

**UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI**

Pedagogická fakulta

Ústav speciálněpedagogických studií

**Barbora Klimešová**

3. ročník – prezenční studium

Obor: Speciální pedagogika

**Adrenalinové sporty u tělesně postižených**

Bakalářská práce

Vedoucí práce: Mgr. Petra Jurkovičová, Ph.D.

**OLOMOUC 2011**

**Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Adrenalinové sporty u tělesně postižených“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucí bakalářské práce a za použití pramenů uvedených v závěru bakalářské práce.

V Šumperku, 8.4.2011

.....

### **Poděkování**

**Ráda bych poděkovala paní Mgr. Petře Jurkovičové, Ph.D. za velkou ochotu a odborné vedení mé bakalářské práce.**

**Děkuji také všem svazům, spolkům a respondentům za informace, které mi poskytli.**

**Barbora Klimešová**

## **OBSAH**

<b>Úvod</b> .....	- 6 -
<b>Teoretická část</b> .....	- 7 -
<b>1 Charakteristika tělesného postižení</b> .....	- 7 -
1.1 Klasifikace tělesných postižení .....	- 7 -
<b>2 Vrozená tělesná postižení</b> .....	- 8 -
2.1 Vrozené vady lebky a páteře .....	- 8 -
2.1.1 Poruchy tvaru lebky .....	- 8 -
2.1.2 Poruchy velikosti lebky .....	- 8 -
2.1.3 Rozštěpy .....	- 9 -
2.2 Vrozené vady končetin a růstové odchylky .....	- 9 -
2.3 Degenerativní onemocnění mozku a míchy .....	- 9 -
2.4 Dětská mozková obrna .....	- 9 -
2.4.1 Formy spastické: .....	- 10 -
2.4.2 Formy nespastické: .....	- 10 -
<b>3 Získaná tělesná postižení</b> .....	- 12 -
3.1 Ochrnutí periferních a obvodových nervů .....	- 12 -
3.2 Amputace .....	- 12 -
3.3 Získané deformace .....	- 13 -
<b>4 Osoby s tělesným postižením a sport</b> .....	- 14 -
4.1 Sociologické a psychologické hledisko sportu .....	- 14 -
4.2 Pozitivní vliv sportu u různých druhů tělesných postižení .....	- 16 -
<b>5 Sportovní organizace v České republice</b> .....	- 18 -
<b>6 Adrenalinové sporty</b> .....	- 20 -
6.1 Adrenalin .....	- 20 -
6.2. Vodní sporty .....	- 21 -
6.2.1 Vodní lyžování .....	- 21 -

6.2.2 Jachting .....	- 22 -
6.2.3 Rafting.....	- 22 -
6.2.4 Potápění.....	- 23 -
6.3 Motorové sporty .....	- 23 -
6.3.1 Downhill čtyřkolka.....	- 23 -
6.3.2 Čtyřkolka.....	- 24 -
6.3.3 Motocykl .....	- 24 -
6.4 Vzdušné sporty .....	- 25 -
6.4.1 Tandemový seskok.....	- 25 -
6.4.2 Paragliding vozíčkářů.....	- 25 -
6.4.3 Blokarting.....	- 26 -
6.4.5 Kiting.....	- 26 -
6.5 Ostatní sporty .....	- 26 -
6.5.1 Freeridové lyžování.....	- 27 -
6.5.2 Mountain Bike.....	- 28 -
6.5.3 Paintabl.....	- 28 -
6.5.4 Horolezectví .....	- 29 -
6.5.5 Lanové dráhy .....	- 29 -
6.5.6 Bungee jumping na vozíčku.....	- 30 -
<b>7 Adrenalinové sporty v České republice.....</b>	<b>- 30 -</b>
<b>Praktická část.....</b>	<b>- 33 -</b>
<b>8 Cíl a metody výzkumného šetření.....</b>	<b>- 33 -</b>
8.1 Výzkumný vzorek .....	- 33 -
8.2 Rozbor otázek položených v dotazníku .....	- 41 -
8.3 Závěr z výzkumného šetření .....	- 43 -
<b>Závěr .....</b>	<b>- 45 -</b>
<b>Seznam použité literatury .....</b>	<b>- 46 -</b>
<b>Seznam příloh.....</b>	<b>- 49 -</b>
<b>Anotace.....</b>	<b>-57-</b>

## Úvod

Pro svoji bakalářskou práci jsem si vybrala „adrenalinové sporty u tělesně postižených“ protože, mám všeobecně kladný vztah ke sportu a mohla jsem tak spojit zálibu se studiem. Na internetu jsem náhodně objevila občanské sdružení Adrenalin bez Bariér, které se adrenalinovým sportům pro handicapované osoby přímo věnuje. To mě oslovilo natolik, že jsem se začala o tento druh sportu zajímat podrobněji a snažila jsem se vyhledávat další sporty, které by adrenalinový zážitek tělesně postiženým osobám umožnily.

Sport pro mě není pouze fyzická aktivita, která má účel v sobě samé. Při sportu můžeme relaxovat, dobíjet energii, aktivně trávit volný čas a setkávat se s novými lidmi. Všeobecně je to velmi dobrý způsob, jak se společensky začlenit, což pro handicapované bývá často problém. Ať už zdravotnickým, psychologickým nebo sociálním cílem, při práci s osobami s tělesným nebo jiným postižením, je socializace. Právě zde může sport působit jako vhodný prostředek začlenění do společnosti a nalezení nového smyslu života, který mohou postrádat, díky svému handicapu.

První oddíl teoretické části se bude skládat z obecných základů somatopedie. Dále bych chtěla objasnit psychologický a sociální vliv sportu na osoby s postižením. Druhá část by se již měla věnovat adrenalinu a konkrétním sportům, se kterými je tento hormon spojován. Na závěr teoretické části se budu snažit zmapovat adrenalinové sporty dostupné v České republice pro osoby s tělesným postižením.

Praktická část bude založena na odpovědích z dotazníků, které rozešlu po organizacích v Olomouckém kraji, které pracují s osobami s tělesným postižením. Na základě odpovědí bych chtěla zjistit, jaký je zájem o adrenalinové sporty z řad tělesně handicapovaných a povědomí o dostupnosti sportů v České republice.

## **Teoretická část**

### **1 Charakteristika tělesného postižení**

Renotiérová, Bendová<sup>1</sup> uvádí, že „za tělesná postižení jsou považovány vady či poškození pohybového a nosného systému, tj. kostí, kloubů, šlach, svalů, cévního a nervového ústrojí, jestliže se projevují porušenou hybností (mobilitou). Obvykle jsou jimi dlouho přetrvávající nebo trvalé nedostatky, nápadnosti.“ Jejich etiologie může být různorodá. Kromě dědičnosti se může nepříznivě podílet na jejich vzniku značné množství různých faktorů, a to v období prenatalním, perinatálním i postnatálním. Mohou to být faktory fyzikální, psychické, chemické i biologické.<sup>2</sup>

#### **1.1 Klasifikace tělesných postižení**

Tělesné postižení můžeme dělit na vrozené a získané, přičemž tytéž autorky jej dále dělí na postižení získané po úraze nebo po nemoci.

---

<sup>1</sup> Renotiérová, Bendová, 2005a, s. 21.

<sup>2</sup> Renotiérová, Bendová, 2005b.

## 2 Vrozená tělesná postižení

„Vrozená tělesná postižení často vznikají nejen vlivem dědičnosti nebo dědičných dispozic. Nepříznivou okolností je prodělání některých infekčních nebo parazitárních onemocnění matky v průběhu gravidity, zejména v raných obdobích. Výrazně negativně působí na vývoj plodu rentgenové záření, různé typy poruch metabolismu matky (např. diabetes), ale i nedostatečné množství stopových prvků, vitamínů a minerálů v potravě“.<sup>3</sup>

### 2.1 Vrozené vady lebky a páteře

#### 2.1.1 Poruchy tvaru lebky

Poruchy tvaru lebky bývají většinou způsobené předčasným srůstem lebečních švů (kraniostenóza). Při poruše růstu lebky v některém švu se lebka deformuje a její vnější vzhled je disproportionální. Výsledný tvar lebky se nazývá podle charakteru deformace.<sup>4</sup>

#### 2.1.2 Poruchy velikosti lebky

Příčinou jsou většinou různá vrozená onemocnění centrálního nervového systému:

- Makrocefalus
- Hydrocefalus
- Mikrocefalus

---

<sup>3</sup> Renotiérová, Bendová, 2005, s. 22.

<sup>4</sup> Renotiérová, 2002.



### 2.1.3 Rozštěpy

Jak uvádí Kraus a Šandera<sup>5</sup> vznikají poruchy uzavřením tzv. medulární trubice a to buď na jejím horním konci nebo na dolním. Tak vznikají rozštěpy. U lehčího stupně bývá v čelní nebo týlní krajině defekt kosti různě velký a vyhřezává část mozku. U nejtěžších rozštěpů není lebeční klenba vůbec vytvořena a často chybí obě polokoule. Těžší variantou jsou rozštěpy páteře, kdy páteř může být rozštěpena po celé své délce a mícha vyhřezává ven.

### 2.2 Vrozené vady končetin a růstové odchylky

Zde můžeme zařadit např.: achondroplázie, gigantismus, nanismus, akromegalie, atd.

### 2.3 Degenerativní onemocnění mozku a míchy

Podle Krause a Šandery<sup>6</sup> je příčinou tohoto onemocnění degenerace převážně šedé a bílé mozkové hmoty, kdy při postižení šedé hmoty degenerují nervové buňky na určitých místech mozku a míchy, zanikají, rozpadají se a mizí, zatímco u bílé zasahuje proces nervové dráhy. Příčinou je zřejmě metabolická porucha, jež se dědí.

### 2.4 Dětská mozková obrna

Podle Rentiérové<sup>7</sup> je dětská mozková obrna (DMO) porucha hybnosti a vývoje hybnosti, která vzniká na základě raného poškození mozku. Podle Šlapala<sup>8</sup> je vlastní označení „dětská mozková obrna“ dosti nepřesné, neboť ne

---

<sup>5</sup> Kraus, Šandera, 1975.

<sup>6</sup> Tamtéž

<sup>7</sup> Rentiérová, 2002.

<sup>8</sup> Šlapal, 1996 in Janovský, 2006.

všechny motorické projevy mají charakter obrny. Z těchto důvodů bývá proto někdy používáno označení encefalopatie, nebo-li blíže nespecifikované poškození mozku. Děti trpí nejen poruchou hybnosti, ale také poruchami řeči, sníženou rozumovou schopností, poruchou psychomotoriky, epileptickými záchvaty, pohybovou neobratností, aj.<sup>9</sup> Dětskou mozkovou obrnu můžeme rozdělit jak podle doby jejího vzniku na prenatální, perinatální a postnatální, tak podle jejich forem.

