

Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Katedra pedagogiky

Bakalářská práce

VOLNÝ ČAS DĚTÍ S TĚLESNÝM POSTIŽENÍM

se zaměřením na sportovní využití volného času tělesně postižených

Vedoucí práce: Mgr. Lucie Kolářová, Dr. theol.

Autor práce: Natália Zavacká

Studijní obor: Pedagogika volného času

Ročník: 3.

2019

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že, v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě (v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných Teologickou fakultou) elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

Datum

Natália Zavacká

Děkuji vedoucí bakalářské práce Mgr. Lucii Kolářové, Dr. theol. za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce. Také bych chtěla poděkovat své rodině a blízkým za jejich podporu po celou dobu mého studia.

Obsah

Úvod.....	6
1 Volný čas z pohledu volnočasové pedagogiky	8
1.1 Volný čas.....	8
1.2 Funkce volného času	9
1.3 Pedagogika volného času	10
1.3.1 Výchova ve volném čase	11
1.3.2 Cíle, podmínky a prostředky výchovy ve volném čase.....	12
1.4 Volný čas jako hodnota	13
2 Život dítěte s tělesným postižením	15
2.1 Tělesné postižení	15
2.2 Druhy tělesného postižení	16
2.2.1 Obrny centrální a periferní, DMO	17
2.2.2 Deformace	19
2.2.3 Malformace.....	20
2.2.4 Amputace.....	20
2.3 Vlivy významné pro život dítěte s tělesným postižením.....	21
2.3.1 Rodina a její význam pro dítě s tělesným postižením	21
2.3.2 Škola a její role v životě dítěte s tělesným postižením.....	23
2.3.3 Volný čas, volnočasové aktivity dítěte s tělesným postižením	24
3 Sportovní volnočasové aktivity dítěte s tělesným postižením.....	27
3.1 Význam sportu pro člověka.....	27
3.2 Historie sportu vozíčkářů	28
3.3 Druhy sportů pro tělesně postižené a jejich charakteristika.....	30
3.3.1 Atletika	30
3.3.2 Basketbal na vozíku.....	30

3.3.3	Boccia	31
3.3.4	Cyklistika.....	32
3.3.5	Florbal vozíčkářů.....	32
3.3.6	Plavání	32
3.3.7	Rugby na vozíku.....	33
3.3.8	Stolní tenis.....	33
3.3.9	Tenis na vozíku.....	33
3.3.10	Curling vozíčkářů	34
3.3.11	Sjezdové lyžování.....	34
3.3.12	Sledge hokej	35
3.4	Sportovní kompenzační pomůcky	36
	Závěr	38
	Seznam použitých zdrojů.....	40

Úvod

Tato bakalářská práce se zabývá problematikou volného času dětí s tělesným postižením. Konkrétně se pak zaměřuje na sportovní aktivity, které jsou jednou z možných alternativ, jak lze tento čas prospěšně využít. Východiskem zde byly poznatky o důležitosti volného času, který zaujímá v životě každého člověka velmi významné místo. Jeho prostřednictvím máme totiž dostatek prostoru k zdokonalování sebe sama, sebevzdělávání, nalézání vlastního životního smyslu, naplňování nejen svých potřeb, ale i tužeb a životních cílů, zamýšlení se nad důležitostmi aktivnějšího a zdravějšího životního stylu a samozřejmě k tomu, abychom o tom nejen přemýšleli, ale i se dle toho řídili, jak nejlépe dokážeme.

Na problematiku volného času jsem se zaměřila z hlediska volnočasové pedagogiky. Volnočasová pedagogika se specializuje na oblast výchovného působení na děti v jejich volném čase. Z tohoto vyplývá, že její cílovou skupinou jsou všechny děti bez rozdílu. Vzhledem k tomu, že jsem se již odmala vždy snažila pomoci lidem začlenit se do kolektivu, kterým se to pro jejich například národnostní nebo jiné odlišnosti nedařilo, napadlo mě své dosavadní poznatky ze studia propojit s volným časem skupiny dětí s určitou odchylkou od většiny jejich vrstevníků. Konkrétně tedy dětí s tělesným postižením, které mohou mít z důvodu svého handicapu problém navazovat přátelství, účastnit se různých aktivit, žít svůj život naplno a radostně, najít si záliby, ve kterých by mohli vynikat a podobně. Sloučení témat pohybových omezení dětí se sportovním využitím jejich volného času shledávám jako velkou motivaci k prožití plnohodnotnějšího života a uvědomění si vlastní hodnoty, svých schopností a nalezení svého místa ve společnosti. Volnočasový pedagog pracující v zařízení s tělesně postiženými dětmi může svojí činností výrazně zlepšit jejich životní podmínky.

Cílem bakalářské práce je uvést čtenáře do problematiky volného času dětí s tělesným postižením, zmapovat a teoreticky popsat možnosti vybraných volnočasových sportovních aktivit vhodných pro děti, které jsou vzhledem ke svému postižení pohybově omezeny, a v širších souvislostech promyslet význam těchto aktivit pro jejich život. Z hlediska uvedení do celé problematiky je třeba nejdříve pochopit význam volného času, dále obeznámit čtenáře s tím, co je tělesné postižení a poté se soustředit na konkrétní zaměření práce, tedy na sportovní aktivity.

Text práce je členěn do tří hlavních částí. První část je věnována volnému času jako takovému. Zabývá se tedy vymezením tohoto času, jeho funkcemi, volnočasovou

pedagogikou včetně jejích výchovných cílů, podmínek a prostředků spadajících do této pedagogiky a reflektuje volný čas jako hodnotu. Druhá část se týká definice tělesného postižení a jeho následného rozdělení na druhy, které jsou podrobněji popsány. V neposlední řadě se druhá kapitola zaměřuje na vlivy, které jsou pro život nejen tělesně postiženého dítěte velmi významné, jako rodina a škola, ale také právě volnočasové aktivity, které mohou svým působením na dítě hrát významnou roli i v jeho budoucím životě (například v profesním zaměření). Třetí část je orientována na konkrétní zaměření sledovaného tématu, tedy na sportovní využití volného času. Tato kapitola zahrnuje význam sportu pro člověka všeobecně, náhled do historie vzniku sportu vozíčkářů, výčet a popis konkrétních sportovních aktivit vhodných (nejen) pro děti s tělesným postižením a stručnou charakteristiku kompenzačních pomůcek pro tělesně postižené jedince.

1 Volný čas z pohledu volnočasové pedagogiky

1.1 Volný čas

Pracujeme-li s pojmem „volný čas“, je důležité se zamyslet i nad tím, co vlastně znamená pojem „čas“ jako takový. Pro filozofické pochopení tohoto pojmu jsme odkazováni na starořeckou terminologii, která uvádí dva termíny. Prvním z nich je chronos, tedy čas, který probíhá, trvá, je určitý. Druhým je kairos, který mimo jiné znamená příhodnou dobu, pravou chvíli, pravý čas.¹ *„Čas je základní dimenzí, velkou jistotou a šancí lidského života. ... Časové vymezení jeho života předpokládá a vyžaduje, aby člověk usiloval o to, čas svého života zhodnocovat co nejlépe, a v tomto směru jednal aktivně.“*²

Pojem volný čas označuje takový časový úsek, ve kterém jedinec neprovádí žádné činnosti pod tlakem povinností vyplývajících z jeho společenských rolí. Je také vymezován jako čas, který člověku zbývá po naplnění pracovních i nepracovních závazků. Z tohoto hlediska se jedná o tzv. zbytkovou neboli reziduální teorii volného času.³

Definici volného času rozdělujeme na volný čas v užším nebo širším smyslu. V širším smyslu chápeme volný čas jako čas, který zahrnuje veškeré činnosti, které vykonáváme mimo pracovní dobu. Zahrnuje tedy i čas věnovaný spánku, jídlu, osobní péči apod. V užším smyslu volný čas nezahrnuje chvíle strávené cestou do práce či s prací nějak spojené, spánek a jiný potřebný odpočinek a činnosti spjaté s každodenním režimem.⁴ Wolfgang Nahrstedt nejprve rozděluje čas na čas spánku a čas bdělosti, přičemž čas bdělosti dále dělí na pracovní dobu a volný čas. Upřesňujícím vysvětlením volného času je následné rozdělení na čas polovolný, ve kterém vykonáváme nevyhnutelné činnosti mimo práci, a vlastní volný čas, neboli disponibilní čas, se kterým nakládáme svobodně dle svých přání.⁵

Pávková ve své knize uvádí hlavní znaky volného času, a to:

- a) volný čas je doba, ve které si sami svobodně volíme činnosti dle toho, co dělat chceme a ne dle toho, co dělat musíme,

¹ Srov. KAPLÁNEK, M. *Čas volnosti - čas výchovy: pedagogické úvahy o volném čase*, s. 15-17.

² HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*, s. 10

³ Srov. HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*, s. 13.

⁴ Srov. KAPLÁNEK, M. *Čas volnosti - čas výchovy: pedagogické úvahy o volném čase*, s. 25.

⁵ Srov. tamtéž, s. 25-26.

- b) tyto činnosti, které jsme si zvolili, nám působí radost a potěšení a jsou nám příjemné,
- c) volnočasové činnosti jsou možností k rekreaci, odpočinku a znovunabytí sil, ale i k osobnostnímu rozvoji.⁶

Volný čas lze dále rozdělit na dva směry, a to z hlediska pochopení termínu volného času jako negativního pojmu nebo jako pozitivního pojmu. Negativní pojem vymezuje volný čas na dobu, která zbývá po pracovní či studijně naplněném čase, po splnění úkolů v domácnosti a po uspokojení základních fyziologických potřeb. Pozitivní pojem popisuje volný čas jako disponibilní časový úsek, ve kterém by volný čas mohl pro člověka představovat jeho opravdovou svobodu. Zároveň je dobou, ve které se může jedinec svobodně, bez závislosti na svých povinnostech, realizovat a vykonávat cokoli, do čeho není žádným způsobem nucen, ať už někým jiným nebo podvědomě sám sebou.⁷

1.2 Funkce volného času

Chceme-li lépe vysvětlit, k čemu volný čas vlastně je, je potřeba se zabývat jeho *funkcí*. Najdeme mnoho autorů, kteří se vysvětlení funkcí volného času věnují. Vážanský uvádí například M. Kaplana, který byl toho názoru, že prostřednictvím volného času máme dosáhnout pocitu, že k něčemu patříme. Dále máme také rozvíjet svoji individualitu a tvůrčí síly. R. J. Havighurst tvrdil, že volný čas musí dbát na podílení se jedinců na sociálním životě a zároveň je jeho povinností poskytnout jim dostatek příležitostí k zajímavému prožívání a tvůrčímu projevu osobnosti. B. Filipcová tyto funkce doplnila mimo jiné o odpočinek, rekreaci a kompenzaci.⁸

Již před druhou světovou válkou vydal Michel Damay jednu z prvních souhrnných prací, která se zabývá volným časem dětí a mládeže. V díle definuje biologickou, sociální, politickou a pedagogickou funkci volného času. V poválečné době vymezil Joffre Dumazedier psychologickou funkci volného času, která dle něj částečně vyrovnává působení práce na člověka.⁹ „Zahrnuje očekávání a naději, osvobození od požadavků pracovního procesu a dalších zátěží života; zábavu a rozptýlení, které

⁶ Srov. PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času* [online]. Praha, 2014 [cit. 2019-01-25]. Dostupné na WWW: <http://www.vzdelavani-dvpp.eu/download/opory/final/25_pavkova.pdf>, s. 11.

⁷ Srov. VÁŽANSKÝ, M. *Základy pedagogiky volného času*, s. 29-30.

⁸ Srov. tamtéž, s. 32.

