeme zádové svalstvo a svaly horních končetin, rozvíjíme periferní vidění, vyrov-

náme rozdíl mezi preferovanými končetinami – lateralita, pracujeme s vyrovnáváním nerovnovážných pozic“ (Trávníková, 2008). Protože jsou žonglérské aktivity snadno uzpůsobitelné pro různé věkové kategorie, jsou vhodnou alternativní pohybovou aktivitou i pro osoby se specifickými potřebami či seniory.

Přístupy k pohybovým aktivitám na vybraných českých institucích terciárního vzdělávání

Jak již bylo řečeno, Fakulta sportovních studií MU navázala v rámci projektu spolupráci s několika českými a zahraničními institucemi, zabývajícími se a propagujícími aplikované pohybové aktivity. Jejich přístupy se liší vzhledem k zaměření studijních oborů i cílovým skupinám, s nimiž pracují.

1) Ateliér VDN, Divadelní fakulta JAMU, Brno

Ateliér Výchovné dramatiky Neslyšících je jedním z nejmladších oddělení Divadelní fakulty JAMU (založen r. 1992). Jedná se o umělecko-pedagogický studijní obor určený studentům se sluchovým postižením a dalším zájemcům. Základní složkou studijního plánu je předmět „pohybové divadlo“, přičemž důraz je kladen na individuální pohybovou a výtvarnou kreativitu studentů. Všechny získané dovednosti a znalosti uplatní studenti v pedagogické praxi při konkrétní a cílené práci s dětmi a mládeží. Přestože neslyšící studenti mají vlastní studijní program, žijí, studují a pracují v jedné budově společně se slyšícími studenty všech studijních oborů JAMU. Mají tak možnost využívat bohatě strukturovaný program divadelní fakulty (<http://difa.jamu.cz/obory-a-ateliery/atelier-vychovne-dramatiky-neslysicich.html>).

V pohybových seminářích určených akademikům a studentům FSpS nabízí lektori z Ateliéru VDN aktivity z oblasti pohybového divadla, jako je práce s gesty a mimikou či pantomimické hry. Mnohdy se seminářů účastní také studenti MU s postižením (sluchovým, tělesným), což je pro všechny zúčastněné strany přínosné z hlediska rozvoje non-verbální komunikace mezi slyšícími a Neslyšícími, či tvorby reprezenta-

tivního znaku pro každého ze zúčastněných. Dalšími aktivitami, kterými se Ateliér VDN zabývá a nabízí v rámci projektové spolupráce, jsou základy partnerské akrobacie či tvořivá práce s rekvizitou.

2) Katedra APA, Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého, Olomouc

Katedra Aplikovaných pohybových aktivit a přidružené Centrum APA jsou jedním z nejvýznamnějších center tohoto charakteru v ČR. Jejich aktivity pokrývají oblast vzdělávání cílových skupin a jednotlivců se specifickými nároky, školení pedagogů či možnosti zapůjčení speciálních kompenzačních pomůcek. Členové katedry jsou také aktivní na poli mezinárodní spolupráce s evropskou asociací APA, což byl jeden z impulzů k etablování České asociace APA (CAAPA, 2009). Hlavním obsahem pedagogické činnosti této katedry je zkvalitňování a rozvoj disciplín aplikovaných pohybových aktivit a speciálních didaktik TV a sportu pro občany se specifickými potřebami (děti a dospělí se zdravotním postižením, se sociálním znevýhodněním, senioři) a speciálně pedagogické disciplíny v garantovaných oborech (<http://www.apa.upol.cz/>). V seminářích určených studentům MU s postižením, studentům FSpS či oboru speciální pedagogika nabízí lektori z Katedry APA zejména aktivity využívající kompenzační pomůcky a v českém prostředí již tradičně využívané aplikované pohybové aktivity (jako např. boccia pro osoby s tělesným postižením či showdown pro zrakově postižené, aj).