#### 2.4.1 Formy spastické:

- **Diparetická** – zde dochází k postižení zejména dolních končetin. Rozlišujeme formu lehkou a těžkou. Spastická diparéza může vznikat jen v dětství. Pro tuto formu je typická tzv. nůžkovitá chůze.<sup>10</sup>
- **Hemiparetická** – je postižení jedné poloviny těla s tím, že je patrná převaha postižení na horní končetině. Typické pro tuto formu je flekční držení ruky.<sup>11</sup>
- **Kvadruparetická** – zahrnuje poškození všech čtyř končetin, přičemž každá končetina může mít různý stupeň postižení. U této formy dominuje poškození buď dolních končetin nebo je zde převaha poškození jedné strany nad druhou, popřípadě oboustranná hemiparéza.<sup>12</sup>

#### 2.4.2 Formy nespastické:

- **Hypotonická** – projevuje se výrazným oslabením svalového tonu trupu a končetin. Je doprovázena poruchami intelektu a epileptickými paroxysmy.<sup>13</sup>

---

<sup>9</sup> Renotiérová, 2002.

<sup>10</sup> Janovský, 2006.

<sup>11</sup> Tamtéž

<sup>12</sup> Tamtéž

<sup>13</sup> Tamtéž

- **Dyskinetická** – jejími projevy jsou grimasy, hadovitá hyperkinéze hlavy, trupu i končetin.<sup>14</sup> „Hyperkinetický syndrom (atetóza) je typickým syndromem perinatálního období, v pozdějším věku již nemůže vzniknout. Na vzniku se podílí poporodní žloutenka, která je následkem inkompatibility Rh-faktoru mezi matkou a plodem.“<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup> Tamtéž

<sup>15</sup> Pfeiffer, 1996 in Janovský, 2006.

### 3 Získaná tělesná postižení

Příčinami získaných tělesných postižení mohou být deformace, různé typy úrazů a řada nemocí. Jak uvádí Renotiérová, Bendová „nejzávažnější postižení hybnosti vznikají jako následek poškození mozku nebo míchy, příp. některých obtížně vyléčitelných nebo nevyléčitelných onemocnění (TBC, revmatismus, progresivní svalová dystrofie, aj.).“<sup>16</sup>

#### 3.1 Ochrnutí periferních a obvodových nervů

„Obrny dětí se týkají centrální a periferní nervové soustavy. Centrální část zahrnuje mozek a míchu, periferní část obvodové nervstvo. Tyto obrny se liší rozsahem a stupněm závažnosti a člení se na parézy (částečné ochrnutí) a plegie (úplné ochrnutí).“<sup>17</sup> „Periferní nervy mohou být poškozeny zánětlivým onemocněním (neuritis či polyneuritis), např. při chřipce či jiné viróze, dále z metabolických příčin (cukrovka, dna) nebo toxickým působením, např. alkoholem nebo při otravě olovem.“<sup>18</sup>

#### 3.2 Amputace

„Amputací se rozumí oddělení části orgánu nebo části či celé končetiny od ostatního organismu.“<sup>19</sup> Můžeme je dělit na amputace primární (časné), sekundární (volné) nebo terciární (pozdní). Nejčastější příčinou amputací jsou úrazy a těžké chorobné změny končetin z cévních nebo metabolických příčin.<sup>20</sup>

---

<sup>16</sup> Renotiérová, Bendová, 2005, s. 18.

<sup>17</sup> Renotiérová, 2002, s. 34.

<sup>18</sup> Kraus, Šandera, 1975, s. 89.

<sup>19</sup> Kraus, Šandera, 1975, s. 96.

<sup>20</sup> Tamtéž

### 3.3 Získané deformace

Získané deformace jsou charakteristické nesprávným držením těla, které se časem může stát návykové a fixované.<sup>21</sup> Patří sem různá tělesná postižení získaná po úraze (např.: kvadruparéza nebo paraparéza) nebo po nemoci (dětská infekční obrna, Perthesova choroba nebo myopatie).

---

<sup>21</sup> Renotierová, 2002.

## 4 Osoby s tělesným postižením a sport

*„Sport by se měl pro postiženého stát hybnou silou, která mu pomůže nalézt nebo obnovit vlastní vztah k okolnímu světu a tím ke svému uznání coby rovnocenného a plnoprávného občana.“<sup>22</sup>*

*Ludwig Guttmann*

### 4.1 Sociologické a psychologické hledisko sportu

Podle Hartla, Hartlové<sup>23</sup> je socializace postupné začleňování jedince do společnosti. To se děje prostřednictvím nápodoby a identifikace, nejprve v nukleární rodině a dále v malých společenských skupinách, zájmových klubech, sportovních družstvech, až po zapojení do nejširších, celospolečenských vztahů. Součástí je také přijetí základních etických a právních norem dané společnosti. Socializace, popřípadě resocializace je také jeden z hlavních cílů při práci s osobami s tělesným postižením. „Sport sám o sobě není obecně příčinou zvláštních změn v povahových rysech, postojích a chování. Působí vždy v součinnosti s vlivy okolního specifického sociálního prostředí a širšího kontextu socializačního procesu. Sport je tak spíše místem socializační zkušenosti, než zásadním zdrojem odlišujících socializačních výsledků.“<sup>24</sup> Šnajdr a Potměšil<sup>25</sup> uvádějí důvody k provozování sportu u lidí s těžkým tělesným postižením v procentech.

setkávání s přáteli, parta 86%

radost ze sportu, uspokojení, zábava 58%

soutěživost, zlepšení kondice, větší síla 26%

zlepšení psychiky, vyrovnání se, odreagování se, získání sebedůvěry 13%

---

<sup>22</sup> Kudláček, 2011

<sup>23</sup> Hartl, Hartlová, 2000.

<sup>24</sup> Sekot, 2003.

<sup>25</sup> [www.ftvs.cuni.cz/elstudovna](http://www.ftvs.cuni.cz/elstudovna)

prosazení se, ctižádost, ocenění 12%  
zdraví 8%  
součást životního stylu 8%  
využití volného času 6%

Ruku v ruce se sociologickým vlivem sportu na tělesné postižení jde i psychologický. Tělesné postižení vždy způsobuje závažnou změnu v psychice člověka. Rozdílné působení však můžeme pozorovat dle doby vzniku postižení. U vrozených postižení nemá člověk žádnou dřívější zkušenost a je často velmi limitován ve vlastní aktivitě. Na druhou stranu se adaptuje a učí žít se svým postižením již od nejranějšího dětství a také se s ním lépe vyrovnává.<sup>26</sup> U osob se získaným postižením je omezený pohyb zpočátku doprovázen šokem a neschopností přijmout novou realitu. Sport a sportovní aktivity zde mohou sloužit jako rehabilitační prostředky, plnit primární funkci sportu a tím tyto osoby nevyčlenit z jejich běžného dřívějšího života. Je to nástroj k odmítání méněcennosti a dokazování vlastní síly a odhodlání. „Tělesná výchova i sport mají do určité míry užší “pole působnosti”, pravděpodobně proto se celosvětově ujímá v oblasti “pohybu” zdravotně postižených termín ADAPTED PHYSICAL ACTIVITIES (v ČR překládané jako Aplikované pohybové / tělesné aktivity). Dvě ze základních definic APA: „APA se týká pohybových aktivit a sportu, kde je zvláštní důraz kladen na zájmy a schopnosti jedinců s limitovanými podmínkami, danými postižením, nemocí nebo věkem.”<sup>27</sup>

- zlepšení vytrvalosti
- zvýšení svalové síly
- zvýšení kloubní pohyblivosti a rozsahu pohybu
- snížení patologicky zvýšeného svalového tonu
- zlepšení koordinace

---

<sup>26</sup> Tamtéž

<sup>27</sup> Tamtéž

- zlepšení motorických schopností včetně kontroly polohy těla a stability trupu (důležité např. u jedinců po poranění míchy, s dětskou mozkovou obrnou apod.)
- zlepšení mobility (schopnost pohybu) včetně základních pohybových vzorců jako chůze, pohánění vozíku, úchop,
- uvolnění a např. prostorové orientace
- zlepšení psychického stavu a adaptace na změněnou životní situaci <sup>28</sup>

#### 4.2 Pozitivní vliv sportu u různých druhů tělesných postižení

**Chybění končetin a amputace** – sport zde hraje především psychosociální úlohu, kdy jeho provozování má velký vliv na sebevědomí a celkové přijetí vlastního těla. Především u získané ztráty končetiny nebo amputace jsou obavy z reakcí společnosti, stud a ostych z vlastní body image. Také stres zde hraje významnou roli. Úkony, které dosud běžně zvládali, musí vykonávat na více pokusů nebo s pomocí jiné někdy i cizí osoby. To je samo o sobě velmi stresující a tady může sport působit jako prostředek odreagování a přinášet pocit, že něco dokáže sám, bez pomoci jiných. I přesto, že tito lidé budou neustále přitahovat pozornost okolí svým odlišným zevnějškem, za svoji odvahu sklízí od intaktní společnosti obdiv a úctu. Díky vyspělým technickým a protetickým pomůckám dnes mohou provozovat jakýkoliv sport a to velmi podporuje jejich pocit „normálnosti“. Protože chybění končetiny přináší obtíže v každodenním životě, díky sportu získávají sílu a obratnost a kompenzují tak svůj handicap. Často tak zvládají činnosti, o kterých „zdraví“ lidé ani neuvažují, natož aby je dokázaly.

**Dětská mozková obrna** – je spojena s celkově omezeným pohybem a proto je zde sport vhodným prostředkem rehabilitace a zlepšení hybnosti. Další

---

<sup>28</sup> Tamtéž



výhodou je boj proti civilizačním chorobám, které se z nedostatku pohybu mohou projevit.

**Poranění míchy** – bývá doprovázeno různým stupněm a rozsahem ochrnutí pohybového aparátu. Sport slouží k celé řadě funkcí, které zlepšují celkový tělesný a zároveň psychický stav jedince. Jako v předchozích, zvyšuje svalovou sílu a rozsah pohybu, zlepšuje koordinaci pohybů, snižuje a uvolňuje spasticitu, zlepšuje krevní oběh a kapacitu plic.<sup>29</sup>

---

<sup>29</sup> Tamtéž

## 5 Sportovní organizace v České republice

**Unie zdravotně postižených sportovců České republiky**<sup>30</sup> vznikla v roce 1993 po rozdělení Československa. Jejím posláním je nejen všestranná podpora a rozvoj sportu zdravotně postižených, ale také se podílí a podporuje rozvoj tělesné výchovy a turistiky zdravotně postižených všech věkových kategorií na území České republiky. Unie je občanským sdružením, které tvoří šest sportovních asociací, federací a svazů, které jsou řádnými nebo přidruženými členy Českého paralympijského výboru. Jsou zaměřené na jednotlivé druhy trvalého zdravotního postižení.