⁹ Srov. HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*, s. 14.

přináší např. hra, divadlo nebo kino; rozvoj intelektuální, umělecký a fyzický, tvořivost a vzdělávání.“¹⁰

Současný sociolog volného času Roger Sue uvádí čtyři funkce volného času: psychosociologickou, která pro jedince představuje uvolnění, zábavu a rozvoj, sociální, terapeutickou, která mimo jiné zahrnuje zdravý životní styl a funkci ekonomickou. Horst W. Opaschowski, německý pedagog volného času, pokládá za základní funkce a možnosti volného času:

- rekreaci (znovunabytí sil, odpočinek)
- kompenzaci (vynahrazování neuspokojených potřeb)
- výchovu, vzdělávání (sebevzdělávání, sociální učení)
- kontemplaci (objevování životního smyslu)
- komunikaci (navazování sociálních kontaktů, vztahů)
- participaci (podílení se na rozvoji společnosti)
- integraci (upevňování rodinného života)
- enkulturaci (osvojování kulturních hodnot)¹¹

1.3 Pedagogika volného času

Abychom pochopili pedagogický význam volného času pro dítě s tělesným postižením, zaměříme se nejprve na pojmy, na které právě volnočasová pedagogika určitým způsobem navazuje. Prvním z těchto pojmů je *výchova mimotřídní*, přičemž škola je tvůrcem aktivit, které probíhají mimo povinnou školní výuku, ale realizují se právě ve škole. Dalším pojmem je *výchova mimoškolní*, která označuje výchovné činnosti, které probíhají mimo školu, například ve volnočasových zařízeních. Oba tyto pojmy u nás sice lze považovat za zakladatelské (čtyřicátá léta 20. století), ale jejich prostřednictvím nevysvětlujeme volný čas dětí a mládeže. Šedesátá léta přináší nový pojem, a to *výchovu mimo vyučování*. Stále je zde užíváno negativního označení „mimo“, které se již nevztahuje k organizaci, ale k samotné výchovně – vzdělávací činnosti.¹²

Označení *pedagogika volného času* se u nás objevuje v šedesátých letech 20. století. Tento pojem není pouhou náhradou mimotřídní nebo mimoškolní výchovy, přestože jsou si blízké. Za nejvýznamnějšího představitele volnočasové pedagogiky lze

¹⁰ HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*, s. 14.

¹¹ Srov. tamtéž, s. 14-15.

¹² Srov. tamtéž, s. 15-16.

u nás považovat Břetislava Hofbauera, který jako první definoval pedagogiku volného času jakožto disciplínu, která se zabývá volným časem.¹³

Pávková uvádí, že pedagogika volného času vznikla v době 2. poloviny 19. a 1. poloviny 20. století. Ve své podstatě je vědou o výchově ve volném čase. Zabývá se tedy jak samotnou výchovou ve volném čase, tak i jejími cíli, podmínkami a prostředky, ovlivňováním volného času a jeho zhodnocováním. Proto, aby mohla splňovat všechny své funkce, musí úzce spolupracovat i s jinými vědními obory, jako například s obecnou, sociální či speciální pedagogikou, didaktikou a samozřejmě i s psychologíí. Známymi představiteli pedagogiky volného času jsou již zmínění Horst W. Opaschowski a Joffre Dumazedier. U nás jsou to například Opata, Sedlák, Bakalář, Kratochvílová, Hájek, Hofbauer, Pávková, Vážanský, Kaplánek a další.¹⁴

1.3.1 Výchova ve volném čase

Co se týče výchovy ve volném čase, lze vymezit čtyři funkce, jimiž jsou výchovně-vzdělávací, zdravotní, sociální a preventivní. Tyto funkce jsou v zařízeních naplňovány v různé míře vzhledem k poslání daných zařízení.¹⁵

Zvláště důležitou je v dnešní době *výchovně-vzdělávací funkce*, která se podílí na působení na všechny složky osobnosti jedince, kterými jsou tělesná, psychická a sociální. Z tohoto hlediska je na osobnost člověka působeno záměrně a cílevědomě se zaměřením na formování jeho osobnosti, na motivaci k vhodnému využívání volného času potřebnému nejen pro jeho osobnostní ale i pro společenský rozvoj, na vlastní uvědomění si důležitosti celoživotního vzdělávání a osvojování nových dovedností a vědomostí.¹⁶

Zdravotní funkce, která je též velice významnou, se zaměřuje na podporu zdravého tělesného, duševního i sociálního vývoje, kterého se výchovou ve volném čase dosahuje mnoha způsoby. Některými z nich jsou úprava denního režimu s přihlédnutím k lidským biorytmům i individuálním potřebám jedince, spočívající ve střídání různorodých

¹³ Srov. KAPLÁNEK, M. *Čas volnosti – čas výchovy: pedagogické úvahy o volném čase*, s. 84-86.

¹⁴ Srov. PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času* [online]. Praha, 2014 [cit. 2019-01-25]. Dostupné na WWW: <http://www.vzdelavani-dvpp.eu/download/opory/final/25_pavkova.pdf>, s. 8-10.

¹⁵ Srov. HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*, s. 70.

¹⁶ Srov. tamtéž, s. 70.

činností, umožňování a motivace k pohybovým aktivitám nejlépe na čerstvém vzduchu, osvojování zdravých stravovacích a hygienických návyků.¹⁷

V každém zařízení je *sociální funkce* naplňována v různé míře a jinými postupy. Chápeme ji mnoha způsoby, nejčastěji však jako péči o děti a zajišťování jejich bezpečnosti v době po skončení vyučování, kdy jejich rodiče plní pracovní nebo jiné povinnosti a činnosti. Takto chápanou sociální funkci nejčastěji zastávají školská, výchovná a ubytovací zařízení, či zařízení sociální péče. V jiném pojetí lze sociální funkci vnímat jako možnost k vyrovnání rozdílných materiálních a psychologických podmínek dětí, které vyrůstají například v problematickém rodinném prostředí.¹⁸

Preventivní funkce plní úlohu předcházení negativním jevům a problémům, například agresivitě, šikaně, krádežím, závislostem na různých návykových látkách, gamblerství, rasismu či netoleranci. Jak uvádí Pávková ve své knize, je mnohem jednodušší těmto jevům předcházet, nežli se snažit již vzniklé problémy napravit.¹⁹

1.3.2 Cíle, podmínky a prostředky výchovy ve volném čase

Pávková ve své knize uvádí, že „*obecným cílem výchovy ve volném čase je naučit jedince hospodařit s volným časem, rozumně ho využívat a oceňovat volný čas jako významnou životní hodnotu*“.²⁰ Z této obecné formulace cíle je možné odvodit mnoho dílčích cílů. Všeobecně mezi ně patří naučit jedince dostatečně odpočívat a umět se rekreovat, naučit je nacházet své schopnosti a zájmy a dokázat je rozvíjet, uspokojovat své potřeby, pobízet k celoživotnímu vzdělávání.

K výchovnému procesu dochází ve složitých podmínkách. Z hlediska vhodné volby cílů a prostředků k jejich naplnění, je podstatné tyto podmínky dobře znát. Rozlišujeme mezi podmínkami vnitřními a vnějšími, přičemž vnitřními chápeme především věkové a individuální odlišnosti jedinců a vnějšími zase prostory a jejich materiální vybavení.²¹ Pro práci pedagoga volného času je důležitá především znalost věkových zvláštností, které musí brát v úvahu při stanovování výchovných cílů a prostředků, jelikož členové skupin, se kterými pracují, jsou obvykle věkově rozlišní. Zohlednění této skutečnosti bývá pro pedagoga velmi náročnou. Prostředí, ve kterém k výchově dochází, podléhá

¹⁷ Srov. HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*, s. 70-71.

¹⁸ Srov. tamtéž, s. 72.

¹⁹ Srov. PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času* [online]. Praha, 2014 [cit. 2019-01-25]. Dostupné na WWW: <http://www.vzdelavani-dvpp.eu/download/opory/final/25_pavkova.pdf>, s. 16.

²⁰ Tamtéž, s. 17-18.

²¹ Srov. tamtéž, s. 18.

vlivům rozlišných požadavků daných zařízení, ale i výchovným záměrům a činnostem v nich probíhajících.²²

Jak již bylo zmíněno, k tomu, aby mohl pedagog daných cílů dosáhnout, musí umět náležitě zvolit výchovné prostředky. Ty z širšího hlediska zahrnují veškeré předměty či jevy, kterých je při výchovném procesu využíváno. Jsou jimi například subjekty, v nichž probíhá výchova (tedy školy a školská zařízení), obsah, metody a formy výchovy, materiální prostředky.²³ Vzhledem k přítomnosti dítěte s tělesným postižením musí pedagog umět rozlišit zvláštní požadavky, které se daného dítěte týkají, a tyto vhodně propojit s požadavky případných ostatních členů skupiny i prostředí, v němž se všichni zúčastnění nacházejí.

1.4 Volný čas jako hodnota

Pojetí volného času se mění společně s dobou, v níž žijeme, a poplatně tomu se mění hodnota volného času.

Historicky byl volný čas spíše výsadou těch, jejichž život nebyl bezpodmínečně spjatý s výrobní prací. Jako hodnotu ho lidé začali vnímat zřejmě ve chvíli, kdy vzdělávání vlastního ducha bylo uznáváno nejen jako přínos pro společnost, ale i jako zvyšování důstojnosti člověka. Tak ve starém Řecku znamenal volný čas vhodnou dobu ke kultivaci svého těla i ducha.²⁴

V dějinách měli pracující lidé volného času oproti vyšší vrstvě o poznání méně. Pracovní doba se ovšem postupně zkracovala a oddělovala od ostatního času a volný čas se stával více hodnotou sám o sobě. V poválečné době sloužil volný čas k zotavení, rekreaci a znovunabytí sil potřebných k vykonávání práce. V 60. a 70. letech byl pak vlivem konzumního pojetí často prostorem k utrácení vydělaných peněz. 80. léta přinesla touhu po skutečném, uvědomělem prožití volného času.²⁵

Bez ohledu na dějinné konkrétnosti však platí, že způsob, kterým lidé trávili volný čas, byl vždy závislý na normách, tradicích a zvyklostech společnosti dané doby. Lze říci, že hodnota volného času se odvíjela také od ostatních hodnot dané společnosti. Obdobně to platí i pro každého člověka individuálně: hodnota volného času ve vlastním

²² Srov. HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*, s. 73.

²³ Srov. PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času* [online]. Praha, 2014 [cit. 2019-01-25]. Dostupné na WWW: <http://www.vzdelavani-dvpp.eu/download/opory/final/25_pavkova.pdf>, s. 19.

²⁴ Srov. SPOUSTA, V. a kol. *Teoretické základy výchovy ve volném čase*, s. 11-12.

²⁵ Srov. tamtéž, s. 11-14.

životě souvisí s hodnotovým žebříčkem dotyčné osoby. Člověk má svůj čas ve svých rukou. To, jak jej prožije, záleží na něm, jeho možnostech a podmínkách, ve kterých žije.²⁶ Tělesně postižené dítě se – tak jako každé dítě – teprve učí s volným časem ve vlastním životě nakládat. Právě pro jeho lidský vývoj je z výchovného i pedagogického hlediska důležité, aby se mu volný čas stával skutečnou hodnotou: „*Volný čas je nesmírná hodnota, ale nikoli sama o sobě a sama pro sebe, nýbrž jako neomezená možnost člověka vrátit se k sobě samému, k svému autentickému plnému životu, přemýšlet o hodnotách, uvědomovat si jejich ohrožení a věnovat se jejich záchraně*“.²⁷

Viktor E. Frankl poukazuje na to, kdy se může zaměstnání stát člověku životní hodnotou. Popisuje situaci ošetřovatelky, jejíž náplní práce je například přestýlání postelí nebo vynášení nočníků. Jedná se bezesporu o důležitou a potřebnou práci. Ovšem ve chvíli, kdy ošetřovatelka mimo své povinnosti, které jí povolání ukládá, osloví nemocného pacienta vlídným slovem a příjemně si s ním popovídá, čímž jej může takzvaně zahřát u srdce, se pro ni její práce stává smysluplnou. Když člověk vykonává svoji práci dle určených pravidel a postupů, není toto podstatou, která činí jeho povolání pro něj a jeho život smysluplným. Takovým se povolání stává až ve chvíli, kdy člověk tato pravidla přesahuje, tedy když dělá něco navíc, něco, co má hlubší význam ve směru lidskosti. Tehdy jej může jeho práce, bez ohledu na to jaká, natolik naplňovat, že se pro něj stane smyslem jeho života. V případě, že člověk tohoto naplnění životního smyslu svým povoláním nedosáhne, může pro to být prostorem právě jeho volný čas.²⁸ V tomto čase má člověk možnost dělat něco, co dá jeho životu větší význam, co se pro něj stane hodnotným a v takovém případě je volný čas hodnotou sám o sobě. Zdá se, že právě toto je důvodem, proč je pro děti s tělesným postižením volný čas tak důležitý.

²⁶ Srov. SPOUSTA, V. a kol. *Teoretické základy výchovy ve volném čase*, s. 10-15.

²⁷ Tamtéž, s. 17.

