

Univerzita Hradec Králové
Pedagogická fakulta
Katedra speciální pedagogiky a logopedie

**Zájmový kroužek "PRŠník",
smysluplné využití volného času žáků
Praktické školy**

Bakalářská práce

Autor práce: Jana Luňáková
Studijní program: B7506 Speciální pedagogika
Studijní obor: Výchovná práce ve speciálních zařízeních
Vedoucí práce: PhDr. Jana Dlouhá, Ph. D.

Hradec Králové

2016

Univerzita Hradec Králové

Pedagogická fakulta

Zadání bakalářské práce

Autor: Jana Luňáková

Studijní program: B 7506 Speciální pedagogika

Studijní obor: Výchovná práce ve speciálních zařízeních

Název závěrečné práce: **Zájmový kroužek "PRŠník", smysluplné využití volného času žáků Praktické školy**

Název závěrečné práce AJ: "Prsnik" is an after school club where the students from Practical School learn how to spend their free time beneficially. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2016. 00 pp. Bachelor Degree Thesis.

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Bakalářská práce se bude v rámci tématu volnočasové aktivity u osob s mentálním postižením, věnovat zájmovému kroužku **PRŠník**, který byl založen na Praktické škole pro žáky, kteří školu navštěvují. V praktické části budou představeny zájmové kroužky nabízené pro žáky vybrané Praktické školy a uvedeny důvody založení kroužku **PRŠník**. Hlavní cíle, vize, plány do budoucnosti a představení vlastního loga. Seznámení s cílovou skupinou a konkrétní přiblížení žáků, kteří kroužek navštěvují. Rozdělení činností a představení jednotlivých aktivit a jejich význam a přínos pro žáky. Přiblížit prostředí, ve kterém dochází k realizaci a seznámení s praktickým průběhem zájmového kroužku. Seznámení s akcemi, které již proběhly, probíhají a které jsou naplánované. Představit projekty, které byly zrealizovány díky finančním příspěvkům na volnočasové aktivity pro děti a mládež 2014 a seznámení s projekty chystanými. Záměrem praktické části bude zjistit názory žáků, kteří se daného kroužku účastní, jejich rodičů a pedagogů, kteří kroužek vedou. Dalším záměrem bude zjistit subjektivní přínos pro účastníky daného kroužku v oblastech kognitivních, pohybových, kreativních a sociálních. Metody: pozorování, rozhovory, dotazníky.

Garantující pracoviště: Katedra speciální pedagogiky, Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: PhDr. Jana Dlouhá, Ph. D.

Oponent: PhDr. Petra Bendová, Ph.D.

Datum zadání bakalářské práce: 27. 1. 2015

Datum odevzdání bakalářské práce: 29. 3. 2016

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

V Hradci Králové dne.....

.....

Jméno a příjmení

Poděkování

Děkuji všem, kteří mi byli nápomocni při zpracovávání této práce. Zvláště bych pak chtěla poděkovat paní Ph.Dr. Janě Dlouhé, Ph.D. za odborné vedení, za pomoc a rady při zpracovávání práce.

Anotace

Luňáková, Jana. Zájmový kroužek "PRŠník," smysluplné využití volného času žáků Praktické školy. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2016. 00 s. Bakalářská práce.

Bakalářská práce se zabývá volnočasovými aktivitami u osob s mentálním postižením v rámci zájmového kroužku **PRŠník**, založeného pro žáky Praktické školy. Zájmový kroužek přispívá prostřednictvím vybraných a realizovaných aktivit k mnohostrannému rozvoji osobnosti jedinců s mentálním postižením a nabízí prostor k smysluplnému využití volného času.

Pro zhodnocení praktického průběhu zájmového kroužku samotnými účastníky, rodiči uživatelů a vedoucím pedagogem jsou použity metody kvalitativního výzkumného šetření formou polostrukturovaných rozhovorů a dotazníků, které se jeví jako plně dostačující, proto byla metoda pozorování vynechána.

Klíčová slova: osoba s mentálním postižením, Praktická škola, zájmový kroužek, volný čas, volnočasové aktivity

Annotation

Luňáková, Jana. "Prsnik" is an after school club where the students from Practical School learn how to spend their free time beneficially. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2016. 00 pp. Bachelor Degree Thesis.

This bachelor thesis deals with leisure activities for mental disabled people from the leisure time activity group "PRSnik" built for students of Practical School. The leisure time activity group contributes through selected and implemented activities for multilateral development of personality of individuals with mental disabilities and offers space for meaningful use of leisure time. To evaluate the practical course of study group participants themselves, parents and users of the Head teacher uses methods of qualitative research in the form of semi-structured interviews and questionnaires, which appears to be fully sufficient, because the method of observation omitted.

Key words: person with a mental disability, Practical school, after school activity, free time, leisure activities

OBSAH

Úvod	9
I. Teoretická část.....	11
1 Člověk s mentálním postižením	11
1.1 Vymezení pojmu mentální retardace	12
1.2 Klasifikace mentální retardace.....	15
2 Specifika osob s mentálním postižením v období dospívání a mladé dospělosti.....	21
2.1 Obecná charakteristika období dospívání	21
2.1.1 <i>Období dospívání a jedinec s mentálním postižením.....</i>	<i>22</i>
2.2 Obecná charakteristika období mladé dospělosti.....	23
2.2.1 <i>Období mladé dospělosti a jedinec s mentálním postižením</i>	<i>24</i>
2.3 Specifika psychických funkcí u osob s mentálním postižením v období dospívání a mladé dospělosti	24
3 Vzdělávání žáků s mentálním postižením v období dospívání a mladé dospělosti.....	27
3.1 Školská legislativa	27
3.2 Praktická škola dvouletá	27
3.3 Praktická škola jednoletá	28
4 Volný čas u žáků s mentálním postižením	30
4.1 Vymezení pojmu volný čas.....	30
4.1.1 <i>Funkce volného času.....</i>	<i>31</i>
4.1.2 <i>Vymezení pojmu zájmové činnosti</i>	<i>31</i>
4.1.3 <i>Rozdělení zájmových činností a jejich význam</i>	<i>32</i>
4.1.4 <i>Význam a přínos zájmových činností u žáků s mentálním postižením ...</i>	<i>33</i>
4.2 Specifika využívání volného času u žáků s mentálním postižením	35
II. Praktická část.....	36

5	Metodologie práce.....	36
5.1	Cíl výzkumného šetření	36
5.2	Strategie výzkumného šetření	36
5.3	Výzkumné otázky	37
5.4	Organizace výzkumného šetření	38
6	Charakteristika místa výzkumného šetření a výzkumného souboru.....	53
6.1	Charakteristika místa výzkumného šetření	53
6.1.1	<i>Praktická škola jednoletá a dvouletá.....</i>	<i>53</i>
6.1.2	<i>Zájemové kroužky</i>	<i>54</i>
6.1.3	<i>Charakteristika zájemových kroužků pro žáky Praktické školy.....</i>	<i>58</i>
6.1.4	<i>Důvody založení zájemového kroužku "PRŠník"</i>	<i>62</i>
6.1.5	<i>Koncepce zájemového kroužku "PRŠník"</i>	<i>63</i>
6.1.6	<i>Představení loga zájemového kroužku " PRŠník"</i>	<i>65</i>
6.2	Charakteristika výzkumného souboru.....	67
6.2.1	<i>Rozdělení prostředí pro jednotlivé aktivity.....</i>	<i>73</i>
6.2.2	<i>Význam jednotlivých aktivit zájemového kroužku.....</i>	<i>74</i>
6.2.3	<i>Rozdělení jednotlivých aktivit zájemového kroužku</i>	<i>76</i>
6.3	Cíle zájemového kroužku	97
6.4	Analýza výsledků kvalitativního šetření	98
	Závěr	102
	Seznam použité literatury	103
	Seznam tabulek	106
	Přílohy	107

SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK, ZNAČEK, TERMÍNŮ A JINÉHO OZNAČENÍ

MP	-	mentální postižení
MR	-	mentální retardace
LMP	-	lehké mentální postižení
STMP	-	středně těžké mentální postižení
TMP	-	těžké mentální postižení
OVŘ	-	opožděný vývoj řeči
ZŠS	-	základní škola speciální
ZŠP	-	základní škola praktická
PRŠ	-	praktická škola
DS	-	Downův syndrom
ZV	-	zraková vada

Úvod

V bakalářské práci se zabývám možnostmi smysluplného využití volného času osob s mentálním postižením. Téma je orientované na zájmový kroužek **PRŠník**, založený pro žáky Praktické školy, jehož jsem spoluzakladatelkou a po celou dobu jeho existence i vedoucím pedagogem. Svět lidí s mentálním postižením je mi blízký z každodenního kontaktu při samotném vyučovacím procesu, kde působím jako asistent pedagoga.

Jedinci s mentálním postižením, konkrétně žáci Praktické školy, se stali důležitou součástí mého života. Díky této skutečnosti poznávám jedinečné bytosti umožňující mi být součástí světa, který má "třetí rozměr." Právě jinakost lidí s mentálním postižením je pro mne zásadní předností, kterou velmi zřídka nacházím mezi lidmi intaktními. Přináší mi poznání ve smyslu upřímnosti, spontánnosti, radosti a dobrosrdečnosti. Společný život s lidmi s MP je pro mne jakýmsi ostrovem bezpečí, harmonie a plného štěstí, směřující ke skutečnosti být sám sebou.

Prostřednictvím závěrečné práce bych se ráda podělila o získané zkušenosti z oblasti využívání volného času jedinců s MP. Zároveň je zdůrazněn fakt, že volný čas má své nezastupitelné místo v životě každého člověka .

Záměrem bakalářské práce je poukázat na přínos smysluplného využívání volného času z hlediska mnohostranného rozvoje osobností žáků s MP. Volnočasové aktivity přispívají k rozvíjení schopností a dovedností, pozitivně ovlivňují psychiku a zvyšují míru účasti osob s MP v intaktní společnosti.

*Každá lidská bytost má absolutní hodnotu,
protože je neopakovatelná...*

(T. G. Masaryk)

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 Člověk s mentálním postižením

Základním lidským právem na počátku existence člověka je právo na život. Každá lidská bytost přicházející na svět je "bezbranná" a plně závislá na péči a pomoci druhých. Nikdo z nás si nemohl zvolit, jakým způsobem přijde na tento svět, do jaké společnosti se narodí, komu se narodí a stejným způsobem nemohl ovlivnit ani mnohá úskalí, představující přítomnost určité jinakosti ve smyslu postižení.

Člověk prochází vývojovými obdobími, ve kterých se míra závislosti na okolí mění. S narůstajícím věkem se začíná prosazovat soběstačnost, která snižuje až eliminuje onu zmiňovanou potřebu pomoci v určitých situacích. Mohli bychom hovořit o určitém vzorci, jehož výpočet je předem daný. Právě mentální postižení můžeme považovat za jakýsi odlišný vzorec, k jehož výpočtu je potřebné zvolit jiný způsob. Vzorec nepřestane být matematickou veličinou jen proto, že má odlišný způsob výpočtu, právě naopak pro mnohé matematiky se stane zajímavějším svoji jinakostí.

Žádná odlišnost, žádní lidé, nemohou jedince s jinakostí připravit o skutečnost být člověkem a mít právo žít plnohodnotný život. Každý člověk bez rozdílu je jedinečná a neopakovatelná bytost, která má své potřeby, představy, přání i životní cíle. Každý z nás má své nezastupitelné místo v této společnosti. Proto bychom neměli věnovat příliš pozornosti pouhé jinakosti, ale především podstatnému a tím je lidství.

1.1 Vymezení pojmu mentální retardace

Mentální retardace (*Mental retardation*)

Pojem mentální retardace vychází z latinských slov "mens" (mysl, duše) a "retardace" (opozdit, zpomalit), doslovný překlad je tedy "opožďení mysli".

V dnešní době můžeme zaregistrovat v oblasti psychopedie odklon od používání pojmu mentální retardace (*mental retardation*) a rostoucí zájem používat pojem mentální postižení (*mental disability*). Zvláště markantní je snaha o změnu v pojmosloví ve světě. V anglicky hovořících zemích můžeme zaznamenat místo termínu "mentální retardace" používání termínu "learning difficulty" (výukové obtíže, těžkosti). Tato definice poukazuje ovšem na to, že snaha o změnu nemusí být vždy zdařilá. V tomto případě jde o pojem zavádějící a směřující pouze k poruchám učení než k mentálnímu postižení (Muller, Valenta, 2007).

Valenta, Michalík, Lečbych a kolektiv (2012) zmiňují Velkou Británii, kde se zejména sociální pracovníci snaží pojem mentální retardace vyřadit z terminologie. Důkazem snahy o změnu je i vlivná americká asociace, pečující o osoby s mentálním postižením, která se přejmenovala z AAMR (American Association for Mental Retardation) na AAIDD (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities) kdy termín *mental retardation* je nahrazen termínem *intellectual disability* (ID). (Valenta, Michalík, Lečbych a kolektiv, 2012).

K výraznému posunu ve změně pojmosloví, týkajícího se osob s MP došlo i zásluhou Mezinárodní asociace pro vědecké studium mentální retardace, která na svém prvním kongresu v Montpellier v roce 1967 hovořila o tom, že člověk s mentální retardací je nejprve lidská bytost a až na druhém místě je i "defektní" (Valenta, Michalík, Lečbych, 2012).

Současná speciální pedagogika již tedy výlučně užívá označení člověk s postižením namísto dříve běžně užívaného termínu postižený člověk. Zdánlivé pouhé přemístění

slov má svůj hluboký význam, který vypovídá o snaze aplikovat humánní přístup k jedincům s jinakostí ve smyslu postižení. Valenta, Michalík, Lečbych (2012) považují zdůraznění lidské bytosti za nezbytné a velmi potřebné pro uvědomění si lidské hodnoty a práva na plnohodnotný život všech lidí bez rozdílu. Švinglová (2006) vypovídá o speciální pedagogice, která upřednostňuje člověka s jeho podstatou lidství, a až na druhé místo jsou kladeny neshodné přívlasky - s omezením, s postižením apod. Valenta, Michalík, Lečbych a kolektiv (2012, s. 30) uvádí: "*Mentální postižení je širší a zastřešující pojem zahrnující kromě mentální retardace i takové hraniční pásmo kognitivně - sociální disability, který znevýhodňuje klienta především při vzdělávání na běžném typu škol a indikuje vyrovnávací či podpůrná opatření edukativního (popř. psychosociálního) charakteru.*"

Výrok hovořící o jedinečnosti a neopakovatelnosti každé lidské bytosti:

Jaspers (1994, s. 39) in Pipeková (2006, s. 8) říká: "*Výzkum nám sice na člověku ukazuje velmi pozoruhodné, překvapující věci, ale čím je jasnější, tím víc si je také vědom, že nikdy člověka v celku nezíská za předmět svého zkoumání. Člověk je stále víc, než o sobě ví.*"

Švarcová, (2006) označuje mentální retardaci a mentální postižení v současné době za synonyma. Definic vztahujících se k vymezení pojmu mentální retardace je velké množství a obsahově se různí. Dominantním znakem zůstávají snížené rozumové schopnosti, které zasahují nejvíce kognitivní procesy a mnohé další. U nás nejznámější a často citovaná je definice mentální retardace od Dolejšího, která zachycuje syntézu všech hledisek.

"Mentální retardace je vývojová porucha integrace psychických funkcí různé hierarchie s variabilní ohraničeností a celkovou subnormální inteligencí, závislá na některých z těchto činitelů: na nedostatečích genetických vloh; na porušeném stavu anatomicko-fyziologické struktury a funkce mozku a jeho zrání; na nedostatečném nasycování základních psychických potřeb dítěte vlivem deprivace sensorické, emoční a kulturní; na deficitním učení; na zvláštnostech vývoje motivace, zejména negativních

zkušenostech jedince po opakovaných stavech frustrace i stresu; na typologických zvláštlostech vývoje osobnosti" (Dolejší, 1973, s. 38 in Bartoňová, Bazalová, Pipeková, 2007, s. 13).

Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje komplexně pojem mentální retardace jako: "*Stav zastaveného nebo neúplného duševního vývoje, který je charakterizován zvláště porušením dovedností, projevujícím se během vývojového období, postihujícím všechny složky inteligence, to je poznávací, řečové, motorické a sociální schopnosti. Retardace se může vyskytnout bez, nebo současně s jinými somatickými nebo duševními poruchami. Stupeň mentální retardace se obvykle měří standardizovanými testy inteligence. Může to být ovšem nahrazeno škálami, které určují stupeň sociální adaptace v určitém prostředí. Taková měření škálami určují jen přibližně stupeň mentální retardace. Diagnóza bude též záviset na všeobecných intelektových funkcích, jak je určí školený diagnostik. Intelektuální schopnosti a sociální přizpůsobivost se mohou měnit v průběhu času a i snížené hodnoty se mohou zlepšovat cvičením a rehabilitací. Diagnóza má odpovídat současnému stavu duševních funkcí." (in MKN - 10).*

Mentální retardaci lze definovat jako vývojovou duševní poruchu se sníženou inteligencí demonstrující se převážně snížením schopností kognitivních, řečových, pohybových a sociálních, jejichž etiologie může být prenatální, perinatální a postnatální (Müller, Valenta, 2007).

Mentální retardace je stav vyznačující se omezením rozumových a adaptivních schopností. Hovoříme o nepřiměřeném a neúplném rozvoji mentálních schopností člověka. Adaptace umožňuje člověku jednat samostatně na úrovni svého věku a v rámci dané kulturní normy. Dovednosti poznávací, řečové, pohybové a sociální jsou měřitelné standardizovanými psychometrickými testy vypovídajícími o jejich úrovni a které jsou oproti průměru výrazně sníženy. Lidé s MP mají potíže s adaptací a flexibilitou (Čadilová, Jůn, Thorová, 2007).

1.2 Klasifikace mentální retardace

Člověk s mentálním postižením je svébytnou a neopakovatelnou bytostí, projevující se svými osobnostními rysy. Přesto se setkáváme s opakováním totožných znaků v projevech chování a jednání, které jsou společné pro jedince s MP.

Klasifikace mentální retardace je různorodá, proto vzniká více klasifikačních systémů. Jedním z nich je dělení dle etiologie. Zde se setkáváme s pojmem vrozená mentální retardace a získaná mentální retardace, kdy dochází k odchylce ve vývoji v době prenatalní, perinatální a postnatální.

Černá (2010) pokládá etiologii mentální retardace za velmi rozmanitou, převážně vzhledem k množství možných vlivů ohrožujících zdravý růst plodu - příčiny prenatalní, ale i z důvodu řady dalších onemocnění, úrazů, infekcí, tzv. biologických faktorů či defektů, které působí na rozvoj jedince v době pozdější - příčiny perinatální - kolem porodu, a postnatální, které ovlivňují vývoj člověka po narození, prakticky po celý život (Černá, 2015). Pokud dojde ke snížených rozumových schopností v dětském věku od zhruba dvou let, jedná se o získanou mentální retardaci. Zde dochází k zastavení mentálního vývoje jako následku nemoci, úrazu apod. (Pipeková, 2006).

Dalším možných dělení MR je podle způsobů chování na typ eretický (dráždivý, neklidný), typ torpidní (strnulý, apatický bez zájmu) a typ nevyhraněný. Pro současnou speciálně pedagogickou praxi je stále nejčastější klasifikace dle stupně mentálního postižení. Tyto stupně se orientačně ohraničují inteligenčním koeficientem (IQ). Hodnota IQ již dnes pozbývá na svém výlučném významu, vypovídajícím zásadní informace o člověku. Inteligenční kvocient je dán jednoduchým výpočtem, kdy mentální věk (způsobilost řešit úkoly, které řeší většina populace daného věku, 60 - 90%) dělíme věkem chronologickým (věk počítaný od narození) a výsledek násobíme stem. Konečným výsledkem získáme samotnou hodnotu IQ, která však v určité velmi malé míře vypovídá o člověku (Helus, 2011).

Zajímavá je zmínka o emoční inteligenci hodnocené pomocí emočního koeficientu (EQ), který má na úspěch člověka podstatnější vliv než IQ. Existují rozsáhlé výjimky, které vyvracejí pravidla, že IQ předvídá míru úspěšnosti (IQ přispívá k faktorům určujícím úspěch v životě pouze dvaceti procenty). Osmdesát procent je přenechán dalším vlivům, mezi které v první řadě patří emocionalita, emocionální inteligence (Goleman, 1997 in Helus 2011).

V kontextu osob s mentálním postižením se v současné době používá členění mentální retardace podle desáté decenální revize Světové zdravotnické organizace (WHO) z roku 1992 s platností od 1.1. 1993. Mentální retardace patří do oboru psychiatrie a je označována prvním písmenem F. Oddíl F70 - F79 je věnován jednotlivým stupňům mentální retardace (F 70 - lehká mentální retardace, F71 - středně těžká mentální retardace, F72 - těžká mentální retardace, F73 - hluboká mentální retardace). Klasifikace je doplněna dvěma dodatkovými kódy mentální retardace (F78 - jiná mentální retardace, F79 - nespecifikovaná mentální retardace) (Bartoňová, Bazalová, Pipeková, 2007).

Mentální postižení zdaleka nepředstavuje jen strohý popis jednotlivých stupňů dle WHO, nýbrž je to komplex specifik vzhledem k osobnosti, sociální adaptabilitě, chování, motorice, pozornosti a řadě dalších (Ješina a kolektiv, 2013). Valenta, Michalík, Lečbych (2012) zdůrazňují orientační význam samotné hodnoty IQ a přidávají ještě význam posouzení adaptability a míry zvládnání obvyklých sociálně - kulturních nároků na jedince. Zároveň doplňují, že k samotnému kódu mentální retardace náleží ještě číselný kód, který nás informuje o postiženém chování (afekty, sebepoškozování...), a který se umísťuje za tečku číslice vyjadřující stupeň postižení.

Přehled číselných kódů postiženého chování:

- 0 - žádné, či minimálně postižené chování (např. F71.0 . středně těžká MR bez poruch chování, diagnóza typického klienta s Downovým syndromem).
- 1 - výrazně postižené chování
- 8 - jiná postižení chování

- 9 - bez zmínky o postižení chování

" Při jakémkoli IQ mohou být lidé šťastní a naše společnost přiznává právo na život i těm, kteří nemohou být druhým nijak přímo užiteční." (Říčan, 2005, s. 244).

Lehká mentální retardace F 70 (IQ 50 - 69)

Tyto hodnoty odpovídají u dospělých mentálnímu věku 9 - 12 let.