Česká asociace tělesně handicapovaných sportovců (ČATHS)

Česká federace Spastic Handicap o. s. (ČFSH)

Český svaz mentálně postižených sportovců o. s. (ČSMPS)

Český svaz neslyšících sportovců (ČSNS)

Český svaz vnitřně postižených sportovců o. s. (ČSVPS)

Český svaz zrakově postižených sportovců o. s. (ČSZPS)

**Český paralympijský výbor**<sup>31</sup> byl založen jako paralelní organizace vůči Českému olympijskému výboru. Hlavním posláním je podpora paralympijského a deaflympijského hnutí a jejich rozvoj v České republice. Prostřednictvím sdružených sportovních svazů zajišťuje přípravu handicapovaných sportovců na vrcholné světové soutěže. Řádným členem ČPV není od listopadu 2004 Český svaz tělesně postižených sportovců, který vystoupil z národního paralympijského výboru na vlastní žádost. Od dubna roku 2005 tělesně postižené sportovce v rámci ČPV reprezentuje **Česká asociace tělesně handicapovaných sportovců.**

---

<sup>30</sup> [www.uzps.cz](http://www.uzps.cz)

<sup>31</sup> [www.paralmpic.cz](http://www.paralmpic.cz)

**Český svaz tělesně postižených sportovců**<sup>32</sup> je dobrovolným občanským sdružením zřízeným za účelem provozování tělesné výchovy a sportu tělesně postižených občanů, kde hlavním posláním svazu je podpora a řízení této činnosti od základních článků svazu až po zajišťování reprezentace ČR na mezinárodním poli. Zajišťuje činnost více než 3000 sportovců sdružených v 87 tělovýchovných jednotách, klubech nebo oddílech na území ČR, které provozují 25 sportů od základní až po vrcholovou úroveň.

**Česká federace Spastic Handicap o.s.**<sup>33</sup> je členem mezinárodní organizace CP-ISRA (Mezinárodní asociace pro sport a rekreaci osob s dětskou mozkovou obrnou), jako jediný zástupce pro Českou republiku. Tato mezinárodní organizace je jedním ze zakládajících členů IPC (Mezinárodní paralympijský výbor). Prostřednictvím svého zástupce jsme také členem Českého paralympijského výboru. Toto sdružení se zaměřuje na klientelu s dětskou mozkovou obrnou a to především na děti. Sportovní aktivity tedy nejsou v první řadě zaměřeny na výkonnost, ale mají charakter rekreace. Díky tělovýchovným jednotám mají tak lidé s dětskou mozkovou obrnou možnost poměřit své síly ve sportech jako je boccia, curling, lukostřelba, atletika, a další.

---

<sup>32</sup> [www.cstps.cz](http://www.cstps.cz)

<sup>33</sup> [www.spastic.cz](http://www.spastic.cz)

## 6 Adrenalinové sporty

Adrenalinové sporty jsou záležitostí posledních několika let, kdy zažívají velký boom a v podstatě každý si dnes může zažít pár vteřin adrenalinu. Překonat sám sebe, dokázat si, že na to má nebo jen zažít něco jedinečného, co jsme doposud nevyzkoušeli. Tyto sporty lidé neprovozují proto, aby udělali něco pro své zdraví, ale proto, aby zažili vzrušení, které je spojené s jistou dávkou nebezpečí. Hlavním cílem je zvýšená hladina adrenalinu, který nás zaplavuje napětím, následným uvolněním a pocitem štěstí. Sport tělesně postižených jako takový je pro širší veřejnost známý a dnes už ničím neobvyklým. Plavec nebo lyžař bez končetiny nás už nepřekvapuje. S adrenalinovými sporty je však neustále spojen mýtus o fyzické a možná i psychické zdatnosti. To je důvod, proč nejen intaktní, ale především sami zdravotně postižení lidé tento druh „zábavy“ nikdy nezakusí. Ti, kteří jej provozují, z řad handicapovaných, jsou většinou sami iniciátoři a „vynálezci“ speciálních pomůcek a zařízení k jejich provozování. Nedílnou součástí je finanční náročnost, která se bohužel netýká jen adrenalinových sportů. U některých sportů, jako například tandemový seskok, nepotřebujete žádné speciální úpravy. Za to freeridové lyžování, kde lyže monoski se pohybuje v řádu sto tisíc korun, je hodně drahý sport. V České republice je toto sportovní odvětví teprve v základech a předpokládám, že jen velmi malá část tělesně postižené společnosti měla nebo má možnost si jej vyzkoušet.

### 6.1 Adrenalin

Podle Hartla, Hartlové<sup>34</sup> je adrenalin, jinak také amin nebo epinefrin, hormon ze skupiny katecholaminů, který se tvoří v dřeni nadledvin. V nervovém systému má funkci neurotransmiteru. To znamená, že způsobuje stažení cév hladkého svalstva, vylučování potu, zrychlení srdeční frekvence a zvyšování

---

<sup>34</sup> Hartl, Hartlová, 2000.

hladiny cukru v krvi. K jeho zvyšování dochází při afektech a stresu. Podle MUDr. Ondřeje Vojtěchovského<sup>35</sup> však adrenalinové sporty nejsou líbivé kvůli adrenalinu, ale souvisí s jinou skupinou hormonů, a sice s endorfiny. Vojtěchovský<sup>36</sup> dále uvádí, že lidé se čím dál častěji vystavují stresujícím situacím a naše hladina adrenalinu je neustále vysoká. Proto jsou vyhrocené situace jedinou možností, aby stabilně zvýšená hladina adrenalinu zaznamenala vůbec nějaký výkyv a vybudila endorfiny. Nutností přitom nejsou extrémní situace, kde by nám šlo o život, ale pravidelná přiměřená fyzická námaha. Pouze u netrénovaného člověka je vyplavení endorfinů do mozku velmi těsně spojeno s vyplavením adrenalinu. S rostoucí vytrvalostní trénovaností začne mozek vylučovat endorfiny bez pomoci adrenalinu i při nižších než maximálních intenzitách zátěže i zážitku. Kýžené libé pocity tedy začneme pociťovat, aniž by nám neustále šlo o život či hrozilo totální vyčerpání.

## 6.2. Vodní sporty

Díky zeměpisným podmínkám jsou vodní adrenalinové sporty u nás mnohem méně zastoupené, než například v přímořských státech.

### 6.2.1 Vodní lyžování

„Vodní lyžování je individuální sport prováděný na vodních lyžích s použitím tažného člunu nebo vleku. Provádí se v areálech vodního lyžování na stojaté i tekoucí vodě (včetně mořské) se speciálním vybavením.“<sup>37</sup> Vodní lyže pro handicapované se skládají z rámu sedáku s nastavitelným upevněním na plovák, který je doplněn polstrováním a ušitou sedačkou. Jako plovák slouží

---

<sup>35</sup> Vojtěchovský, O., 2010.

<sup>36</sup> Tamtéž

<sup>37</sup> [www.cwsf.cz](http://www.cwsf.cz)

starší prkno na wakeboarding, které má větší vztlak a je vhodnější pro začátečníky.<sup>38</sup>

### 6.2.2 Jachting

Dalším adrenalinovým sportem, který se dá provádět na vodě je jachting. Někomu se může zdát, že tento druh sportu nepatří mezi adrenalinové, ale plavba na otevřeném moři, kde se musíte spoléhat na sebe a svoje schopnosti dokáže vyplavit hodně adrenalinu. Moře a voda vůbec jsou pro handicapované lidi ideálním prostředím pro svobodnější pohyb a současně prospívá jejich zdravotnímu stavu.<sup>39</sup> Bohužel s bezbariérovými jachtami se příliš často nesetkáme. Nemají dostatek prostoru pro volný pohyb na jachtě, přístup na pevninu popřípadě do vody. Je však možné si speciálně upravenou jachtu zapůjčit v některých přímořských letoviscích.

### 6.2.3 Rafting

Pro spoustu lidí je plavba na vodě aktivitou, která se neprovozuje každý den. Rafting na divoké řece je však opravdovým zážitkem, při kterém se zažívají pocity strachu a napětí při projíždění peřejemi až po radost z krás okolí. Pro sjezd tělesně postižených se většinou využívá vícemístných raftů, zejména osmimístné oválné nafukovací čluny se samovylévacím dnem. Posádka sedí na bočních válcích, kde její stabilitu zvyšují úchyty na nohy. Posádku raftu tvoří zpravidla 4-8 účastníků, řídí se pokyny zkušeného vůdce člunu. Plavba na člunech dvoumístných je oproti předchozí určena pouze účastníkům s dobrou fyzickou kondicí, kteří jsou dobrými plavci, kteří již mají znalosti s ovládáním lodi a zkušenosti s jízdou na divoké vodě.<sup>40</sup>

---

<sup>38</sup> [www.adrenalinbb.cz](http://www.adrenalinbb.cz)

<sup>39</sup> Tamtéž

<sup>40</sup> [www.mineralfit.cz](http://www.mineralfit.cz)

## 6.2.4 Potápění

Nejen volný pohyb na vodě, jako je tomu u jachtingu, ale také pod ní má příznivý vliv na člověka. Na chvíli se stanete součástí světa, kde nemusíte stát na vlastních nohou. Potápění umožňuje svobodu a pohyb. U nás se potápěním pro tělesně postižené zabývá Občanské sdružení Restart<sup>41</sup>, které nabízí potápěčské kurzy a to jako bazénové přístrojové potápění nebo ve volné přírodě (v moři) pro paraplegiky, kvadruplegiky i jiná tělesná postižení.

Potápění můžeme provozovat:

S pomocí přístrojů v bazénu nebo ve volné přírodě

Šnorchlování, umožňující menší ponor

Freediving, neboli potápění na nádech

## 6.3 Motorové sporty

Jinak také motor sporty, do kterých patří především čtyřkolka, downhill čtyřkolka a motocykl. Motorových sportů je na výběr mnohem více, ale pro osoby s tělesným postižením jsou přístupné především tyto tři.