3) Katedra speciální pedagogiky, Pedagogická fakulta, Univerzita Hradec Králové

Za účelem sdílení a prohlubování znalostí problematiky a symptomů jednotlivých druhů postižení a specifických poruch jsme navázali úspěšnou spolupráci s akademiky z Katedry speciální pedagogiky UHK. Tato katedra garantuje obory Speciální pedagogika – vychovatelství a Speciálně pedagogická péče o osoby s poruchami komunikace (<http://www.uhk.cz/>). Výměnou za rozšíření povědomí o problematice osob s postižením jsme nabídli akademikům a studentům této katedry (potažmo i fakulty) praktické semináře s prvky psychomotorických a žongléřských her, modifikovaných pro potřeby jednotlivých postižení.

Přístupy k pohybovým aktivitám na vybraných zahraničních institucích terciárního vzdělávání

Je zřejmé, že přístup k alternativním pohybovým aktivitám osob se specifickými nároky se v každé kultuře mírně odlišuje. Proto probíhá projektová spolupráce také na poli mezinárodním, abychom tyto odlišnosti mohli zaznamenat a přenést do českého prostředí. Do projektu bylo na základě předchozí úspěšné spolupráce či dle zaměření vzdělávacích oborů přizváno několik zahraničních institucí a spolupráce je neustále rozšiřována.

4) Faculty of Education, University of Ljubljana, Slovinsko

Spolupráce s Pedagogickou fakultou univerzity v Ljublaně je zakotvena na dlouholetých pracovních kontaktech akademiků FSpS a této zahraniční instituce zejména v oblasti Halliwickovy metody plavání. Povědomí o této velmi efektivní a vhodné metodě pro osoby s postižením, pocházející z Velké Británie není v České republice příliš velké a lektori FSpS se proto snaží o její propagaci nejen ve výuce (samostatný předmět určený studentům FSpS). Při vzájemných konzultacích a seminářích jsme byli uvedeni do problematiky běžné praxe Halliwickovy metody a pravidelné práce s klienty a jejich rodinami. Spolupráce vyvrcholila praktickým seminářem pod vedením slovinských lektorů na půdě FSpS.

Cílem plavecké výuky podle Halliwickovy metody není směřovat k dokonalé plavecké technice. Přestože i zde je v pozdějších fázích výuky kladen důraz na správně prováděné plavecké pohyby podle individuálních možností plavce, stěžejní je snaha instruktorů a asistentů o to, aby se plavci ve vodě cítili dobře, prožívali radostné pocity, vytvářeli si a upevňovali kladný vztah k vodě (AST, 1995). Halliwickova metoda plavání využívá základní principy, jako jsou „one to one“, „face to face“ či absence nadnášecích pomůcek.

5) Interkantonale Hochschule für Heilpädagogik, Zurich, Švýcarsko

HfH jakožto Univerzita aplikovaných věd speciální pedagogiky nabízí studijní programy školní a předškolní speciální pedagogiky, řečové

terapie, tlumočení do znakového jazyka a psychomotorické terapie (<http://www.hfh.ch/>). V oblasti psychomotoriky je zde zřejmě terapeutické zaměření této disciplíny, přičemž absolventi mohou působit jako psychomotoričtí odborníci – terapeuti – ve školách či specializovaných pracovištích. Psychomotorika na FSpS, potažmo v českém prostředí, sleduje linii psychomotoriky jako „výchovy pohybem“ (Blahutková et al, 2005), podobně jako v Německu, Holandsku a dalších státech. Na rozdíl od švýcarského individuálního přístupu „terapeut–dítě“, je psychomotorika u nás realizována ve větších kolektivech, obvykle formou skupinového cvičení v tělocvičně a je zaměřena na aktivní pohybový prožitek. Je tedy velmi zajímavé sledovat odlišnosti v obou přístupech a přitom vidět v pozadí shodný cíl, tedy rozvoj kompetencí a dovedností dítěte případně zaměření na konkrétní specifické oblasti a odstranění problematických jevů. Je zřejmé, že při individuálním přístupu má psychomotorický terapeut možnost proniknout pod povrch problému a cíleně působit na dítě. Na druhou stranu je zde absence sociální interakce s vrstevníky, což při „hře“ představuje velmi důležitý aspekt. Akademici z HfH realizovali na půdě FSpS během své stáže v květnu 2013 několik seminářů a konzultací, zaměřených na grafomotoriku dětí, taneční terapii či psychomotorickou terapii.