Do tří let věku dítěte dochází pouze k lehkému opoždění nebo zpomalení psychomotorického vývoje, nápadnější rozdíly se objeví až mezi 3. až 6. rokem (malá slovní zásoba, vývoj řeči celkově opožděný, řeč je chudá, nedostatečná zvědavost, stereotypnost ve hře). Hlavní obtíže se výrazně projeví v období školní docházky. Konkrétní mechanické myšlení, slabá paměť, problémy s analýzou a syntézou, opoždění motoriky a pohybové koordinace. Během dospívání mohou jedinci dosáhnout normy. Někteří jsou schopni za určitých podmínek se vyučit i na odborném učilišti, získat výuční list a uplatnit se na trhu práce.

Osoby s LMP je velmi důležité a potřebné v maximální možné míře podporovat v naplňování sociálních rolí, které jsou typické pro období dospělosti v daném sociokulturním prostředí. Mohou tedy dostat normalizace v zaměstnání, v partnerském i rodinném životě, mohou kvalitně trávit volný čas, mají možnost dalšího vzdělávání, využít nabídky sociálních služeb různého charakteru ve smyslu např. podporovaného chráněného bydlení u osob, které jsou i v dospělosti určitým způsobem závislí na druhé osobě (Pipeková, 2006).

U jedinců s LMP se setkáváme s problémy, které mohou mít v oblasti komunikace, navozování vrstevnických i intimních vztahů, ale i např. s porozuměním společenskému dění. Vzhledem k určitému vyrovnání se svým vrstevníkům dochází k tomu, že tzv. "klamou tělem".

Středně těžká mentální retardace F71 (IQ 35 až 49)

Tyto hodnoty odpovídají u dospělých mentálnímu věku 6 - 9 let. Psychomotorický vývoj je výrazně opožděn, kolem 7. roku se přibližují vývoji tříletého dítěte. Zpoma-

lená a opožděná je motorika, zůstává trvale celková neobratnost a nekoordinovanost pohybu a problematická jemná motorika. Psychomotorické problémy přetrvávají až do dospělosti. Řeč bývá jednoduchá, chudá, vyskytují se agramatismy. Někdy dochází pouze ke komunikaci na nonverbální úrovni.

Osoby ve věku dospívání či dospělosti v mnohém nekorespondují se svými intaktními vrstevníky, nacházejícími se ve stejném věkovém období. Mentální věk jim neumožní odpoutávat se od rodiny, být zodpovědnými a samostatnými, plánovat budoucnost, dále studovat, samostatně bydlet či navozovat intimní partnerské vztahy. Narušená je i schopnost komunikace nejčastěji z důvodu opožděného vývoje řeči, která vážným způsobem zasahuje do života lidí s MP a snižuje možnost dorozumět se, sdělovat své názory, přání i potřeby. Výrazně může být omezen i kontakt se společností.

Základní hygienické návyky mívají většinou osvojené, zvládají základy slušného chování. Mělo by být v zájmu každého rodiče, aby naučené v dítěti pěstoval, opakoval a udržoval. Na velmi nízké úrovni je jejich orientace v prostoru a čase. Většinou nejsou schopni samostatného pohybu a cestování. V období školní docházky se dostávají do situací, kdy dochází k přetěžování, výčitkám ze strany okolí, které často dítě otevřeně odmítá (Bartoňová, Bazalová, Pipeková, 2007).

V dospělosti jsou schopni vykonávat jednoduché manuální práce, pokud dostávají úkoly pečlivě strukturované a pracují pod dohledem (Švingalová, 2006). Je to velmi specifická skupina, která ke svému fungování potřebuje celoživotní podporu a pomoc téměř ve všech oblastech běžného života. Socializace je výrazně omezena, kontakt s vrstevníky narušen. Právě volnočasové aktivity mohou sehrát zásadní roli. Být mostem, který spojuje jedince s MP se světem intaktní společnosti.

Těžké mentální retardace F 72 (IQ 20 - 34)

Tyto hodnoty odpovídají v dospělosti mentálnímu věku 3 - 6 let.

Jedinci nacházející se v pásmu středně těžké a těžké mentální retardace mívají často

velmi podobný charakter. Snížená úroveň schopností je mnohem výraznější. Většina jedinců má značnou pohybovou neobratnost, dochází k minimálnímu rozvoji komunikativních dovedností, řeč je primitivní nebo se nerozvíjí vůbec. Porušena je i emoční složka ve smyslu nestálosti nálad a impulzivity. Včasná kvalifikovaná rehabilitační, výchovná a vzdělávací péče může přispět ke zlepšení celkové kvality jejich života. (Švarcová, 2006). Dlouhodobým tréninkem si jedinec může osvojit základy sebeobsluhy a hygienických návyků.

Hluboká mentální retardace F 73 (IQ nepřesahuje hodnoty 20)

Pásmo IQ odpovídá u dospělých mentálnímu věku pod 3 roky. Jedinci jsou již od raného věku omezeni v pohybu, jsou v dospělém věku ve většině případů imobilní. Nejsou schopni porozumět požadavkům, nezvládají sebeobsluhu a jsou trvale závislí na péči druhých (Švarcová-Slabinová, 2003). Komunikační schopnosti jsou maximálně na úrovni porozumění jednoduchým požadavkům a nonverbálních odpovědí (Zvolský, 1996 in Valenta, Müller, 2003). Často se projevují stereotypními pohyby (Dlouhá, 2011).

Downův syndrom

V populaci osob s mentálním postižením je Downův syndrom (DS) jednou z nejčastějších příčin MR. Je způsobený změnou počtu chromosomu (trizomie 21. páru) (Švarcová, 2006). *"Downův syndrom je genetická porucha, jejímž výsledkem je MR a specifické fyzické rysy."* (Čadilová, Jůn, Thorová, 2007, s. 31). Černá, (2015) mezi fyzické rysy řadí malou postavu, malou zploštělou lebku, mohutnou šíji, plochý široký obličej s vystouplými lícními kostmi, krátké široké ruce se zakřivenými prsty, kožní záhyb ve vnitřních koutcích oka způsobující vzhled šikmých očí, malá ústa, nízké patro, tzv. opičí rýhu napříč dlaně, snížený svalový tonus, hyperflexibilitu. Chování dětí s DS je velmi různorodé. Každé dítě má své silné i slabé stránky a svou vlastní osobnost. Chování může být ovlivněno řadou přidružených psychiatrických onemocnění, včetně poruch autistického spektra (Čadilová, Jůn, Thorová, 2007). Hloubka mentálního postižení je různá. Nejčastěji se jedná o lehkou a středně těžkou mentální retardaci, která je doprovázena výskytem nemocí a zdravotních komplikací.

Mezi nejčastější zdravotní komplikace můžeme zařadit vrozené srdeční vady, žaludeční a střevní abnormality, nystagmus, vrozenou kataraktu, myopii, převodní nedoslýchavost až ztrátu sluchu, poruchy štítné žlázy aj. (Černá, 2015).

Jedinci s Downovým syndromem, ke kterým se vztahuje výzkumné šetření bakalářské práce, mají přidruženou zrakovou vadu - vrozenou kataraktu, opožděný vývoj řeči s četnými dyslalickými projevy. Proto uvádím jejich stručnou charakteristiku.

Vrozená katarakta - šedý zákal

Jedná se o onemocnění čočky, projevující se ztrátou průhlednosti. Zkalení oční čočky vede k omezenému prostupu světla do nitra oka. Mezi nejčastější příčiny patří infekce matky v prvním trimestru těhotenství. Léčba chirurgická, po které následuje celoživotní nošení brýlí. (<http://zdravi.e15.cz/>).

Opožděný vývoj řeči

Pokud dítě nemluví ve třech letech nebo mluví podstatně méně než ostatní děti, jedná se o opožděný vývoj řeči, který může mít různé příčiny. U jedinců s MP k tomuto stavu dochází na podkladě samotné mentální retardace (Pipeková, 2006). Tato narušená schopnost komunikace je znatelná zejména ve foneticko-fonologické rovině jazyka, kdy se můžeme často setkat s problémy v oblasti fonematické diferenciaci hlásek (nejčastěji znělých a neznělých hlásek i sykavek) a nesprávnou výslovností hlásek (dyslalické projevy) (Bendová, 2011).

Dyslálie (patlavost)

Tato řečová vada spadá do kategorie poruch artikulace. Jedná se o neschopnost nebo poruchu používat jednotlivé hlásky nebo skupiny hlásek v procesu komunikace podle řečových zvyklostí a norem příslušného jazyka. Rozlišujeme dyslálii hláskovou, slabikovou a slovní (Pipeková, 2006). Neubauer (2010) řadí dyslálii mezi poruchy vzniklé na bázi postižení motorických řečových modalit.

2 Specifika osob s mentálním postižením v období dospívání a mladé dospělosti

Osobnost s MP výrazně ovlivňují specifika v oblasti procesů poznávacích, emocionálních, volních, které do značné míry ovlivňují i samotné chování. U mentální retardace se nejedná jen o prosté časové opožďování duševního vývoje, ale o strukturální vývojové změny (Müller, Valenta, 2007).

V globální rovině uvedu nejčastější specifika, charakteristická obecně pro osoby s mentálním postižením. Švarcová (2006) zaznamenává tato specifika: zpomalená chápavost, jednoduchost a konkrétnost úsudků, snížená schopnost až neschopnost srovnávat a vyvozovat logické stavy, snížení mechanické a zejména logické paměti, těkavost pozornosti, nedostatečná slovní zásoba a neobratnost ve vyjadřování, citová vzrušivost, nedostatečné rozvinutí volních vlastností a sebereflexe, opožděný psychosexuální vývoj, zvýšená potřeba uspokojení a bezpečí. Müller, Valenta (2003) doplňují hyper nebo hypoaktivitu, poruchu vizuomotoriky a celkové pohybové koordinace, ulpívání na detailech, zvýšenou závislost na rodičích, infantilnost osobnosti, pohotovost k úzkosti, narušené pamětní fixování a aktivování stop a také nedostatky v osobní identifikaci a ve vývoji "já".

Mohou se v individuální míře manifestovat i přidružená zdravotní postižení - poruchy autistického spektra, epilepsie, poruchy chování a emocí (Švarcová, 2000 in Dlouhá, 2011).

2.1 Obecná charakteristika období dospívání

Toto období vymezené věkovou hranicí přibližně 11 - 18 až 22 let, bývá často označované jako obdobím přechodu z dětství do dospělosti po stránce biologické, sociální a osobnostní (Helus, 2011). Jedná se tedy bezpochyby o jedno z nejnáročnějších období, plné nelehkých a často v dané situaci nepochopitelných změn a nových situací,

se kterými se jedinec v tomto období musí vypořádat. Může se jednat o změnu vlastního těla, psychických funkcí a navazování prvních intimních vztahů.

Autoři Helus (2011) a Říčan (2005) dělí toto období na pubescenci (11 - 15 let) pojmenované podle ochlupení (latinsky pubes) a adolescenci (15 až 20 - 22 let), latinský význam - dorůstání. Spouštěcím impulzem je v pubescenci růst a aktivita vnitřních pohlavních orgánů, dochází k výskytu sekundárních pohlavních znaků, zrychlení vývoje, psychické (nejčastěji emocionální) labilitě. Někteří autoři, mezi které patří Macek (1999) a Erikson (1963), hovoří pouze o časně a pozdní adolescenci (Macek, 1999, Erikson, 1963 in Kučera, 2013).

Vývoj je zaznamenán v oblastech rozumových, kdy je jedinec schopen abstraktního myšlení, nezávisle na obsahu, v oblastech socializace, kde vlivem hormonálních změn dochází k bouřlivému citovému vývoji (tzv. život na sopce). Mezi další znaky tohoto období patří vzpoura proti autoritám a upřednostňování vrstevníků před rodinnými příslušníky. Hledání vlastní identity, otázky typu: " Kým jsem?", "Kam směřuji?" "Čím chci v životě být a čeho chci dosáhnout?" jsou typické pro toto období (Říčan, 2005).

Helus (2011) tomuto období přikládá význam vztahu k vlastnímu tělu, ke svému já. Z důvodu tělesných proměn jedinec často nahlíží na svoje tělo negativně, neztotožňuje se s ním. Mezi základní potřeby řadí Kučera (2013) např. potřebu jistoty a bezpečí, potřebu seberealizace.

2.1.1 Období dospívání a jedinec s mentálním postižením

Dospívání je důležitým vývojovým obdobím. Nacházíme zde celou řadu zvláštností, která jsou dána různorodostí a bouřlivostí, někdy až extrémností, samotného období (Černá, 1995 in Švingalová, 2006).

U jedinců s MP dochází na jedné straně k opožďování a prodlužování tělesného dospívání na druhé straně se můžeme setkat s dospíváním předčasným. Obě tyto

zvláštnosti s dalšími nejrůznějšími projevy se promítají do psychické oblasti. Tyto změny se projevují formou podrážděnosti, přecitlivělosti, labilnosti v oblasti citů a uzavřenosti. U jedinců s lehkou formou mentálního postižení můžeme naopak zaregistrovat zlepšení celkového stavu, jehož příčinou jsou zejména faktory sociální, výchova a rozvoj pracovní činnosti (Švingalová 2006).

Vágnerová (2000) uvádí, že vývoj jedinců s mentálním postižením je ovlivněn více biologicky než psychosociálně. V tomto období nemá většina jedinců potřebu osamostatnit se, nemá k tomu ani patřičné kompetence. Určitý problém může znamenat i nově vzniklá sexuální potřeba, která bývá uspokojována autostimulací. Je důležité, aby nedocházelo k potlačování sexuálních pudů, ale aby jedinci s MP byli seznámeni s pocity, které přicházejí se sexuální potřebou, a aby věděli, jak mají tuto potřebu zpracovat. V opačném případě se můžeme poměrně často setkávat se stavy vzteku, podrážděnosti až afektu, které pramení z jejich sexuálního neuspokojení. Dalším znakem tohoto období je snížená schopnost chápat sociální normy a dodržovat je (Švingalová., 2006).

2.2 Obecná charakteristika období mladé dospělosti

Definice týkající se věkového ohraničení tohoto období se různí. Nejčastěji je v průměru udáváno rozpětí 20 až 25/30 let. Přestože je zachycena určitá nejednotnost ve smyslu věkové hranice tohoto období, jeho charakteristiku uvádějí autoři zabývající se touto problematikou shodně.

Za nejtypičtější znak uvádějí ve svých publikacích např. Helus (2011), Kučera (2013) či Strnadová (2015) volbu povolání a profesní uplatnění, dále intimitu (schopnost starat se o druhé a sdílet s nimi zážitky), samostatnost, smysluplné využívání volného času, realistické plánování budoucnosti, zodpovědnost, sexuální produktivitu, zakládání rodiny.

2.2.1 Období mladé dospělosti a jedinec s mentálním postižením

Obraz tohoto období je u jedince s MP odlišný v porovnání s intaktními vrstevníky, pro které tato fáze lidského života znamená přijmout určité závazky, profesní uplatnění, vytvoření stabilního partnerského a rodičovského zázemí.

Bartoňová, Bazalová, Pipeková,(2007) se shodují, že je v tomto období osoba s mentálním postižením zralá spíše biologicky než psychosociálně, role dospělosti je pro ně většinou nedostupná, popřípadě s určitou podporou a pomocí. Jedinci s MP zůstávají tedy v období dospělosti v určité míře, která záleží na stupni mentálního postižení, odkázání na podporu a pomoc nejbližších a na společnosti.

V tomto období je potřebné a přínosné rozvíjet sociální kompetence osob s MP zejména prostřednictvím dobře zvolených pracovních činností, které jsou stimulem pro získávání nových zkušeností a navazování sociálních vztahů.

2.3 Specifika psychických funkcí u osob s mentálním postižením v období dospívání a mladé dospělosti

Specifika vnímání

Osoby s mentálním postižením mají zpomalené vnímání, probíhající s určitými odchylkami. Opožděná a omezená schopnost vnímání má vliv na průběh psychického vývoje. Vnímání má pomalejší tempo a zúžený rozsah. Nedokáží vnímat detaily, spokojí se s obecným poznáváním předmětu. Špatně postihují souvislosti a vztahy mezi předměty. Nejsou schopni výběrového vnímání světa. Významné je sluchové vnímání, které přímo ovlivňuje rozvoj řeči. Důležité jsou i vjemy hmatové a kinestetické, ke kterým patří vnímání polohy vlastního těla v prostoru (Bartoňová, Bazalová, Pipeková, 2006).

Specifika myšlení

Základním nedostatkem myšlení je malá schopnost zobecňování, špatné osvojování

pravidel a obecních pojmů. Pro myšlení jsou charakteristické výkyvy v pozornosti, neschopnost použít již osvojené myšlenkové operace a srovnávat své myšlenky s objektivní realitou. Myšlení je omezeno pouze na konkrétní situaci a souvislost mezi předměty a jevy, je chudé a neproduktivní. Jedinec s mentální retardací zpravidla nepromýšlí své jednání a nepředvídá jeho důsledek.

Specifika paměti

Jedinec s mentálním postižením si osvojuje všechno nové velmi pomalu po mnoha opakováních, rychle zapomíná a nedovede včas využít získané vědomosti a dovednosti v praxi. Procesy paměti jsou narušeny ve všech fázích. Zapamatování probíhá většinou mechanicky bez porozumění. Podržení v paměti je krátkodobé a zapomínání probíhá intenzivně. Vybavování zapamatovaného probíhá dlouho a často i chybně.

Specifika komunikace a řeči

U osob s mentální retardací se setkáváme s omezeným rozvojem komunikačních schopností, který nese potíže v porozumění nonverbálním i verbálním, a neschopnost adekvátně se vyjádřit. Dále u jedinců s mentálním postižením zaznamenáváme změny v oblasti lexikálně-sémantické roviny, kdy pozorujeme výrazné převýšení pasivní slovní zásoby nad zásobou aktivní. (Bartoňová, Bazalová, Pipeková, 2006). Často dochází k používání pouze jednoslovných výrazů (podstatných jmen či sloves), popřípadě užívání jednoduchých vět. Typické jsou také vlastní výrazy (tzv. agramatismy) (Bendová, 2011).

Zvláštnosti volních vlastností

Problémem vůle u osob s mentální retardací je především otázka obsahu vůle, motivů a určujících cílů. Jedinci mají nedostatek iniciativy a nejsou schopni řídit své chování v souladu se vzdálenými cíly. Typická je sugestibilita, nezralost, neovladatelnost a tvrdohlavost. Velmi často dochází ke snížení nebo úplnému chybění volních kompetencí (Bartoňová, Bazalová, Pipeková, 2006).

Zvláštnosti emocionální sféry

Zvýšená hladina hormonů typická pro období dospívání způsobuje nejen fyzické změny jedince, ale především značně ovlivňuje složku emoční, projevující se sklonem k únavě a náhlými návaly vzteku a vzdoru. City osob s mentální retardací bývají nedostatečně diferencovány, prožitky jsou primitivnější a protikladné, emoce jsou neadekvátní svou dynamikou a mnohdy se vyskytují projevy popudlivosti, euforie, apatie a náladovosti.

Zvláštnosti utváření sebepojetí

Sebehodnocení osob s mentální retardací není zcela objektivní, bývá často emocionálně zabarvené a nekritické. Jedinec je v sebehodnocení snadno ovlivnitelný a závislý na názorech jiných lidí. Často přijímá názory okolí jako jasné a nezměnitelné. Zkreslené sebehodnocení ovlivňuje chování. Často se projevuje snahou vyhnout se úkolu, obavami z nezdaru, a na druhou stranu ve známých situacích se jedinec s mentálním postižením nadhodnocuje. Nedokáže odhadnout své možnosti a přizpůsobit jim své chování (Vágnerová, 2004).

3 Vzdelávání žáků s mentálním postižením v období dospívání a mladé dospělosti

3.1 Školská legislativa

Žáci s mentálním postižením ve věkovém období od 15 do 26 let, zpravidla po ukončení školní docházky na Základní škole speciální mohou ve svém vzdělávání pokračovat nejčastěji prostřednictvím Praktické školy jednoleté a dvouleté nebo formou odborného učiliště či nestátních neziskových organizací. Praktická škola jednoletá a dvouletá se zařazuje do oblasti středních škol. Tyto typy středních škol jsou zřizovány podle **vyhlášky č. 13 ze dne 29.12. 2004** o středním vzdělávání a vzdělávání v konzervatoři (Pipeková, 2006).

Danou problematiku dále upravuje **Zákon 82/2015 Sb.**, (novela zákona č. 561/2004) o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) a **Vyhláška č. 27/2016 Sb.**, o vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami a dětí, žáků a studentů mimořádně nadaných (novela zákona 73/2005 Sb., platnost od 1.9. 2014 do 31.8. 2016).

Podrobněji se v dalších podkapitolách, zmiňuji pouze o Praktické škole, která přímo souvisí s místem mého výzkumného šetření.

3.2 Praktická škola dvouletá

Praktická škola dvouletá byla schválena Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy dne 9. prosince 2004, č.j. 32/090/2004-24 s platností od 1. září 2005 počínaje prvním ročníkem (Švinglová, 2006). Je určena pro žáky se středně těžkým mentálním postižením a žáky s lehkým mentálním postižením v kombinaci s dalším zdravotním postižením.

Ke studiu na Praktické škole jsou přijímáni žáci po ukončení povinné školní docház-

ky v základní škole samostatně zřízené pro žáky se zdravotním postižením, v základní škole speciální, po ukončení povinné školní docházky, kdy žák nezískal základní vzdělání, nebo po ukončené základního vzdělávání na základní škole a z vážných zdravotních důvodů, které jsou v kombinaci s mentálním postižením, se žáci nemohou vzdělávat na jiném typu školy (Bartoňová, Bazalová, Pipeková, 2007).

Organizace vzdělávání:

V praktické škole dvouleté probíhá vzdělávání denní formou. Vzhledem ke speciálním vzdělávacím potřebám je výuka organizována s respektem psychických, fyzických a sociálních možností žáků, je kladen důraz na jejich individuální zvláštnosti a schopnosti. Ve výjimečných případech může ředitel prodloužit délku vzdělávání nejdéle o dva školní roky.

Ve výuce je kladen důraz na osvojení poznatků obsažených ve vzdělávacím programu, rozvoj komunikačních dovedností, rozvoj osobnostních kvalit, dodržování morálních zásad a respektování pravidel společenského chování, dodržování vymezených pravidel, schopnost spolupráce, osvojení základních pracovních dovedností návyků a pracovních postupů potřebných v profesním i osobním životě (Pipeková, 2006). Vzdělání je ukončeno závěrečnou zkouškou a získáním vysvědčení o závěrečné zkoušce.

Absolventi se mohou uplatnit při pomocných pracích, ve zdravotnictví, v sociální péči a službách, ve výrobních podnicích, v zemědělství, případně na pracovních místech určených pro osoby se zdravotním postižením.