### 6.3.1 Downhill čtyřkolka

„Podstatou downhillu je projet určenou trasu s přírodními, občas i s uměle vybudovanými překážkami. Celá trať je umístěna na svahu s téměř nulovým podílem rovinek a stoupání, se kterými se v podstatě setkáváme jen jako s nájezdy na skok. Skládá se z odpruženého rámu, nezávisle zavěšených kol, řídicích s brzdami a skořepiny (sedačky).“<sup>42</sup>

---

<sup>41</sup> [www.paraple.cz](http://www.paraple.cz)

<sup>42</sup> [www.adrenalinbb.cz](http://www.adrenalinbb.cz)

### 6.3.2 Čtyřkolka

Čtyřkolka se v posledních letech zařadila na přední příčky adrenalinových zážitků a to jak pro intaktní společnost, tak pro osoby s tělesným postižením. S terénní čtyřkolkou začne adrenalin stoupat teprve tehdy, když se dostaneme do přírody, kde každá nerovnost a výmol jen zvyšuje napětí a požitek z jízdy. Navíc umožňuje přístup prakticky kamkoliv, kam by se člověk s vozíčkem jen těžko dostával. Člověk s postižením dolních končetin tak může sám vyrazit do přírody, aniž by byl neustále vázán na pomoc jiné osoby. Jejich výhodou je ruční ovládání a stabilita na rozdíl od motocyklů.

### 6.3.3 Motocykl

Občanské sdružení Adrenalin bez bariér nabízí 1. český prototyp motocyklu na ruční ovládání. „Tato úprava umožňuje bez pomoci nohou ovládat a řídit motocykl a umožňuje tak lidem s fyzickým handicapem zažít pocit rychlosti a nespoutanosti na jednostopém vozidle nebo se k němu vrátit. Nejedná se o zásadní úpravu motocyklu a není potřeba žádný zásah do jeho konstrukce. Jde spíše o speciální přídavné vybavení. Zmíněná přestavba se dá použít na jakoukoliv motorku.“<sup>43</sup> Úprava spočívá v předělání motocyklu a přidání tří základních prvků. Prvním jsou stabilizační kolečka. „Pomáhají nechodícím při rozjezdu a zastavování a dovolují pohyb v minimálních rychlostech. Jakmile se rychlost zvýší, řidič je ovladačem na řídkách zvedne nebo naopak.“<sup>44</sup> Dalším důležitým prvkem je zadní brzda, která je vyvedena na ruku. Poslední důležitou součástí je kliktronic. Pulzní elektromotor, který je přimontován na nožní radičku. Tak se lehce dá dvěma tlačítky ovládat rychlost a stupeň zařazení.<sup>45</sup>

---

<sup>43</sup> Tamtéž

<sup>44</sup> Tamtéž

<sup>45</sup> Tamtéž



## 6.4 Vzdušné sporty

Tato kapitola obsahuje sporty, které pro svůj pohon využívají vítr nebo jsou přímo provozované ve vzduchu, jako například tandemový sesko

### 6.4.1 Tandemový seskok

Tandemové seskoky jsou dnes již běžně dostupným adrenalinovým zážitkem pro osoby s tělesným postižením. Není zde potřeba speciálních pomůcek a úprav, které často omezují provozování jiných sportů. Seskok z letadla probíhá přibližně ve 4200 metrech nad zemí, kdy klient vyskakuje z letadla upoután ke svému tandem pilotovi a dosahují rychlosti přes 200 km/h.

### 6.4.2 Paragliding vozíčkářů

Paragliding je další možností, jak překročit hranici svých možností a zábran. K tomuto zážitku je však potřeba speciálního vozíčku, tzv. „parakára“<sup>46</sup>, která je speciálně sestavena pouze pro tandemové létání. Její vzletnutí umožňuje padák připevněný k vozíku. Ten ovládá druhá osoba za vozíkem. Paragliding se však nemusí provádět v tandemu, ale v tom případě jsou zapotřebí kurzy a proškolení, jako při běžném paraglidingu. Díky Sportovnímu klubu vozíčkářů ve Frýdku-Místku<sup>47</sup>, kteří se o jeho sestavení zasloužili, tak mohou osoby s paraplegií rozšířit své adrenalinové aktivity.

---

<sup>46</sup> [www.ceskydomov.cz](http://www.ceskydomov.cz)

<sup>47</sup> [www.skvfm.com](http://www.skvfm.com)

### 6.4.3 Blokarting

„Blokart je lehká rámová tříkolka, původem z Nového Zélandu, která využívá ke svému pohonu sílu větru.“<sup>48</sup> V podstatě se jedná o pozemní jachting. Ideální pro rekreační i sportovní účely bez ohledu na věk, pohlaví, vzrůst a především vhodná pro osoby s postižením dolních končetin. Dá se použít nejen na kolech (povrh - písek, asphalt, tráva,...), ale v zimě i na bruslích na jakékoliv zamrzlé vodní ploše.<sup>49</sup> „Základem celého vozítka je ocelový rám s pevným dnem se sedačkou pilota, do něhož je zapuštěn stěžeň plachty.“<sup>50</sup> V České republice se tento sport objevuje jen zřídka a proto je pro většinu paraplegiků spíše nedostupný.

### 6.4.5 Kiting

Rozdíl mezi blokartem a kitem je v tom, že pro pohyb kitu se používá velký tažný drak, který svoji silou táhne člověka a to ať už po zemi (landkiting), vodě (kitesurfing) nebo na sněhu (snowkiting). Drak se podobá menšímu padáku či křídlu pro paragliding. Pro kiting je opět potřebná speciální úprava vozíku nebo plováku, pro pohyb v terénu nebo na vodě. Nedílnou součástí je také zdokonalení techniky kitingu handicapovaných, kdy nesmíme zapomínat na fyzické dispozice člověka.<sup>51</sup>

## 6.5 Ostatní sporty

Tato kapitola zahrnuje výčet sportů, které nelze jednoznačně zařadit do konkrétní kategorie

---

<sup>48</sup> Rakovan, 2008.

<sup>49</sup> [www.adrenalinbb.cz](http://www.adrenalinbb.cz)

<sup>50</sup> Rakovan, 2008

<sup>51</sup> [www.adrenalinbb.cz](http://www.adrenalinbb.cz)

### 6.5.1 Freeridové lyžování

Freeride, nebo-li jízda ve volném terénu. To je hlavní důvod, proč se freeridové lyžování liší od toho klasického. Lyžování osob s tělesným postižením můžeme dělit podle druhu postižení.

**Lyžování se ztrátou dolní končetiny** – provozuje se pouze s jednou lyží. „Stabilitu udržuje monolyžař pomocí tzv. stabilizátorů, což jsou zkrácené, speciálně upravené francouzské hole zakončené krátkými lyžemi. Stabilizátory slouží k udržení rovnováhy, při jízdě v obloucích k vyvolání impulsu při zahájení oblouku a nakonec také k brždění. Lyže na stabilizátorech se dají sklopit, takže lyžaři zároveň slouží jako hůlky k odpichování dopředu i dozadu.“<sup>52</sup>

**Lyžování se ztrátou obou dolních končetin nebo ztrátou jejich hybnosti** – jejich historie je poměrně kratší, než u předchozí skupiny, protože k lyžování potřebují speciální sportovní nástroj „monoski“ nebo také „handiski.“<sup>53</sup> „Monoski se skládá z jedné běžné lyže (vybíráme ji podle váhy a technické vyspělosti lyžaře), na které je upevněna v silném vázání nosná konstrukce s tzv. skořepinou, ve které je lyžař posazen. Kostra je vyrobena z hliníkových trubek, skořepina se vyrábí z kevlaru nebo sklolaminátu. Tyto materiály zajišťují pasivní bezpečnost monoski, to znamená bezpečnost při pádech. Aktivní bezpečnost je zajištěna dobrými jízdními vlastnostmi monoski, která je dána konstrukcí a použitím kvalitního nastavitelného plynokapalinového tlumiče. Tlumič lze nastavit podle členitosti terénu do sedmi poloh. Na skořepině jsou upevněny podle individuální potřeby lyžaře fixační pásy, které nahrazují nefunkční svaly (břišní) a fixují nehybné nohy proti případnému nežádoucímu vychýlení.“<sup>54</sup> K udržování stability se opět využívá stabilizátorů. Další možností je takzvaná „biski“. „Nabízí více možností pro osoby s těžkým postižením. Je

---

<sup>52</sup> [www.monoski.info](http://www.monoski.info)

<sup>53</sup> Klouček, 2007.

<sup>54</sup> [www.monoski.info](http://www.monoski.info)

dostupná pro všechny lyžaře, všech věkových kategorií, dovedností a velikostí. Skládá se ze dvou lyží, konstrukce s hydraulickým zvedákem, kovové konstrukce a umělohmotné sedačky.<sup>55</sup>

### 6.5.2 Mountain Bike

Zkráceně také MTB cyklistika se liší od běžné paracyklistiky tím, že se provádí ve volné přírodě. „Horská cyklistika je pro cyklistu s handicapem mnohem náročnější než pro ostatní cyklisty. Nejen že se v náročném terénu projeví snížená výkonnost, ale hlavně technické pasáže jsou mnohdy spojené s hranicí možného.“<sup>56</sup> Pro tento sport je, jako u mnohých předchozích, zapotřebí speciálních kol nebo jejich úprav. Na trhu se můžeme setkat s tricyklem (kolo pro lidi s narušenou rovnováhou) a handbikem (kolo na ruční pohon).<sup>57</sup>

### 6.5.3 Paintball

„Paintball je moderní, rychle se rozvíjející adrenalinový sport, ve kterém není ani tak důležitá fyzická kondice a síla, ale především schopnost přemýšlet, rychle se rozhodovat a spolupracovat v týmu.“<sup>58</sup> Proti sobě hrají dva týmy a cílem hry je získat vlajku soupeře, ubránit vlastní vlajku a zároveň vyřadit co nejvíce protihráčů pomocí speciální značkovací zbraně s želatinovými kuličkami.<sup>59</sup> Pro osoby s hendikepem je tento sport však do jisté míry omezen prostředím, ve kterém se hraje. Využívá se speciálních hřišť postavených z nafukovacích překážek. Za ty se schovávají hráči a jejich pomocníci, kteří pouze manipulují s vozíkem a pomáhají při přemísťování.

---

<sup>55</sup> Tamtéž

<sup>56</sup> Helmich, M., 2011.

<sup>57</sup> [www.cernikone.cz](http://www.cernikone.cz)

<sup>58</sup> Co je to vlastně paintball?, 2005.