²⁸ Srov. FRANKL, V. *Lékařská péče o duši*, s. 114-115.

2 Život dítěte s tělesným postižením

2.1 Tělesné postižení

Pohyb je pro člověka velmi důležitou součástí života, který mu umožňuje nejen zajišťování všemožných lidských existenciálních potřeb, ale i obohacuje jeho celkový tělesný, duševní a společenský vývoj.²⁹ Tělesné postižení však pohyb člověka omezuje a tím postihuje i celou jeho osobnost. Například dítě, které není pohybově omezeno, dokáže zvedat hlavičku za účelem fixace předmětu očima, následně provádět koordinované pohyby, při nichž daný předmět uchopí a zkoumá jej podrobněji zblízka. Těchto úkonů není dítě s tělesným postižením schopno a je proto závislé na pomoci ostatních, přičemž ztrácí možnost samo získávat zkušenosti a dále se tak rozvíjet.³⁰

Jiří Jankovský uvádí, že při tělesném postižení bývá narušen nervový, pohybový nebo nosný systém, přičemž celková motorika člověka je značně omezena, a to buď dočasně, nebo trvale.³¹ Také Marie Vítková charakterizuje tělesné postižení jako „*přetrvávající nebo trvalé nápadnosti v pohybových schopnostech se stálým nebo značným vlivem na kognitivní, emocionální a sociální výkony*“.³² Toto postižení se tedy vyznačuje vadnou hybností, jehož příčinou mohou být vnitřní i vnější faktory. Dochází k němu prostřednictvím dědičnosti, nemoci či úrazu.³³ Nejen Marie Renotierová zmiňuje známou definici Krause a Šandery: „*Tělesným postižením rozumíme vady pohybového a nosného ústrojí, tj. kostí, kloubů, šlach i svalů a cévního zásobení, jakož i poškození nebo poruchy nervového ústrojí, jestliže se projevují porušenou hybností. Patří sem také všechny úchytky od normálního tvaru těla a končetin, tedy deformity, též abnormality čili anomálie*“.³⁴ Z estetického hlediska je tělesné postižení vnímáno jako jistá deformace těla.³⁵

Abychom se vyhnuli určitým nesrovnalostem v terminologii, považují za nezbytné uvést následující pojmy a zjednodušeně rozlišit jejich význam. Jedním z nich je ono často zmiňované slovo – postižení. Jedná se o stav, při kterém je ovlivněn kognitivní, sociální a emocionální výkon člověka takovým způsobem, že není schopen, ať už

²⁹ Srov. NOVOSAD, L. *Kapitoly ze základů speciální pedagogiky – somatopedie*, s. 14.

³⁰ Srov. PIPEKOVÁ, J. (ed.) *Kapitoly ze speciální pedagogiky*, s. 168-169.

³¹ Srov. JANKOVSKÝ, J. *Ucelená rehabilitace dětí s tělesným a kombinovaným postižením*, s. 39.

³² VÍTKOVÁ, M. *Somatopedické aspekty*, s. 28.

³³ Srov. tamtéž, s. 28.

³⁴ RENOTIÉROVÁ, M. *Somatopedické minimum*, s. 29-30.

³⁵ Srov. BUŘVALOVÁ, D., REITMAYEROVÁ, E. *Tělesně postižený*, s. 6.

částečně či zcela, zastat společenskou roli, která je adekvátní jeho pohlaví a věku. Jestliže zmíníme termín vady (neboli poškození), mluvíme především o vadách pohybového aparátu, poškozeních orgánových soustav a deformativních fyzických změnách těla. Další termín se týká pohybového výkonu, který je posuzován na základě srovnání s několika faktory, jimiž jsou v našem případě věk a životní prostředí. U tělesně postiženého jedince je pak tento výkon v porovnání s normální pohybovou výkonností člověka omezen a změněn jak po kvantitativní, tak i po kvalitativní stránce. V tomto případě mluvíme o takzvaném omezení či snížení výkonu.³⁶ L. Novosad na základě vyjádření Světové zdravotnické organizace (WHO) definuje i často zaměňovaný pojem s postižením, a to handicap, přičemž uvádí, že člověk handicapovaný není zcela totožným označením pro člověka s postižením či s poruchou, jelikož handicap vzniká ve chvíli, kdy je člověku omezena či zcela vyloučena možnost k uspokojování svých potřeb, vlastní seberealizaci, plnohodnotnému společenskému a pracovnímu životu. Handicapem tedy rozumíme znevýhodnění, které pramení z nedostatku či z úplné nepřítomnosti náhradních opatření.³⁷

2.2 Druhy tělesného postižení

Existuje několik faktorů, dle nichž je tělesné postižení rozdělováno. Jedním z nich je doba vzniku, která určuje, zda se jedná o postižení vrozené a dědičné či získané. Dalším je místo postižení, dle kterého se určuje, zda se jedná o obrny, deformace, malformace či amputace.³⁸ Podle pohyblivosti člověka můžeme tělesná postižení dělit na lehká, kdy je jedinec schopen se sám pohybovat, středně těžká, přičemž potřebuje k pohybu ortopedické pomůcky a těžká, při nichž se jedinec již sám pohybovat nedokáže.³⁹

Příčinou vrozeného tělesného postižení bývá porucha vývoje zárodku, k níž dochází již v prvních týdnech těhotenství, tedy v prenatálním, perinatálním a raně postnatálním období, a to například parazitálním onemocněním matky (př. toxoplazmózou), infekčním onemocněním, užíváním léků, úrazem, psychickým traumatem, komplikovaným porodem, nedonošením plodu, atd. Dojít tak může například k centrální a periferní obrně, k poruchám tvaru a velikosti lebky (př. brachycefalie – zploštělá

³⁶ Srov. FIALOVÁ, I., OPATŘILOVÁ, D., PROCHÁZKOVÁ, L. *Somatopedie - texty k distančnímu vzdělávání*, s. 28-29.

³⁷ Srov. NOVOSAD, L. *Kapitoly ze základů speciální pedagogiky – somatopedie*, s. 12-13.

³⁸ Srov. FIALOVÁ, I., OPATŘILOVÁ, D., PROCHÁZKOVÁ, L. *Somatopedie - texty k distančnímu vzdělávání*, s. 31-33.

³⁹ Srov. BUŘVALOVÁ, D., REITMAYEROVÁ, E. *Tělesně postižený*, s. 7.

hlava, makrocefalus – nadměrně velká hlava, rozštěp páteře, rtu, čelisti či patra), či k vadám končetin a růstovým odchýlkám (př. amélie – celkově nevyvinuté končetiny, syndaktylie – srostlé prsty, akromikrie – neobvykle krátké končetiny, nanismus – drobný vzrůst celého těla). Získané tělesné postižení může vzniknout následkem úrazu, při němž jsou nejčastěji poškozeny nervy. Příkladem takto způsobeného postižení mohou být tzv. neuropraxis (dočasné ochrnutí svalstva) a spastická hemiparéza (ochrnutí končetin pravé či levé strany těla). Dále může vzniknout následkem nemoci, v tom případě se jedná např. o revmatická onemocnění, dětskou infekční obrnu nebo Perthesovu chorobu, nebo také deformacemi, které si člověk mnohdy způsobuje vadným držením těla (nejčastěji pozorováno u dětí školního věku), čímž dochází např. ke skolióze.⁴⁰

2.2.1 Obrny centrální a periferní, DMO

Jak již vyplývá z názvu, *obrny* postihují centrální část nervové soustavy, která zahrnuje mozek a míchu, a periferní část nervové soustavy zahrnující obvodové nervstvo. Na základě rozsahu a stupně závažnosti se obrny rozdělují na tzv. parézy (částečně ztracená hybnost) a plegie (celkově ztracená hybnost).⁴¹ Ve své podstatě jde o ztrátu schopnosti uskutečňovat volní pohyb.

Obrny je možné dále rozlišovat na základě postižené části těla, a to jak parézy, tak i plegie, na monoplegii nebo monoparézu, při níž je obrnou zasažena jedna končetina, dále na hemiplegii či hemiparézu, která značí obrnu celé jedné strany těla, diplegii nebo diparézu, při které jsou postiženy nejčastěji dolní končetiny a která se vyskytuje především u dětí s dětskou mozkovou obrnou, paraplegii nebo paraparézu, při níž se jedná o postižení obou dolních končetin a to zejména z důvodu poškození míchy, a na kvadruplegii či kvadruparézu, která značí obrnu všech čtyř končetin.⁴²

Jedním z velice závažných postižení centrální soustavy je tzv. *dětská mozková obrna* (dále zvána DMO), která může vzniknout v období prenatalním, tedy v době těhotenství, během kterého jsou původcem různé infekce a oběhová onemocnění, které matka prodělá, dále v období perinatálním, kdy bývá příčinou například komplikovaný dlouhý porod, nedonošení či naopak přenášení plodu a v období postnatálním, kdy

⁴⁰ Srov. RENOTIÉROVÁ, M. *Somatopedické minimum*, s. 30-45.

⁴¹ Srov. tamtéž, s. 34.

⁴² Srov. JANKOVSKÝ, J. *Ucelená rehabilitace dětí s tělesným a kombinovaným postižením*, s. 39.

může vzhledem k nezralosti mozku dítěte představovat nebezpečí např. jakákoliv infekce, která postihne novorozence především do šesti měsíců od narození.⁴³

Přestože je od roku 2010 v České republice platným názvem dětské mozkové obrny pouze termín mozková obrna (MO)⁴⁴, budu se zohledněním k použité literatuře ve své práci nadále užívat známého pojmenování DMO.

U DMO dochází především k pohybovému postižení. Nejsou ovšem vyloučeny ani poruchy smyslových či mentálních funkcí. Je zaznamenána celá řada typických projevů, které mohou být zaměněny s projevy lehké mozkové dysfunkce, která není zpočátku tak nápadná, jak je tomu právě u DMO. Ukázkou těchto projevů jsou například tělesná neobratnost především jemné motoriky, neschopnost se soustředit a být v klidu, nadměrná pohyblivost, často měnící se nálady, zbrklé reakce, slabá představivost, zhoršená schopnost vnímání, zaostalý vývoj řeči a její vady.⁴⁵

Rozlišují se dvě formy DMO, spastická, která se vyznačuje zesíleným svalovým napětím, a naopak nespastická, u níž je charakteristická ochablost svalstva. Spastická forma se dále rozděluje na tři specifické formy podle toho, která část těla je převážně funkčně poškozená. První je diparetická, popřípadě paraparetická forma, při které jsou postiženy určité svaly obou dolních končetin. Vyznačuje se odlišnou nestabilní chůzí, při níž si postižení často pomáhají berlemi, či jinými opěrnými pomůckami, a to například typickou nůžkovitou chůzí s koleny u sebe, chozením po špičkách, nebo s roztaženými a pokrčenými nohama. Další je kvadraparetická, kdy jsou funkčně postiženy zcela všechny čtyři končetiny a může tak dojít k významnému narušení samostatnosti člověka. K pohybu v prostoru jsou pak využívány různé pomůcky. Poslední spastickou formou je hemiparetická, pro kterou je charakteristickým znakem narušení hybnosti obou končetin jedné strany těla, přičemž se patrně více projevuje na horní končetině. Do nespastických forem řadíme hypotonickou formu, která se vyznačuje nadměrným rozsahem pohybu ve velkých kloubech a ochablým svalstvem. Ta se později mění na formu spastickou nebo dyskinetickou. Dále do nespastických forem řadíme právě formu dyskinetickou, zvanou také extrapyramidová, kdy není hybnost člověka narušována obrnou, nýbrž pohyby, které nelze ovládat vůlí. Vyznačuje se atetózou, tedy hadovitým pohybem a grimasováním.⁴⁶

⁴³ Srov. PIPEKOVÁ, J. (ed.) *Kapitoly ze speciální pedagogiky*, s. 171.

⁴⁴ Srov. FIALOVÁ, I., OPATŘILOVÁ, D., PROCHÁZKOVÁ, L. *Somatopedie - texty k distančnímu vzdělávání*, s. 37

⁴⁵ Srov. VÍTKOVÁ, M. *Somatopedické aspekty*, s. 31.

⁴⁶ Srov. NOVOSAD, L. *Kapitoly ze základů speciální pedagogiky – somatopedie*, s. 23.