3.3 Praktická škola jednoletá

Praktická škola jednoletá byla schválena Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy dne 9. prosince 2004, č.j. 32/089/2004-24 s platností od 1. září 2005 počínaje prvním ročníkem (Švinglová, 2006). Je určena pro žáky se středně těžkým a těžkým mentálním postižením (STMP, TMP), s autismem a žáky s vícečetným postižením.

Ke studiu na Praktické škole jednoleté jsou přijímáni žáci po ukončení povinné školní docházky v základní škole samostatně zřízené pro žáky se zdravotním postižením, v základní škole speciální, po ukončení povinné školní docházky, kdy žák nezískal základní vzdělání ani základy vzdělání nebo po ukončení základního vzdělávání na základní škole a z vážných zdravotních důvodů, které jsou v kombinaci s mentálním postižením, se žáci nemohou vzdělávat na jiném typu školy.

Organizace vzdělávání:

V praktické škole jednoleté probíhá vzdělávání denní formou. Vzhledem ke speciálním vzdělávacím potřebám je výuka organizována s respektem psychických, fyzických a sociálních možností žáků, je kladen důraz na jejich individuální zvláštnosti a schopnosti. Ve výjimečných případech může ředitel prodloužit délku vzdělávání nejdéle o dva školní roky.

Ve výuce je kladen důraz na převahu praktických předmětů, jejímž cílem je připravit žáky pro plnohodnotnou existenci v rodině a co nejvyšší možnou integraci ve společnosti. Vzdělávání se zaměřuje na oblasti jazykové a literární výuky, občanské výchovy, matematiky a výchovy, které směřují k rozvoji kreativity, kultivují osobnost a přispívají k harmonickému rozvoji žáků. Výuka předmětů rodinná výchova a ruční práce směřuje k osvojení manuálních dovedností potřebných k výkonu jednoduchých činností v profesním i osobním životě (Bartoňová, Bazalová, Pipeková, 2007).

Vzdělání je ukončeno závěrečnou zkouškou a žák získává vysvědčení o závěrečné zkoušce. Absolvent podle svých schopností může vykonávat jednoduchou práci s dohledem a dopomocí v neziskových organizacích, které se zabývají zaměstnáváním osob se zdravotním postižením.

4 Volný čas u žáků s mentálním postižením

4.1 Vymezení pojmu volný čas

S pojmem volný čas přímo souvisí pedagogika volného času. Jedná se o pedagogický obor či disciplínu, která se zvláště dnes právem dostává velmi výrazně do povědomí naší společnosti. Ten, kdo si uvědomuje význam a důležitost volnočasových aktivit a budování návyků již od dětského věku formou smysluplného trávení volného času, nemůže jinak než uznávat tento obor a být vděčný za jeho existenci. Pedagogika volného času se tedy zabývá výchovou ve volném čase, záměrným působením na děti, mládež či dospělé a snaží se je naučit volný čas efektivně využívat.

Vážanský definuje volný čas takto: *"Volný čas v nejužším slova smyslu (vlastní, efektivní, skutečná, svobodně a plně disponibilní doba) je obdobím nezávislým na době spánku, zaměstnání, i na polovolném čase (jeho prostor pro uspokojování všech přirozených a společenských potřeb, vyjma doby spánku a práce."* (Vážanský, 1995, s. 21).

Opatřilová (2011, s. 39) hovoří takto: *"Uspokojování potřeb volného času patří k přirozeným potřebám každého jedince. Jeho neuspokojování může naopak mít odraz ve skryté frustraci vedoucí až k různým formám agresivity a dalších společensky nežádoucích projevů."*

Hofbauer, (2004) vnímá volný čas jako prostor, do kterého člověk vstupuje s očekáváním, jeho setrvání v něm je dobrovolné a přináší jedinci příjemné zážitky a uspokojení.

Z uvedených definic můžeme shrnout, že volný čas významnou měrou přispívá k uspokojování potřeb jedince, k rozvoji schopností a dovedností. Ovlivňuje vývoj člověka v mnohých oblastech jeho života.

4.1.1 Funkce volného času

Dumazedier (1962) in Knotová (2011) dospěl k rozlišení tří vzájemně se prolínajících funkcí volného času ve střídavé míře ve všech činnostech všech lidí:

- a) *odpočinek* - volný čas má přispívat k zotavení, osvobozuje od únavy, odstraňuje fyzické nebo psychické napětí
- b) *rozptýlení* - volný čas zprostředkovává zábavu, kompenzaci nebo únik od monotónní práce
- c) *rozvoj* - volný čas podporuje rozvoj osobnosti např. prostřednictvím činností v kreativních, kulturních a společenských sdruženích

Pro srovnání německý pedagog, zabývající se pedagogikou volného času a sociologií i rekreologií, předkládá sedm hlavních funkcí volného času:

1. *rekreační* - odpočinek, čas na zotavenou, relaxace,
2. *kompenzační* - rozptýlení a zábava,
3. *enkulturační a edukační* - kulturní aktivity, příležitost k celoživotnímu učení a vzdělávání,
4. *kontemplační* - duchovní rozměr činností, hledání smyslu života,
5. *komunikační* - podpora sociálních kontaktů,
6. *participační* - občanské a spolkové aktivity,
7. *konzumní* - spotřeba materiálních statků,

4.1.2 Vymezení pojmu zájmové činnosti

"Zájmové činnosti jsou aktivity zaměřené na uspokojování a rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností. Podílí se na formování názorů, postojů a přesvědčení jedince."(Opatřilová, 2011, s. 52).

Zájmové činnosti chápe Kozáková, Krejčířová, Müller (2013) jako cílevědomé aktivity, které se zaměřují na uspokojování a rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a

schopností. Zároveň upozorňuje na jejich silný vliv, který napomáhá k rozvoji osobnosti a správné společenské orientace.

Pávková zabývající se pedagogikou volného času podává komplexní definici: "*Zájmová činnost tedy plní funkci výchovnou i vzdělávací. Rozvíjí celou osobnost, působí motivačně a socializačně, podporuje seberealizaci. Jako součást volného času plní i úkoly zdravotně-hygienické. Může být prostředkem relaxace, odpočinku, duševní i fyzické rekreace a regenerace sil. Jedinci i společnosti přináší významné hodnoty zdravotní, kulturní, výchovné a vzdělávací, společenskopolitické, popř. i ekonomické* (Pávková a kol., 2008, s. 98).

4.1.3 Rozdělení zájmových činností a jejich význam

Dle Hofbaera (2004) se zájmové činnosti nejčastěji dělí podle svého obsahu na:

- *společenskovědní*
- *pracovně - technické*
- *estetickovýchovné*
- *přírodovědně - ekologické*
- *tělovýchovné a sportovní.*

Jednotlivé aktivity a jejich význam dle Hofbauera (2004):

společenskovědní

Poznávání významných objektů v okolí, poznávání míst ČR, návštěvy kulturních zařízení (knihovna, muzeum), dodržování lidových tradic, zvyků, seznámení s jejich významem (Velikonoce, Vánoce..).

pracovně - technické

Napomáhají k zdokonalování manuálních dovedností, prohlubují prostřednictvím

mnohostranné činnosti zájem žáků o tvořivou práci. Aktivní uplatnění v oblast techniky, rozvoj technického myšlení i představitivosti. Zahrnuje také práci s různými materiály (papír, dřevo, různé přírodniny, modelovací hmotu), přípravu pokrmů, činnosti související s dopravní výchovou.

přírodovědně ekologické

Prispívají k prohlubování vědomostí o přírodě, podporují vztah k její ochraně, pozitivně ovlivňují citový vztah ke všemu živému, morální odpovědnost za ochranu přírody, posilují vytváření správných postojů k životním hodnotám. Zprostředkováváme poznatky o rostlinách, živočiších, spolupráce s institucemi (přírodovědné centrum, hvězdárna, zoologická zahrada). Činnosti zaměřené na podporu ochrany životního prostředí. Práce s naučnou literaturou (atlas, encyklopedie, edukační pexetria...).

estetickovýchovné

Formují a utvářejí estetické vztahy dětí k přírodě, společnosti (materiální a kulturní hodnoty). Činnosti zaměřené na rozvíjení výtvarného, hudebního projevu, na kulturní chování a výchovu. Významné jsou tvořivé aktivity, které přinášejí nové a emoční zážitky a jsou zdrojem motivace.

tělovýchovné, sportovní a turistické

Prispívají k fyzické zdatnosti a posilují psychiku jedince, přiměřená pohybová aktivita je důležitým předpokladem pro zdravý vývoj, pro rozvoj pohybových schopností, všestrannost. Přednost mají aktivity prováděné v přírodě (turistika) a sezónní sporty a zábava.

4.1.4 Význam a přínos zájmových činností u žáků s mentálním postižením

Smysluplné využití volného času u lidí s mentálním postižením, přispívá velkou měrou k rozvoji jejich schopností a dovedností, výrazně pozitivním způsobem ovlivňuje emoční složku osobnosti, podporuje životní hodnoty a vztah k druhým lidem. V praktické části se budu zabývat konkrétním přínosem volnočasových aktivit.

Kozáková, Krejčířová, Müller (2013) vidí volný čas jako nezanedbatelnou součást kvalitního života člověka. Mají-li být lidé s MP plnohodnotnými členy intaktní společnosti, potřebují podporu při zapojení do nejrůznějších zájmových a rekreačních aktivit takovým způsobem, který jim umožní aktivity realizovat ve stejném prostředí a stejným způsobem jako ostatním občanům.

Činnosti ve volném čase mají často větší osobní význam než pracovní či školní aktivity, nabízejí daleko rozmanitější možnosti, které přispívají k rozvoji osobnosti v mnohých směrech (Langmeier, Krejčířová, 1998). Pávková (2008) pokládá za jeden z cílů výchovy naučit člověka rozumně využívat volného času, formovat jeho zájmy a podporovat centrální, hluboký celoživotní zájem.

Přínos tedy můžeme dle Hofbauera (2004) vnímat ve třech rovinách:

rovina biologická - je ovlivněna především pohybovými aktivitami, které přispívají ke zvýšení kondice, rozvoji obratnosti, koordinaci těla, k posílení zdraví a k posilování návyků potřebných pro zdravý vývoj

rovina emoční - je ovlivněna pozitivní atmosférou, radostí, zážitky, seberealizací, uspokojením z vykonávaných aktivit

rovina sociální - důležitý aspekt sociální skupiny, vrstevnické vztahy, komunikace, podpora socializace.

Dále o významu zájmových aktivit realizovaných ve volném čase Hofbauer (2004) ještě uvádí, že poskytují velké množství podnětů pro rozvoj poznávacích procesů (vnímání, paměť, představivost, fantazie, myšlení, řeč). Zároveň řadí zájmy mezi vlastnosti aktivačně - motivační, které vedou člověka k aktivitě.

4.2 Specifika využívání volného času u žáků s mentálním postižením

"Mají-li lidé s mentálním postižením zastávat roli "řadových" občanů, potřebují podporu i při zapojení do nejrůznějších zájmových a rekreačních aktivit, tak aby tyto aktivity mohli realizovat ve stejném prostředí a stejným způsobem jako ostatní občané." (Kozáková, Krejčířová, Müller, 2013, s. 64).

Zájmové vzdělávání pomáhá naplňovat čas nejen dospělé populace, reagovat na individuální potřeby a specifické zájmy jedinců. Jeho obsah je ovlivňován zaměřením na hodnotovou orientaci jedinců, kteří se v rámci tohoto vzdělávání sdružují do různých zájmových organizací, svazů či klubů." (sec. cit. Bednaříková, 2006a, s. 56 - 57 in Kozáková, Krejčířová, Müller, 2013, s. 90 - 91).

S předešlých definic lze vyvodit závěr, že všichni bez rozdílu by měli mít příležitost smysluplně využívat volný čas. Pro jedince s mentálním postižením by měl volný čas znamenat rozmanitou formu aktivit blízko jejich individualitě, přáním a potřebám. Smysluplné aktivity mají rozvíjet jejich dovednosti a schopnosti, pozitivně ovlivňovat emoce. V podstatě mohou absolvovat mnoho aktivit shodným způsobem jako lidé intaktní a téměř všechny aktivity pak mohou být přizpůsobeny jejich individuálním potřebám tak, aby se pro ně staly dosažitelnými. Značnou měrou nám právě příroda a svět kolem nás přinášejí různorodé možnosti (edukační, pohybové, relaxační, emoční) k využívání volného času.

Blíže se metodikou a specifiky jednotlivých aktivit zabývá praktická část bakalářské práce.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5 Metodologie práce

5.1 Cíl výzkumného šetření

Hlavní cíl:

Hlavním cílem výzkumného šetření je zjistit, zda zájmový kroužek "PRŠník" přispívá k smysluplnému využití volného času žáků Praktické školy.

Pro naplnění hlavního cíle byly stanoveny tyto dílčí cíle:

- Reflexe významu a možného přínosu vybraných a realizovaných aktivit pro účastníky zájmového kroužku po době 18 měsíců činnosti.
- Reflexe spokojenosti rodičů uživatelů zájmového kroužku s jeho koncepcí, praktickým průběhem a s přístupem vedoucího pedagoga .
- Zhodnocení cílů stanovených pedagogy při založení zájmového kroužku.

5.2 Strategie výzkumného šetření

K naplnění hlavního cíle i dílčích cílů byla zvolena strategie kvalitativního šetření.

V bakalářské práci jsou využity tyto metody výzkumného šetření:

- dotazníky určené rodičům uživatelů zájmového kroužku a jediné účastnici
- metoda polostrukturovaných rozhovorů sloužících ke zjištění spokojenosti ostatních účastníků zájmového kroužku a možného rozvoje poznávací složky prostřednictvím dlouhodobé paměti, konkrétně fáze vybavení si.

Dotazník

Metoda dotazníků je velmi frekventovanou metodou v pedagogickém výzkumu. Gavora vymezuje dotazník jako "*způsob písemného kladení otázek a získávání písemných odpovědí*" (Gavora, 2010, s. 121). Samotný dotazník je sledem připravených,

formulovaných otázek, na které respondent (dotazovaná osoba) odpovídá písemně (Chráska, 2007).

Otázky používané v dotazníku mohou být otevřené, jejichž odpověď plně závisí na respondentovi, není limitována výběrovostí apod., otázky polootevřené, kdy respondent může zvolit z nabízených možností, ale může dopsat i jinou odpověď v případě, že si z nabídky možných odpovědí nevybere, nebo se jedná o výběr pouze částečný. Zavřené otázky dávají pouze možnost zvolit z předem daných odpovědí (Chráska, 2007).

Rozhovor

Rozhovor se řadí mezi kvalitativní metody výzkumných šetření. Rozhovor má v jednotlivých časových fázích různou výpovědní hodnotu. Volba rozhovoru je dána specifickostí problému, mentální úrovní klienta. Při užití rozhovoru s osobami s mentálním postižením musí být otázky formulovány tak, aby jim klient jednoznačně rozuměl. Rozhovor by měl být veden s ohledem na aktuální mentální úroveň, situaci a prostředí, ve kterém s odehrává (Černá, 2015).

5.3 Výzkumné otázky

Pro výzkumné šetření byly stanoveny tyto výzkumné otázky:

VO1: Jakou měrou byla ovlivněna poznávací složka ve smyslu dlouhodobé paměti a vybavení si poznaného (prožitého) prostřednictvím různorodých aktivit u jednotlivých účastníků zájmového kroužku?

VO2: Jaký je význam a přínos jednotlivých aktivit pro účastníky zájmového kroužku z pohledu jejich rodičů?

VO3: Jaké jsou subjektivní názory rodičů uživatelů zájmového kroužku na jeho koncepci, praktický průběh a přístup vedoucího pedagoga ?

VO4: Jakým způsobem byly naplněny cíle zájmového kroužku stanovené při jeho založení samotnými pedagogy?

5.4 Organizace výzkumného šetření

Výzkumné šetření formou polostrukturovaných rozhovorů a dotazníků má být výstupem zaměřeným na zájmový kroužek **PRŠník** po 18 měsících jeho realizace (od března 2014 do prosince 2015).

Výzkumné šetření bylo rozděleno do dvou částí dle zvolené výchozí metody výzkumného šetření (pozn. označení římskými čísly I. a II.).

První část - I. zaměřená na metodu polostrukturovaného rozhovoru.

Druhá část - II. zaměřená na metodu dotazníkového šetření. Zároveň jsou ve druhé části - II. vyhotoveny dvě formy dotazníků, lišících se nejen cílovou skupinou, ale i koncepcí samotných otázek. Všechny otázky jsou ještě rozděleny do několika okruhů.

I. část výzkumného šetření (polostrukturovaný rozhovor)

➤ *Vypracování a forma polostrukturovaného rozhovoru*

Polostrukturovaný rozhovor jsem vedla s účastníky zájmového kroužku osobně. Jednalo se o respondenty **se středně těžkým a těžkým mentálním postižením**. Postupovala jsem podle předem připravených otázek, doplněných v některých případech o podotázky, jejichž forma interpretace byla upravována dle individuálních schopností samotných uživatelů, aby v co největší míře podporovaly odpověď.

Otázky byly vyhotovené na papírovém podkladě, doplněné o možnost využití vizuální podpory prostřednictvím fotografií, vztahujících se k jednotlivým oblastem zjištění. Bylo zvoleno klidné prostředí a dostatek časového prostoru, kde vypovídal každý respondent sám bez účasti ostatních členů zájmového kroužku. Rozhovor byl zrealizován u **8/9** uživatelů (pozn. jedna zbývající účastnice s LMP vyplňovala písemnou formu dotazníku).

Charakteristika jednotlivých okruhů otázek I. části výzkumného kvalitativního šetření formou polostrukturovaného rozhovoru

První okruh otázek:

Otázky zjišťují vědomosti související obecně se zájmovým kroužkem.

Druhý okruh otázek

Otázky zjišťují subjektivní spokojenost účastníků se zájmovým kroužkem, preferenci jednotlivých aktivit z pohledu oblíbenosti.

Třetí okruh otázek

Otázky zkoumají míru poznaného na základě prožitků, jejich uložení, uchování a následné vybavení si prostřednictvím dlouhodobé paměti z **oblasti poznávacích aktivit**.

Čtvrtý okruh otázek

Otázky zkoumají míru poznaného na základě prožitků, jejich uložení, uchování a následné vybavení si prostřednictvím dlouhodobé paměti z oblasti **pohybově relaxačních aktivit**.

II. část výzkumného kvalitativního šetření (dotazník)

➤ *Vytvoření a forma dotazníku*

Dotazník jsem vypracovala sama bez použití internetového nástroje pro tvorbu dotazníků a osobně je v tištěné podobě předala zvoleným respondentům. Dotazník byl vyhotoven ve dvou variantách podle zvolené cílové skupiny:

1. varianta dotazníku - uživatelka s LMP, počet respondentů 1/10

2. varianta dotazníku - rodiče uživatelů, počet respondentů 9/10

Každá varianta dotazníku je dále rozdělena do několika okruhů, zaměřující se na rozdílné oblasti zjištění.

Dotazník obdrželo celkem 10 respondentů.

Každá varianta dotazníku je vyhodnocena zvlášť.

Charakteristika jednotlivých okruhů otázek II. části výzkumného kvalitativního šetření formou dotazníků

1. varianta dotazníku - uživatelka s LMP

První okruh otázek:

Otázky zjišťují subjektivní pohled, názor účastnice na praktický průběh zájmového kroužku, spokojenost s jednotlivými aktivitami a také jejich možný přínos pro samotnou uživatelku v oblasti poznávací, pohybové i emocionální.

Druhý okruh otázek:

Více než polovina otázek směřuje k zachycení míry poznaného, konkrétně, ve smyslu uložení, uchování a vybavení si poznaného především prostřednictvím prožitků z pohledu dlouhodobé paměti.

2. varianta dotazníku - rodiče uživatelů

První okruh otázek

Otázky zjišťují subjektivní názory rodičů na osobnost pedagoga, který vede zájmový kroužek (ve smyslu jeho schopností a charakterových vlastností ve vztahu k práci s jedinci s mentálním postižením).

Druhý okruh otázek

Otázky zkoumají subjektivní názory rodičů na praktický průběh kroužku, jeho koncepci, preferenci jednotlivých aktivit, jejich význam a přínos pro děti.

➤ Administrace dotazníků

Dotazníky byly osobně předány jediné uživatelce (1/10) a všem rodičům (9/10) zájmového kroužku, osobně, v tištěné podobě. Jejich vyplnění probíhalo anonymně.

➤ Vyhodnocení dotazníků

Dotazníky byly předány celkem 10 respondentům . Bylo vyplněno, odevzdáno a vyhodnoceno všech 10 dotazníků.

1. část zpracování výsledků byla provedena vyhodnocením polostrukturovaného rozhovoru u 8 z 9 uživatelů zájmového kroužku (pozn. jedna uživatelka odpovídala formou písemného dotazníku). Celkové množství položených otázek bylo 10. Některé otázky byly ještě rozšířené o podotázky.

2. část zpracování výsledků byla provedena vyhodnocením dotazníků, které byly vyhotoveny ve dvou variantách (podrobně popisované v kapitole Organizace výzkumného šetření, s. 39 - 40). Jedna dívka vyplňovala dotazník písemnou formou bez vizuální nápovědy. Jednalo se převážně o otázky otevřené. Celkové množství otázek bylo 10.

Počáteční teze:

1. Zájmový kroužek **PRŠník** založený a realizovaný na Praktické škole podporuje u žáků s MP mnohostranný rozvoj osobnosti, jejich schopnosti a dovednosti
2. Zájmový kroužek **PRŠník** je výrazně odlišný svojí koncepcí a praktickým průběhem v porovnání se zájmovými kroužky, kterých se mohou žáci Praktické školy účastnit v rámci školského zařízení (Mateřská škola, Speciální základní škola a Praktická škola).

I. část výzkumného kvalitativní šetření (rozhovor)

Cílová skupina: účastníci se STMP a TMP

První okruh otázek

Cíl zjištění:

Otázky č. 1 a č. 2 jsou zaměřené na vědomosti související obecně se zájmovým kroužkem.

Otázka č. 1

Co je to za obrázek? (správná odpověď **PRŠník**)



7/8 odpovědělo slovně **PRŠník**

1/8 ukázal batoh s plackou, na které je vyobrazené logo **PRŠníku**

Kde máme obrázek vyobrazený? (triko, buttony - placky)

bez nápovědy

4/8 slovně správně odpověděli triko (jednu ze dvou věcí)

2/8 odpověděli slovně správně triko i placky

2/8 přinesli triko s logem ukázat (mají trika v šatně)

s nápovědou (pomocí různých obrázků jakými byly kšiltovka, triko, mikina placky..)