<sup>59</sup> Tamtéž

#### 6.5.4 Horolezectví

Horolezectví (klasické horolezectví) je pohybem v náročném horském a nebo vysokohorském terénu, k němuž je zapotřebí speciálního vybavení i lezeckých dovedností a využívá v převážné míře mobilních jistících pomůcek. Horolezectví můžeme dělit na dvě základní disciplíny, klasické a sportovní. Klasické horolezectví, představuje tuto disciplínu v původním pojetí - tedy pohyb v horách a sportovní slučuje lezecké techniky a až akrobatické prvky. Sportovní lezení tak představuje lezení na umělých stěnách, bouldering a skalní lezení, drytooling aj. Trasy výstupů tak nemusí v tomto případě vést ani v horském a ani vysokohorském prostředí.<sup>60</sup>

Pro osoby s tělesným postižením se tento druh adrenalinového sportu stal velmi žádaným a především dostupným. Není potřeba speciálních úprav, pouze běžná výbava určená k lezení.

#### 6.5.5 Lanové dráhy

Lanová centra už nejsou tak novým a neznámým adrenalinovým sportem. Pro intaktní společnost představují sport, ve kterém se především uplatňuje fyzická náročnost a také obratnost. Lanové překážky jsou umístěny buď mezi stromy a nazývají se jako nízká lana, nebo jsou připevněny na speciální dřevěné konstrukci a označují se jako lana vysoká.<sup>61</sup> Pohybují se tedy ve výšce od půl metru do 20 metrů nad zemí a jejich úkolem je odbourávat strach z výšky a překonávat sám sebe. Pro osoby s tělesným postižením by byla tato aktivita příliš náročná a v mnoha případech neuskutečnitelná. Aby tito lidé také poznali, jaký je to pocit, být několik metrů nad zemí, existují speciálně upravené dráhy, které umožní i vozíčkářům tento zážitek. Hodně oblíbenou atrakcí je sjezd na kladce, který je často prováděný nad vodní plochou.

---

<sup>60</sup> Co je to treking?, 2010.

<sup>61</sup> [www.outdooraktivita.cz](http://www.outdooraktivita.cz)

### 6.5.6 Bungee jumping na vozíčku

Od klasického bungee jumpingu se liší pouze tím, že osoba „skáče“ i s vozíčkem. Lano je připevněno speciálními popruhy jak k osobě samé, tak k vozíku. Aby se skok mohl uskutečnit, je zapotřebí několik dalších osob, které před samotným skokem vozíček drží do té doby, než je dotyčný připraven skočit.<sup>62</sup> U nás se tento sport pro osoby s tělesným postižením neprovozuje a trůfám si říci, že ještě dlouho nebude.

Klasický bungee jumping u osob s tělesným postižením je možné také realizovat, ale zde platí přísná pravidla, pro které je tento duh sportu pro většinu zapovězený. Například těžké operace páteře nebo končetin, onemocnění srdce, těžkých úrazech či jiných vážných onemocněních.<sup>63</sup>

## 7 Adrenalinové sporty v České republice

V České republice se momentálně na adrenalinové sporty, pro osoby s jakýmkoliv postižením, nikdo přímo nezaměřuje. V roce 2005 vzniklo občanské sdružení **Adrenalin bez Bariér**, které snažilo umožnit všem lidem s jakýmkoliv postižením prožít adrenalin na vlastní kůži. Sdružení vzniklo z iniciativy samotných tělesně postižených, kteří buď v životě adrenalinový sport zakusili a po svém úrazu již neměli možnost jej dále provozovat nebo ze zvědavosti a vzrušení, které adrenalinové sporty nepochybně vzbuzují. Adrenalin bez Bariér se snažil o zpřístupnění těchto sportů široké veřejnosti z řad zdravotně postižených a zejména s postižením hybnosti. Jejich cílem bylo propojení handicapované a „zdravé“ populace a bourání pomyslných bariér a předsudků ve společnosti, kde stále mnohdy převládá názor, že postižení nemohou podobné aktivity vykonávat. Spolupracovali s dalšími sdruženími, jako například „Černí

---

<sup>62</sup> [www.whistlerforthe-disabled.com](http://www.whistlerforthe-disabled.com)

<sup>63</sup> [www.daruj-radost.cz](http://www.daruj-radost.cz)

koně“, se kterými pořádali sportovní akce po celé republice. V prosinci 2010 však byla činnost Adrenalinu bez Bariér ukončena.<sup>64</sup>

Dalším sdružením, která se zaměřuje na sport handicapovaných je nezisková organizace **Černí koně**. Za svůj cíl si bere rozvoj cyklistiky handicapovaných a úplné propojení s běžnou cyklistikou. Hlavním projektem je realizace oficiálního Českého poháru handicapovaných v horské cyklistice, čímž se snaží dosáhnout integrace paracyclingu do cyklistiky jako celku.<sup>65</sup>

**Sportovní club Jedličkova ústavu Praha** umožňuje vykonávat množství sportů pro tělesně handicapované osoby, ale především ve spolupráci s organizací Outdoor Aktivity pořádají akce jako je slaňování hradeb Vyšehradu nebo překonávání lanových drah.<sup>66</sup>

Co se týká adrenalinu na vodě, je přední organizací v České republice **Rafting Club Handicap, o.s.** Hlavní náplní je sport a aktivní trávení volného času handicapovaných. Bohužel toto sdružení se nachází pouze v Praze a proto je pro mimopražské tento sport těžko dostupný.<sup>67</sup>

Za „pokračovatele“ Adrenalinu bez bariér se jistě může považovat **Sportovní klub vozíčkářů Frýdek-Místek**. Klub se zaměřuje zejména na cyklistiku handicapovaných, ale nabízí i adrenalinové vyžití v podobě paraglidingu vozíčkářů, blokartingu nebo kiteboardingu. Každoročně pořádají „Handicamp“, což je netradiční týdenní pobyt pro rodiny se závažně tělesně postiženými dětmi, kde je možnost si právě adrenalinové sporty vyzkoušet.<sup>68</sup>

**Motoklub Vozíčkářů ČR o.s.** se, jak je již z názvu zřejmé, zabývá motorovými sporty handicapovaných. Sem patří jak samotné motocykly, tak především čtyřkolky. Cílem je informovanost o možnostech pohybu na čtyřkolkách a poradenství při výběru a nákupu vlastní. Sdružení se zaměřuje na pořádání motorkářských srazů a zájezdů. Už tříletou tradici má akce s názvem

---

<sup>64</sup> [www.adrenalinbb.cz](http://www.adrenalinbb.cz)

<sup>65</sup> [www.cernikone.cz](http://www.cernikone.cz)

<sup>66</sup> [www.jus.cz](http://www.jus.cz)

<sup>67</sup> [www.raftingclubhandicap.cz](http://www.raftingclubhandicap.cz)

<sup>68</sup> [www.skvfm.com](http://www.skvfm.com)

Cross country pro vozíčkáře, kde se mohou setkat nejen s lidmi se stejnou vášní pro motorové sporty, ale také utkat v závodě na čtyřkolkách.<sup>69</sup>

Potápěním pro vozíčkáře se v České republice zabývá **Občanské sdružení Restart**, které realizuje potápění ve volné vodě nebo v moři. Ve spolupráci s Centrem Paraple v rámci sportovních aktivit nabízí bazénové a přístrojové potápění pro para a kvadrupleiky, ale také získání kvalifikace Potápěč paraplegie a kvadruplegie.<sup>70</sup>

Dalším občanským sdružením je **Horolezecký oddíl MATAHARI, o.s.**, jejichž cílem je zprostředkování sportovního vyžití a za pomoci sponzorů pak docílení snad úplné minimalizace nákladů, které jsou spojeny s tímto sportem. Stejně jako Sportovní klub vozíčkářů Frýdek Místek pořádá Handicamp, tak MATAHARI organizuje již tradiční horolezecké víkendy pro mládež se zdravotním postižením.<sup>71</sup>

---

<sup>69</sup> [www.mkvcr.cz](http://www.mkvcr.cz)

<sup>70</sup> [www.paraple.cz](http://www.paraple.cz)

<sup>71</sup> [www.homatahari.cz](http://www.homatahari.cz)



## **Praktická část**

### **8 Cíl a metody výzkumného šetření**

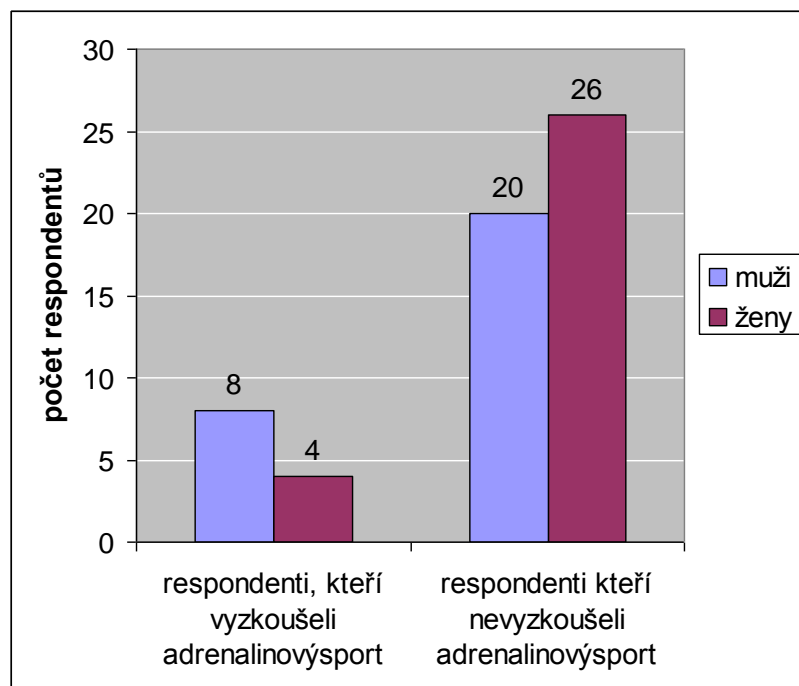
Cílem výzkumného šetření bakalářské práce je zjistit, zda-li osoby s tělesným postižením v Olomouckém kraji někdy vyzkoušeli jakýkoliv adrenalinový sport a mají povědomí o tom, kde se tento druh sportu v České republice provozuje.

Výzkumné šetření je založeno na výsledcích z dotazníků, které jsem zaslala do organizací, pracujících s osobami s tělesným postižením.

#### **8.1 Výzkumný vzorek**

Výzkumným vzorkem byli muži a ženy různého věku, kteří mají tělesné postižení. Ty jsem obeslala pomocí center zdravotně postižených v Šumperku, Zábřehu na Moravě, Olomouci a Přerově. Dále byli respondenti zaměstnanci ze závodu OBZOR Šumperk a několik internetových uživatelů sítě facebook. Výzkum byl prováděn v rámci Olomouckého kraje. Z 80 zaslaných dotazníků se mi zpět vrátilo 58.