Tyto charakterizované formy se mezi sebou mohou různě kombinovat, v takovém případě se jedná o formy smíšené.⁴⁷ Kromě poruch hybnosti se mnohdy objevují i jiná přidružená postižení, což je pak zвано jako kombinované postižení. Jsou to například mentální retardace, epilepsie, poruchy řeči, smyslové poruchy a poruchy učení.⁴⁸

Klinické příznaky se postupem času stávají viditelnějšími. Ovšem určit správnou formu DMO je možné až kolem třetího roku života dítěte.⁴⁹

2.2.2 Deformace

Deformace jsou buď vrozenou, nebo získanou vadou, pro které je charakteristickým znakem nesprávný tvar některé části těla.

Vrozené deformace zahrnují deformity lebeční, kloubní, svalové a končetinové. Velmi častou vadou je vrozené vykloubení kyčelního kloubu, což bývá způsobeno nedostatečným vývojem onoho kloubu, nebo celkovým či částečným vykloubením hlavice z kloubní jamky, a to buď na jedné, nebo obou stranách těla. Je prokázáno, že čím dříve je tato vada zjištěna, tím snazší je její léčba a větší pravděpodobnost úplného odstranění. U komplikovanějších případů s trvalými následky se po celý život dolní končetiny nesmí přetěžovat.⁵⁰

Získané deformace bývají způsobeny zánětlivým onemocněním nebo úrazem.⁵¹ Často vznikají také vadným držením těla, přičemž je nesprávně zatěžován nosní systém, čímž vznikají určité druhy skoliózy nebo kyfózy. Dochází tedy k deformacím páteře, které se projevují buďto v rovině sagitální (předozadní) nebo frontální (čelní).⁵²

K deformacím řadíme i Perthesovu chorobu, která má příznivou prognózu. Jedná se o postižení hlavice stehenní kosti, která se tříští a deformuje do stran. Až dvouroční léčba obnáší klid na lůžku a zvýšenou opatrnost při chůzi, kdy postižená končetina nesmí být zatěžována.⁵³

⁴⁷ Srov. RENOTIÉROVÁ, M. *Somatopedické minimum*, s. 37.

⁴⁸ Srov. FISCHER, S., ŠKODA, J. *Speciální pedagogika: Edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*, s. 48-49.

⁴⁹ Srov. JANKOVSKÝ, J. *Ucelená rehabilitace dětí s tělesným a kombinovaným postižením*, s. 43

⁵⁰ Srov. VÍTKOVÁ, M. *Somatopedické aspekty*, s. 38-39.

⁵¹ Srov. OPATŘILOVÁ, D., ZÁMEČNÍKOVÁ, D. *Somatopedie – texty k distančnímu vzdělávání*, s. 30.

⁵² Srov. VÍTKOVÁ, M. *Paradigma somatopedie*, s. 32.

⁵³ Srov. VÍTKOVÁ, M. *Somatopedické aspekty*, s. 39.

2.2.3 Malformace

Malformace jsou tzv. vrozenými vývojovými vadami, které vznikají již během nitroděložního vývoje embrya. Jedná se o vady, které se vyznačují určitým znetvořením postižené části těla.⁵⁴

S. Fischer a J. Škoda ve své knize uvádějí jako jeden z příkladů vrozených malformací tzv. spina bifida, neboli vrozený rozštěp páteře. Jedná se o vadu způsobenou defektním vývojem neurální trubice, ze které se později vytváří mozek a mícha. Dochází k nedokonalému uzavření páteřního kanálku. Dle stupně závažnosti se spina bifida rozděluje na tři formy. Jsou jimi spina bifida occulta, meningokéla a nejjzávažnější meningomyelokéla.⁵⁵

Nejčastěji ovšem bývají postiženy končetiny.⁵⁶ Existuje řada malformací, od těch, které představují pouze kosmetický problém, až po ty, které jsou natolik závažné, že způsobují poruchy a omezují možnost pohybu. Tyto vady končetin jsou někdy nazývány dysmelie. Dále se pak dělí dle stupně postižení na amelie, které představují chybění celé končetiny, peromelie, představující chybění části paže, mikromelie, při nichž jsou končetiny zmenšené a fokomelie, kdy malformované končetiny navazují přímo na ramena.⁵⁷

2.2.4 Amputace

Pod pojmem amputace chápeme odejmutí části nebo celé končetiny od těla člověka. K tomu může dojít v krajních případech, zejména když je ohrožen lidský život, a to určitou nemocí, například nádorovým nebo cévním onemocněním, nebo také po úrazu. Je prokázáno, že mladší dítě se s následky takovéto ztráty vyrovná lépe, nežli dítě starší. Amputací dochází nejen k vzhledové změně, ale obzvláště k té funkční, což může v některých případech následně vyřešit vhodná protetická pomůcka, která odebranou část těla nahradí po obou stránkách.⁵⁸

Lze rozlišit amputaci primární (zvaná časná), která je provedena ihned při úrazu, sekundární (zvaná volená), která se provádí s odstupem času po úrazu či nemoci,

⁵⁴ Srov. FIALOVÁ, I., OPATŘILOVÁ, D., PROCHÁZKOVÁ, L. *Somatopedie - texty k distančnímu vzdělávání*, s. 42.

⁵⁵ Srov. FISCHER, S., ŠKODA, J. *Speciální pedagogika: Edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*, s. 55-56.

⁵⁶ Srov. VÍTKOVÁ, M. *Paradigma somatopedie*, s. 34.

⁵⁷ Srov. FISCHER, S., ŠKODA, J. *Speciální pedagogika: Edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*, s. 57-58.

⁵⁸ Srov. RENOTIÉROVÁ, M. *Somatopedické minimum*, s. 42-43.

přičemž nejdříve proběhla léčba a terciální (zvaná pozdní), ke které se přistupuje po delší pečlivé úvaze.⁵⁹

Jak již bylo zmíněno, určitým řešením amputace může být protetická pomůcka. Její ovladatelnost je ovšem závislá na délce pahýlu, kdy platí, že čím je pahýl delší a zároveň nezasahuje do umístění příslušenství, tím snáze se protéza ovládá. Vzhledem k tomu, že existuje několik druhů protéz, které jsou stále propracovanější, je čím dál tím snazší zapojit osoby s amputacemi i do sportovních aktivit.⁶⁰

2.3 Vlivy významné pro život dítěte s tělesným postižením

Tato kapitola se zaměřuje na vlivy působící na život dítěte, které jsou zejména pro ně těmi nejvýznamnějšími, a to na rodinu, školu a volnočasové aktivity. Popisuje, jak ovlivňují život dětí obecně, ale i to, v čem se liší jejich působení v životě tělesně postižených.

2.3.1 Rodina a její význam pro dítě s tělesným postižením

Rodina je v životě každého člověka tou nejdůležitější sociální skupinou, do které patří. Jejím úkolem je poskytnout jedinci zázemí vhodné k jeho seberealizaci, naplňování jeho potřeb, vést jej k určitému chování a hodnotám, předávat své zkušenosti a podobně.⁶¹ Ve své podstatě se jedná o menší skupinu lidí, kteří jsou vzájemně spojení příbuzenskými a manželskými vztahy. Členové této skupiny by o sebe měli navzájem pečovat a ochraňovat se.⁶²

Klasické pojetí rodiny se mění společně s dobou. Proto ji dnes již nelze definovat na základě manželského svazku, jelikož toto spojení dvou lidí není podmínkou pro vytvoření rodiny jako takové.⁶³ Kraus ve své knize zmiňuje, že „rodina je strukturovaným celkem (systémem), jehož smyslem, účelem a náplní je utvářet relativně bezpečný, stabilní prostor a prostředí pro sdílení, reprodukci a produkci života lidí“.⁶⁴

Osobnost dítěte je ovlivňována mnoha faktory. Jestliže dítě vyrůstá v rodině, její vliv je pro rozvoj jeho osobnosti klíčový. Bere si z ní příklad, osvojuje si jisté vzorce chování, zvyky a dovednosti. Stejně tak může mít její vliv na dítě neblahé účinky, a to

⁵⁹ Srov. RENOTIÉROVÁ, M. *Somatopedické minimum*, s. 42.

⁶⁰ Srov. KUDLÁČEK, M. a kol. *Aplikované pohybové aktivity osob s tělesným postižením*, s. 16.

⁶¹ Srov. FISCHER, S., ŠKODA, J. *Speciální pedagogika: Edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*, s. 187.

⁶² Srov. BUŘVALOVÁ, D., REITMAYEROVÁ, E. *Tělesně postižený*, s. 13.

⁶³ Srov. KRAUS, B. *Základy sociální pedagogiky*, s. 80.

⁶⁴ Tamtéž, s. 80.

zejména v případech, že nespĺňuje  kterou nebo dokonce v nejhorších případech  adnou ze svých funkcí. ⁶⁵ V této souvislosti lze vyjmenovat několik základních funkcí rodiny, jimiž jsou biologicko-reproduk n , soci ln -ekonomick , ochrann  (neboli pe ovatelsk ), socializa n -v chovn  a emocion ln . Stejn  tak by se rodina měla starat i o rekreaci, odpočinek a zábavu. ⁶⁶ Je pochopiteln , že na trávení volného času dítěte mají rodiče velký vliv. Je ovšem d le it , aby děti nebyly omezovány pouze aktivitami, kter m se věnují jejich rodiče. Měli by jim poskytnout dostatek jiných možnosti, jak mohou svůj volný čas naplnit. ⁶⁷

Skutečnost, že je v rodině d t  posti en , m  velký vliv na rodiče. Na jejich psychiku, osobnost, ale i jejich vz jemn  vztah, což bohužel mnohdy kon  rozpadem manželství či rozchodem. Lze tedy pokládat za určitou výhru, pokud dítě s postižením vyrůstá ve své rodině, protože to na něj m  velice kladn  u inky. A to nejen po psychick , ale i motiva n  stránce života. Je velmi d le it , aby rodina spolupracovala s n jak m odborníkem, nap iklad s pediatrem, rehabilitačním pracovníkem, speciálním pedagogem či psychiatrem, kter  je schopen pomoci jak rodičům, tak i postiženému dítěti. Spole n  tak mohou d t  co nejlépe připravit na začlenění do společnosti. Rodina by měla sv m p stupem v dítěti podporovat samostatnost a nezávislost a zároveň by se měla aktivn  podílet na jeho socializaci a integraci. ⁶⁸

U rodičů t lesn  postiženého jedince se mnohdy objevují sklony k nep il  vhodn m v chovn m postupům. Nap iklad je jejich vztah k postiženému dítěti velmi  zkostliv , což může vést až k izolaci dítěte od okolního světa. N n  ani výjimkou, že jej rodiče začnou p il  rozmazlovat,  im  necht n  zabraňují jeho cestě k samostatnosti. Nebo naopak mají na d t  p il  vysok  požadavky, chtějí, aby dosáhlo co nejv s il ho úspěchu, bez ohledu na to, zda je to v jeho možnostech a tak je v důsledku d t  často přetěžováno a neurotizov no. Je opravdu d le it , aby se rodiče i cel   ir  rodina vyrovnala s faktem, že je mezi nimi člen s t lesn m postižením. V takov m připadá jsou sami schopn j  v chov vat d t  tak, aby se se svým handicapem rovněž sm il , žilo neizolovan  od společnosti a bylo schopno se seberealizovat a  it život naplno. ⁶⁹

⁶⁵ Srov. BUŘVALOVÁ, D., REITMAYEROVÁ, E. *T lesn  posti en *, s. 13-14.

⁶⁶ Srov. KRAUS, B. *Základy soci ln  pedagogiky*, s. 81-83.

⁶⁷ Srov. JANIŠ, K. * vod do problematiky volného času*, s. 19.

⁶⁸ Srov. NOVOSAD, L. *N kter  aspekty socializace lid  se zdravotním postižením: kapitoly ze sociologie handicapu*, s. 15-16.

⁶⁹ Srov. BUŘVALOVÁ, D., REITMAYEROVÁ, E. *T lesn  posti en *, s. 15-17.

Je zřejmé, že rodina má velký význam v životě každého dítěte. Ovšem tělesně postižené dítě je na své rodině, a především rodičích, mnohem více závislé než dítě bez handicapu, jelikož je v mnoha směrech odkázáno na jejich pomoc při běžných činnostech.