8/8 ukázalo správně na triko a placky

Otázka č. 2

Vyjmenuj kamarády, kteří s tebou chodí na PRŠník.

bez nápovědy

6/8 vyjmenovalo **správně** všechny kamarády

s nápovědou (fotografie účastníků)

2/8 vyjmenovali **správně** všechny kamarády

Komentář k prvnímu okruhu otázek:

Z odpovědí vyplynulo, že účastníci mají povědomí o zájmovém kroužku, 8/8 dotazovaných poznalo logo zájmového kroužku a také 8/8 respondentů různou formou (slovně, gesty, názorem - přinesení konkrétní věci, na které je logo vyobrazené) si pamatovalo, kde máme logo vyobrazené. Všech 8 respondentů z 8 vyjmenovali ostatní členy (kamarády) křestními jmény.

Druhý okruh otázek

Otázky č. 3 a č. 4 zjišťují subjektivní spokojenost účastníků se zájmovým kroužkem, preferenci jednotlivých aktivit z pohledu oblíbenosti.

Otázka č 3

Líbí se Ti na PRŠníku?

8/8 odpovědělo **ANO**

Otázka č 4

Co na PRŠníku děláme?

bez nápovědy (bez fotografie)

5/8 vyjmenovali slovně činnosti **správně**

s nápovědou (s fotografií)

3/8 spojili obrázky s činnostmi na fotografiích **správně**

Co děláš na PRŠníku nejraději?

bez nápovědy

4/8 odpověděli - jízda na koloběžce

1/8 ukázal rukama plavání

1/8 odpověděl pizza

s nápovědou (s fotografií)

2/8 ukázalo na les a psa (venčení psů z útulku)

Komentář ke druhému okruhu otázek:

V těchto otázkách jednoznačně vyplynul fakt, že všem, tedy 8/8 dotazovaných, se na zájmovém kroužku líbí. Jednotlivé aktivity bez nápovědy i s nápovědou znali úplně všichni. Mezi nejoblíbenější aktivitu dle odpovědí patří jízda na koloběžce (pohybová aktivita).

Třetí okruh otázek

Otázky č. 5, 6, 7 zkoumají míru poznaného na základě prožitků, jejich uložení, uchování a následné vybavení si prostřednictvím dlouhodobé paměti z oblasti **poznávacích aktivit**.

Otázka č. 5

Poznáš co to je? (Petřínská rozhledna na fotografii)

4/ 8 nevěděli

2/8 slovní správná odpověď

2/8 ukazovali do výšky

Byli jsme tam s PRŠníkem? (ano)

8/8 odpovědělo **správně ANO**

Vzpomeneš si jak se město ve kterém jsme společně byli jmenuje? (Praha)

bez nápovědy

3/8 bez nápovědy správná slovní odpověď

s nápovědou (slovní nebo psaná nápověda dvou měst)

3/8 s možností výběru PRAHA BRNO odpověděli špatně BRNO

2/8 odpověděli z možnosti výběru PRAHA BRNO správně PRAHA

Otázka č. 6

Na Petřínskou rozhlednu jsme šli pěšky nebo jeli výtahem? (pěšky)

bez nápovědy: (bez fotografie)

4/8 bez nápovědy odpovědělo **správně** - schody

1/8 bez nápovědy odpověděl **špatně** - výtah

s nápovědou: (dvě fotografie vedle sebe - schody a výtah)

2/8 s nápovědou odpovědělo špatně - výtah

1/8 s nápovědou (fotografie schodů a výtahu) odpověděl **správně** - schody

Otázka č 7

Jak se jmenuje místo, kde se připravuje a pije čaj? (čajovna)

bez nápovědy (fotografie čajovny)

1/8 odpověděl **správně**

s nápovědou

5/8 **nevědělo** správný název ani s nápovědou

2/8 odpovědělo **správně**

Byli jsme tam s PRŠníkem? (ano)

8/8 odpovědělo **správně** ANO

Vzpomeneš si jak é čaje jsme ochutnávali? (švestka, kokos, " Tygří pramen")

bez nápovědy

3/8 odpovědělo slovně **správně** všechny čaje

2/8 odpovědělo **správně** 1 název ze 3

s nápovědou (říkala jsem názvy čajů)

2/8 odpověděli **správně** všechny čaje

1/8 **nevěděl** ani s nápovědou

Komentář ke třetímu okruhu otázek:

Tyto otázky byly zaměřené na míru poznaného a prokázaly, že přestože se jedná o jedince se středně těžkým a těžkým mentálním postižením, u kterých díky odlišnostem poznávacích procesů je právě dlouhodobá paměť výrazně snížena, došlo k vybavení si poznaného ve všech otázkách u více než poloviny uživatelů. Můžeme se tedy objektivně domnívat, že právě prožitek, zábava, různorodé aktivity a pozitivní atmosféra mají značný vliv na uložení, uchování a vybavení si zapamatovaného z pohledu dlouhodobé paměti.

Čtvrtý okruh otázek

Otázky č. 8, 9, 10 zkoumají míru poznaného na základě prožitků, jejich uložení, uchování a následné vybavení si prostřednictvím dlouhodobé paměti z oblasti **pohybově relaxačních aktivit**.

Otázka č. 8

Jezdíme s **PRŠníkem** na koloběžkách nebo na kole? (na koloběžkách)

bez nápovědy

5/8 odpovědělo **správně**

s nápovědou (fotografie koloběžky a kola)

2/8 s nápovědou odpověděli **správně**

1/8 ukázal s nápovědou na obrázek koloběžky

Otázka č. 9

Poznáš co je to za místo? (zábavný park Tongo na fotografii)

bez nápovědy

3/8 odpovědělo slovně **správně**

s nápovědou (dvě možnosti TONGO nebo AMERIKA)

5/8 odpovědělo **správně** + vyjmenovali činnosti, které jsme dělali - skákání, jídlo, klouzačka

Byli jsme tam s PRŠníkem? (ano)

8/8 odpovědělo **správně ANO**

Otázka č. 10

Co je to za místo? (aquacentrum na fotografii)

3/ 8 odpovědělo voda

2/8 odpovědělo aquacentrum

2/8 odpovědělo bazén

1/8 ukazoval rukama vlny

Byli jsme tam s PRŠníkem? (ano)

8/8 odpovědělo **správně ANO**

Co jsme tam dělali?

bez nápovědy

4/8 vyjmenovalo **správně** slovně klouzačka, plavání, vlny

2/8 vyjmenovalo **správně** slovně tobogán, vlny

s nápovědou (fotografie bazénu, tobogánu)

1/8 ukazoval rukama vlny a na obrázku klouzačku

1/8 ukazoval rukama plavání

Komentář ke čtvrtému okruhu otázek:

Otázky v posledním okruhu byly koncipovány stejně jako v okruhu předchozím, tzn. se záměrem zjistit opět míru poznaného tentokrát z oblasti pohybově zábavních a relaxačních aktivit. Zjištěním je vyšší míra poznaného než u aktivit poznávacích, ke kterému došlo u všech respondentů tedy u 8/8. Celkově je tedy zjištění více než uspokojivé a potvrdilo počáteční tezi, že aktivity spojené s prožitkem se snáze uloží do paměti, nové poznatky jsou uloženy po delší časový interval a také dochází k vyšší míře jejich vybavení z paměti.

II. část výzkumného kvalitativní šetření prostřednictvím 1. varianty dotazníku

Cílová skupina: uživatelka s LMP

První okruh otázek

Cíl zjištění: Otázky 1 až 5 zjišťují subjektivní pohled, názor účastnice na praktický průběh zájmového kroužku, spokojenost s jednotlivými aktivitami a také jejich možný přínos pro samotnou uživatelku v oblasti poznávací, pohybové i emocionální.

Otázka č. 1

Jak dlouho navštěvuješ zájmový kroužek PRŠník?

odpověď: 2 roky

Otázka č. 2

Vyjmenuj kamarády, kteří společně s tebou zájmový kroužek navštěvují.

odpověď: dívka vyjmenovala všechny kamarády správně

Otázka č. 3

Proč navštěvuješ zájmový kroužek PRŠník?

odpověď: "Ráda poznávám nové věci, vytváříme různé akce, je sranda."

Otázka č. 4

Přinesl Ti PRŠník něco nového?

odpověď: "Na PRŠníku je vždy super nálada, smějeme se s paní učitelkou, byli jsme v čajovně, tam se mi moc líbilo, protože jsem tam ještě nikdy nebyla.. Chodíme na procházky, jezdíme na koloběžkách, byli jsme celou sobotu v Praze. Tohle doma neděláme. Na PRŠníku je pořád co dělat."

Otázka č. 5

Líbí se Ti jednotlivé činnosti, kterých se na PRŠníku účastníš?

Odpověď: ANO

Vyjmenuj co nejvíce aktivit, kterých si se na PRŠníku zúčastnila, a které se Ti nejvíce líbily.

odpověď: "Tongo, koupání u rybníka, mohla jsem mít s sebou i mého malého psíka, výlety do lesa, jezdíme na koloběžkách, výlet do Prahy, venčení psů z útulku, čajovna, dýňová párty. Líbí se mi všechny akce."

Komentář k prvnímu okruhu otázek:

Z uvedených odpovědí je zřejmé, že uživatelka navštěvuje zájmový kroužek velmi ráda, je spokojená nejvíce s různorodostí aktivit, s poznáváním nového a pozitivní atmosférou. Vyhovuje jí aktivní způsob využití volného času a je také jednoznačné, že jí kroužek nabízí aktivity, které její rodina společně nerealizuje. Je zde tedy prostor pro seberealizaci a uspokojení dívky, což významně pozitivně ovlivňuje psychiku osobnosti a tudíž dochází k harmonizaci osobnosti a k výraznějšímu osvojení si dovedností a schopností.

Druhý okruh otázek

Cíl zjištění: Otázky 6 až 10, tedy více než polovina, směřují k zachycení míry pozná-
ného konkrétně, ve smyslu uložení, uchování a vybavení si poznáného především
prostřednictvím prožitků z pohledu dlouhodobé paměti.

Otázka č 6

**Pokus se vyjmenovat venkovní místa v Hradci, která s PRŠníkem navštěvujeme
při procházkách.**

odpověď: Zimní stadion, Staré náměstí, museum, Žižkovy Sady , Jiráskovy Sady, les,
psí útulek, Šimkovy Sady. (správně)

Otázka č 7

Vzpomeneš si na jméno psího kamaráda z útulku, kterého jsme často venčili?

odpověď: Don (správně)

Otázka č 8

Co znamená pro PRŠník " Duhová sobota"?

odpověď: Výlety a různé akce na celý den s kamarády. (správně)

Otázka č 9

**Vzpomeneš si, jaké město, konkrétně místo, jsme o "Duhové sobotě" s PRŠní-
kem navštívili? (Praha, Šestajovice u Prahy)**

odpověď: Praha (částečně správně)

Otázka č. 10

**Pokus se vyjmenovat, co všechno jsme o "Duhové sobotě" viděli a co jsme měli
možnost si vyzkoušet?**

odpověď: "Viděli jsme v Praze rozhlednu a byli jsme v zrcadlovém bludišti a taky
jsme jeli metrem. A taky jsme v Praze dělali čokoládu, mýdlo a svíčky." (správně)

Komentář k druhému okruhu otázek:

Dívka v otázkách zjišťujících míru poznáného prostřednictvím zážitků potvrdila počá-
teční tezi, že jednotlivé aktivity zájmového kroužku velkou měrou přispívají i k rozvoji
poznávacích procesů, konkrétně paměti. Právě prožitkovost, různorodé a zábavné akti-
vity, pozitivní atmosféra, přispívají k osvojování poznatků a jejich vybavení ve zvýšené
míře.

II. část výzkumného kvalitativního šetření prostřednictvím 2. varianty dotazníků

Cílová skupina: Rodiče uživatelů zájmového kroužku

První okruh otázek

Otázky č. 1, 2 zjišťují subjektivní názory rodičů na osobnost pedagoga, který vede zájmový kroužek (ve smyslu jeho schopností a charakterových vlastností ve vztahu k práci s jedinci s mentálním postižením).

Otázka č. 1

Jste spokojeni s přístupem, komunikací pedagoga k Vám i k Vaším dětem?

Interpretace získaných údajů:

9/9 odpovědělo **ANO**

Uveďte prosím proč?

Interpretace získaných údajů:

Respondenti nejčastěji uváděli: **vstřícná, přátelská komunikace, ochota komunikovat kdykoli, osobní zájem pedagoga komunikovat, kladný a pozitivní přístup k dětem i k rodičům, trpělivý přístup.**

Otázka č. 2

Máte důvěru v pedagoga, který vede zájmový kroužek?

Interpretace získaných údajů:

9/9 respondentů odpovědělo **ANO**

Interpretace získaných údajů:

Jako nejčastější důvody ve vztahu k důvěře pedagoga uvedli respondenti **spolehlivost, trpělivost, pěkný vztah k dětem, spokojené děti.**

Komentář k prvnímu okruhu otázek:

Tyto odpovědi ukázaly na plnou důvěru a spokojenost s přístupem a komunikací pedagoga k účastníkům i k rodičům, všemi dotazovanými rodiči, tedy 9/9. Také byly zjištěny některé vyhovující schopnosti a povahové vlastnosti pedagoga, spjaté právě s

přístupem a komunikací pedagoga, které rodiče ocenili a považují je za základ kvalitní a přátelské spolupráce. Nejčastěji respondenti uváděli spolehlivost, trpělivost, vstřícnost, pozitivní vztah a přístup k dětem, nápaditost, veselou povahu a přátelskou a přínosnou komunikaci.

Druhý okruh otázek

Otázky č. 3 - 10 zkoumají subjektivní názory rodičů na praktický průběh kroužku, jeho koncepci, preferenci jednotlivých aktivit, jejich význam a přínos pro děti.

Otázka č. 3

Vyhovuje Vám koncepcie zájmového kroužku ve smyslu 3 h bloku 1x za 14 dní?

Interpretace získaných údajů:

9/9 odpovědělo **ANO**

Respondentům vyhovuje koncepcie zájmového kroužku ve 100%.

Otázka č. 4

Jste spokojeni s jednotlivými aktivitami a proč?

Interpretace získaných údajů:

9/9 respondentů odpovědělo **ANO**

Interpretace získaných údajů:

Mezi nejčastější odpovědi týkající se spokojenosti s aktivitami respondenti zařadili: různorodé, pestré aktivity, zábavné a naučné aktivity, aktivity jsou přizpůsobené všem dětem, rozvíjejí komunikaci

Otázka č. 5

Které aktivity vnímáte jako nejvíce přínosné pro Vaše děti?

Interpretace získaných údajů:

Jako nejvíce přínosné vyhodnotili respondenti aktivity pohybové (pohyb prý dětem velmi chybí), poznávací, společné s rodiči a tvořivé. Mnozí rodiče ještě zmínili spokojenost s přátelskou a veselou atmosférou při jednotlivých aktivitách.

Otázka č. 6

Můžete prosím uvést, co konkrétně pozitivního (co se Vám líbí) vnímáte na zájmovém kroužku PRŠníku?

Mezi nejčastější odpovědi respondentů patří: navazování a udržování přátelství dětí

se svými vrstevníky, různorodé vyžití dětí, pestrý program, zábavné, naučné a pohybové aktivity, společná odpolední setkávání s rodiči, kroužek vznikl z vlastní iniciativy pedagogů, kteří vedou kroužek s láskou.

Otázka č. 7

Můžete prosím uvést, co negativního (co se Vám nelíbí) vnímáte na kroužku PRŠník?

Interpretace získaných údajů:

8/9 respondentů uvedlo, že není nic negativního na zájmovém kroužku

1/9 respondentů uvedla jako negativum, že kroužek není každý týden

Otázka č. 8

Můžete uvést důvody, proč Vaše dítě navštěvuje zájmový kroužek PRŠník?

Interpretace získaných údajů:

Nejčastěji respondenti odpověděli: spokojenost dětí, těší se na pedagoga i na ostatní kamarády, na kroužku se cítí dobře, různorodé aktivity, které dětem prospívají - pohyb, poznávání, pohodová a přátelská atmosféra.

Otázka č. 9

Jak vnímáte projekt "Duhové soboty"? Co přináší Vám i Vaším dětem?

Interpretace získaných údajů:

Nejčastější odpovědi: dětem přináší pestrý program na celý den, zážitky a poznávání, mohou být delší dobu se svými vrstevníky a s pedagogem, děti jsou velmi spokojené a nadšené. Rodičům přináší volný den.

Otázka č. 10

Vnímáte nějaké změny, týkající se dovedností, schopností paměti, myšlení, komunikace, nálady, vztah k pedagogovi i k ostatním účastníkům kroužku (tyto změny mohou být kladné i záporné), které souvisejí s dlouhodobým docházením na kroužek PRŠník?

Interpretace získaných údajů:

Respondenti nejčastěji uváděli: osvojení si pohybových dovedností, zlepšení kondice, vybavení si určitých míst a zážitků, lepší vztah ke kamarádům i k pedagogovi, pozitivní nálada, rozvoj komunikace - vyprávějí co na kroužku zažili, klidnější, trpělivější děti, zvýšená snaha o vzájemnou pomoc mezi jednotlivými účastníky zájmového kroužku.

Komentář ke druhému okruhu otázek:

Druhý okruh otázek přinesl výpovědi respondentů o naprosté spokojenosti s praktickým průběhem kroužku, s jednotlivými aktivitami i jejich vhodností pro své děti. Nejčastějšími preferovanými činnostmi byly aktivity pohybové, poznávací, probíhající převážně v přírodě či venkovním prostředí. Velmi kladně hodnotili pozitivní, přátelskou atmosféru, kterou vnímají jako základní faktor spokojenosti dětí. Ze všech odpovědí byl prokazatelný přínos pro dítě ve smyslu posílení vrstevnických vztahů, možnosti seberealizace, rozvoj komunikace a rozvoj emoční složky ve smyslu zklidnění dětí, (eliminace afektivních stavů, stavů agrese u některých účastníků), pozitivních nálad a prožívání pocitů radosti a spokojenosti. Největším přínosem pro rodiče jsou spokojené a šťastné děti, které docházejí na kroužek dobrovolně a vždy se na něj velmi těší. Zároveň prostřednictvím různorodých aktivit, kterých se děti pravidelně účastní, došli k poznání, že jejich děti dokáží mnohem více, než očekávali (prostor pro seberealizaci). Pozitivně také hodnotily vztah mezi dětmi a pedagogem, který se stal intenzivnějším. Žádný z rodičů neuvedl nějaký nedostatek, nespokojenost či návrh na změnu. Tím se mi dostalo zpětné vazby a potvrdil se mi počáteční teze, že čas, který trávím společně s účastníky zájmového kroužku je smysluplný a přispívá k mnohostrannému rozvoji osobnosti jedinců s MP.

6 Charakteristika místa výzkumného šetření a výzkumného souboru

Mateřská škola, Speciální základní škola a Praktická škola Hradec Králové

Toto školské zařízení, poskytuje ucelené vzdělávání žákům se zdravotním postižením (mentálním či kombinovaným) od předškolního věku (mateřská škola) až po středoškolské studium (Praktická škola jednoletá a dvouletá), do věku 26 let.

Zřizovatelem tohoto školského zařízení je Královéhradecký kraj.

Název Speciální základní škola zahrnuje:

- Základní škola praktická
- Základní škola speciální
- Přípravný stupeň Základní školy speciální
- Školní družina
- Speciálně pedagogické centrum pro jedince s mentálním postižením
- Přípravná třída (pro děti se sociálním znevýhodněním)
- Žáci s diagnózou autismus jsou žáky základní školy speciální

V mé bakalářské práci se zaměřuji na žáky Praktické školy jednoleté a dvouleté.

6.1 Charakteristika místa výzkumného šetření

6.1.1 Praktická škola jednoletá a dvouletá

Praktická škola je přirozeným a potřebným doplňkem, který navazuje na ukončené vzdělání Základní školy speciální. Poskytuje žákům možnost pokračovat ve vzdělávání v případě, kdy nemají předpoklady z důvodů mentálních či sociálních vzdělávat se na odborných učilištích či jiných středních školách. Hlavním cílem praktické školy

je připravit žáky na budoucí plnohodnotný či samostatný rodinný a společenský život. V praktické škole jednoleté i dvouleté probíhá vzdělávání denní formou. Vzhledem ke speciálním vzdělávacím potřebám je výuka organizována s respektem psychických, fyzických a sociálních možností žáků, je kladen důraz na jejich individuální zvláštnosti a schopnosti. Ve výjimečných případech může ředitel prodloužit délku vzdělávání nejdéle o dva školní roky. Výuka se řídí **Školním vzdělávacím programem č. j. 512/2012** (podrobněji viz. kapitola Praktická škola jednoletá a dvouletá v teoretické části).

Ve školním roce 2015/2016 tvoří praktickou školu tři třídy o celkovém počtu 21 žáků. Tito žáci jsou rozděleni podle stupně mentálního postižení do homogenních skupin.

1. skupina

Žáci s lehkým mentálním postižením - 6 žáků.

2. skupina

Žáci s lehkým a středně těžkým mentálním postižením - 8 žáků.

V této třídě je na některé vyučovací hodiny přítomen asistent pedagoga.

3. skupina

Žáci se středně těžkým a těžkým mentálním postižením - 7 žáků.

V této třídě je permanentně přítomen asistent pedagoga.

Počet speciálních pedagogů, kteří na praktické škole vyučují včetně třídních učitelů, je 9 učitelů a 2 asistenti pedagoga.

6.1.2 Zájmové kroužky

Mateřská škola, Speciální základní škola a Praktická škola nabízí svým žákům, v některých případech i svým absolventům, možnost účastnit se širokého spektra zájmových kroužků. Tyto aktivity nejsou zpoplatněné a žáci je mohou využívat v neomezeném množství podle svých přání, požadavků a vybírat aktivity, které korespondují s výukou. Toto se týká převážně žáků navštěvujících základní školu speciální

(ZŠS) a základní školu praktickou (ZŠP), kteří zaujmají nejpočetnější skupinu celé školy. Zájmové kroužky jsou tedy navrhovány a přizpůsobovány těmto žákům zvláště z hlediska časového (tzn. že zájmové kroužky se nekryjí s výukou). Obsahové zaměření aktivit je nejčastěji směřováno na sportovní oblast.

V tabulce č. 1 uvádím přehled všech zájmových kroužků, nabízených školským zařízením, včetně cílové skupiny, časového rozvržení a místa realizace. U kroužků, které mohou navštěvovat žáci praktické školy je tučným písmem zvýrazněna její zkratka (Prš). Především tím, že se okruh nabízených zájmových aktivit pro žáky praktické školy výrazně zúží.