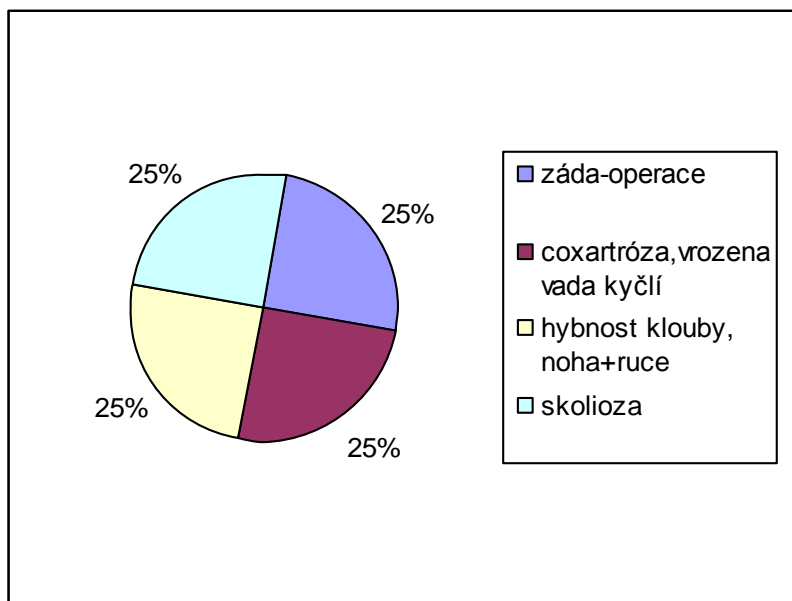
Z celkového počtu respondentů 58 se zúčastnilo 30 žen a 28 mužů. Největší zastoupení žen i mužů bylo v kategorii 56let a více. Nejméně obsazenou skupinou byl věk od 15-25 let, do které navíc spadali pouze respondenti mužského pohlaví. Druhou nejobsazenější skupinou byl věk 36-45, kde muži a ženy byly v poměru 7:5. Muži a ženy v kategorii 46-55 let byly v opačném poměru, jako předchozí, tedy 5:7. Předposlední skupinou byl věk 26-35, kde mužská a ženská populace byla téměř ve shodě, tzn. 4 muži a 5 žen.



**Graf č.1: Počet respondentů adrenalinových sportů**

První graf uvádí počty dotazovaných mužů a žen, kteří vyzkoušeli nebo nevyzkoušeli jakýkoliv adrenalinový sport. Z 28 dotazovaných mužů pouze 8 odpovědělo, že jej někdy vyzkoušelo a zbylých 20 mužů ne. U žen byl tento poměr ještě menší. V případě vyzkoušení adrenalinového sportu byl počet žen oproti mužům poloviční, tzn. 4 ženy. Zbylých 26 jej nikdy nevyzkoušelo.

Pro mě nepřekvapující je fakt, že kategorie mužů, jež vyzkoušeli adrenalinový sport je početnější než kategorie žen. Muži obecně rádi více riskují a dokazují si své osobní hranice oproti ženám. Díky tomu, že se v Olomouckém kraji nenachází žádná mnou výše jmenovaná organizace, která by se přímo zabývala adrenalinovými sporty u tělesně postižených, nemají k nim tyto lidé přístup a možnost si je vyzkoušet.



**Graf č. 2: Tělesné postižení a adrenalinové sporty – ženy**

Graf číslo 2 je zaměřený tělesné postižení u žen, které vyzkoušeli adrenalinový sport. U každé dotazované ženy byl jiný druh postižení.

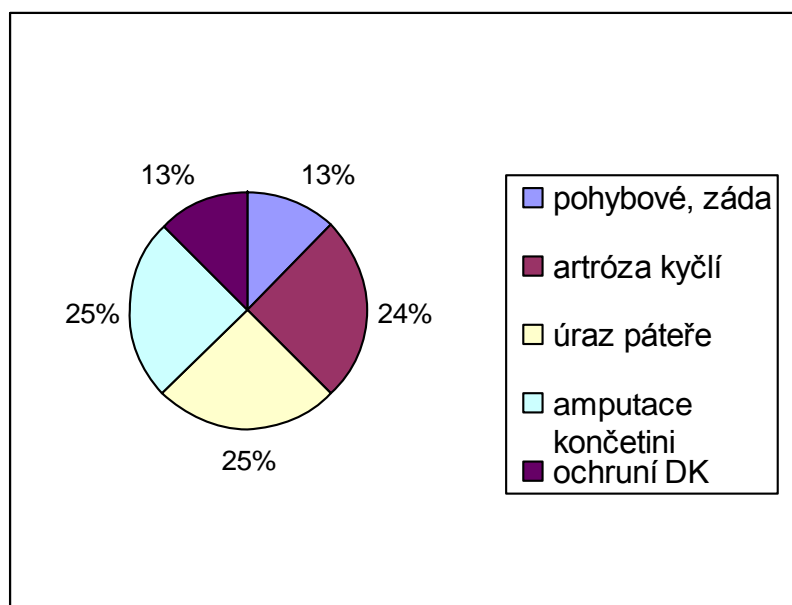
První žena byla ve věku 46-55 a byla po operaci zad. Tato žena v dotazníku uvedla, že adrenalinový sport, který vyzkoušela, bylo potápění. Místo provozování byla Praha. Jako místo nebo spolek, kde se dále adrenalinové sporty provádějí uvedla, že neví.

Druhá žena, která uvedla přímo svůj věk 60 let, měla koxartózu. Při takovém věku a druhu postižení bych nepředpokládal, že vůbec nějaký adrenalinový sport vyzkoušela. Tato žena uvedla do kolonky sportu bobovou dráhu, kterou měla možnost zkusit v Peci pod Sněžkou. Na tomto příkladu si můžeme ověřit, že i adrenalinové sporty běžně dostupné, nejsou tělesně postiženým zcela odepřeny. Pokud by měla tu možnost, chtěla by si vyzkoušet další sport, ale jako předchozí respondentka neví, kde by se k nim dostala.

Další žena trpěla omezenou hybností kloubů na dolních i horních končetinách a jako svůj věk uvedla kategorii 36-45. V Jeseníkách si vyzkoušela tandemový skok padákem a ten by si chtěla také znovu zopakovat. Nicméně další místa adrenalinových sportů pro handicapované nezná.

Poslední žena uvedla, jako svoje tělesné postižení, skoliózu. Tato žena byla nejmladší ze čtyř respondentek, zaškrtnla kategorii 26-35 let. Adrenalinovým sportem, který uvedla byla jízda na čtyřkolce, kterou si vyzkoušela v zahraničí. Tím pádem byla odpověď stejná, jako u předchozích a to, že o organizacích v České republice nemá tušení. Jinak by si ráda vyzkoušela další sport.

Touto položkou v dotazníku jsem chtěla zjistit, s jakým typem postižení si lidé adrenalinový sport vyzkoušeli. Bohužel z malého počtu respondentek by bylo velmi neobjektivní tvrdit, že určitý typ postižení se hodí pro určitý adrenalinový sport. Zvláště pak, když každá z dotazovaných měla jiný handicap.



Graf č. 3: Tělesné postižení a adrenalinové sporty – muži

První muž ve věku 62 let, uvedl jako svůj handicap omezenou hybnost zad. V Chorvatsku si vyzkoušel potápění a rád by se projel na čtyřkolce. Bohužel žádný spolek nebo sdružení provozující adrenalinové sporty v České republice nezná.

Další muž, kategorie 36-45 let, si zakusil adrenalinový sport také v Chorvatsku, tentokrát potápění a to s artrózou kyčelního kloubu. Tento sport by si chtěl, pokud možno, ještě zopakovat spolu s tandemovým seskokem. Nicméně jako zatím všichni předchozí dotazovaní, neuvádí žádnou další organizaci, kde by si přání mohl vyplnit.

V kategorii 36-45 let se shodným handicapem byli dva muži. První po úrazu páteře, který si na Šumavě vyzkoušel jízdu na čtyřkolce. Také nevěděl o jiných místech adrenalinového vyžití a ani nevedl, jestli by si chtěl jiný sport zkusit.

Druhý, ze stejné kategorie, si díky Centru Paraple v Praze zkusil bazénové potápění, které by si rád zopakoval. Díky své zkušenosti uvedl právě centrum Paraple jako místo, kde se s adrenalinovým sportem může setkat

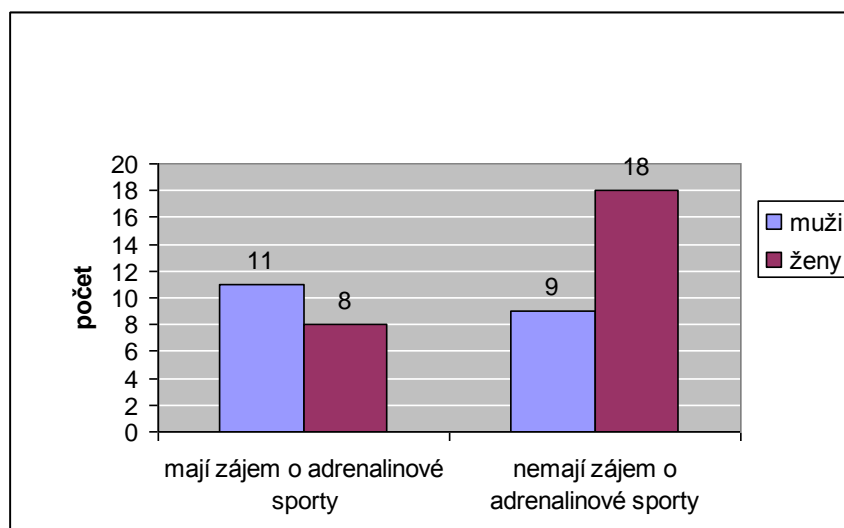
Třetím v pořadí je muž z nejmladší kategorie, 15-25 let. S amputací končetiny, kterou uvedl jako své postižení, měl možnost si vyzkoušet tandemový

seskok v Prostějově. O dalších možnostech, kde si vyzkoušet adrenalinové sporty neví.

Amputace levé dolní končetiny pod kolenem byla uvedena u muže ve věku 46-55 let. Ten si ve Francii skočil bungee jumping. V České republice však o těchto sportech neví.

V kategorii 26-35 let si s ochrnutím obou dolních končetin vyzkoušel dotazovaný muž paragliding ve Frýdku-Místku. Jiné místo, kromě již zmiňovaného Frýdku-Místku, však nevedl.