Do subjektů zahraniční spolupráce byla dále zařazena ***Pedagogická fakulta Univerzity Regensburg (Německo)***, která se mimo tradičních tělovýchovných směrů zaměřuje také na výzkum žonglování a prostorové orientace či laterality. Lektori německá ***organizace Acroyogy*** představili na půdě FSpS pohybová cvičení z oblasti partnerské akrobacie a „terapeutického létání“ (Obr. 2), která jsme následně úspěšně aplikovali do výuky s neslyšícími studenty MU a Difa JAMU. Další spolupráce je plánována s univerzitou ***Helsinki Metropolia University of Applied Sciences***, která využívá psychomotorické aktivity rovněž jako formu aplikované pohybové aktivity pro specifické cílové skupiny.



Obr. 2: Terapeutické létání, jedna ze složek oboru Acroyoga

ZÁVĚR

Jak vyplývá z výstupů jednotlivých úspěšných spoluprací řešitelského týmu Fakulty sportovních studií s českými a zahraničními institucemi terciárního vzdělávání, alternativní pohybové aktivity jsou již pevně zakotveny ve vzdělávacích a studijních programech. Mnoho výše zmíněných subjektů také uplatňuje modifikované – aplikované pohybové aktivity v praxi s klienty s různým typem postižení. Domníváme se, že tento přístup napomůže úspěšnější integraci osob se specifickými nároky do společnosti, právě včetně mnohdy problematicky nahlížených pohybově sportovních aktivit. Zásadním aspektem úspěšné integrace je komunikace, přičemž obtíže s komunikací velmi často patří mezi symptomy jednotlivých druhů postižení. Slowík (2010) uvádí, že pokud založíme přístup integrace a inkluze osob se specifickými nároky do běžné společnosti na myšlence, že „být odlišný je normální“, neměly by se

odlišnosti a obtíže v komunikaci stávat příčinou sociálního vyloučení, či izolace znevýhodněných jedinců, ale spíše výzvou k pochopení jejich situace a hledání vhodných způsobů dorozumívání.

Pokud se daří uplatňovat integraci osob se specifickými nároky do pohybových aktivit na úrovni terciárního vzdělávání, jsme přesvědčeni, že stejného efektu mohou dosáhnout i pedagogičtí pracovníci, vychovatelé, trenéři či samotná rodina dané osoby s ohledem na její individuální potřeby a aktuální zdravotní stav v různých věkových kategoriích.

LITERATURA

AST. (1995). *The Halliwick Method: Basic Course, Handbook*. Association of Swimming Therapy.

Blahutková, M., Klenková, J., Zichová, D. (2005). *Psychomotorické hry pro děti s poruchami pozornosti a pro hyperaktivní děti*. Brno: MU.

Kolb, M., Kolb, B., Steining Ch. (2009). *Spielen im Herz- und Alterssport*. Aachen: Meyer und Meyer Verlag.

Slowík, J. (2010). *Komunikace s lidmi s postižením*. Praha: Portál.

Trávníková, D. (2008). *Žonglování*. Brno: FspS, MU.

Válková, H. (2012). *Teorie aplikovaných pohybových aktivit pro užití v praxi I*. Olomouc: UP v Olomouci, KTV.

INTERNETOVÉ ZDROJE:

<http://www.apa.upol.cz/>

<http://www.caapa.cz/>

<http://difa.jamu.cz/obory-a-ateliery/atelier-vychovne-dramatiky-neslysicich.html>

<http://www.hfh.ch/>

<http://www.parkinson-brno.cz/>

<http://www.teiresias.muni.cz/>

<http://www.uhk.cz/>

<http://www.usp-kocianka.cz/>

KONTAKT:

Mgr. Dagmar Trávníková, Ph.D.; travnikova@fsps.muni.cz