Tab. č 1.: Přehled komplexně nabízených zájmových kroužků pro žáky Základní školy speciální a žáky Praktické školy

<i>Název</i>	<i>Cílová skupina</i>	<i>Časové rozvržení</i>	<i>Místo realizace</i>
Plavání	Žáci ZŠS, ZŠP, Prš	čtvrtek 14.45 - 16.15	Plavecký bazén
Míčové hry	Žáci ZŠP	úterý 14.15 - 15.45	Tělocvična, hřiště
Stolní tenis	Žáci ZŠP, Prš, ZŠS	úterý 15.30 - 16.30	Tělocvična
Tenis	Žáci ZŠP 2. st.	celoročně nepravidelně	Tělocvična, hřiště
Cyklistika	Žáci ZŠP 2. st., ZŠS	celoročně nepravidelně	Terén, škola
PRŠník	Žáci Prš	pondělí 1x / 14 dní 14.00 - 17.00	Terén, škola
Sportovní	Žáci ZŠS	pondělí 13.30 - 14.30	Tělocvična, hřiště, herny
Arteterapie	Žáci ZŠS	úterý 13.30 - 15.00	Třída A3
Drama - divadlo	Žáci ZŠS, Prš	středa 14.00 - 15.30	Družina - herna
Sport speciálních olympiád	Žáci nižších ročníků ZŠS	čtvrtek 13.30 - 14.30	tělocvičny, hřiště
Bocca a hry	Žáci ZŠS, ZŠP, Prš	pátek 12.45 - 14.00	Tělocvična, hřiště

Žáci po ukončení školní docházky na Základní škole speciální, mají možnost pokračovat ve vzdělávání prostřednictvím Praktické školy jednoleté a dvouleté (střední škola). Škola je koncipována odlišně nejen svým zaměřením, ale i časovou náročností samotné výuky (pozn. Po a St - konec výuky ve 13. 30, 2x týdně v Út a ve Čt odpolední vyučování do 15. 30 hodin). Většina zájmových aktivit probíhá tedy v době,

kdy mají žáci praktické školy vyučování, a proto se dostupnost účastnit se některých kroužků vzdaluje. V tabulce č. 2 uvádím pro přehlednost pouze zájmové kroužky, kterých se reálně žáci praktické školy mohou účastnit. Jedná se o aktivity, které korespondují právě s délkou výuky. Výjimka je udělena u zájmového kroužku plavání, který probíhá v době výuky (2 hodiny výtvarné výchovy), ale na žádost rodičů schválenou ředitelem školy ho žáci s přihlédnutím k jeho efektivnosti mohou navštěvovat.

Tab. č. 2.: Dostupné zájmové kroužky pro žáky Praktické školy jednoleté a dvouleté

<i>Název</i>	<i>Cílová skupina</i>	<i>Časové rozmezí</i>	<i>Místo realizace</i>
Plavání	Žáci ZŠS, ZŠP, Prš	čtvrtek 14.45 - 16.15	Plavecký bazén
Stolní tenis	Žáci ZŠP, Prš, ZŠS	úterý 15.30 - 16.30	Tělocvična
Bocca a hry	Žáci ZŠS, Prš	středa 14.00 - 15.30	Družina - herna
Drama a divadlo	Žáci ZŠS, ZŠP, Prš	pátek 12.45 - 14.00	Tělocvična, hřiště
PRŠník	Žáci Prš	Pondělí 1 x 14dní 14.00 - 17.00	Terén, škola

Zájmové kroužky dále ještě specifikují podle jejich charakteru, který je zaměřený na fyzickou výkonnost. Přehled je znázorněn v tabulce č. 3.

Tab. č. 3.: Výkonnostní forma dostupných aktivit žáků Praktické školy

<i>Název</i>	<i>Výkonnostní forma</i>	<i>Stupeň zdatnosti</i>
Plavání	ryze výkonnostní forma nutná závodní účast	pouze zdatní plavci
Stolní tenis	výkonnostní forma rekreační forma možná závodní účast	začátečníci pokročilí
Bocca a hry	rekreační forma soutěžní forma	začátečníci pokročilí
Drama a divadlo	rekreační forma účast na veřejném vystupování	Začátečníci pokročilí
PRŠník	rekreační forma Aktivity vycházejí především z individuálních schopností a dovedností jedinců, z jejich osobních preferencí.	Nespecifikováno

6.1.3 Charakteristika zájmových kroužků pro žáky Praktické školy

U vybraných zájmových kroužků, zmíním stručně jejich charakteristiku, z důvodu možnosti porovnání ve vztahu k odlišné koncepci zájmového kroužku PRŠník.

Sportovní aktivity

Stolní tenis

Tento zájmový kroužek nabízí možnost žákům podle svých možností porozumět

pravidlům ping - pongu a osvojit si dovednosti potřebné k samotné hře. Podmínkou účasti v tomto zájmovém kroužku není povinnost ovládat hru na úrovni reprezentace v soutěžích. Žáci mohou hrát jen pro zábavu a radost ze samotné hry. Rozdíly mezi jednotlivými účastníky jsou velmi individuální. Ti nejzdatnější se účastní krajských, celorepublikových i mezinárodních soutěží zaštitěných o. s. SK Integra.

SK Integra

Sportovní klub Integra, zajišťuje základní sportovní trénink a činnost nejen žákům našeho celého školského zařízení (Mateřská škola, Speciální základní škola a Praktická škola), ale i dalším zájemcům (např. žáci z odborných učilišť Hradec Králové, Žamberk a Hořice), základních škol praktických (Vysoké Mýto, Chlumeck nad Cidlinou, Chrudim, Žamberk). Realizuje reprezentaci školy v soutěžích v Českém svazu mentálně postižených sportovců, i v Českém hnutí speciálních olympiád. Snahou klubu je také zapojení absolventů našeho školského zařízení, ale i dospělých zájemců s mentálním postižením.

Sportovní klub Integra, využívá nabídky postupových soutěží, které organizuje Český svaz mentálně postižených sportovců. Soutěže jsou nejčastěji z oblasti stolního tenisu a plavání. Od roku 2011 se výrazně zintenzivnila činnost, především ve stolním tenisu, kde se mohou naši hráči, v několika stupních pravidelné soutěže, utkat se "zdravými" soupeři. Tato utkání sportovní klub považuje za nenahraditelnou zkušenost nejen sportovní, ale i sociální. Zde je také naplněn pojem Integra. Veškerá sportovní činnost je bezplatná. (<http://specialnihk.rpdata.cz/>)

Plavání

Voda je pro jedince s mentálním či kombinovaným postižením velmi vhodnou pohybovou aktivitou, přispívající k celkovému zlepšení kondice, posílení zdraví a k možnosti osvojit si některé plavecké styly. Orientace jedince s MP ve vodě a schopnost plavat má i charakter preventivní ve vztahu předcházení utonutí. Plavání má na naší škole dlouholetou tradici s pravidelnou, vysokou účastí a vynikající úspěšností na krajských, celorepublikových i mezinárodních soutěžích.

Kapacita zájmového kroužku je omezena a určena pouze žákům, kteří již plavat umí. Nevýhodu také spatřuji výhradně v závodnickém pojetí, čímž je znevýhodněna skupina plavců začátečníků či neplavců, kterým by mohla být poskytnuta jiná forma výuky, a to v podobě osvojení si základů plaveckých stylů, tzv. "přípravky", nebo rekreačního plavání. Takový kroužek na naší škole chybí.

Bocca a hry

Tento kroužek je na Speciální základní škole "nováčkem." Svoji činnost realizuje od září 2015. Tato aktivita je u žáků velmi oblíbená. Nenáročná disciplína, nevyžadující složité pohybové prvky. Pravidla jsou jednoduchá, na místě je pozornost, přesnost, ale často stačí jen nadšení, náhoda a radost ze hry.

Dramatický kroužek - divadelní soubor Slunovrat

Radost a zálibení v divadelní tvorbě nacházejí žáci základní školy speciální, Praktické školy i její absolventi. Souznění s hudbou a rytmem společně se svými vrstevníky zažívají žáci s mentálním postižením, kombinovaným postižením i žáci s poruchou autistického spektra. Představení jsou koncipována tak, aby podněcovala mladé herce k překonávání ostychu a nedůvěry ve vlastní schopnosti. Obsahově divadelní představení vycházejí z individuálních schopností a dovedností účastníků. Tímto dává možnost všem "divadelníkům" předvést kousek sebe. Od roku 2008 pravidelně tato představení probíhají v hradecké Filharmonii, vždy ve spolupráci s vybranými hudebníky či hudebními skupinami. Účast je vysoká, vystoupení jsou velmi oblíbená a zanechávají v divákovi silné emoce. Divadelní soubor Slunovrat získal v roce 2011 ocenění - Hradecká múza za významné tvůrčí dílo v oblasti kultury.

V tabulce č 4 jsou uvedeny údaje o počtu žáků, kteří jednotlivé zájmové kroužky navštěvují. Z tabulky je patrné, že zájmový kroužek **PRŠník** je druhý v pořadí s největší účastí z celkového počtu 5 nabízených aktivit.

Tab. č 4.: Zájmové kroužky dle počtu navštěvovaných žáků Praktické školy

<i>Název zájmového kroužku</i>	<i>Počet žáků</i>
Drama - divadlo	11 žáků
PRŠník	9 žáků
Plavání	6 žáků
Stolní tenis	3 žáci
Bocca a hry	3 žáci

Zároveň bych také ráda upozornila na druhou, odvrácenou stranu všech zmiňovaných pozitiv, které z představených aktivit vyvstávají. Mnohá ocenění a vynikající výsledky bezpochyby přinášejí jedincům s MP pocit uspokojení a posilují jejich sebevědomí. Nicméně ne každý jedinec má rád vodu nebo má schopnost naučit se plavat, a to ještě v závodní rovině. U divadelních představení ne každý žák dokáže udržet pozornost delší časový interval, vnímat rytmus a vystupovat před velkým množstvím lidí.

Zvláště pak u sportovních, závodních disciplín, můžeme pozorovat nadměrnou touhu po vítězství, avšak výrazněji ze strany rodičů, projevující se v kladení neúměrných nároků na dítě, což způsobuje jeho dlouhodobé přetěžování. Toto jednání může způsobit, že radost a potěšení ze samotného sportu je nahrazena stresem a nevyrovnaností jedince. Tyto situace jsou umocněny okamžikem neúspěchu a následným negativ-

ním hodnocením a přístupem ze strany rodičů. I takové situace s našimi žáky prožíváme.

Neměli bychom proto zapomínat, že pozitivní přínos a význam pro jedince má jakákoli aktivita převážně tehdy, pokud je vykonávána dobrovolně, přináší-li jedinci radost, uspokojení a prostor pro seberealizaci.

6.1.4 Důvody založení zájmového kroužku "PRŠník"

Pracovala jsem na Praktické škole 3. rokem v pozici asistent pedagoga, když jsem si uvědomila, že naše školské zařízení (Mateřská škola, Speciální základní škola a Praktická škola, Hradec Králové), nabízí velké množství zájmových kroužků, především ale pro žáky základní školy speciální a praktické. Praktická škola (střední škola) v tuto dobu neorganizovala žádný zájmový kroužek. Objevil se tedy prostor pro realizaci nového zájmového kroužku určeného pouze pro žáky praktické školy. S realizací se spojila i možnost seberealizace. Šance proměnit své nadšení, plány a představy ve skutečnost. Vznikl prostor pro vymýšlení různorodých aktivit zájmového kroužku, možnost zvolit si směr, kterým se bude koncepce ubírat.

Moje myšlenka měla konkrétní podobu od samého začátku. Pojdme vymyslet volnočasové aktivity primárně pro žáky Praktické školy, popřípadě i pro její absolventy. Pokusme se propojit více aktivit. Nabídnout prolínání činností poznávacích, pohybových, kreativních, sociálních. Místem děje nebude pouze škola, ale především příroda a svět kolem nás. Oslovila jsem přítelkyni a kolegyni na praktické škole, seznámila ji s představou. Tak začala naše spolupráce.

Zájmový kroužek, jsme na Praktické škole založily v březnu r. 2014. Mezi hlavní důvody jeho založení patří náš osobní zájem, poznat žáky s mentálním postižením i v mimoškolním prostředí, v situacích, které nejsou podmíněné procesem vyučování, školnímu řádu a školnímu prostředí.

Další důvody založení zájmového kroužku:

- pokusit se o vyplnění volného času žáků prostřednictvím smysluplných aktivit, které budou mít pozitivní vliv na potenciální rozvoj schopností a dovedností a přinesou žákům i nám pedagogům radost a naplnění
- častý a bezprostřední kontakt s přírodou
- chyběly aktivity, které jsou založené na poznávání okolního světa a běžného života, které mohou zprostředkovat nové poznatky a zážitky, a které mohou napomáhat integraci jedinců s mentálním postižením do společnosti
- upevnění vztahu mezi pedagogem a žákem
- posílení vztahu mezi pedagogem a rodičem
- nabídnout aktivity, kterých se mohou žáci účastnit i se svými rodiči a sourozenci, posílit rodinné vazby

6.1.5 Koncepce zájmového kroužku "PRŠník"

Zájmový kroužek jsme s kolegyní založily na Praktické škole v březnu r. 2014. Od března do listopadu r. 2014 byl zájmový kroužek veden dvěma pedagogy. Od prosince 2014 - doposud, vedu zájmový kroužek pouze já, tedy jeden pedagog (pozn. kolegyně odešla na mateřskou dovolenou). Na celodenní výlety nebo akce vyžadující druhou dospělou osobu využívám velmi ráda nabídky jedné matky, jejíž dítě zájmový kroužek navštěvuje. Tato spolupráce mi přinesla možnost poznat výjimečnou ženu, která se stala moji životní přítelkyní.

Cílovou skupina:

Žáci Praktické školy ve věku od 15 do 26 let.

Koncepce činností:

Všechny činnosti jsou koncipovány do tematických bloků (mini projektů), kde je kladen důraz na individualitu každého žáka a na jejich spontánnost. Samotná realizace probíhá v pondělí 1x za 14 dní s časovým rozpětím 4 vyučovacími jednotkami (3 hodiny) od 14.00 do 17. 00. Toto časové rozvržení je přizpůsobeno jednotlivým aktivitám a v určitých situacích je čas prodloužen (např. koupání - Stříbrný rybník, do-

prava tam a zpět, dostatečný pobyt u vody, pěší výlety do hradeckých lesů...). Změna ukončení zájmového kroužku, je včas s dostatečným předstihem oznámena účastníkům i jejich rodičům.

Výhody koncepce z pohledu časového uspořádání:

- plynulé navázání zájmového kroužku na konec výuky, doprovod žáků na oběd do školní jídelny
- doprovod žáků ze školní jídelny do školy a dopomoc, dohled nad přípravou účastníků dle zvolené činnosti (sportovní oblečení, sportovní obuv, pomůcky na sportovní aktivity, v případě letních dní dopomoc při aplikaci opalovacích prostředků, věci ke koupání, vhodně zvolené oblečení, pokrývka hlavy zajištění pitného režimu...)
- možné volit pestřejší aktivity, vyžadující větší časový prostor
- prodloužený volný čas pro rodiče (3 hodiny)

Prostředí pro plánované aktivity:

- venkovní
- vnitřní

(pozn. blíže viz. samostatná kapitola 6.2.1 Rozdělení prostředí pro jednotlivé aktivity)

6.1.6 Představení loga zájmového kroužku " PRŠník "

Obr. č 1.: Logo zájmového kroužku PRŠník (profesionální vyhotovení)



Obr. č 2.: Logo zhotovené dle předlohy účastníkem zájmového kroužku PRŠník (nakresli chlapec s těžkým mentálním postižením)



Společně s kolegyní jsme vytvořili logo, jehož symboly znázorňují některá naše přání a cíle. Logo má dvě varianty, jedno je vyhotoveno pomocí počítačového programu a druhé logo pochází přímo od účastníka zájmovému kroužku, aby mělo vedle svého významu i svoji duši. Dle předlohy nakreslil úplně sám 23-letý chlapec s těžkým mentálním postižením, který má velmi kladný vztah k výtvarné tvorbě (viz. obr. č .2).

Z finanční podpory od magistrátu města Hradce Králové získané podáním grantu na Volnočasové aktivity dětí a mládeže 2014 jsme zakoupili trika na jejíž přední části je natištěno logo s duší a na zadní části v oblasti krku je malé profesionální logo. Z finančního příspěvku byly také na zakázku vyhotoveny buttony (odznáčky různých velikostí), na kterých je vyobrazené profesionální logo **PRŠníku**.. Triko i buttony obdržel každý účastník.

Popis a význam loga

PRŠník - Samotný název má zvýrazněná první tři písmena, která značí zkratku Praktické školy..

Deštník - Celý název **PRŠník** je podobný slovu deštník. Líbí se nám nejen znění, ale i symbolika - můžeme se všichni pod deštník společně schovat. Symbol přátelství a vzájemné pomoci. Také vyjadřuje i to, že naše aktivity uskutečňujeme a přizpůsobujeme každému počasí.

Duha - Značí barevnost, pestrost a rozmanitost nabízených aktivit.

3 barevné kruhy - Symbolická podobnost olympijským kruhům ve smyslu propojení a prolínání se různých aktivit odehrávajících se v různých prostředích, odhodlání, nadšení, vytrvalost. Barevnost kruhů je zvolena záměrně a symbolizuje barvy života.

Zelená - Symbol "znovuzrození", start novým zítřkům, novým zážitkům, novému poznání, , životní síla, vitalita (symbolizuje les, louky, parky).

Modrá - Symbol naděje, odhodlání vybojovat si plnohodnotný život (voda).

Žlutá - Symbol slunce, harmonie, vlídnost, vstřícnost, životní energie, pozitivismus, úsměv, radost, spokojenost.

6.2 Charakteristika výzkumného souboru

V současné době navštěvuje zájmový kroužek 9 žáků Praktické školy. Všichni žáci jsou jedinci s mentálním postižením. Čtyři účastníci s těžkým mentálním postižením, čtyři žáci se středně těžkým mentálním postižením a jedna dívka s lehkým mentálním postižením. Z celkového počtu je 6 chlapců a 3 dívky.

Ke každému jedinci napíše stručnou charakteristiku. Uvádím fiktivní křestní jména z důvodu ochrany osobních údajů.

Václav

24-letý chlapec s těžkým mentálním postižením (TMP), Downovým syndromem, zrakovou vadou (ZV), opožděným vývojem řeči (OVR), omezenou aktivní slovní zásobou, kdy je ve výsledku řeč prakticky nesrozumitelná. Pro určitá slova má své výrazy. Má velkou snahu komunikovat i přes svůj řečový deficit.

Na praktické škole studuje 4. rokem. Je pohodový, veselý, velmi rád se svými vrstevníky. Nemívá stavy zlosti, hněvu, agresivity. Chlapec je přátelský a společenský se smyslem pro humor. Tvrdohlavý s tendencí dělat si vše po svém, mívá problémy s respektováním řádu a povinností. Nutné být důsledný a důrazný. Při oblíbených činnostech, kdy je mu ponechán prostor pro seberealizaci, není s chlapcem žádný problém. Chlapec má silně vyvinutý smysl pro kreativitu. Je nápaditý, zručný, pracovitý. Velmi ho baví výtvarné činnosti, práce s papírem, stříhání a lepení, nejraději podle vlastní fantazie. Často zpracovává své zážitky a představy do konkrétní podoby zhmotněné vlastními výtvary v podobě kreslení a rozmanitých výrobků z papíru.

Václav je menší postavy, s vyšší váhou. Chůze těžkopádná. I přes svoji vyšší váhu a těžkopádnost zvládá výborně rozličné pohybové aktivity. Miluje vodu, umí velmi dobře plavat, rád se potápí, jezdí na koloběžce. Jeho zálibou jsou také filmové pohádky, zvláště zpívané, které zná nazpaměť a při sledování se pokouší je odříkávat a předvádět pantomimou (nejoblíbenější: Zlatovláška, Královna koloběžka I., Kouzla králů..). Mezi jeho další zájmy patří vaření, při kterém je šikovný, snaživý a umí mnoho věcí. Účinkuje v divadelním souboru Slunovrat, které ho baví a naplňuje.

Pochází z velké rodiny, která přijala Vendu takového jaký je a bezmezně ho miluje. Rodina je pracovitá a aktivní, syna do všech činností bez váhání zapojuje. Naučila svého syna lyžovat, jezdit na koloběžce, pomáhá při vaření i domácích pracích...Má dva mladší bratry. On sám má velmi silný vztah ke své rodině. Je šťastný při společných rodinných oslavách, kdy je celá široká rodina pohromadě. Často o své rodině mluví a popisuje co zažili a co mají naplánované.

Milan

Chlapec 22 let, s těžkým mentálním postižením, Downovým syndromem, zrakovou vadou, s opožděným vývojem řeči.

Míla je přátelský, milý, potřebuje pohodu, vlídnost, tělesný kontakt. Těžce nese neoprávněnou kritiku a hlasitý projev - křičení. Ve velmi vypjatých situacích, kdy se cítí nešťastně je schopen fyzicky napadnout druhého, je to jeho obrana. Za čtyři roky, co jsem s chlapcem v každodenním kontaktu, nikdy vůči mne žádná agrese neproběhla. Citově nestabilní, má sklon k úzkosti a lítosti. Zvýšený práh bolestivosti.

Píše psacím písmem krasopisně, čte, ale pouze s částečným porozuměním. Je velmi pečlivý, precizní, snížené pracovní tempo. Maximálně osvojené návyky při stravování, stolování, oblékání. Má silně vyvinutý cit pro vnímání hudby a rytmu, miluje tanec, pohádky, kterých zná velké množství nazpaměť, předřikává je a pantomimou ztvárňuje jejich děj.

Rád vybarvuje omalovánky, kreslí často speciální postavy, dlouhá, úzká těla, velké hlavy, velké uši, ozdobené náušnicemi, náhrdelníky, každá postava má jiné oblečení, střídá barvy. Kladný vztah k vaření, má smyslem pro legraci. Velmi pozitivně reaguje na pochvalu a uznání.

Jakub

Chlapec ve věku 25 let, TMP, ZV, OVR s četnými echoláliemi a s dyslálií. Je z úplné rodiny, má dva starší bratry. Velmi nízká aktivní slovní zásoba, naopak pasivní je dostačující. Mluví převážně jednoslovně, krátké věty je částečně schopen zopakovat,

sám smysluplné odpovědi na otázku vytvoří jen výjimečně. Píše psacím písmem, počítá s názorem do 10. Čte po slabikách bez porozumění textu. Velmi dobře si pamatuje básničky a říkanky. Na Praktické škole studuje 5. rokem.