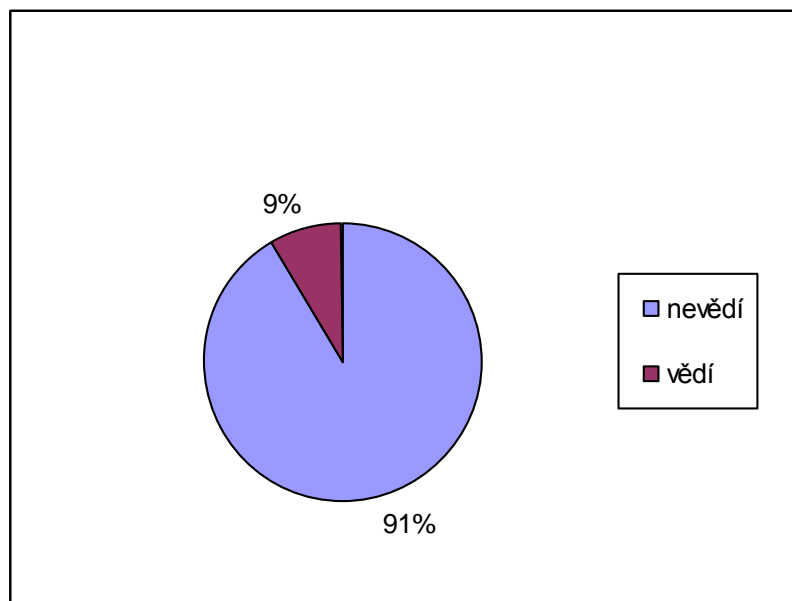
Posledním respondentem byl muž ve věku 46-45 let s omezenou hybností kloubů. Jako adrenalinový sport uvedl jízdu na čtyřkolce, kterou si vyzkoušel v Chrastu. Pokud by chtěl zkusit jiný sport, neví, kde by se k němu dostal.



**Graf č. 4: Respondenti, mající zájem o adrenalinové sporty**

Tento graf udává počet respondentů, kteří dosud nevyzkoušeli žádný adrenalinový sport a mají nebo nemají zájem jej vyzkoušet. Počet mužů, kteří by jej rádi vyzkoušeli a těch, kteří o adrenalinové sporty nemají zájem byl v podstatě vyvážený - 11:9. Zato poměr žen, které mají a nemají zájem vyzkoušet adrenalinový sport, byl výrazně v nepoměru a to 8:18.

Celková hybnost člověka s vyšším věkem klesá a díky tomu, že většina respondentů bylo středního až pokročilého věku, dá se předvídat, že zájem o adrenalinové sporty nebude tak výrazný, jako u mladších osob s tělesným postižením.



**Graf č. 5: Povědomí o adrenalinových sportech v ČR**

Poslední graf ukazuje povědomí o adrenalinových sportech pro osoby s tělesným postižením a jejich dostupnost v České republice. Z grafu je na první pohled zřejmé, že drtivá většina dotazovaných neví, kde by v České republice adrenalinové sporty našla a mohla je tak využít. Výsledek pro mě nebyl překvapující, protože jsme tento fakt očekávala.



## 8.2 Rozbor otázek položených v dotazníku

### **Otázka č.1.: Druh tělesného postižení?**

Druhy tělesných postižení byly nejrůznější, ale také se často opakovaly. Díky této otázce v dotazníku jsem chtěla zjistit s jakým typem postižení si osoby adrenalinový sport vyzkoušely. Vyskytovala se častá odpověď, že díky svému postižení, člověk právě adrenalinový sport nemůže provozovat. Podle mého názoru je tato odpověď podmíněná pouze nedostatečnou informovaností o dostupných adrenalinových zážitcích.

### **Otázka č. 2: Zkusil/a jste někdy adrenalinový sport?**

Z celkového počtu respondentů, tj. 58, adrenalinový sport vyzkoušelo pouze 12 osob. Z toho 8 mužů a 4 ženy. Myslím si, že v tomto případě sehrál věk respondentů značnou roli. Protože nejvíce dotazovaných bylo ve věku 56 a více, je pravděpodobnost, že vyzkoušeli nebo by chtěli vyzkoušet jakýkoliv adrenalinový sport, menší. Kdyby bylo více dotázaných z řad mladší generace, výsledky by byly zřejmě objektivnější a různorodé.

### **Otázka č. 3: Jaký adrenalinový sport jste vyzkoušel/a?**

Potápění	4 respondenti
Jízda na čtyřkolce	3 respondenti
Tandemový seskok	2 respondenti
Bobová dráha	1 respondent
Paragliding	1 respondent
Bungee jumping	1 respondent

Z šetření vyplynulo, že lidé v Olomouckém kraji měli možnost vyzkoušet potápění, jízdu na čtyřkolce a tandemový seskok jako nejčastější využívané adrenalinové sporty. Z 12 respondentů 4 uvedli, že adrenalinový sport provozovali v zahraničí.

**Otázka č. 4: Pokud jste žádný adrenalinový sport nevyzkoušel/a, chtěl/a byste jej vyzkoušet?**

Otázka měla sloužit k průzkumu, jestli lidé s tělesným postižením mají zájem o adrenalinové sporty. Díky velmi malé nabídce v Olomouckém kraji tak nemají příležitost se k těmto sportům dostat a musí cestovat mnoho kilometrů, aby si je mohli vyzkoušet.

**Otázka č. 5: Kde jste adrenalinový sport provozoval/a?**

Touto otázkou jsem chtěla zjistit, kde se v České republice adrenalinové sporty provozují. Zajímalo mě také, jestli se v odpovědích objeví nějaký sport provozovaný v rámci Olomouckého kraje. Ze všech respondentů byl ve dvou případech uskutečněn tandemový seskok a to v Jeseníkách a v Prostějově. Čtyři respondenti si vyzkoušeli potápění, z čehož dva v Praze a dva v Chorvatsku. Dále byly lokality zastoupeny pouze jedenkrát. Bobová dráha V Peci pod Sněžkou, bungee jumping ve Francii a paragliding ve Frýdku-Místku.

**Otázka č. 6: Víte kde neb kdo (město, organizace,...) adrenalinové sporty pro tělesně postižené osoby provozuje?**

Otázka měla sloužit k výzkumu, jaké je ve společnosti tělesně handicapovaných povědomí o dostupnosti adrenalinových sportů. Drtivá většina dotazovaných neví, kde by ses s tímto sportem setkala, což jsem očekávala.

### 8.3 Závěr z výzkumného šetření

Z výzkumného šetření vyplynulo, že zájemci o adrenalinové sporty, jak mezi muži, tak ženami v Olomouckém kraji, jsou. Malé procento si také mělo možnost tento sport vyzkoušet. Bohužel většina z dotazovaných nemá poněti, kde by se k adrenalinovým sportům mohla dostat a tak je vyzkoušet.

V cizině je tento druh sportu u handicapovaných mnohem dostupnější jak po stránce informací, tak míst, kde se provozují. Když jsem se snažila najít veškeré dostupné informace o adrenalinových sportech, tak nikdy nebyly ve spojitosti s handicapovanými osobami. V České republice je tento druh sportu již na vysoké úrovni a dostupnost nejen informační, ale i vybaveností je velmi dobrá. To však platí pouze pro intaktní společnost. Výběr adrenalinových sportů pro běžnou intaktní společnost je bohatý. Často se tyto aktivity vyskytují v horských střediscích, kde si takto zpříjemňujeme pobyt na horách. Dalším místem, kde můžeme svoje adrenalinové zážitky naplnit, jsou oblasti poblíž popřípadě přímo v centru větších měst. Souvisí to samozřejmě s vyšším počtem obyvatel a rostoucí poptávkou po těchto zážitcích.

Olomoucký kraj má velké město a horská střediska, kde se tyto aktivity opravdu provozují. Bohužel s jejich dostupností pro osoby s tělesným nebo jakýmkoliv jiným postižením, je situace složitější. Prakticky nikde se na žádných internetových stránkách nedočtete, že by vybrané adrenalinové sporty byly také dostupné pro handicapované. A přitom, jak jsem již několikrát uvedla, jsou druhy sportů, pro které není potřeba žádných speciálních úprav ani zařízení.

Domnívám se, že tento fakt pramení z neznalosti provozovatelů a možná jejich nezájmu o tuto problematiku. Je jisté, že tělesně postižených uživatelů bude vždy méně, než zdravých. Ale proč jim neumožnit něco, co provozovatele nebude stát nic navíc? Naopak, díky dobré propagaci, by se jen zvedl zájem a návštěvnost z řad handicapovaných.

Pokud někdo opravdu chce adrenalinový sport provozovat nebo si ho aspoň jednou v životě zkusit, určitě si k němu svoji cestu vždy najde. Ale za jakou cenu?

Běžný zdravý člověk se pro nějaký sport rozhodne, vybere si z opravdu dobré nabídky, která se na našem trhu vyskytuje a může jej vyzkoušet. Osoba s tělesným postižením si sport vybere a má několik možností. Buď se mu chce věnovat natolik, že si za velmi vysoké náklady pořídí vše potřebné k jeho realizaci nebo má štěstí, že se tímto adrenalinovým sportem zabývá nějaká organizace nebo sdružení, které mu jej uskuteční. To je ovšem spojeno často s dalekým cestováním, protože díky velmi malé nabídce v České republice, je tento druh sportu stále ještě v začátcích. Sdružení Adrenalin bez Bariér se snažilo pro tyto příležitosti pořádat několikadenní akce po republice, kde se handicapovaní seznámili s různými adrenalinovými sporty a samozřejmě si je mohli vyzkoušet. Bohužel se akce konaly vždy jen v Čechách. Takže opět dostupnost pro všechny handicapované obyvatele České republiky byla nevyvážená. To je také jistě další důvod, proč v mém průzkumu tolik respondentů neznalo žádné jiné organizace nebo města, kde se sporty provozují.

Čtyři respondenti také uvedli, že si adrenalinový zážitek měli možnost vyzkoušet v cizině, ale o jejich dostupnosti v České republice nevědí. V zahraničí jsou již mnohem více vybaveni na to, že o tyto sporty je zájem také z řad handicapovaných a proto je běžně provozují v turisticky navštěvovaných oblastech.

## **Závěr**

V dnešní době se neustále mluví o integraci handicapovaných, kteří by měli být součástí běžné intaktní společnosti. Zdravý člověk často odpovídá, že handicapovaní lidé mu vůbec nevadí a bere jako součást společnosti. Ovšem jen do té doby, než má pro tyto lidi něco udělat popřípadě jim pomoci. Stačí se podívat kolem sebe, kolik osob na vozíčku potkáme v kině nebo v divadle.