2.3.2 Škola a její role v životě dítěte s tělesným postižením

Škola je mimo jiné dalším velice významným činitelem socializace. Ve svém působení navazuje na vliv rodiny.⁷⁰ Posiluje v dětech zodpovědné chování, altruismus a solidaritu. Kromě výchovné a vzdělávací funkce, které jsou pro školní prostředí samozřejmé, by měla splňovat i další funkce, jako jsou pečovatelská, poradenská, rekreační a profesionalizační. Z hlediska pečovatelské funkce škola zajišťuje zdravé a bezpečné prostředí, které působí kladně na rozvoj osobnosti dítěte. Poradenská funkce je většinou naplňována pouze na úrovni profesního poradenství, kterou poskytují učitelé. Jen v některých školách je tato funkce zajišťována profesionálními psychology, kteří pracují s dětmi, rodiči i učiteli a zabývají se i studijními předpoklady žáků, diagnostikou jejich schopností, osobnostních zvláštností a pomocí s řešením prospěchových a výchovných potíží. Rekreační funkce je realizována především mimo vyučování. Profesionalizační funkce se týká spíše středních a vysokých škol, které pomáhají žákům na cestě za pracovním uplatněním.⁷¹

I přesto, že vychovávat dítě v jeho volném čase není primárním úkolem školy, je to více než užitečné. Zájem o nějaký vyučovací předmět a zájmovou činnost se mohou navzájem kladně ovlivňovat. Sami učitelé by se měli zajímat o to, jak děti tráví svůj volný čas, být jim v tom příkladem a inspirací. Mnoho škol se v dnešní době snaží získat zájem žáků i jejich rodičů právě prostřednictvím pestré nabídky volnočasových aktivit. Nabízejí jak pravidelné tak i příležitostné aktivity, které jsou mimo jiné i skvělou příležitostí k vytváření dobrých vztahů mezi žáky, rodiči i pedagogy. Školy jsou také nejlepším zprostředkovatelem informací o možnostech využívání volného času.⁷² Za spolupráce s rodiči dětí, volnočasovými institucemi a obcí pak mohou rozvíjet jejich záliby, nadání a společenské vztahy. Prohlubováním jejich zájmů napomáhají k utváření kladného vztahu k jiným způsobům vzdělávání, které je uskutečňováno vykonáváním volnočasových činností. To se pozitivně odráží na

⁷⁰ Srov. KRAUS, B. *Základy sociální pedagogiky*, s. 60.

⁷¹ Srov. tamtéž, s. 102-104.

⁷² Srov. PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času* [online]. Praha, 2014 [cit. 2019-01-25]. Dostupné na WWW: <http://www.vzdelavani-dvpp.eu/download/opory/final/25_pavkova.pdf>, s. 31-33.

celkovém způsobu života a budoucím profesním životě. Příkladem těchto zájmů mohou být volnočasové jazykové nebo počítačové kurzy.⁷³

Společně s rodinou má škola největší vliv na rozvoj všech složek osobnosti dítěte. Zařazováním většího množství postižených dětí do běžných škol by bylo posilováno jejich sebevědomí, ctižádost a schopnost adaptace v sociálním prostředí. Jejich spolužáci by tak měli možnost si o nich vytvořit nezkreslené představy, které by do budoucna mohly znamenat zcela jiný přístup k lidem s tělesným postižením. Úkolem školy je zaměřovat se na ty dovednosti, vědomosti a rysy osobnosti, které nejsou negativně ovlivňovány tělesným postižením, a dále je svým působením vyzdvihovat. Děti, které z důvodu vyššího stupně závažnosti tělesného postižení nemohou být zařazeny do běžné školy, navštěvují speciální školy, které by jim neměly být překážkou v udržování kontaktu s jejich okolím a zdravými vrstevníky.⁷⁴

Vzdělání je obzvláště pro člověka s postižením velkým uspokojením některých potřeb. Být školákem je pro život dítěte velmi významnou rolí, kterou zaujímá. Na rozdíl od rodiny, která ke svému dítěti bývá často nekritická, se škola stává prostředím, kde jsou výkony a chování dítěte hodnoceny objektivněji.⁷⁵

2.3.3 Volný čas, volnočasové aktivity dítěte s tělesným postižením

Volný čas je v současné době nepostradatelnou součástí života každého člověka. Jednotlivcům i celé společnosti nabízí takové možnosti, které dříve nebyly dostupné. Zaujímá opravdu důležité místo pro rozvoj, výchovu i vzdělávání dětí.⁷⁶ Je více než žádoucí, aby se jej děti naučily rozumně využívat co nejdříve, jelikož se podílí na tělesném i duševním zdraví, mezilidských vztazích a lepších pracovních výkonech. Pedagogické ovlivňování volného času je velice významnou součástí výchovného působení na děti. Vždy ale musí být dodrženy zásady výchovy ve volném čase, jako jsou dobrovolnost na účasti, nenásilnost, vhodná motivace, rozmanitost a atraktivnost činností. Volnočasová pedagogika ovlivňuje svým výchovným působením celkovou

⁷³ Srov. HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*, s. 66-67.

⁷⁴ Srov. NOVOSAD, L. *Některé aspekty socializace lidí se zdravotním postižením: kapitoly ze sociologie handicapu*, s. 17.

⁷⁵ Srov. MARKOVÁ, K. a kol. *Průvodce: Rodina a škola, volný čas a integrace mladých lidí s tělesným postižením*, 1. vyd. [online]. [cit. 2019-03-02]. Dostupné na WWW: < www.uzitecny-zivot.cz/dokumenty/pruvodce.pdf > s. 16.

⁷⁶ Srov. HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času*, s. 4.

kvalitu života a životní styl. Jejím cílem je mimo jiné podporovat celoživotní zájmy a rozvíjet je.⁷⁷

Volnočasové aktivity pomáhají navazovat kontakt s lidmi, vytvářet mezi nimi vztahy a prohlubovat je. Současně si dítě jejich prostřednictvím buduje určitý vztah i k sobě samému a rozvíjí různé stránky své osobnosti. Dalším přínosem aktivit jsou nové znalosti a dovednosti, které si dítě osvojuje.⁷⁸ Vhodně zvolené činnosti přinášejí dítěti pocit vnitřního uspokojení, radosti a vyššího sebevědomí.

Prostředí, kde mohou děti trávit svůj volný čas, rozdělujeme následovně:

- *Školy a školská zařízení*, do nichž spadají školní družiny a školní kluby
- *Zařízení pro výchovu mimo vyučování*, kam řadíme například domy dětí a mládeže, domovy mládeže, dětské domovy, organizace dětí a mládeže, tělovýchovné organizace
- *Domácí prostředí*, tedy prostředí, kde dítě žije
- *Veřejná prostranství*, kam patří jakékoliv okolní prostředí, například parky, ulice, hřiště, sály, herny apod.⁷⁹

Zájmové činnosti lze dělit na spontánní, tedy pedagogicky nepřímou ovlivňovanou a prováděnou dle momentálního zájmu účastníků, příležitostné, což mohou být například soutěže, turnaje, exkurze nebo výlety a pravidelné, které jsou uskutečňovány opakovaně, jednou nebo víckrát týdně a jedná se zejména o různé zájmové útvary.⁸⁰ Dále je rozdělujeme podle druhu aktivity na receptivní, kdy je účast dítěte pouze divácká nebo posluchačská (např. návštěva divadla, výstavy) a na aktivně tvořivé, kdy se dítě přímo účastní dané činnosti (např. kroužek, beseda, soutěž). Ve své podstatě jsou zájmové činnosti aktivitami, které se zaměřují na uspokojování a rozvoj potřeb, zájmů a schopností jednotlivce.⁸¹ „Podílí se na formování názorů, postojů a přesvědčení jedince. Zájmová činnost má na rozdíl od zábavy a odpočinku vždy aktivní charakter. Vždy obsahuje volní složku a významně ovlivňuje osobnost vychovávaného“.⁸² Děti se také učí rozvrhovat si činnosti, řešit problémy, určovat si cíle a cesty k jejich dosažení, zdolávat překážky, řídit se daným plánem a hodnotit vlastní výkony. Z hlediska obsahu dělíme zájmové činnosti do několika kategorií:

- a) Vědeckotechnické a vědecké (př. biologické, radioamatérské)

⁷⁷ Srov. HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času*, s. 19-24.

⁷⁸ Srov. tamtéž, s. 91-92.

⁷⁹ Srov. tamtéž, s. 22.

⁸⁰ Srov. tamtéž, s. 16.

⁸¹ Srov. NĚMEC, J. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času*, s. 23-24.

⁸² Tamtéž, s. 23.

- b) Technicko-praktické (př. vaření, rukodělné kroužky)
- c) Společenskovední (př. historické, jazykové)
- d) Přírodovědné (př. zahrádkáři, rybáři)
- e) Estetickov ýchovné (př. v ýtvárné, hudební)
- f) Tělov ýchovné, sportovní a turisticky zaměřené (př. gymnastika, plavání, sportovní hry)⁸³

Jak již víme, pro děti bez postižení, ale stejně tak i pro děti s postižením, mají volnočasové aktivity velice pozitivní účinek. Ovšem u dětí s postižením je třeba přizpůsobit aktivity jejich stavu a možnostem. Aktivity by měly zahrnovat také dostatek relaxace a emocionálního vyžití. Jejich prostřednictvím si děti zvyšují sebedůvěru, kompenzují své nedostatky, posilují sebeúctu, cítí se jistější, uspokojují své potřeby poznávání a prožitků, realizují se a jsou přijímány okolím takové, jaké jsou. Vhodným výchovným a zároveň rehabilitačním prostředkem mohou být například sportovní aktivity a hry, které jsou velmi oblíbené. Přestože tělesné postižení omezuje člověka v jeho hybnosti, existují vhodně upravené sportovní aktivity, které mohou vykonávat, ovšem s přihlédnutím k závažnosti, typu a stupně daného postižení. Sportovní činnosti vhodně ovlivňují nejen fyzický ale i psychický stav.⁸⁴

I vzhledem k tomu, jaké výhody člověku přináší, se v další kapitole věnuji jedné z alternativ trávení volného času, a to sportovním volnočasovým aktivitám tělesně postižených. Zvolené sporty mohou být prováděny jak na profesionální úrovni, tak i rekreačně.

⁸³ Srov. NĚMEC, J. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času*, s. 23-25.

⁸⁴ Srov. *Šance dětem* [online]. [cit. 2019-03-04]. Dostupné z: WWW: <<https://www.sancedetem.cz/cs/hledam-pomoc/deti-se-zdravotnim-postizenim>>

3 Sportovní volnočasové aktivity dítěte s tělesným postižením

Pohybové činnosti mají pro handicapované děti velký význam, jelikož jim pomáhají se snáze vyrovnat s postižením, snižováním jeho následků v běžném životě, se seberealizací a určitou samostatností a sebeobsluhou.⁸⁵ „Plní funkci rehabilitační ve smyslu obnovy tělesných funkcí a především funkci resocializační“.⁸⁶

3.1 Význam sportu pro člověka

Sport je pro člověka velice významnou součástí života, která působí na jeho osobnost z mnoha stránek. Ovlivňuje jak jeho fyzický, tak i psychický stav. Cíleným opakováním pohybů dochází k pozitivním změnám v centrální nervové soustavě, které následně přizpůsobují osobnost na vykonávání určité činnosti a její řízení. Díky pravidelnému pohybu jsme schopni snášet větší námahu a jsme méně unavení. Prostřednictvím sportu si člověk více uvědomuje, jak silný dokáže být. Snáze zvládne překonávat různé překážky a problémy. Celkově se mu zvyšuje jeho sebevědomí. Sport přináší také pocit uspokojení, zábavy a odreagování od každodenních starostí a psychických zátěží. Často působí i na rozvoj tvořivosti. Věnujeme-li se sportování pravidelně, jeho pozitivní účinky se projeví následně i na tělesném vzhledu, což může také posílit jedincovo smýšlení o sobě samém. Osvojujeme si i určité organizační schopnosti, které se týkají rozvrhování pohybově aktivních činností a odpočinku, zařazování sportu do běžného života a každodenního režimu. Sport se také podílí na rozvoji schopností, dovedností, ale i vědomostí.⁸⁷

*„V systému tělesné kultury tvoří sport významný a ucelený specializovaný subsystém výchovy, vzdělání a specifické pohybové činnosti zaměřený na dosahování vysokých výkonů. Prolíná se s ostatními formami tělesné kultury, vytváří s nimi kompaktní celek a významně je ovlivňuje“.*⁸⁸

Lidský organismus je schopen se pomocí pohybové aktivity snáze vyrovnávat se stresem a jeho negativními účinky na zdraví. Přináší mu pocity duševní pohody a štěstí.