Je rád se svými spolužáky, zná všechny křestním jménem. Kontakt navozuje tělesnou blízkostí. Často se orientuje v situacích používáním čichu. Pokud je přetěžován, některá činnost trvá dlouho, nebo je pokárán, reaguje křikem, boucháním pěstí do hlavy, do zdi nebo do stolu, je neklidný. Pracovní tempo snižené. Zájmový kroužek Jakubovi vyhovuje a nemám s chlapcem žádný problém, protože činnosti nejsou tak řízené jako při vyučování, má zde velký prostor pro seberealizaci. Často Jakuba chválím, na což reaguje spokojeně. Navíc ho činnosti baví a má kolem sebe své kamarády. Pohybově je velmi zdatný, obratný a šikovný. Jezdí na kole, koloběžce, dobře plave, miluje vodu. Má rád zvířata, zvláště psy. Rodiče Kubu vedou k samostatnosti, do školy jezdí autobusem sám, maminka syna kontroluje nevědomky z pozadí. Doma je veden k práci. Pomáhá se štípáním dřeva, starostí o slepice a králíky. Pomáhá s domácími pracemi. Chlapec potřebuje pohodové, klidné a veselé prostředí.

Jitka

22-letá dívka se STMP, OVŘ studuje na Praktické škole 1. rokem. Jitka je velmi pozitivní člověk, vyzařuje energii, je usměvavá, veselá, přátelská, společenská, komunikativní (v rámci svých možností). Není člověk konfliktní, nevyvolává spory. Aktivní zásoba velmi omezená, pasivní zásoba výborná. Jitka píše psacím písmem, písma pozná, čte po slabikách, čte s částečným porozuměním, počítá s názorem do 10. Dívka má zvýšenou potřebu uznání a pochvaly. Pokud toto nemá, je smutná. Sociálně velmi zdatná. Maximálně soběstačná ve všech úkonech běžných denních činností. Do školy si chystá sama svačiny, na což je náležitě pyšná a my také. Má velmi ráda pohyb, vodu, výborně plave i na závodní úrovni. Manuálně zručná, při pracovních činnostech se jí daří.

Jitka pochází z úplné rodiny, která je početná. Má dva starší bratry a jednu mladší sestru. Je vychovávána k víře, lásce a k pomoci druhým. Má silně zakořeněný cit pro

soudržnost, miluje svoji rodinu, díky které může být tak šťastná. Rodina se Jitce velmi věnuje a dává ji pocit jistoty a bezpečí. Zapojuje ji do všech společenských událostí.

Joža

25-letý chlapec s TMP, s mnohočetnou dyslálií, řeč je ve výsledku nesrozumitelná. Určitá slova nahrazuje svými výrazy. Často se projevuje vydáváním zvuků a zpívacími melodiemi řeči.

Pepa studuje na Praktické škole 3. rokem. Je aktivní, snaží se zapojovat do činností. Má silně vyvinutý smysl pro pořádek, všechny věci musí být přesně na svých místech. Školní dovednosti jsou velmi omezené. Chlapec neumí číst, psát ani počítat. Místo písma obsahuje vytečkovaná písmena, větší velikosti. Číselnou řadu vyjmenuje s pomocí do pěti. Snaží se odříkávat dny v týdnu a měsíce. Ví, jak se jmenuje a vyjmenuje členy rodiny. Je velmi rád mezi svými vrstevníky. Se zájmem si prohlíží jednoduché obrázkové knížky. Pravidelně skládá jedno a to samé puzzle, sestavuje písmena z drobných barevných kamínků, připevňuje kolíčky na tvrdou desku. Rád vybarvuje velké omalovánky. Má tendenci ulpívat na konkrétních věcech. Těžko se přizpůsobuje náhlým změnám. Pokud se objeví pocit nejistoty nebo dané situaci nepochopí, či je dotlačen k činnosti, která mu nevyhovuje, může reagovat zmateností, značným neklidem, hlasitými zvuky, bezdůvodným běháním v prostoru i fyzickou agresí. Pepovi vyhovuje pěší turistika, jízda na koloběžce, má rád zvířata, moderní, rytmickou hudbu, na kterou se rád pohupuje. S nadšením se podílí na činnostech souvisejících s vařením a nejraději jí. Mezi oblíbená jídla patří polévky a pudink. Chlapec pochází z úplné rodiny, ale většinu času tráví převážně s matkou. Otec je řidič kamionu a je často pryč. Pepa má jednu mladší sestru. Svoji rodinu miluje.

Jana

Jana je 17-letá dívka se STMP. Na Praktické škole studuje 1. rokem. Je aktivní, pozitivní, optimistická, usměvavá, komunikativní, společenská. Sociálně velmi zdatná. Je orientovaná i ve společenském dění. Jana je veselý, pohodový, bezkonfliktní člověk, který je v kolektivu právě pro své vlastnosti velmi oblíbený a vyhledávaný. Ráda zažívá nové, objevuje a poznává. Má silně vyvinutý smysl pro legraci. Školní dovednosti jsou snižené. Píše psacím písmem, čte s porozuměním a počítá s názorem do 10. Tyto snižené školní dovednosti jsou ale vykompenzovány značnou sociální zdatností. Jana je z úplné rodiny. Má jednu starší sestru. Rodina dívku vede k různorodým sportovním aktivitám, zvláště k ping - pongu, který dívka hraje na závodní úrovni. Získala již řadu medailí a to i v celorepublikových soutěžích. Mezi záliby patří ještě jízda na koloběžce a koně. Velmi kladný vztah má k divadlu a hudbě. Navštěvuje divadelní soubor Slunovrat.

Lucka

24-letá dívka s LMP, studuje na Praktické škole 5. rokem. Lucka je velmi zdatná sociálně, manuálně, ale i školní dovednosti jsou na dostačující úrovni. Tento rok bude dělat přijímací zkoušky na obor Cukrář s maturitou. Je společenská, komunikativní, přátelská, někdy rázná a důsledná, cílevědomá, pečlivá a snaživá. Má ráda módu, hudbu a výlety. Lucka pochází z neúplné rodiny. Žije pouze s matkou a mladší sestrou, která se ale bude v dohledné době stěhovat. Vztah s matkou je velmi narušený. Matka je sociálně nevyzrálá, neumí hospodařit s penězi. Má neúměrné nároky, které nekorespondují s její finanční situací. Pořizuje si drahé, značkové oblečení. Aby nemusela ze svých nároků slevovat, často si půjčuje peníze od Lucky, která ještě každý měsíc přispívá matce na jídlo a na byt. Sama si ale ještě peníze nevydělává. Lucke nevěnuje téměř žádný čas, není ji oporou ani vzorem. Spíše naopak. Z důvodu této situace dívka často vyhledává kontakt se mnou, ale i s třídní učitelkou, kdy potřebuje radu a povzbuzení.

Lucka prožívá těžké období, kdy není naplněn pocit důležitosti a lásky. **PRŠník** ji tuto absenci alespoň částečně nahrazuje a proto je na kroužku tak spokojená. Cítí se užitečná, potřebná, může se mnou komunikovat o čemkoliv a z mé strany je často chválena a povzbuzována.

Aneta

Dívka se STMP, 19 let. Studuje na Praktické škole prvním rokem. Velmi komunikativní, zvědavá, pečlivá, houževnatá a sociálně zdatná. V některých situacích ovšem dívka tzv. "klame tělem" a ne vše zvládá tak, jak by člověk předpokládal. Aneta je sportovně založená, navštěvuje i zájmový kroužek plavání. Patří mezi časté reprezentanty v této sportovní disciplíně a dokázala získat několik velmi zdařilých výsledků a ocenění. Navštěvuje také divadelní soubor Slunovrat, který ji moc baví. Dívku vystihuje klidná povaha, pokud prostředí, ve kterém se nachází, je také klidné a pohodové. Je citlivá na způsob jednání, nemá ráda a špatně snáší křik, ráznost a negativismus. V těchto případech podléhá špatné, lítostivé a skleslé náladě. Je nutné Anetu pozitivně motivovat a navozovat pohodovou, přátelskou atmosféru, což se nám na zájmovém kroužku **PRŠník** více než daří. Dle dívčiných slov je na **PRŠníku** velmi ráda, vyhovuje ji již zmiňovaná pohodová atmosféra, legrace, můj přístup ke všem účastníkům a moje veselá povaha. Na kroužek se vždy velmi těší.

Matěj

18-letý chlapec se STMP a ZV, studuje na Praktické škole prvním rokem. Zájmový kroužek tedy navštěvuje teprve od září. Matěj je velmi společenský, upovídaný, aktivní a veselý. Často je rád středem pozornosti a rád organizuje druhé, ale v přijatelné míře. Je sociálně velmi zdatný. Rád plní různé úkoly a zadání. Školní výsledky jsou na velmi dobré úrovni. Čte bez výrazných problémů, píše psacím písmem a počítá do sta. S pomocí kalkulátoru zvládá i náročnější matematické operace.

6.2.1 Rozdělení prostředí pro jednotlivé aktivity

Aktivity probíhají převážně ve venkovním prostředí. Nejčastěji využíváme kontaktu s přírodou. Při nepřízni počasí je nám útočištěm prostředí vnitřní. Konkrétní příklady jednotlivých prostředí najdeme v tabulce č. 5, 6.

Tab. č 5.: Rozdělení venkovního prostředí

<i>Venkovní prostředí</i>
Les, louky
Městské parky, sady
Rybníky, koupaliště
Místa a památky v Hradci Králové
Venkovní restaurace
Psí útulek - venčení psů
Venkovní restaurace
Prostory školní zahrady

Tab. č 6.: Rozdělení vnitřního prostředí

<i>Vnitřní prostředí - školní</i>	<i>Vnitřní prostředí - mimoškolní</i>
Tělocvična	Městská knihovna U Velryby
Posilovna	Hasičská stanice
Herna	Zábavní park Tongo
Cvičná kuchyň	Aqua centrum
Výtvarná dílna	Restaurace
Keramická dílna	Čajovna
	Přírodovědné centrum

6.2.2 Význam jednotlivých aktivit zájmového kroužku

Na začátku školního roku, při prvním setkání, sepisujeme přání každého žáka, co by chtěl na PRŠníku vidět, zažít, kam by se chtěl podívat. Poté sdělím nabídku možností i já. Aktivity vybíráme tak, aby byly různorodé a docházelo k prolínání více činností z oblasti poznávací, zábavné, pohybové, kreativní, sociální i relaxační. Za podstatné také spatřuji aktivní spoluúčast při volbě aktivit samotnými uživateli.

Nabízené aktivity respektují:

- individuální zvláštnosti každého jedince
- dané schopnosti a dovednosti jednotlivých účastníků, dosažitelnost
- snahu rozvíjet schopnosti a dovednosti v různých oblastech

- limity a jejich možné překonávání
- flexibilitu

Nabízené aktivity posilují:

- sebevědomí, víru ve své schopnosti a dovednosti
- vrstevnické vztahy
- nová přátelství
- přátelství trvajících
- respektování potřeb druhých
- ohleduplnost
- umění přizpůsobit se vzájemnou pomocí mezi jednotlivými účastníky (zdatnější pomáhá méně zdatnému)

Aktivity přispívají a podporují rozvoj schopností a dovedností v oblasti:

- **poznávacích procesů** - podporují a rozvíjejí paměť, myšlení, pozornost, vůli
- **pohybové** - výchova ke zdraví, péče o tělo, správný životní styl, důležitost pohybu z hlediska podpory kardiovaskulárního systému, metabolického systému, prevence obezity (nadměrná váha také snižuje soběstačnost jedince), pohyb jako antistresor, zábava, překonávání limitů
- **kreativní** - podpora tvořivosti, estetická, radost z vlastních výtvořů
- **sociální** - upevňování a získávání sociálních dovedností a schopností, které zvyšují soběstačnost a možnost žít běžný život společně s intaktní společností. Posilování vzorců správného chování a jednání, respektování pravidel (pozdrav, prosba, poděkování, oslovení, v lese nekřičíme, neodhazujeme odpadky, opékání buřtů jen na vyhrazených místech, objednávání jídla v restauraci, v autobuse respektovat seniory, lidi s tělesným postižením, uvolnit místo k sezení, hodnota peněz, mít možnost zaplatit sám, orientace v prostoru - v restauraci při nutnosti navštívit toaletu, jedince doprovodím, ukazují jednotlivé body cesty pro snadnější zapamatování samotného návratu....).
- **emocionální** - aktivity přinášející radost, zábavu, příjemné zážitky, pohodovou atmosféru, pozitivně působí na psychiku a přispívají k harmonizaci osobnosti

6.2.3 Rozdělení jednotlivých aktivit zájmového kroužku

Zájmový kroužek PRŠník probíhá standardně 1 x 14 dní vždy v pondělí nejčastěji formou 3 h bloků. Jakousi nadstavbou zájmového kroužku jsou také odpolední setkávání žáků, rodičů a pedagogů Praktické školy a "Duhové soboty."

Přehledně je toto rozdělení zaznamenáno v tabulce č 7 a podrobně popsáno v následující kapitole.

Tab. č 7.: Rozdělení aktivit zájmového kroužku z časového hlediska

Aktivity jako součást 3h bloků 1x za 14 dní
Setkávání žáků a pedagogů vedoucích zájmový kroužek
Aktivity pravidelné s pevným termínem
Společná odpolední setkávání žáků, rodičů a pedagogů Praktické školy
Aktivity naplánované bez pevného termínu
Společná odpolední setkávání žáků, rodičů a pedagogů Praktické školy
Aktivity nárazové
"Duhové soboty"

Seznámení s některými zrealizovanými akcemi v rámci 3h bloků 1x za 14 dní

❖ Pohybové aktivity

Pěší výlety na Stříbrný rybník

Tyto výlety probíhají převážně v letních měsících, kdy jsou spojené s koupáním a vodními radovánkami, ale i na jaře a na podzim, kdy se ještě koupat nemůžeme, a tak využíváme okolí rybníka k pohybovým aktivitám a za odměnu si objednáme např. pizzu, kterou máme všichni moc rádi a na čerstvém vzduchu nám chutné ještě lépe.

V létě si plavci užívají plavání i potápění, neplavci se vydávají do vody s plaveckými pomůckami nebo se procházejí a svá těla chladí na okraji rybníka. Podmínky jsou zde vhodné pro plavce i neplavce, protože využíváme místo, kde je dlouhý úsek mělké vody. Místo je písčité, což ocení všichni stavitelé. Na břehu máme vlastní slunečníky, které nás ukryjí před sluníčkem a vhod přijdou také vydatné zásoby ovoce a pití.

Uvedu některé aktivity, které často realizujeme nejen u vody, ale i v lese, v parku, na louce. Je důležité zařazovat hry, kterým porozumí všichni účastníci kroužku. Jedná se tedy převážně o aktivity předškolního a mladšího školního věku.

Konkrétní pohybové aktivity:

- slalom mezi "létajícími talíři"
- slalom v lese nebo v parku mezi stromy
- "šipkovaná"
- klasická honěná
- hra na Zmrzlého - obměna hry na honěnou
- hra na honěnou v kruhu
- hra Stromeček, domeček, hříbeček - tato hra procvičuje nejen hrubou motoriku, ale i

pozornost, myšlení a přináší legraci (např. pokud je vysloveno slovo domeček je potřebné předvést symbol spojením obou dlaní do špičky a takto zvednout nad hlavu, ukazujeme střechu)

- Ovečky, ovečky pojd'te domů
- Míčové hry - převážně prvky z míčových her, zpracování balónu, přihrávka, nahrávka
- Kopaná - prvky z kopané, zpracování balónu, nahrávání, střelení do brány
- Kuličky
- Petanque

Aktivity rozvíjejí:

pohybovou složku - plavání v létě, pěší turistika - jaro, podzim

Význam aktivit:

pohybové aktivity - přispívají k rozvoji hrubé motoriky, trénují postřeh, obratnost, posilují smysl pro fair play, mají pozitivní vliv na kardiovaskulární a metabolický systém. Podstatný prvek - pohyb + čerstvý vzduch, prevence obezity

kreativní složku - stavění z písku

Význam aktivity:

tvůrčivé činnosti - rozvoj fantazie, představivosti, myšlení, rozvíjejí jemnou i hrubou motoriku

poznávací složku - seznámení se s okolím rybníka, na podzim při procházce - názvy stromů, lesních plodů, plazů (na cestě bylo několik slepýšů a jedna zmije)

Význam aktivity:

Rozvoj myšlení a paměti, pozornosti, posílení vztahu k přírodě.

sociální složku - cesta autobusem (správné chování), orientace v prostoru - poznat kde máme vystoupit, okolí rybníka

Význam aktivit:

Činnosti podporují sociální dovednosti, zvyšují soběstačnost.

emocionální složku - společné zážitky, zábava, pohodová atmosféra, legrace, relaxační účinky přírody a pohybu - relaxace

Význam aktivity:

Pozitivně ovlivňují psychiku účastníků a tím přispívají k harmonizaci, podporují klidné chování eliminují stavy vzteku, negativní nálady, relaxace

Pěší výlety z Malšovic do okolních lesů

Lesy jsou pro nás častým útočištěm. Užíváme si přímý kontakt s přírodou, čerstvý vzduch, ticho, poznáváme stromy, rostliny a plody, nasloucháme řeči lesa, učíme se správnému chování v lese. Naší častou zastávkou je i psí útulek v Malšovcích, kde pomáháme psím kamarádům, kteří se ocitli bez domova venčením a procházkami po lese. Posilujeme vztah ke zvířatům. Nezapomeneme ani na lesní skřítky, kterým pravidelně stavíme z mechu, klacků a šišek obydlí. Slalom mezi stromy a hledání kartiček s lesní tematikou, pomáhá upevňovat znalosti např. o zvířatech, která nacházejí v lesích útočiště. Navštívili jsme také Rytířské hradiště ukryté v lesích, kde jsme nejdříve prozkoumali dřevěné obydlí rytířů. Na přilehlé lesy, které hradiště obklopují, jsme se mohli podívat z dřevěné věže. Pro návštěvníky zde také Městské lesy připravily otevřené ohniště s možností rozdělát oheň a opéct si špekáčky, což jsme si nemohli nechat ujít. Dříví účastníci nasbíraly v lese v podobě spadných větví.

Aktivity rozvíjejí:

pohybovou složku - pěší turistika, herní prvky Rytířského hradiště, sbírání větví na oheň

Význam aktivity:

Posilují zdraví a fyzickou kondici, mají pozitivní vliv na kardiovaskulární systém a metabolismus, pohyb zmírňuje či eliminuje případné napětí či nepohodu účastníků.

poznávací složku - poznáváme a učíme se stromy v lese, lesní plody, zvířata, houby, orientace v prostoru, vyprávění o rytířích, poznávací prvky v Rytířském hradišti (rostliny, houby, lesní zvířata ...)

Význam aktivity:

Rozvoj paměti, myšlení, pozornosti.

sociální složku - společné zážitky se svými vrstevníky, kontakt s intaktními dětmi,

Význam aktivity:

Rozvoj sociálních dovedností - příprava a založení ohniště, jak se správně chováme v lese, rozvoj komunikace.

kreativní složku - stavění obydlí z přírodnin skřítkům

Význam aktivity:

Tato aktivita dává prostor tvořivosti, fantazii, rozvíjí jemnou i hrubou motoriku.

emocionální složku - společné zážitky se svými vrstevníky a zábavná aktivita, pobyt v lese - pozitivní účinky přírody, kontakt s psím kamarádem, pohodová atmosféra, zapojení smyslových počítků - vůně lesa, zpěv ptáků, chuť - ochutnání některých lesních plodů, zrak - nepřeberné množství podnětů, relaxace

Význam aktivity:

Působí pozitivně na psychiku účastníků, přispívá harmonizaci osobnosti, navozuje pocity spokojenosti, podporuje vztah k přírodě a ke všemu živému.

Pěší výlety po městské části Hradce Králové

Více než rádi se vydáváme za poznáním do městských sadů - Jiráskovy sady, Žižkovy sady a Šimkovy sady. Cestou si opakujeme názvy budov se značnou architektonickou hodnotou např. gymnázium J.K. Tyla, Staré město - katedrála Sv. Ducha, Bílá věž, radnice, kostel Nanebevzetí Pany Marie, Masarykovo náměstí, Ulrichovo náměstí, připomínáme si významné osobnosti - J. K. Tyl, Alois Jirásek, T. G. Masaryk, Dr. Ulrich, navštívujeme zajímavá místa, jakými jsou např. most "Hučák", soutok Labe a Orlice. V parku si zahrajeme např. petanque, kuličky, čáru a nakrmíme kačeny

a labutě, o kterých účastníkům poskytneme základní informace. Při velmi chladném nebo nepříznivém počasí je mezi zastávkou a naší cílovou stanicí knihovna nebo např. čajovna.

Aktivita rozvíjí:

pohybovou složku - rozvoj hrubé motoriky prostřednictvím chůze (nejpřirozenější pohyb) a sportovních i zábavných aktivit

Význam aktivity:

Osvojení si návyků správného životního stylu, (pohyb by měl být součástí každodenního života) posílení kondice, pozitivní vliv a kardiovaskulární a metabolický systém.

poznávací složku - poznávání jednotlivých míst v Hradci Králové, stromů, květin a zvířat (kačeny, labutě nutrie..) v parcích, orientace v prostoru, pravidla silničního provozu, dopravní značky...

Význam aktivity:

Rozvoj myšlení, paměti, pozornosti.

sociální složku - krmení vodního ptactva,

Význam aktivity:

Posilujeme kladný vztah k přírodě a k péči o ni a zdůrazňujeme významný přínos pro člověka, posílení sociálních dovedností ve smyslu dopravní výchovy, pravidla silničního provozu, rozvoj sociálních dovedností v rámci ekologie.

emocionální složku - společně strávený čas, venkovní prostředí, pomoc zvířatům (krmení kačen, labutí)

Význam aktivity:

Podporuje pozitivní emoce, které kladně ovlivňují i ostatní psychické funkce, přináší pocit klidu a pohody, odreagování se, relaxace.

Výlety na koloběžkách

Pohybová aktivita, kterou na rozdíl od jízdy na kole zvládají všichni účastníci kroužku. Rozvíjíme jemnou motoriku - práce s brzdou, zvonek, hrubou motoriku - zapojení velkých svalových skupin při odrážení, procvičujeme koordinaci těla a rovnováhu, cvičíme pozornost - nutné sledovat prostor před sebou a reagovat na případné změny (schopnost zabrzdít, vyhnout se...). K odpočinku využíváme zastávky u známých míst, nebo jen tak posloucháme šumění řeky. Cílovou stanicí jsou nejčastěji Šimkovy sady. Zde si chvíli odpočneme např. tvorbou maskota ze sedmikrásek, různých travin, listů ze stromů, klacíků... Jsme vybaveni i lepidlem a čtvrtkami. Při zpáteční cestě si nenecháme ujít posezení v restauraci na zahrádce a žízeň zdoláme točenou limonádou.