Také děti v dnešní době mají v adrenalinových parcích své atrakce a mohou je tedy provozovat. Proč by si tedy měli lidé s tělesným postižením nechat ujít tento zážitek, když pro intaktní společnost je na našem trhu velmi kvalitní a bohatý výběr adrenalinových sportů?

Můj názor je takový, že handicapovaní nejsou pro většinu provozovatelů sportů dostatečně lukrativní klientelou. Mají často zkreslené informace a vždy je obtížnější se držet s vozíčkem jako pomocník při paintballu tělesně postižených než pouze zapůjčit potřeby k samotné hře zdravých lidí. Překvapující pro mě však byla neznalost ze strany samotných tělesně postižených. Ti často uvádějí, že právě díky svému handicapu nemohou využívat adrenalinových sportů. To však dnes není zcela pravda a pokud je opravdu o nějaký druh adrenalinu zájem, určitě se dá realizovat. Ovšem s pomocí dalších nadšenců a vysokých finančních částek.

Adrenalinové sporty jsou tedy v České republice stále ještě v počátcích, ale věřím, že s rostoucím zájmem se bude nejen počet, ale i kvalita zvyšovat.

## Seznam použité literatury

HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. 1. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303-X

JANKOVSKÝ, J. *Ucelená rehabilitace dětí s tělesným a kombinovaným postižením: Somatopedická a psychologická hlediska*. 2. vyd. Praha: TRITON, 2006. ISBN 80-7254-730-5.

KRAUS, J., ŠANDERA, O. *Tělesně postižené dítě: Psychologie, léčba a výchova*. 2. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1975.

RENOTIÉROVÁ, M. *Somatopedické minimum*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci Pedagogická fakulta, 2002. ISBN 80-244-0532-6

RENOTIÉROVÁ, M., BENDOVIČ, P. *Somatopedie pro učitelství předškolního věku I*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci Pedagogická fakulta, 2005a. ISBN 80-244-1018-4.

RENOTIÉROVÁ, M., BENDOVIČ, P. *Somatopedie pro výchovné pracovníky I*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci Pedagogická fakulta, 2005b. ISBN 80-244-1097-4.

### Internetové zdroje:

BRANDOS, O. Co je to treking, turistika, alpinismus a horolezectví? Definice pojmů. In *Treking.cz*, roč. 2010, [online]. 2010, [cit. 2.4.2011] Dostupné na World Wide Web: < <http://www.treking.cz/treky/alpinismus-treking-turistika.htm>>

*Co je to vlastně paintball?*. [online]. 2005, [cit. 2.4.2011] Dostupné na World Wide Web: <http://www.adrex.cz/paintball/co-je-to-paintball.html>

HELMICH, M. *Český pohár MTB Handicapovaní sportovci 2011*. [online]. 2011, [cit. 2.4.2011]. Dostupné na World Wide Web: <http://www.bikebase.cz/article.php?ARTICLEID=4568&PHPSESSID=86601a2cc7faf337ff19d2d1a9ab9876>

KLOUČEK, J. Lyžování proti nepřízni osudu. In *SKI magazín*, roč. 2007, č. 1, [online]. 2007, [cit. 2.4.2011] Dostupné na World Wide Web: <http://skimagazin.cz/ski/sport/lyzovanim-proti-neprizni-osudu.html>

KUDLÁČEK, M. *Historie a organizace sportu osob s tělesným postižením ve světě a v České republice*. [online]. 2011, [cit. 2.4.2011]. Dostupné na World Wide Web: [http://www.apa.upol.cz/web/index.php?option=com\\_content&view=article&id=199&Itemid=145](http://www.apa.upol.cz/web/index.php?option=com_content&view=article&id=199&Itemid=145)

RAKOVAN, F. Blokart: Adrenalin se silou uragánu!. In *Super.cz*, [online]. 2008, [cit. 4.2.2011] Dostupné na World Wide Web: <http://www.super.cz/clanek/24477-blokart-adrenalin-se-silou-uraganu.html>

SEKOT, A. *Socializace sportem – nezastupitelná součást výchovného procesu*. [online]. 2003, [cit. 2.4.2011]. Dostupné na World Wide Web: <http://www.ped.muni.cz/capv11/default0.htm>

VOJTĚCHOVSKÝ, O. *Adrenalin = hormon poslední záchrany aneb Když se něco velmi nepovede!*. [online]. 2010a, [cit. 4.2.2011]. Dostupné na World Wide Web: <http://www.outdoorguide.cz/adrenalin--hormon-posledni-zachrany-aneb-kdyz-se-neco-velmi-nepovede-848.html>

VOJTĚCHOVSKÝ, O. *Endorfiny-nejsilnější povolená droga*. [online]. 2010b, [cit. 4.2.2011]. Dostupné na World Wide Web: <http://www.outdoorguide.cz/endorfiny---nejsilnejsi-povolena-droga-852.html>

*Vozíčkáři vzlétli do nebe. A létali také v krásné Francii*. [online]. 2010, [cit. 2.4.2011] Dostupné na World Wide Web: <http://www.ceskydomov.cz/frydek-mistek/clanek/vozickari-vzletli-do-nebe-a-letali-take-v-krasne-francii>

<http://www.ftvs.cuni.cz/elstudovna/>

<http://www.uzps.cz>

<http://www.paralympic.cz>

<http://www.cstps.cz>

[www.spastic.cz](http://www.spastic.cz)

<http://www.cwsf.cz>

<http://www.adrenalinbb.cz>

<http://www.mineralfit.cz>

<http://www.paraple.cz>

<http://www.skvfm.com>

<http://www.monoski.info>

<http://www.cernikone.cz>

<http://www.outdooractivity.cz>

<http://www.whistlerforthedisabled.com>

<http://www.daruj-radost.cz>

<http://www.jus.cz>

<http://www.raftingclubhandicap.cz>

<http://www.mkvcr.cz>

<http://www.homatahari.cz>



## Seznam příloh

Příloha č. 1: Dotazník

### Dotazník – adrenalinové sporty u osob s tělesným postižením

**Pohlaví:**      muž              žena

**Věk:**            15-25            26-35            36-45            46-55            56-?

**Druh tělesného postižení:**.....

**Zkusil/a jste někdy adrenalinový sport?**                      ano              ne

(např. paragliding, tandemový seskok, kiting, blokarting, jízda na čtyřkolce, potápění, vodní lyžování,....)

**Pokud ano, jaký?**.....

**Pokud ne, chtěl byste jej vyzkoušet?**.....

**Kde jste adrenalinový sport provozoval/a?**.....

**Víte, kde nebo kdo (město, sdružení, spolek) adrenalinové sporty pro tělesně postižené osoby provozuje?**.....

## Příloha č. 2: Obrázky sportů

### Obrazová příloha č. 1

#### Blokart

<http://www.windtoysdk.com/images/Pimp%20my%20blokart.jpg>



### Obrazová příloha č. 2

#### Downhill čtyřkolka

<http://www.adrenalinbb.cz/images/stories/dhx1b.jpg>



Obrazová příloha č. 3

Kite

[http://www.adrenalinbb.cz/images/stories/kite\\_small1.jpg](http://www.adrenalinbb.cz/images/stories/kite_small1.jpg)



Obrazová příloha č. 4

Paragliding

<http://www.apparelyzed.com/forums/topic/3501-paragliding-for-paras-and-quads/>



Obrazová příloha č. 5  
Tandemový paragliding  
<http://www.flyability.org.uk/Images/Polish-Pg-buggy-1.jpg>



Obrazová příloha č. 6  
Monoski  
[http://www.sitski.com/logo/s\\_s\\_yetticl1.jpg](http://www.sitski.com/logo/s_s_yetticl1.jpg)



Obrazová příloha č. 6

Biski

<http://www.monoski.info/co-je-to-biski/>



Obrazová příloha č. 7

Tricykl

<http://www.tandemservis.cz/pictures/jumbo.jpg>



Obrazová příloha č. 8  
Handbike  
<http://www.1czpjc.cz/sport/handbike>



Obrazová příloha č. 9  
Paintball  
<http://p-i-p.cz/index.php?akce=5&panel=&galsekce=PAINTBALL%20BEZ%20BARIER>





Obrazová příloha č. 10

Lanové dráhy

<http://www.outdooraktivita.cz/index.php/Prazdniny-pro-SC-Jedlickuv-ustav.html>



Obrazová příloha č. 11

Překážková dráha

<http://www.caths.cz/index.php?page=clanek&id=345/>



Obrazová příloha č. 12

Bungee dumping na vozíčku

<http://www.whistlerforthedisabled.com/summertouradventures.htm#recreation>





## Anotace

<b>Jméno a příjmení:</b>	Barbora Klimešová
<b>Katedra nebo ústav:</b>	Speciálněpedagogických studií
<b>Vedoucí práce:</b>	Mgr. Petra Jurkovičová, Ph.D.
<b>Rok obhajoby:</b>	2011

<b>Název práce:</b>	Adrenalinové sporty u tělesně postižených
<b>Název v angličtině:</b>	Adrenaline sports for disabled people
<b>Anotace práce:</b>	Bakalářská práce se zabývá adrenalinovými sporty u osob s tělesným postižením. Teoretická část obsahuje vliv sportu na osoby s handicapem a dostupné adrenalinové sporty pro tělesně postižené osoby a jejich podrobnější popis. Praktická část je založena na průzkumu z dotazníků. Ty jsou zaměřeny na dostupnost adrenalinových sportů pro tělesně postižené v Olomouckém kraji.
<b>Klíčová slova:</b>	tělesně postižení, adrenalinové sporty, jachting, rafting, potápění, downhill čtyřkolka, motocykl, tandemový seskok, paragliding, blokarting, kiting, freerideové lyžování, mountain bike, paintball, horolezectví, bungee jumping
<b>Anotace v angličtině:</b>	Subject of this bachelor thesis are adrenaline sports of physically handicapped persons. Theoretical part includes the impact of the sports on the handicapped persons and adrenaline sports available for handicapped persons and their detailed description. Practical part is based on survey using questionnaires. These questionnaires are focused on availability of adrenaline sports for handicapped people in Olomouc region.
<b>Klíčová slova v angličtině:</b>	Disabled people, Adrenaline sports, yachting,rafting, diving,downhill quadricycle, motorcycle,t andem skydive, paragliding, blokarting, kiting, freeride skiing, mountain bike, paintabl, mountaineering, bungee jumping

<b>Přílohy vázané v práci:</b>	Dotazník, obrázky sportů
<b>Rozsah práce:</b>	56
<b>Jazyk práce:</b>	český