⁸⁵ Srov. DVOŘÁKOVÁ, H. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí a dětí s hendikepy*, s. 12.

⁸⁶ JEŠINA, O. a kol. *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*, s. 39.

⁸⁷ Srov. PAULÍK, K. *Psychologie sportu*, s. 13-14.

⁸⁸ NOVOSAD, J. a kol. *Základy sportovního tréninku*, s. 7.

Celkově vede člověka k lepšímu životnímu stylu. Mnoho lidí sportuje právě proto, že je to prostě baví a přináší jim to příjemné prožitky a uvolnění.⁸⁹

Sport úzce souvisí s kvalitou života, jelikož je projevem energického, vitálního a radostného způsobu existence a současně je prostředkem, díky kterému je podporován zdravý vývoj člověka. Zároveň je vhodnou příležitostí k navázání sociálních vztahů. Vzhledem k tomu, že se mnoho sportovních aktivit provádí venku, dostává se člověk do kontaktu s přírodním prostředím, což je pro jeho zdraví velice žádoucí.⁹⁰

Aleš Sekot ve své knize uvádí, že „*pravidelná sportovní činnost ve volném čase ovlivňuje významně rozvoj pohybových vlastností a že organizovaný trénink v kolektivních sportech posiluje sociálně komunikační schopnosti*“.⁹¹

3.2 Historie sportu vozíčkářů

Pravděpodobně většina z nás ani netuší, že prvním člověkem, který kdy využil vozík neboli křeslo na kolech, byl dle kronikáře Johna Evelyny z anglického dvora člověk bez zdravotních potíží. Dle jeho slov probíhala roku 1662 slavnostní večeře, kterou pořádal Ludvík Stuart, tehdy známý jako lord D'Aubigny. Během této večeře předváděl nejen svůj dům, ale i všechny zvláštnosti, které se v něm ukrývaly. Jednou z těchto kuriozit byl právě vozík, který za pomoci svých čtyř kol usnadňoval člověku pohyb. Samotný lord D'Aubigny ovšem tento vozík, původním názvem *wheele-chaire* (v překladu křeslo na kolech), nepotřeboval ze zdravotních důvodů, nýbrž pro svoji pohodlnost a jakési usnadnění života.⁹²

Až ve 20. století byl vozík využíván osobami s tělesným postižením. Díky němu se stávají mnohem méně závislí na pomoci od ostatních lidí, snáze se orientují ve společnosti, mají více pracovních možností a roste i jejich spolupodílení se na společenském životě. Celkově je pro ně za pomoci vozíku jednodušší se zařadit do běžného života. Takový život obnáší mimo jiné i možnost účastnit se sportovních a rekreačních činností. Zájem o sportovní aktivity se rozrostl i v důsledku četných válečných zranění mladých lidí především druhé světové války, kvůli kterým byli odkázáni žít svůj život na invalidním vozíku. Lékař Ludwig Guttmann založil poblíž Londýna ve Stoke Mandeville roku 1944 rehabilitační centrum. Zde se léčili převážně vojáci s těžkým tělesným postižením. V centru nacházeli mimo léčby i tělesnou

⁸⁹ Srov. SLEPIČKOVÁ, I. *Sport a volný čas*, s. 57-59.

⁹⁰ Srov. SLEPIČKA, P. a kol. *Psychologie sportu*, s. 221-222.

⁹¹ SEKOT, A. *Sport a společnost*, s. 122.

⁹² Srov. KÁBELE, J. *Sport vozíčkářů*, s. 12.

výchovu a sport. Pro velký zájem vozíčkářů o sportovní aktivity přišel L. Guttmann s nápadem zorganizovat sportovní soutěže.⁹³

Rok 1946 přináší první pokusy pozměnit sportovní disciplíny tak, aby je mohli vykonávat vozíčkáři. Ve spolupráci zkušených fyzioterapeutů a národních tradic tak vznikaly sporty přizpůsobené speciálním požadavkům. V USA a Kanadě se jednalo například o plavání, basketbal, softbal a vodní pólo. V Anglii se mimo jiné věnovali šermu, lukostřelbě a volejbalu. Na pravidlech daných sportů se domlouvala jednotlivá rehabilitační centra, proto soutěže probíhaly nejprve uvnitř center nebo mezi nimi navzájem.⁹⁴

Impuls k uskutečnění prvních oficiálních sportovních her pro vozíčkáře, které uspořádal dr. Guttmann, přišel v létě roku 1948 opět z rehabilitačního centra ve Stoke Mandeville.⁹⁵ Soutěžilo zde 16 britských sportovců a to v několika disciplínách, mezi které patří mimo jiné i jízda zručnosti. Roku 1952 se na stejném místě uskutečnily vůbec první mezinárodní sportovní hry vozíčkářů, kterých se účastnilo 130 sportovců, jak mužů, tak i žen. Dr. Guttmann založil roku 1957 Mezinárodní organizaci her ve Stoke Mandeville. Ani to nebyl jeho poslední průkopnický čin v této oblasti. Chtěl pro zdravotně postižené osoby vytvořit obdobu olympijských her, které by se uskutečňovaly každé čtyři roky ve stejné zemi, kde probíhají klasické olympijské hry. K historicky první paraolympiádě došlo roku 1960 v Římě, ani ne dva měsíce od skončení olympijských her zdravých sportovců. Dr. Guttmann je právem považován za zakladatele paraolympijských her.⁹⁶

Později došlo ke změně názvu na paralympijské hry. Nebyla to ovšem jediná změna, která proběhla. Jak z pojmenování vyplývá, dříve byly paralympiády určeny paraplegikům (osobám s těžkým postižením páteře). Postupně však byly zapojovány i jiné skupiny lidí se zdravotním postižením, například lidí se svalovou dystrofií, mozkovou obrnou, zrakovým postižením, tělesně postižených chodících aj. V současné době se pod názvem paralympiády skrývá označení pro paralelní hry zdravotně postižených a zdravých sportovců. Mimo Mezinárodní organizaci her ve Stoke Mandeville se na uspořádání paralympiád podílejí i jiné mezinárodní organizace, které se zaměřují na tělesnou výchovu a sport osob se zdravotním postižením. V roce 1992 vznikla Mezinárodní koordinační komise pro zdravotně postižené, která se společně

⁹³ Srov. KÁBELE, J. *Sport vozíčkářů*, s. 12-13.

⁹⁴ Srov. tamtéž, s. 13.

⁹⁵ Srov. JANEČKA, Z. a kol. *Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením*, s. 7.

⁹⁶ Srov. KÁBELE, J. *Sport vozíčkářů*, s. 13-14.

s Mezinárodním olympijským výborem domluvila na společném používání olympijských symbolů a protokolu.⁹⁷

V sedmdesátých letech došlo také k rozvoji zimního sportu vozíčkářů. Oproti letním sportům, existuje více faktorů, které jeho rozvoj brzdily, jako například hůře dostupné sportovní areály, speciální výbava, a jiné. Skandinávské země, Kanada a USA byly jeho průkopníky, především pro své výhodné podmínky ale i tradice. Vůbec první zimní paralympiáda proběhla roku 1976 ve Švédsku, poté roku 1980 v Norsku.⁹⁸

Paralympiáda ovšem není jedinou sportovní mezinárodní soutěží. Existují také letní i zimní Světové hry tělesně postižených, různé šampionáty jednotlivých sportů, nebo také hry v Stoke Mandeville.⁹⁹

3.3 Druhy sportů pro tělesně postižené a jejich charakteristika

V dnešní době vzniká mnoho nových pohybových aktivit speciálně upravených pro osoby s tělesným postižením. Jedná se například o turistiku, táboření, cvičení v přírodě, hry nebo sporty.¹⁰⁰ A právě výčtu vybraných druhů sportů a jejich popisu se tato kapitola svým obsahem věnuje.

3.3.1 Atletika

Atletika je velmi oblíbenou sportovní činností, která zahrnuje mnoho disciplín. Je vhodná pro osoby s různými typy tělesného postižení, ať už pro vozíčkáře či sportovce s protézami. Účastnit se mohou například štafetových závodů, sprintu, skoku do výšky i do dálky, hodů diskem, vrhu koulí nebo pětiboje.¹⁰¹

3.3.2 Basketbal na vozíku

Basketbal vozíčkářů je jedním z nejrozšířenějších a nejoblíbenějších sportů, jehož pravidla jsou v podstatě stejná, jako u klasického basketbalu. Vzhledem k tomu, že se hráči pohybují pomocí vozíčků, pozměněná pravidla se týkají především pohybu s míčem. Hráč se při rozehrání hry, chytání míče nebo blokování nesmí nadzvednout

⁹⁷ Srov. KÁBELE, J. *Sport vozíčkářů*, s. 14-15.

⁹⁸ Srov. tamtéž, s. 15.

⁹⁹ Srov. tamtéž, s. 16.

¹⁰⁰ Srov. JEŠINA, O. a kol. *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*, s. 111.

¹⁰¹ Srov. KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*, s. 82-83.

z vozíku. Tzv. kroky při držení míče jsou počítány podle záběru za kola vozíku, přičemž je hráči takto dovoleno zabrat dvakrát.¹⁰²

Hrají proti sobě dva soupeřní týmy, z nichž každý má pět hráčů. Oba týmy se snaží pomocí přihrávání, kutálení, driblování, odrážení nebo vožení vřazovat míč shora do koše svého soupeře, bránit tomu, aby takto skóroval protější tým nebo aby vůbec získal míč. Hra je členěna do dvou dvacetiminutových poločasů (čistého času), mezi nimiž je jedna desetiminutová pauza. Pokud utkání skončí nerozhodně, hra se prodlužuje o dalších 5 minut čistého času.¹⁰³

Každý z hráčů je klasifikován dle stupně svého postižení body od 1 do 4,5 (1 je nejléčí postižení, 4,5 nejtěžší postižení), přičemž součet bodů jednoho týmu nesmí překročit 13,5, s výjimkou klubových soutěží, kde je tolerance vyšší o bod, tedy 14,5. Vzhledem k tomuto pravidlu se do hry mohou zapojit i osoby s těžším postižením.¹⁰⁴

3.3.3 Boccia

Boccia je přirovnatelná ke hře zvané pétanque. Lze ji hrát pouze rekreačně, pro zábavu, ale i profesionálně. Je velmi vhodná pro lidi s jakýmkoliv postižením. Soutěžit spolu mohou muži i ženy, jednotlivci, páry i trojčlenné týmy. Hraje se se šesti modrými a šesti červenými koženými míčky a jedním bílým míčkem zvaným jack. Podstatou hry je dostat míček svojí barvy co nejbliže cílovému bílému míčku, který je hráčem na začátku hry vhozen na hrací plochu. V jeho počátečním vřazování se soupeři střídají po odehraném kole neboli směně. Za směnu se považuje odehrání všech červených míčků jedné strany a modrých míčků soupeřovy strany. Své míčky k němu hráči hází buď přímo nebo přituknutím míčku jiným míčkem nebo přituknutím cílového míčku blíže k tomu svému nebo dále od soupeřova. Na řadě je vždy ta strana, jejíž míček je nejdále od jacka. Na konci směny jsou sečteny všechny hráčovy míčky (každý za jeden bod), které jsou hozeny blíže k bílému míčku než nejbližší soupeřův míček. Tedy pokud jsou nejbliže bílému tři červené míčky a pak až je míček modrý, přičítají se hráči nebo týmu červených míčků tři body. Poté probíhá další směna. Počet těchto směn je závislý na počtu hráčů. Pokud proti sobě hrají jednotlivci nebo páry, odehrají čtyři směny. Jestliže spolu soupeří týmy, hrají šest směn.¹⁰⁵

¹⁰² Srov. JANEČKA, Z. a kol. *Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením*, s. 41, 46.

¹⁰³ Srov. KÁBELE, J. *Sport vozíčkářů*, s. 103-104.

¹⁰⁴ Srov. JANEČKA, Z. a kol. *Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením*, s. 41.

¹⁰⁵ Srov. KUDLÁČEK, M. a kol. *Základy aplikovaných pohybových aktivit*, s. 17-18.