Aktivita rozvíjí:

pohybovou složku - jízda na koloběžce

Význam aktivity:

Rozvoj hrubé i jemné motoriky, posílení kondice, kladný vliv na kardiovaskulární a metabolický systém, posilujeme schopnosti a dovednosti účastníků.

poznávací - poznáváme různá místa v Hradci Králové, jízda okolo řeky, pravidla silničního provozu,

Aktivita rozvíjí:

Cvičíme pozornost, soustředěnost, paměť, myšlení.

emocionální složku - společně strávený čas s vrstevníky zábavnou formou, pocit uspokojení z podaného výkonu, relaxace

Význam aktivity:

Posílení víry ve své schopnosti, radost ze zvládnutí této činnosti (jízda na koloběžce), pohyb a čerstvý vzduch mají kladný vliv na psychiku, natěšenost - na odměnu (limonáda).

kreativní složku - práce s přírodním materiálem, podpora fantazie, tvořivosti, zručnosti, rozvoj jemné motoriky i hrubé motoriky (sbírání přírodnin)

Zábavní park Tongo

Svět plný zábavy, legrace, pohybu, fyzické zdatnosti, vůle a trpělivosti, společně s podmořským světem, to je Tongo. Zábavným způsobem vybízí návštěvníky k fyzickému výkonu prostřednictvím velkých, skákacích trampolín, obrovské nafouknuté bubliny, lezecké stěny. Také o dobrodružné cesty není nouze. Musíte na nich překonat strach z výšky a přejít lanový most, přebrodit řeku po kamenech, vylézt na neznámou horu po žebřících a dolů sjet po klouzačce. Všechny prvky zajišťují maximální bezpečnost dětí. Dohled a dopomoc je však v našem případě nutná. Tady někteří účastníci překonali své limity. Václav vylezl pomocí úchytů na vysokou sopku, ze které vede strmá klouzačka dolů. Při své tělesné nadváze a tím i snížených pohybových schopnostech mě tím velmi překvapil. Ostatní se této atrakce báli. Ale když viděli kamaráda, že tam vylezl několikrát a jak se mu to líbí, překonali svůj strach a zkusili to také. Se vzájemnou podporou formou povzbuzování ze strany mé i ostatních se výsledek zdařil a všichni vrchol úspěšně zdolali. Radost byla nekonečná.

Aktivita rozvíjí:

pohybovou složku: pohybové aktivity prostřednictvím zábavních prvků

Význam aktivity:

Rozvoj hrubé motoriky, obratnost, síla.

poznávací složku - účastníci byli v novém prostředí plném nových zážitků, zábavné atrakce - jejich smysl

Význam aktivity:

Rozvoj paměti, myšlení, pozornost.

emocionální složku - zábavné prvky, pohyb, radost, vrstevníci, legrace, zdolávání překážek

Význam aktivit:

Odreagování se, relaxace kladný vliv na psychiku, posílení víry ve své schopnosti.

sociální složku - cesta autobusem - slušné chování, samostatné objednání jídla a komunikace s personálem, aktivity prováděné společně s intaktními dětmi

Význam aktivity:

Podpora správných vzorců chování, posílení sociálních dovedností - objednání jídla, placení, rozvoj komunikace, rozvoj soběstačnosti.

Aqua centrum

Všichni účastníci zájmového kroužku mají velmi kladný vztah k vodě. Většina z nich jsou také zdatní plavci a potápěči. Aquacentrum je pro nás jako stvořené. Jízda na tobogánu patří mezi nejoblíbenější atrakce, společně s vlnobitím. Procvičujeme ale i plavecké techniky a bez povšimnutí nezůstanou ani skokanské můstky.

Aktivita rozvíjí:

pohybovou složku - plavání, potápění, chůze ve vodě, jízda na tobogánu

Význam aktivity:

Rozvoj hrubé motoriky, posílení kondice, zábavná forma přináší radost z pohybu, osvojení plaveckých dovedností.

emocionální složku - zábava, radost, legrace

Význam aktivity:

Voda a vodní radovánky působí pozitivně na psychiku a příjemné prožitky přispívají k harmonizaci osobnosti, voda přináší zklidnění, prožitky jsou umocněné kolektivem vrstevníků. Překonávání strachu z neznámého.

sociální složku - samostatný pohyb ve sprchách pouze s dohledem, slušné chování ve společných prostorách, bezpečné chování, komunikace s personálem

Význam aktivity: Zvýšení soběstačnosti např. v pánských sprchách, kde účastníci vše zvládli s minimálním dohledem, zdatnější pomáhal méně zdatnému, orientace v

prostoru, podpora slušného chování ve společnosti, podpora hygienických návyků.

poznávací složku - pro některé účastníky bylo vše nové, zažili nové činnosti - jízda tobogánem, odnesli si nové poznatky

Význam aktivity:

Rozvoj paměti, myšlení, pozornosti

❖ **Poznávací aktivity**

Hasičská stanice

Hasičskou stanici v Hradci Králové jsme navštívili několikrát. Měli jsme možnost dozvědět se spoustu zajímavých věcí, týkajících se činnosti hasičů - profesionálů (dopravní nehody - vyprošťování osob, první pomoc, požáry, únik plynu v bytě, otevírání bytových dveří, pokud se majitel nehlásí - možné zdravotní komplikace, snášení zraněných osob s nadváhou z bytů, nutných pro převoz do nemocnice). Viděli jsme celou řadu důležitých pomůcek i techniky. Zopakovali jsme si telefonní čísla, která jsou důležitá pro přivolání hasičské jednotky. Hasičská auta jsme obdivovali nejen z venku, ale mohli jsme se na chvíli stát součástí hasičského týmu uvnitř kabiny a dokonce se s námi pan hasič projel s cisternou po dvoře a blikal majáky. Jako správní hasiči jsme si oblékli ohnivzdorné oblečení, přilby i dýchací masky, používané při požáru. Součástí naší návštěvy byla také v letních měsících možnost stříkat vodu z kapoty cisterny, na kterou jsme všichni úspěšně vylezli. Drželi jsme v ruce i proudnici a zkoušeli tak uhasit fiktivní požár a zjistili jsme, jak velkou sílu má proud vody a že není úplně jednoduché tuto proudnici ovládat.

Aktivita rozvíjí:

poznávací složku - nové informace spojené s praktickými činnostmi, možnost vidět vše na vlastní oči (praktické informace převýšily a doplnily informace teoretické)

Význam aktivity:

Rozvoj paměti, myšlení, pozornosti, rozvoj komunikace

sociální složku - správné chování cestou autobusem, kterým jsme se museli za hasiči dopravit, základy slušného chování při kontaktu s hasiči - pozdrav, prosba, poděkování

Význam aktivity:

Podpora sociálních dovedností - jízda autobusem, dopravní výchova, osvojení si zásad slušného chování, kontakt se samotným hasičem.

emocionální složku - možnost vžít se do role hasiče - pomáhat lidem, hasičské oblečení, některé aktivity si účastníci přímo prožili

Význam aktivity:

Pozitivní emoce, prožitek - výraznější paměťová stopa.

Městská knihovna U velryby

Městskou knihovnu navštěvujeme často a velmi rádi. Většinou si ji naplánujeme jako cílovou stanici naší pěší procházky po Hradci. Líbí se nám prostředí dětské knihovny, kde si půjčujeme s sebou do školy nebo i domů rozmanité knížky a dokonce i stolní hry. Jelikož počet her je omezený (možné vypůjčit pouze jednu hru), je důležité, abychom se všichni domluvili. V prostorách knihovny jsou i místa k sezení, která využijeme k odpočinku po dlouhé procházce, a prohlížíme si knihy k vypůjčení a nasáváme ojedinelou atmosféru. Pokud máme ve škole nějaké téma, např. vyprávění o věcech o rostlinách, reagujeme a vypůjčíme si knihy, prostřednictvím kterých si informace více zafixujeme.

Aktivita rozvíjí:

poznávací složku - poznáváme nové prostředí, podporujeme vztah ke knihám, rozvoj komunikace

Význam aktivity:

Rozvoj myšlení, paměti, rozvoj čtenářských dovedností.

pohybovou složku - cesta do knihovny pěšky

Význam aktivity:

Posílení zdraví a fyzické kondice, posílení kladných návyků ve vztahu k pohybu.

sociální složku - prostředí knihovny, komunikace s personálem

Význam aktivity:

Rozvoj sociálních dovedností čtení, zvýšení aktivní zásoby, podpora orientace v prostoru, komunikace s personálem, osvojování si základů slušného chování (pozdrav, prosba) a chování v knihovně (chováme se tiše).

emocionální složku - kladný vztah ke knihám, atmosféra knihovny

Význam aktivity:

Čtení nebo prohlížení může mít pozitivní vliv na naši psychiku a smysluplně vyplňuje je volné chvíle.

Čajovna

Toto místo se zvláští, pohodovou a uvolňující atmosférou s vůní rozličných čajů z ještě rozličnějších míst působí na všechny naše smysly. Sluchem vnímáme éterickou hudbu, čich je zaměstná vůní vonných tyčinek, zrak prozkoumává příjemné netypické prostředí, zavěšené zvonkohry, rozmanité barvy a vzory. Čich hraje důležitou úlohu při konzumaci čaje. Měli jsme možnost ochutnat a cítit více druhů čajů a porovnávat tak. Chuť nám dává možnost prožít každý doušek čaje, vychutnat si rozdílnost chutí. Příjemná je také změna posezení, oproti klasickým židlím jsme seděli na pohodlných polštářích v tureckém sedu. Tato poloha vyhovuje především lidem s Downovým syndromem, kteří často tuto polohu vyhledávají jako úlevovou. Její účinek je stupňován hyperflexibilitou kyčelních kloubů, která je u osob s touto diagnózou známá. Pohodlí, příjemná atmosféra, hudba, kamarádi a zajímavá chuť čaje nám všem pozitivně ovlivnila a zklidnila mysl. Do čajovny chodíme rádi a i nadále se do těchto míst budeme rádi vracet.

Aktivita rozvíjí:

poznávací složku - nové vjemy získané všemi smysly, nové informace o pěstování, zpracování a přípravě čaje, zásady chování v prostorách čajovny

Význam aktivity:

Rozvoj myšlení, paměti, rozvoj smyslových vjemů.

emocionální složku - hudba, vůně, chuť, příjemné prostředí plné jinakosti působí pozitivně na psychiku člověka, navozuje libé pocity

Význam aktivity:

Zapojení všech smyslů výrazně ovlivňuje pozitivně naši psychiku, příjemné pocity vedou k uspokojení a k harmonizaci osobnosti.

sociální složku - samostatné objednání čaje, kontakt s personálem, samostatné placení čaje, hodnota peněz

Význam aktivity:

Rozvoj sociálních dovedností, rozvoj komunikace, zásady slušného chování a chování přímo v čajovně.

pohybovou složku - do čajovny i z čajovny jsme šli pěší procházkou

Význam aktivity:

Rozvoj hrubé motoriky, chůze přispívá k posílení zdraví a kondice.

❖ Kreativní aktivity

Tvoříme kroniku PRŠníku

Se založením zájmového kroužku **PRŠník**, vznikla i kronika **PRŠníku**. Všichni máme tuto tvořivou činnost velmi rádi. K její tvorbě používáme suché pastelky, duhové pastelky a okopírované fotografie z akcí, které jsme společně prožili. Kronika nám tedy pomáhá při vzpomínání na pěkné zážitky. Fotografie vystřihneme, lepíme a okolí popisujeme datem a zdobíme barvami a obrázky dle nálady.

Aktivita rozvíjí:

kreativní složku - práce se suchými pastelky a duhovými pastelkami

Význam aktivity:

Prostor pro fantazii, kreativitu, zručnost, pečlivosti, přesnosti, také je rozvíjena jemná motorika.

emocionální složku - při tvoření kroniky vzpomínáme, cvičíme tedy paměť a povídáme si společných zážitcích., vzpomínání je vždy příjemné a plné úsměvů.. To je pro mne jedna ze zpětných vazeb, že prožité nabylo zbytečné a zanechalo v účastnících pozitivní emoce.

Význam aktivity:

Radost z vykonané práce, z vydařeného díla spojené se vzpomínáním na příjemně prožité společné chvíle působí pozitivně na psychiku účastníků.

poznávací složku - ve smyslu osvojení nových technik jako např. práce se suchým pastelem, podporuje fázi paměti - vybavení si zapamatovaného, prožitého

Význam aktivity:

Rozvoj paměti, myšlení

Perníkové srdce ke dni matek

Protože všichni máme rádi své matky a vděčíme jim za mnohé, nemohli jsme si nechat ujít výrobu dárku k jejich významnému dni. Z láskou jsme jim upekli perníková srdce, ozdobená barevnými lentilkami dle fantazie každého účastníka. Každé srdce bylo originál a způsobilo mnoho radosti.

Aktivita rozvíjí:

kreativní složku - rozvoj tvořivosti, fantazie

sociální složku - ve smyslu sociálního učení - práce v kuchyni, pečení

emocionální složku - účastníci vytvářeli srdce opravdu s radostí a láskou, pozitivní emoce

pohybovou složku - samotné zdobení perníku, příprava těsta, obsluha trouby..

rozvoj jemné i hrubé motoriky

Malujeme na kamínky

Velmi jednoduchá tvořivá činnost, které předchází vlastní nasbírání vhodných kamínků. Poté speciální barvou dle fantazie a chuti ozdobí každý účastník tolik kamínků, kolik si jich nasbíral. Zdobení je i tematické. Na jaře - jarní motivy, v létě prázdninové motivy atd. Také bych se ráda zúčastnila se členy zájmového kroužku charita-

tivní akce, kdy se namalované kamínky prodávají za symbolickou cenu a výdělek přispěje na potřebné v oblasti osob s postižením.

Aktivita rozvíjí:

kreativní složku - rozvoj fantazie a tvořivosti,

emocionální složku - radost při tvoření a z hotového díla, pozitivně působí na psychiku

Představení plánovaných aktivit bez pevného termínu v rámci 3 h bloků i za 14 dní

Pohybové aktivity

Běžkování po hradeckých lesích - osvojení si techniky jízdy na běžkách, relaxace, zábava.

Zábavně - poznávací aktivity

Planetárium Hradec Králové - získání nových informací o vesmíru prožitkovou formou.

Labirynt divadla Drak - nahlédnutí do světa loutkového divadla prostřednictvím přímé interakce, zapojení účastníků do poznávání zábavnou formou a prožitkem.

Relaxační aktivity

Solná jeskyně - relaxační aktivita prostřednictvím pobytu v solné jeskyni, využití účinků mořského klimatu na dýchací systém, prevence jeho onemocnění.

Jízda na koni - uklidnění, vztah ke zvířatům.

Společná odpolední setkávání žáků, rodičů a pedagogů Praktické školy

Společná odpolední setkávání rodičů, žáků a pedagogů jsme začaly realizovat z důvodu posílení vazeb v trojúhelníku - tzn. mezi pedagogem a žákem, mezi žákem a rodičem a mezi rodičem a pedagogem. Možnost vzájemného poznávání formou zá-

bavných sportovních her a soutěží doplněné tematicky i o kreativní tvoření nám dává prostor sblížit se a posílit důvěru. Dochází ke vzniku nových či k upevnění již vzniklých přátelství mezi rodiči, které spojuje péče o dítě s mentálním postižením. Setkávání kladou důraz na důležitost trávení volného času dětí a rodičů. Společná odpolední setkávání se rychle stala velmi oblíbenými nejen u nás pedagogů a žáků, ale především u rodičů.

Zrealizované pravidelné aktivity s pevným termínem

Vítáme jaro s **PRŠ**níkem.

Těšíme se na prázdniny aneb "Velká červnová slavnost."

"Hurá prázdniny skončily, aneb "Těšíme se do školy."

Vánoční odpoledne s **PRŠ**níkem aneb "Těšíme se na Ježíška!"

Odpolední společné setkání s **PRŠ**níkem aneb "Jaro je tady!"

Letní odpolední setkání s **PRŠ**níkem aneb "Prázdniny jsou za dveřmi."

Těšíme se do školy aneb "Konec prázdnin v Čechách."

Dýňová párty s **PRŠ**níkem

Vánoční odpoledne s **PRŠ**níkem aneb "Vánoce, Vánoce přicházejí."

Představení plánovaných projektů s pevným termínem

" Čarodějnice a čarodějové nejen **PRŠníkem povinné"**

Zábavné aktivity s tematikou kouzel. Příprava dřeva na táborák a samotné opékání buřtů, doplněné hrou na kytaru a zpívání táborových písniček v okolí rybníka Biřička.

Realizace:

duben 2016

Cíl:

Orientace v čase, sledovanost aktuálního dění - 30. duben, den kdy se pálí čarodějnice. Zábava, legrace, posílení trojúhelníku žák - rodič - pedagog.

"Ve zdravém těle, zdravý duch aneb Pátek jen tak pro radost"

Jízda na koloběžkách, soutěže rodinných týmů, v prostředí hradeckých lesů.

Realizace:

březen až červen 2016

Cíl : Zábavnou formou propagovat aktivní životní styl, apelovat na důležitost pohybu na čerstvém vzduchu, posílení vazby mezi rodičem a dítětem, ale i mezi žáky a pedagogy.

"Duhové soboty"

"Duhové soboty" mají být jakousi nadstavbou využití volného času pro účastníky zájmového kroužku, k aktivitám které probíhají v 1x za 14 dní v rámci 3h bloků. Jedná se o doplňkové aktivity, které probíhají nepravidelně a sporadicky z důvodu mé časové vytíženosti. Náplní těchto sobot je výletování po zajímavých místech České republiky, umocněné zážitky, které prožívají žáci společně se svými vrstevníky. Pojí nás touha po dobrodružství a možnost zažít a vidět něco nového. Dalším podstatným principem této aktivity je i možný prostor, volný čas pro rodiče, který mohou využít podle svých představ. Odlehčíme jim tedy v každodenní velmi náročné péči, kterou věnují svým dětem. Zároveň přinášíme radost samotným cestovatelům, včetně mě jako pedagoga, ale i rodičům, kteří po příjezdu přivítají své děti spokojené, šťastné a plné dojmů. To je velká odměna pro nás pedagogy a ještě větší pro samotné rodiče. Ti jsou zároveň vděční za to, že jim tuto možnost nabízíme.

Já, si vážím důvěry, kterou jsme si dokázaly u rodičů získat. Posilujeme také jejich víru v to, že nám na dětech opravdu záleží, což vyplývá z toho, že čas s dětmi trávíme výhradně dobrovolně, ze svého zájmu a ve svém volném čase.

Zrealizované nárazové aktivity v rámci " Duhových sobot"

Šestajovice u Prahy - Čokoládovna, svíčkárna, mýdlárna a čokoládovna

Tuto akci jsem popsala ve školním časopise Kopretina (pozn. časopis je produktem školského zařízení Mateřská škola, základní škola speciální a Praktická škola). Tento příspěvek z časopisu přikládám.

Příspěvek ze školního časopisu Kopretina:

První " Duhová sobota" s PRŠníkem

V sobotu 23. 5. 2015 jsme se zájmovým kroužkem **PRŠník**, který nabízí pestrobarevné aktivity žákům Praktické školy, uskutečnili výlet do Prahy. První zastávkou byly Šestajovice u Prahy, kde se ukrývá Svíčkárna, mýdlárna, čokoládovna, knoflíkárna, Perníková chaloupka a zvířecí mini farma. Vše je uzpůsobeno nejen pro oči, ale především pro ruce. Návštěvníci se sami podílejí na výrobě rozličných výrobků v podání tvořivých dílen. My osobně, jsme se pustili s velkým nadšením a chutí do vyrábění a zdobení svíček, vykrajování mýdel a míchání barevných voňavých koupelnových solí, každý dle svého gusta. Jednou z top aktivity byla vlastnoruční výroba pravé belgické čokolády, kterou jsme si odlévali do formiček a zdobili např. ořechy či mandlemi. Procházka po zvířecí farmě nám představila zvířecí kamarády jakými byly kozy, ovce, králíci, houser, výt a čínská prasata. Naše cesta zde ovšem nekončila. Užili jsme si jízdu metrem, které nás dopravilo do stanice Újezd, kde nás čekala lanovka na Petřín. Navštívili jsme Petřínskou rozhlednu, jejíž výstup jsme absolvovali pěšky. Čekalo nás 292 schodů a chválím všechny **PRŠníky**, protože se výstupu zhostili více než výtečně.:-) Odměnou nám byl krásný výhled na Prahu z ptačí perspektivy. Zamotat hlavu jsme si nechali v zrcadlovém bludišti a kromě smyslů jsme protrénovali břišní svaly nekonečným smíchem. :-) Domů jsme se navrátili v pořádku a plni zážitků ve večerních hodinách. Těšíme se na další "Duhovou sobotu", která bude o dalších společných zážitcích. Poděkování patří p. Evě, která byla nejen v roli kamarádky, matky, ale pomáhala i s organizací a s dětmi.

"PRŠník" a pomoc druhým" - Potravinová sbírka 2015

Pro mne samotnou je velmi důležitou lidskou hodnotou snaha pomáhat druhým jakýmkoli způsobem, který je v našich silách. Není to jen o finančních příspěvcích. Vážím si osobně více konkrétní pomoci, které mohu docílit svou prací, svým volným časem, zkušenostmi...Tento pohled se snažím rozvíjet také v zájmovém kroužku. I lidé s mentálním postižením jsou schopni si tuto podstatu uvědomit a přinejmenším mají radost z toho, že udělali něco správného. A také jsem chtěla poukázat na to, jakým způsobem jsou tito lidé schopni zapojit se do běžné společnosti. Že jejich pomoc může mít i tak významný humánní charakter, jakým je pomoc druhým. Můj ná-

zor je, že někteří intaktní lidé by se v mnohém mohli od lidí s mentálním postižením učit.