3.3.4 Cyklistika

Cyklistice se mohou věnovat lidé s DMO, s amputacemi nebo s jiným tělesným postižením. Sportovci jsou rozdělováni do kategorií v závislosti na pohlaví a stupni svého postižení. Jezdit mohou na klasických kolech, speciálních tříkolkách, tandemových kolech nebo na ručně poháněných kolech zvaných handbike.¹⁰⁶ Závody se uskutečňují na určených dráhách nebo silnicích. Soutěží jak jednotlivci sami za sebe, tak i celé týmy. Jsou různé typy závodů, například sprint, stíhací závod nebo časovka.¹⁰⁷

3.3.5 Florbal vozíčkářů

Florbal na vozíku se hraje v hale a je jedním z nejoblíbenějších kolektivních sportů. Díky svým pravidlům, která jsou téměř shodná s pravidly klasického florbalu, je snadno pochopitelný také pro širokou veřejnost.¹⁰⁸ Vzhledem k tomu, že se jedná o skupinovou hru, může být pro handicapované děti a mladé lidi velmi vhodnou příležitostí k začlenění do kolektivu a celkově do společnosti. Může být také dobrým doplňujícím sportem paralympioniků nebo jiných úspěšných sportovců.

Florbal vozíčkářů je jedinečný tím, že jeho družstva mohou tvořit současně muži i ženy. Soupeří proti sobě dva týmy, přičemž na hřišti je za každé družstvo pět hráčů a jeden brankář. Utkání trvá čtyřicet minut čistého času a je rozděleno na dvě poloviny. Ve své podstatě jde o to, aby jeden z týmů nastřílel co nejvíce gólů do soupeřovy branky, za dodržení určitých pravidel. Hráčům klasicky není dovoleno vzájemně se držet, sekát, hákovat, nadzvedávat si hokejky a úmyslně si narážet do vozíků. Přestože je to kolektivní sport, záleží i na individuálním výkonu hráčů.¹⁰⁹

3.3.6 Plavání

Plavání může být velmi vhodnou rehabilitační aktivitou, kterou lze provádět na rekreační či vrcholové úrovni. Napomáhá rozvíjet svalové ústrojí lidí, kteří mají nehybnou jednu nebo více končetin a účinně funguje proti svalové atrofii. Podporuje také rozvoj nervosvalové koordinace, pohyblivosti a vytrvalosti. Vzhledem k tomu, že tělesně postižený jedinec nepotřebuje k plavání různé kompenzační pomůcky, dokáže se naučit ve vodě pohybovat tak, jak mimo ní nezvládne. Není výjimkou, že se mnozí

¹⁰⁶ Srov. KUDLÁČEK, M. a kol. *Aplikované pohybové aktivity osob s tělesným postižením*, s. 69.

¹⁰⁷ Srov. KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*, s. 85.

¹⁰⁸ Srov. KUDLÁČEK, M. a kol. *Aplikované pohybové aktivity osob s tělesným postižením*, s. 79.

¹⁰⁹ Srov. tamtéž, s. 82.

naučí plavat na takové úrovni, jako osoby bez postižení. Plavání je druh sportu, který je vhodný skoro pro všechny typy tělesného postižení.¹¹⁰

3.3.7 Rugby na vozíku

Rugby je určeno pro osoby s kvadruplegií. Hrají proti sobě dva týmy, z nichž každý má na hřišti během hry vždy čtyři hráče, kteří se střídají. Celé družstvo tvoří dvanáct hráčů a jeden trenér, který se také může účastnit hry jako hrající člen. Hrací čas je rozdělen do čtyř osmiminutových čtvrtin čistého času, mezi nimiž je vždy minutová přestávka. V případě, že se zápas prodlužuje, následuje dvouminutová přestávka a poté tři minuty hry čistého času. Takto se prodlužuje podle potřeby. Podstatou hry je dostat se s míčem do bodovacího prostoru svého soupeře. Je dovoleno hrát míčem, rukama nebo předloktím a zakázáno úmyslně používat nohy, což hlídá rozhodčí. Při pohybu po hřišti smí hráč mít položený míč na klíně, přičemž s ním musí driblovat alespoň jednou za deset sekund. Pokud tak neučiní, automaticky o něj přichází. Míč může samozřejmě také přihrávat spoluhráčům, házet jej, kutálet a podobně.¹¹¹

3.3.8 Stolní tenis

Stolní tenis je jeden z nejstarších paralympijských sportů. Je vhodný pro různé typy tělesného postižení, například pro osoby s DMO, s amputací, s poškozením míchy. Soutěží proti sobě jednotlivci, páry nebo týmy. Celý zápas je členěn na pět setů, přičemž v každém musí jeden z hráčů získat jedenáct bodů. Utkání vyhrává ten, který zvítězil ve třech setech. Soutěže se odehrávají podle lehce pozměněných pravidel Mezinárodní federace stolního tenisu.¹¹²

3.3.9 Tenis na vozíku

Tenis vozíčkářů patří mezi novější sporty. Jeho pravidla jsou shodná s těmi, která vydala Mezinárodní tenisová federace, ovšem v některých bodech jsou upravená. Změny se týkají pravidla dvojího dopadu, přičemž hráč může odehrát odpal i v takovém případě, že míček dopadl na plochu hřiště podruhé a bez ohledu na to, zda byl druhý dopad míčku do kurtu nebo mimo něj. Při třetím dopadu hráč ztrácí bod. Dále platí to, že vozík je součástí těla hráče nebo jeho oděvu. Proto se přihrávaný míček předtím, než

¹¹⁰ Srov. KUDLÁČEK, M. a kol. *Základy aplikovaných pohybových aktivit*, s. 17.

¹¹¹ Srov. tamtéž, s. 17.

¹¹² Srov. KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*, s. 91.

poprvé dopadne na hřiště, nesmí dotknout vozičku hráče. Pokud se tak stane, bod se okamžitě připisuje soupeři. Dalším pravidlem je, že při podávání nesmí hráčův vozík žádnou svojí částí zasahovat do prostoru za základní čarou. Toto pravidlo se ovšem upravuje v závislosti na druhu tělesného postižení, nejčastěji u kvadruplegiků. Při odehrávání míčku musí hráč zcela sedět na vozíku. Jestliže se v tomto případě nadzvedne, ztrácí bod. Někteří hráči se vzhledem ke svým fyzickým možnostem smí na vozíku pohybovat pomocí odrážení se od země jednou nohou. Ti, kteří se tímto způsobem pohybovat nemusí, ztrácí při kontaktu dolní končetiny s herní plochou bod. Soutěžit proti sobě může i dvojice, z níž jeden tenista je na vozíku a druhý chodí. V takovém případě se každého hráče týkají jiná pravidla, tedy například pro vozíčkáře platí pravidlo dvojího dopadu, zatímco pro chodícího platí klasické pravidlo jednoho dopadu atp.¹¹³

3.3.10 Curling vozíčkářů

Jak plyne z názvu, tento curling je určený pro vozíčkáře. Jedná se o celkem mladý sport, který se hraje podle upravených pravidel světové federace curlingu. V jednom soutěžním týmu jsou čtyři hráči, přičemž je nutno, aby byl minimálně jeden z nich opačného pohlaví, než jsou jeho spoluhráči. Při soutěži je zakázáno metení a pro vypuštění herního kamene smějí použít takzvanou tyč. Při odhazování kamene se hráč nesmí dotýkat ledu.¹¹⁴

3.3.11 Sjezdové lyžování

Lyžování je jedním z nejoblíbenějších zimních sportů, kterému se mohou lidé s postižením věnovat jak profesionálně, tak i pouze rekreačně. Je velmi vhodnou pohybovou aktivitou pro děti, ať už lyžují aktivně (tedy jezdí sami) nebo pasivně (za pomoci asistenta, v jehož roli může být například i proškolený rodič).

Sjezdové lyžování se rozděluje do několika disciplín v závislosti na druhu a stupni postižení. Také záleží na tom, zda je handicapovaný jedinec sedící nebo stojící. Jednou z disciplín je například třístopé nebo čtyřstopé lyžování, dle toho, zda má člověk amputovanou dolní končetinu nebo ne, při kterém stojí lyžař vzpřímeně a používá klasické lyže i boty. Namísto hůlek má ovšem stabilizátory, díky kterým může snáze

¹¹³ Srov. JANEČKA, Z. a kol. *Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením*, s. 49-51.

¹¹⁴ Srov. JEŠINA, O. a kol. *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*, s. 117.

udržovat rovnováhu a zároveň i lépe řídit. Tento druh sjezdového lyžování je vhodný i pro lidi s DMO nebo jiným postižením. Jinou disciplínou je dvoustopé lyžování, při kterém lyžař nepoužívá stabilizátory. Hodí se například pro osoby s amputacemi, které k ježdění na lyžích využívají protetickou pomůcku, ale i pro lidi s DMO nebo jiným postižením. Další disciplína, zvaná sitski, je vhodná pro vozíčkáře nebo pro ty, kteří při lyžování v ohledu na své postižení potřebují sedět. K ježdění je možno využívat několika speciálně upravených lyží se sedačkou, které jsou přizpůsobeny různým druhům postižení a jejich specifickým podmínkám. Tyto lyže se dle druhu dělí na monoski a dualski (pro lidi s lehčím postižením) a na biski, kartski a tandemski (pro lidi s těžším postižením nebo pro snazší rekreační lyžování s asistentem).¹¹⁵

3.3.12 Sledge hokej

Sledge hokej je odvozen od anglického výrazu pro sáně (=sledge). Jedná se o relativně nový sport, který je upravený tak, aby byl vhodný i pro lidi, kteří nemohou chodit, neboli nejsou schopni hrát jej vestoje. Hráčem tedy může být člověk s jakýmkoliv funkčním omezením dolních končetin. Hokejista sedí ve speciálně přizpůsobených sáních se sedačkou a opěrkou na nohy a pohybuje se po ledě za pomoci dvou hokejek, které jsou na jedné straně zakončeny bodci a na druhé ohnutou čepelí. Zbytek výstroje je stejný jako u klasického hokeje, přičemž platí, že hráč musí mít chránič hrdla i obličejovou masku. Hra je členěna do tří patnáctiminutových částí, tedy třetin. Za každý tým smí být na ledě současně tři útočníci, dva obránci a jeden brankář. Ostatní hráči jsou na hráčských lavicích, kde čekají na střídání. Celkem je dovoleno mít na soupisce nanejvýš patnáct hráčů a dva brankáře. Herní plocha je upravena dle pravidel mezinárodní federace ledního hokeje. Vjezd na střídačku a trestnou lavici je hráčům zpřístupněn rampou nebo sníženou úrovní těchto míst tak, aby se tam mohli dostat na sáních a zároveň se na nich mohli normálně pohybovat.¹¹⁶

¹¹⁵ Srov. KUDLÁČEK, M. a kol. *Aplikované pohybové aktivity osob s tělesným postižením*, s. 61-65.

¹¹⁶ Srov. JANEČKA, Z. a kol. *Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením*, s. 65, 68-69.

3.4 Sportovní kompenzační pomůcky

Kompenzační pomůcky jsou pro sportovce velice důležitými prostředky, díky kterým mohou i přes svá omezení způsobená tělesným postižením vykonávat různě upravené sportovní aktivity.¹¹⁷ Lze je rozdělit do dvou skupin, a to na sportovně kompenzační pomůcky pro lidi s amputacemi nebo pro lidi na vozíčku.

Sportovní protetické pomůcky pro amputáře jsou vytvářeny dle jejich požadavků a potřeb tak, aby jim co nejvíce umožňovaly plnohodnotný život a nahradily jim chybějící končetinu. Pro dolní končetiny existují protézy nadkolenní nebo podkolenní. V dnešní době mají tyto protézy takzvaný systém aktivních kloubů, tedy jsou schopny nahrazovat práci kotníků nebo kolen. Používají je například cyklisté nebo atleti. Samozřejmě ne všichni amputaři používají při sportu protézy. Někteří mohou sportovat zcela bez protézy nebo jim při určitých aktivitách poslouží vozík (například při basketbale).¹¹⁸ Vzhledem k tomu, že se technika výroby protetických pomůcek stále posouvá kupředu, dá se říci, že je tím lidem s amputacemi zpřístupněna prakticky jakákoliv pohybová činnost.¹¹⁹

Kompenzační pomůckou pro lidi s různým druhem postižení je ortopedický vozík, díky kterému se mohou snadno pohybovat v prostoru a zároveň jim umožňuje sportování.¹²⁰ Lze je rozdělit na vozíky elektrické, které jsou vhodné spíše pro lidi s těžším tělesným postižením, nebo mechanické, které se dále rozlišují dle užívání na pasivní, aktivní nebo speciální. Pasivní vozíky jsou určeny pro přemístování handicapovaného jedince za pomoci jiného člověka. Aktivní vozíky jsou snadno ovladatelné, výrazně lehčí, skládací a umožňují uživateli plně se zařadit do společnosti. Speciální vozíky zahrnují sportovní vozíky a takzvané formulky neboli vozíky pro jízdy (př. cyklistika vozíčkářů). Sportovní vozíky jsou vyráběny s ohledem na sportovní aktivity. K jejich zhotovení se používají velmi lehké materiály.¹²¹ Nevýhodou je bohužel vysoká cena, která je častým důvodem toho, že se vozíčkáři nezapojují do sportovních aktivit.¹²²

¹¹⁷ Srov. KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*, s. 97.

¹¹⁸ Srov. KUDLÁČEK, M. a kol. *Aplikované pohybové aktivity osob s tělesným postižením*, s. 17.

¹¹⁹ Srov. JEŠINA, O. a kol. *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*, s. 84.

¹²⁰ Srov. KUDLÁČEK, M. a kol. *Aplikované pohybové aktivity osob s tělesným postižením*, s. 19.

¹²¹ Srov. JEŠINA, O. a kol. *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*, s. 85.

¹²² Srov. KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*, s. 100.

Význam sportu pro člověka a jeho celkový život je opravdu obrovský. Z výčtu několika popsaných sportovních aktivit v této kapitole je zřejmé, že existuje řada sportů, kterým se mohou děti s tělesným postižením věnovat a nalézt v tom například vyšší smysl svého bytí jako takového. Bohužel kompenzační pomůcky, které k některým aktivitám neodmyslitelně patří a jsou tudíž k výkonu sportu potřeba, jsou hůře dostupné zejména z finančních důvodů. Existují ovšem i půjčovny, díky kterým mohou různé sporty provozovat i lidé, kteří si nemohou pořídit své vlastní pomůcky.

Závěr

Ve své bakalářské práci jsem se teoreticky zabývala problematikou volného času dětí, které jsou tělesně postižené, s konkrétním zaměřením na sportovní možnosti využití jejich volného času. Cílem této práce bylo uvést čtenáře do problematiky volného času dětí s tělesným postižením, zmapovat a teoreticky popsat možnosti vybraných volnočasových sportovních aktivit vhodných pro děti, které jsou vzhledem ke svému postižení pohybově omezeny, a v širších souvislostech promyslet význam těchto aktivit pro jejich život. Aby bylo možné celou problematiku lépe pochopit a současně naplnit určené cíle, bylo potřeba vysvětlit pojmy, které se daného tématu týkají, tedy teoreticky popsat volný čas jako takový a zároveň i v kontextu s volnočasovou pedagogikou, definovat tělesná postižení, přiblížit čtenáři život dítěte s tělesným postižením prostřednictvím vlivů, které na dítě nejvíce působí, a uvést a popsat konkrétní sportovní možnosti, kterým se tělesně postižené děti mohou věnovat.

Při studování literatury potřebné k napsání mé bakalářské práce a celkově během psaní jsem si potvrdila, že mít v rodině tělesně postižené dítě je samo o sobě velice těžké. Je důležité, aby především rodiče, ale i ostatní členové, našli vhodný způsob, jak se s tím vyrovnat a naučit žít, aby právě oni mohli být pro své dítě nejsilnější oporou a byli schopni mu pomoci plně si uvědomit jeho vlastní hodnotu a žít smysluplný život plný radosti a úspěchů. Je ovšem podstatné, aby i lidé, kteří s tělesně postiženými dětmi přímo pracují, byli dostatečně informováni o jejich celkovém zdravotním stavu a všem, co to obnáší. Volnočasový pedagog by stejně jako jakýkoliv jiný pracovník v oblasti práce s dětmi měl dobře znát jednotlivě každé dítě, se kterým pracuje, aby byl dle toho schopen přizpůsobit se kterýmkoliv konkrétním požadavkům, které se u všech dětí, nebo obecně lidí, samozřejmě liší.

V bakalářské práci jsem ukázala, že už obecně má pro člověka velký význam najít si v životě něco, co jej bude bavit a určitým způsobem naplňovat. Pro tělesně postižené dítě, právě vzhledem k jeho handicapu, může být významnou aktivitou provozování nějaké sportovní činnosti. Ať už za účelem určité kompenzace pohybových omezení, seberealizace, začleňování se do společnosti, psychického a fyzického rozvoje, nebo zábavy, odreagování od každodenních starostí a podobně. Vzhledem k tomu, že tělesné postižení může během života potkat každého z nás bez ohledu na to, zda se bude týkat přímo naší osoby nebo člověka v blízkém okolí, například člena rodiny nebo přítele, je více než důležité mít o těchto postiženích dostatečné informace. Nejen z hlediska

zdravotního stavu jako takového, ale i nabízených volnočasových možností, které by případně mohly dát životu tělesně postiženého jedince vyšší smysl. Svoji práci jsem se snažila uvést a stručně popsat vybrané druhy sportovních aktivit vhodných pro děti s pohybovým omezením a tím přiblížit celkovou problematiku sportovních možností jako smysluplné alternativy využití volného času. Zároveň jsem tím chtěla inspirovat ty, kterých se toto téma přímo týká, ať například z postavení rodiče tělesně postiženého dítěte, jedince s handicapem nebo pracovníka, který s těmito lidmi pracuje nebo zamýšlí pracovat. Z pozice studentky oboru pedagogiky volného času – vychovatelství vnímám nastudování a zpracování této tematiky jako velice přínosné vzhledem k možnému budoucímu profesnímu zaměření tímto směrem.

Seznam použitých zdrojů

1. BUŘVALOVÁ, D., REITMAYEROVÁ, E. *Tělesně postižený*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2007. ISBN 978-80-86991-21-4.
2. DVOŘÁKOVÁ, H. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí a dětí s hendikepy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2000. ISBN 80-7290-005-6.
3. FIALOVÁ, I., OPATŘILOVÁ, D., PROCHÁZKOVÁ, L. *Somatopedie - texty k distančnímu vzdělávání*. Brno: Paido, 2012. ISBN 978-80-7315-233-8.
4. FISCHER, S., ŠKODA, J. *Speciální pedagogika: Edukace a rozvoj osob se somatickým, psychickým a sociálním znevýhodněním*. Praha: Triton, 2008. ISBN 978-80-7387-014-0.
5. FRANKL, V. *Lékařská péče o duši*. Brno: Cesta, 2006. ISBN 80-7295-085-1.
6. HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.
7. HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-473-1.
8. HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2003. ISBN 80-7290-128-1.
9. JANEČKA, Z. a kol. *Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, 2012. ISBN 978-80-244-3107-9.
10. JANIŠ, K. *Úvod do problematiky volného času*. Opava: Slezská univerzita v Opavě, Fakulta veřejných politik v Opavě, 2009. ISBN 978-80-7248-530-7.
11. JANKOVSKÝ, J. *Ucelená rehabilitace dětí s tělesným a kombinovaným postižením*. 2. vyd. Praha: Triton, 2006. ISBN 80-7254-730-5.
12. JEŠINA, O. a kol. *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, 2012. ISBN 978-80-244-2946-5.
13. KÁBELE, J. *Sport vozíčkářů*. Praha: Olympia, 1992. ISBN 80-7033-233-6.

14. KAPLÁNEK, M. (ed.) *Čas volnosti – čas výchovy: pedagogické úvahy o volném čase*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0450-3.
15. KRAUS, B. *Základy sociální pedagogiky*. 2. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0643-9.
16. KUDLÁČEK, M. a kol. *Aplikované pohybové aktivity osob s tělesným postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, 2013. ISBN 978-80-244-3938-9.
17. KUDLÁČEK, M. a kol. *Základy aplikovaných pohybových aktivit*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, 2013. ISBN 978-80-244-3954-9.
18. KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, 2013. ISBN 978-80-244-3964-8.
19. MARKOVÁ, K. a kol. *Průvodce: Rodina a škola, volný čas a integrace mladých lidí s tělesným postižením*, 1. vyd. [online]. Praha: Občanské sdružení Užitečný život, 2000 [cit. 2019-03-02]. Dostupné na WWW: < www.uzitecny-zivot.cz/dokumenty/pruvodce.pdf >.
20. NĚMEC, J. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času: pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012-3.
21. NOVOSAD, L. *Kapitoly ze základů speciální pedagogiky – somatopedie*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, Pedagogická fakulta, 2002. ISBN 80-7083-563-X.
22. NOVOSAD, L. *Některé aspekty socializace lidí se zdravotním postižením: kapitoly ze sociologie handicapu*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, Pedagogická fakulta, 1997. ISBN 80-7083-268-1.
23. NOVOSAD, J. a kol. *Základy sportovního tréninku*. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, 1998. ISBN 80-7067-937-9.
24. OPATŘILOVÁ, D., ZÁMEČNÍKOVÁ, D. *Somatopedie – texty k distančnímu vzdělávání*. Brno: Paido, 2007. ISBN 978-80-7315-137-9.

25. PAULÍK, K. *Psychologie sportu*. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Filozofická fakulta, 2006. ISBN 80-7368-259-1.
26. PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času* [online]. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014 [cit. 2019-01-25]. Dostupné na WWW: <http://www.vzdelavani-dvpp.eu/download/opory/final/25_pavkova.pdf>.
27. PIPEKOVÁ, J. (ed.) *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 2. rozšíř. a přeprac. vyd. Brno: Paido, 2006. ISBN 80-7315-120-0.
28. RENOTIÉROVÁ, M. *Somatopedické minimum*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, 2002. ISBN 80-244-0532-6.
29. SEKOT, A. *Sport a společnost*. Brno: Paido, 2003. ISBN 80-7315-047-6.
30. SLEPIČKA, P. a kol. *Psychologie sportu*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 2006. ISBN 80-246-1290-9.
31. SLEPIČKOVÁ, I. *Sport a volný čas*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 2005. ISBN 80-246-1039-6.
32. SPOUSTA, V. a kol. *Teoretické základy výchovy ve volném čase*. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, 1994. ISBN 80-210-1007-X.
33. *Šance dětem* [online]. [cit. 2019-03-04]. Dostupné na WWW: <<https://www.sancedetem.cz/cs/hledam-pomoc/deti-se-zdravotnim-postizenim>>.
34. VÁŽANSKÝ, M. *Základy pedagogiky volného času*. 2. upr. a dopl. vyd. Brno: Print-Typia, 2001. ISBN 80-86384-00-4.
35. VÍTKOVÁ, M. *Paradigma somatopedie*. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, 1998. ISBN 80-210-1953-0.
36. VÍTKOVÁ, M. *Somatopedické aspekty*. Brno: Paido, 1999. ISBN 80-85931-69-9.

ABSTRAKT

ZAVACKÁ, N. *Volný čas dětí s tělesným postižením (se zaměřením na sportovní využití volného času tělesně postižených)*. České Budějovice 2019. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce Mgr. Lucie Kolářová Dr. theol.

Klíčová slova: Volný čas, tělesné postižení, dítě s tělesným postižením a jeho volný čas, sportovní volnočasové aktivity pro tělesně postižené děti

Bakalářská práce se zabývá tématem volného času dětí s tělesným postižením. Je zaměřena na sportovní aktivity jako na jednu z možností, jak tyto děti mohou trávit svůj volný čas. Cílem této práce je uvést čtenáře do problematiky volného času dětí s tělesným postižením, zmapovat a teoreticky popsat možnosti vybraných volnočasových sportovních aktivit vhodných pro děti, které jsou vzhledem ke svému postižení pohybově omezeny, a v širších souvislostech promyslet význam těchto aktivit pro jejich život. Jedná se o teoretickou práci, která definuje a propojuje základní pojmy týkající se volného času, pedagogiky volného času, tělesných postižení a vybraných sportovních aktivit pro tělesně postižené děti.

ABSTRACT

Leisure time of children with physical disabilities (focused on sports activities in leisure time of physically disabled).

Key words: Leisure time, physical disability, child with physical disability and its leisure time, sports leisure time activities for children with physical disability

The bachelor thesis deals with the topic of leisure time of children with physical disabilities. It is focused on sports activities as one of the possibilities these children can spend their leisure time. The aim of this thesis is to introduce the reader to the issue of leisure time of children with physical disabilities, to map and theoretically describe the possibilities of selected leisure time activities suitable for children who are motion restricted due to their disability, and in a wider context to think about the importance of these activities for their life. It is a theoretical work that defines and connects the basic concepts of leisure time, pedagogy of leisure time, physical disabilities and selected sports activities for disabled children.