Popis této akce opět vystihuje článek, který jsem zasílala do školního časopisu Kopretina:

PRŠník a pomoc druhým

V sobotu 21. listopadu 2015 jsme se společně s některými kamarády z Praktické školy, jež navštěvují zájmový kroužek **PRŠník**, zúčastnili projektu s názvem **Národní potravinová sbírka**. Do této akce byly zapojeny vybrané potravinové řetězce včetně Tesca, ve kterém jsme působili i my. Nadšení a snaha nás provázely po celou dobu. Možnost dokázat někomu pomoci nás všechny motivovala a zahřála na duši. 3. ročník Národní potravinové sbírky proběhl v určitý den a v určitou dobu v několika městech České republiky. Tento ročník organizovala v našem městě Oblastní charita Hradec Králové, která také hledala pro tuto akci dobrovolníky. Sběrka je zaměřena na pomoc lidem v nouzi, kteří mají z jakéhokoli důvodu nedostatek potravin. Jedná se převážně o osoby žijící v azylových domech, děti v dětských domovech, seniory, lidi bez domova a další. Lidé měli možnost zakoupit ve vybraných obchodních domech trvanlivé potraviny a předat je do sběrných košíků, které byly připraveny hned za pokladnami. Jakékoli množství bylo velmi ceněno. Stačila jedna jediná potravina, mouka nebo třeba těstoviny..Takovou pomoc si můžeme dovolit opravdu každý!!!I Přes to musím zklamaně konstatovat, že kolem nás projížděly přetékající nákupní koše, jejichž majitelé neobtěžovali ani tu jednu jedinou věc. Vybrané potraviny se odvezly do potravinové banky v Hradci Králové, ze které poputují podle potřeby určitým organizacím. Naše pomoc byla nejprve aktivní, kdy jsme rozdávali letáky s názvem a záměrem akce Potravinová sbírka. Musím podotknout, že rozdávání informací děti více než bavilo a vedlo se jim mnohem lépe než nám dospělým. :-) Poté jsme se zhostili pozice přebírání samotných potravin od zákazníků a jejich třídění a ukládání do krabic. Všichni jsme pomáhali s velkým nasazením a odměnou za vykonanou práci nám kromě dobrého pocitu, byly čokoládové bonbony a potravinové lístky v hodnotě 420 Kč. Společně jsme se domluvili, že za vydělané peníze, ke kterým jsme přidali ještě ze svého, zakoupíme potraviny pro ty, kteří je tolik potřebují. Všem moc děkuji za účast a společně se těšíme, že opět brzy budeme pomáhat.

Představení plánovaných akcí v rámci "Duhových sobot"

➤ *prostřednictvím celodenních nebo vícedenních akcí*

Zábavně - poznávací aktivity

- "Máme rádi zvířata" - návštěva ZOO (Liberec, Dvůr Králové nad Labem) po známe cizokrajná zvířata, podporujeme kladný vztah k přírodě.
- Praha (poznávací výlet - Staroměstské náměstí, orloj, Zlatá ulička, Karlův most...).
- Šestajovice u Prahy (kreativní výlet, návštěva Čokoládovny, mýdlárny, svíčkárny - tvořivé aktivity, výroba mýdla, svíčky, čokolády).
- Staré hrady a zámky (výlet vlakem , cestování za strašidly).
- Babiččino Údolí - výprava po místech z knížky Boženy Němcové - Babička, spojené s cestováním vlakem a jízdou na koloběžkách.
- IQ landia Liberec - multisenzorické poznávání jevů a skutečností prostřednictvím zábavných, interaktivních, naučných prvků.

Pohybové aktivity

- Rafty - společně s instruktory zprostředkovat účastníkům zážitek z jízdy po řece.
- Pohádková stezka -městské lesy Hradec Králové - pěší výlet spojený s hledáním a poznáváním lesních pohádkových bytostí.
- Víkendové stanování - víkend pod stanem v okolí Českého Ráje (zprostředkovat zážitek spaní pod stanem, zpívání u táboráku, ale i naučit se např. postavit stan, rozdělávat oheň...)
- Víkendový zimní pobyt - pobyt na horách, osvojení si techniky na běžkách, horské klima, zimní radovánky na sněhu.
- Výstup na Sněžku - posílení kondice, pěší turistika, poznáváme místa České republiky, horský vzduch.

Sociální aktivity

- Čištění řeky Orlice a okolí v Hradci Králové - ekologická aktivita zaměřená na vnímání vztahu člověk x životní prostředí, pomoc přírodě kolem nás. Uvědomění si

důležitosti životního prostředí v naší společnosti. Podpora interakce v tématech ekologické výchovy.

Projekty zrealizované z finančního příspěvku na volnočasové aktivity dětí a mládeže 2014

Projekt zájmový kroužek "PRŠník

V roce 2014 v březnu jsme současně se založením zájmového kroužku, podaly žádost o příspěvek, který by nám umožnil lepší startovací pozici pro realizování jednotlivých aktivit a na pořízení výtvarných a kreativních potřeb pro tvořivé činnosti. Příspěvek nám byl schválen ve výši 12 000 Kč. Podrobná finanční rozvaha je vložena v přílohách.

Projekt " Hurá! Prázdniny skončily!"

Na tento projekt jsme také v březnu r. 2014 vypsaly grant a požádaly jsme o možnost získání finančního příspěvek ve výši 5000 Kč.

Jednalo se o venkovní, adaptační a uvítací akci po dlouhých letních prázdninách formou společného setkání žáků, rodičů a pedagogů Praktické školy. Cílem bylo sblížení kolektivu a přivítání nových spolužáků. Náplní byly zábavné, sportovní i tvořivé aktivity. Účastníkům bylo poskytnuto i občerstvení (ovoce, jednohubky, grilované špekáčky, pitný režim). Z finančních prostředků se také pořídily sladkosti na odměny za podané výkony.

Projekty plánované v rámci příspěvku na volnočasové aktivity dětí a mládeže

Projekt - koloběžky

Ráda bych v dohledné době vypracovala a podala grant na získání finančního příspěvku od Magistrátu Hradec Králové v oblasti Volnočasové aktivity dětí a mládeže - nákup koloběžek pro uživatele zájmového kroužku **PRŠník**. Naše škola disponuje koloběžkami, ale převážně dětskými, které jsou pro naše uživatele nedostačující. Jízda na koloběžkách je velmi oblíbená a velkou měrou přispívá k posílení zdraví, podporuje správný životní styl, pohyb jako prevence obezity a pohybových obtíží.

6.3 Cíle zájmového kroužku

- šťastní, spokojení a usměvaví lidé s MP
- poskytnutí prostoru pro poznávání, osvojení si nových informací a jejich uchování v paměti, získaných především prostřednictvím zážitků a různorodých aktivit společně se svými vrstevníky
- posílení emocionální složky jedinců s MP prostřednictvím pozitivních prožitků a zážitků a tím přispívat k harmonizaci osobnosti, eliminovat agresivní reakce, které mohou v intaktní společnosti vzbuzovat strach z osob s MP
- posilování víry ve své já, ve své schopnosti a dovednosti
- rozvíjení schopností a dovedností jedinců s MP prostřednictvím aktivit poznávacích, pohybových, kreativních a sociálních
- zvýšit soběstačnost jedinců s MP při různých činnostech
- posílení vrstevnických vztahů, možnost navázat nové
- posilování hodnot jakými je pomoc druhým, vzájemná pomoc- zdatnější pomáhá méně zdatnému, přátelství,
- respektování potřeb druhých
- podporovat vztah ke sportu, pohybu, osvojit si správné návyky do budoucnosti v kontextu pečovat o své zdraví, správný životní styl (podpora správných stravovacích návyků, pohyb patří k životu, prevence obezity, možné důsledky způsobené sníženou pohyblivostí, které mohou vést ke snížení soběstačnosti jedince)
- aktivní zapojení jedinců s MP do běžného života a zvýšit tak možnosti jejich participace v intaktní společnosti
- eliminovat negativní, vnímání jedinců s MP na základě nízké či pozdní zkušenosti intaktních jedinců s těmito osobami, chybné nebo spíše žádné informovanosti o specifikách těchto osob
- odlehčit rodičovskou péči (čas, kdy jsou děti na kroužku mohou rodiče věnovat sobě, odpočinek, domácí činnosti...) duhové soboty, víkendové akce

6.4 Analýza výsledků kvalitativního šetření

Z výzkumného šetření vyplynuly odpovědi na zadané výzkumné otázky.

VO1: Jakou měrou byla ovlivněna poznávací složka ve smyslu dlouhodobé paměti a vybavení si poznaného (prožitého) prostřednictvím různorodých aktivit u jednotlivých účastníků zájmového kroužku?

Odpověď na otázku byla zjišťována prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů u 8/9 účastníků zájmového kroužku (žáci se STMP a žáci s TMP) a formou dotazníku, který byl určen pouze 1 z 9 účastníků (žákyně s lehkým mentálním postižením).

Z celkového počtu 9 respondentů, byla prokazatelně zaznamenána výraznější paměťová stopa, související s pohybově-relaxačními aktivitami. Správná odpověď byla zachycena u všech účastníků, tedy 9/9.

V oblasti poznávacích aktivit, které souviseli převážně s poznáváním konkrétních názvů a míst byla správnost odpovědí zaznamenána pouze u poloviny respondentů. Doplňující otázky související s činnostmi byly zodpovězeny správně více než u poloviny respondentů. Správnost odpovědí byla v oblasti poznávací ovlivněna také více než u poloviny dotazovaných vizuální nápovědou. Z těchto výsledků je možné vyvodit závěr, že u lidí s mentálním postižením je využíváno názorné myšlení, které převažuje nad myšlením logickým. Z uspokojivých výsledků se můžeme tedy domnívat, že poznatky osvojené prostřednictvím prožitku a zábavy mají značný vliv na jejich uchování a vybavení si formou dlouhodobé paměti.

VO2: Jaký je význam a přínos jednotlivých aktivit pro účastníky zájmového kroužku z pohledu jejich rodičů?

V těchto otázkách došlo ke značné shodě, která vypovídá u všech dotázaných 9/9 o smysluplném významu realizovaných aktivit z důvodu vhodného výběru, který respektuje přání a individualitu každého účastníka. Dává také prostor pro spoluúčast v rozhodování a pro seberealizaci, účastníci mohou snadněji dosáhnout uspokojení z vykonané činnosti.

Otázky týkající se přínosu jednotlivých aktivit vypověděla zjištění, že všech 9/9 dotazovaných spatřuje jejich značný přínos. Všichni respondenti vypověděli o výrazném přínosu v oblasti emoční, kdy zmiňovali nárůst pozitivní nálady svých dětí, spokojenost, děti se na kroužek vždy těší a užívají si ho a naopak pokles stavů rozladěnosti a vzteku. 8/9 respondentů bylo spokojeno s přínosem v sociální oblasti, kdy se díky zájmového kroužku podporují vrstevnické vztahy. Téměř všichni respondenti 8/9 spatřuje zásadní přínos v oblasti pohybových aktivit, dále 8/9 respondentů uvádělo přínos v oblasti poznávací a více než polovina 6/9 respondentů kladli důraz kreativním činnostem. Všech 9/9 dotazovaných se jednoznačně shodlo na vhodnosti prolínání činností z oblasti poznávací, pohybové, kreativní a emoční.

VO3: Jaké jsou subjektivní názory rodičů uživatelů zájmového kroužku na jeho koncepci, praktický průběh a přístup vedoucího pedagoga ?

Odpověď na tuto otázku poukázala na plnou spokojenost všech 9/9 respondentů s koncepcí zájmového kroužku i jeho praktickým průběhem. Fakt, že zájmový kroužek plně vyhovuje dětem, potvrzují tím, že jsou děti spokojené a usměvavé, což vnímají jako nejvíce směřodonné. Žádný z respondentů neuvedl negativní názor ani nevyjádřil jakékoli pochybnosti o vhodnosti zájmového kroužku pro své děti.

Přístup vedoucího pedagoga kroužku byl kladně zhodnocen všemi respondenty 9/9. Nejčastějším důvodem spokojenosti s přístupem byla udávána spolehlivost, vlídný a pozitivní vztah k dětem, ochota, trpělivost, přátelská komunikace.

VO4: Jakým způsobem byly naplněny cíle zájmového kroužku stanovené při jeho založení samotnými pedagogy?

Výsledky, které ukazují, zda došlo k naplnění daných cílů jsou dokazatelné v praktické části bakalářské práce, kde se zabývám praktickým průběhem zájmového kroužku, jeho koncepcí a metodikou jednotlivých zrealizovaných aktivit, jejich významem a přínosem pro žáky s mentálním postižením. Výsledky jsou také patrné z výzkumného kvalitativního šetření. Jedná se o zhodnocení časového úseku od založení zájmového kroužku po dobu 18 měsíců jeho činnosti.

Z těchto výsledků jednoznačně vyplynul závěr, že po dobu 18 měsíců došlo v maximální možné míře k respektování a naplňování všech cílů zájmového kroužku PRŠník. Tyto cíle jsou naplňovány vhodným výběrem různorodých aktivit, které prokazatelně přispívají k mnohostrannému rozvoji osobnosti jedinců s mentálním postižením, což přispívá k smysluplnému využití jejich volného času. Dalším faktem je přístup samotného pedagoga, který naplňuje cíle svým nadšením a zájmem prožívat svůj volný čas společně s jedinci s MP.

Konkrétně je v praktické části možné vysledovat naplnění těchto cílů: šťastní a spokojení uživatelé, prostor pro poznávání a osvojení si nových informací, posílení emocionální složky jedinců s MP prostřednictvím pozitivních prožitků a zážitků, eliminovat stavy agresivity, posilování víry ve své "já", ve schopnosti a dovednosti jedinců s MP, rozvíjení schopností a dovedností prostřednictvím aktivit poznávacích, pohybových, kreativních, sociálních a emocionálních, posílení vrstevnických vztahů, respektování potřeb druhých a vzájemná pomoc, respektování individuality a jedinečnosti každého účastníka, poskytnutí rodičům většího časového prostoru k odpočinku ("Duhové soboty").

Na počátku výzkumného šetření byly stanoveny tyto výzkumné hypotézy:

1. Zájmový kroužek PRŠník založený a realizovaný na Praktické škole podporuje u žáků s MP mnohostranný rozvoj osobnosti, jejich schopnosti a dovednosti.

Tato hypotéza byla praktickou částí bakalářské práce a kvalitativním výzkumným šetření plně potvrzena. Ano, zájmový kroužek PRŠník podporuje mnohostranný rozvoj osobnosti, schopnosti a dovednosti osob s MP.

2. Zájmový kroužek PRŠník je výrazně odlišný svojí koncepcí a praktickým průběhem v porovnání se zájmovými kroužky, kterých se mohou žáci Praktické školy účastnit v rámci školského zařízení (Mateřská škola, Speciální základní škola a Praktická škola).

Výsledky bakalářské práce potvrdily tuto hypotézu. Ano, zájmový kroužek **PRŠník** se výrazně liší svoji koncepcí a praktickým průběhem v porovnání s ostatními zájmovými kroužky, které mohou žáci Praktické školy využívat v rámci školského zařízení.

Závěr

Bakalářská práce se zabývá možnostmi využití volného času osob s mentálním postižením. Představuje zájmový kroužek **PRŠník**, který byl založen pro žáky Praktické školy. Osobní zájem pedagogů poznat blíže jedince s mentálním postižením byl důvodem jeho založení. Zájmový kroužek poskytuje žákům s MP možnost prožívat společně se svými vrstevníky chvíle radostné, zábavné a nevšední. Aktivity vhodnou formou přispívají k mnohostrannému rozvoji osobnosti v oblastech poznávacích, pohybových, sociálních, kreativních a pozitivně ovlivňují emoce.

Výzkumné šetření potvrdilo smysluplnost volnočasových aktivit zájmového kroužku. Zjištění posílilo mé přesvědčení o správném směru, kterým se ubírám a který mne velmi obohacuje. Pomoc člověka člověku, upřímná a nezištná, zaujímá v mém životě důležité místo. V činnosti související s realizací zájmového kroužku **PRŠník** budu pokračovat velmi ráda i nadále.

Jsem přesvědčena o tom, že pro jedince s mentálním postižením může být volný čas mostem spojujícím dva světy, na jehož konci začíná cesta, která dává smysl jejich lidskému bytí.

Volný čas a jeho smysluplné využívání by se mělo stát součástí každodenního života osob s mentálním postižením. Čas, ve kterém mohou nacházet uspokojení, uvolnění, radost, poznání a nová přátelství, nabízí nekonečné možnosti směřující k rozvoji celé osobnosti a podporující ono cenné lidství.

Seznam použité literatury

1. BARTOŇOVÁ, Miroslava, Barbora BAZALOVÁ a Jarmila PIPEKOVÁ. *Psychopedie: texty k distančnímu vzdělávání*. 2. vyd. Brno: Paido, 2007. ISBN 978-80-7315-161-4.
2. BENDOVIČ, Petra. *Dítě s narušenou komunikační schopností ve škole*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3853-6.
3. ČADILOVÁ, Věra, Hynek JŮN a Kateřina THOROVÁ. *Agrese u lidí s mentální retardací a s autismem*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-319-2.
4. ČERNÁ, Marie. *Česká psychopedie: speciální pedagogika osob s mentálním postižením*. Vydání druhé. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2015. ISBN 978-80-246-3071-7.
5. DLOUHÁ, Jana. *Úvod do psychopedie: učební text pro studenty bakalářských oborů speciální pedagogiky*. Vyd. 1. Hradec Králové: Gaudeamus, 2011. ISBN 978-80-7435-122-8.
6. EMERSON, Eric. *Problémové chování u lidí s mentální retardací*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-390-1.
7. HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.
8. HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie: učebnice pro střední školy a bakalářská studia na VŠ*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3037-0.
9. JEŠINA, Ondřej. *Úvod do didaktiky aplikovaných pohybových aktivit žáků s mentálním postižením*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. ISBN 978-80-244-3939-6.
10. KNOTOVÁ, Dana. *Pedagogické dimenze volného času*. Brno: Paido, 2011. ISBN 978-80-7315-223-9.
11. KOZÁKOVÁ, Zdeňka, Olga KREJČÍŘOVÁ a Oldřich MÜLLER. *Charakteristika dospívání a dospělosti osob s mentálním postižením*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. ISBN 978-80-244-3712-5.
12. KREJČÍŘOVÁ, Olga. *Základy psychopedie*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 978-80-244-2623-5.
13. ŠVINGALOVÁ, Dana. *Úvod do teorie a praxe psychopedie*. Vyd. 1. Liberec:

- Technická univerzita, 2006. ISBN 80-7372-042-6.
14. KUČERA, Dalibor. *Moderní psychologie: hlavní obory a témata současné psychologické vědy*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4621-0.
 15. LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. Vyd. 3., přeprac. a dopl., V Grada Publishing vyd. 1. Praha: Grada, 1998. ISBN 80-7169-195-X.
 16. NEUBAUER, Karel. *Logopedie: učební text pro bakalářské studium speciální pedagogiky*. 3. vyd. Hradec Králové: Gaudeamus, 2010. ISBN 978-80-7435-053-5.
 17. OPATŘILOVÁ, Dagmar a Marie VÍTKOVÁ. *Speciálně pedagogická podpora dětí a mládeže se speciálními vzdělávacími potřebami mimo školu: Special educational support to children and youth with special educational needs outside school*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2011. ISBN 978-80-210-5693-0.
 18. PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-423-6.
 19. PIPEKOVÁ, Jarmila. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 3. přeprac. a rozš. vyd. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-198-0.
 20. PIPEKOVÁ, Jarmila. *Osoby s mentálním postižením ve světle současných edukativních trendů*. 1. vyd. Brno: MSD, 2006. ISBN 80-86633-40-3
 21. PIPEKOVÁ, Jarmila. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 3. přeprac. a rozš. vyd. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-198-0.
 22. PŘADKA, Milan. *Kapitoly z dějin pedagogiky volného času*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 1999. ISBN 80-210-2033-4.
 23. RENOTIÉROVÁ, Marie a Libuše LUDÍKOVÁ. *Speciální pedagogika*. 4. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. ISBN 80-244-1475-9.
 24. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie: příručka pro studenty*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-923-2.
 25. SLOWÍK, Josef. *Speciální pedagogika*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1733-3.
 26. STRNADOVÁ, Věra. *Kurz psychologie I: přehled základních témat moderní psychologie*. Čtvrté aktualizované vydání. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-80-7435-568-4.

27. ŠVARCOVÁ-SLABINOVÁ, Iva. *Mentální retardace: vzdělávání, výchova, sociální péče*. 3. přeprac. vyd. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-060-7.
28. ŠVINGALOVÁ, Dana. *Úvod do teorie a praxe psychopedie*. Vyd. 1. Liberec: Technická univerzita, 2006. ISBN 80-7372-042-6.
29. VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Vyd. 3. rozš. a přeprac. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-802-3.
30. VALENTA, Milan, Jan MICHALÍK a Martin LEČBYCH. *Mentální postižení: v pedagogickém, psychologickém a sociálně-právním kontextu*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3829-1.
31. VALENTA, Milan a Oldřich MÜLLER. *Psychopedie: [teoretické základy a metodika]*. 3., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Parta, 2007. ISBN 978-80-7320-099-2.
32. VÁŽANSKÝ, Mojmír a Vladimír SMĚKAL. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 1995. ISBN 80-901737-9-9.

Seznam internetových zdrojů

- 1) *Specialnihk.cz* [online]. 2015 (cit. 2015-06-11) *Mateřská škola, Speciální základní škola a Praktická škola, Hradec Králové*. Dostupné z: www.specialnihk.cz
- 2) *Zmenyzakonu.cz* [online]. 2016 (cit. 2016-02-09) *Speciální vzdělávání: Změny zákonů*. Dostupné z: www.zmenyzakonu.cz
- 3) MUDr. HLOŽÁNEK, Martin. *zdravi.e15.cz* [online]. 13-01-2010 (cit. 2015-06-11) *Vrozená katarakta*. Dostupné ze zdroje: www.zdravi.e15.cz

Zákony a vyhlášky

Vyhláška č. 13 ze dne 29.12. 2004 o středním vzdělávání a vzdělávání v konzervatoři.

Zákon 82/2015 Sb., (novela zákona č. 561/2004) o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon).

Vyhláška č. 27/2016 Sb., o vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami a dětí, žáků a studentů mimořádně nadaných (novela zákona 73/2005 Sb., platnost od 1.9. 2014 do 31.8. 2016).

Seznam tabulek

Tab. č. 1.: Přehled komplexně nabízených zájmových kroužků pro žáky Základní školy speciální a žáky Praktické školy

Tab. č. 2.: Dostupné zájmové kroužky pro žáky Praktické školy jednoleté a dvouleté

Tab. č. 3.: Výkonnostní forma dostupných aktivit žáků Praktické školy

Tab. č. 4.: Zájmové kroužky dle počtu navštěvovaných žáků Praktické školy

Tab. č. 5.: Rozdělení venkovního prostředí

Tab. č. 6.: Rozdělení vnitřního prostředí

Tab. č. 7.: Rozdělení aktivit zájmového kroužku z časového hlediska

Seznam obrázků

Obr. č. 1.: Logo zájmového kroužku **PRŠník** (profesionální vyhotovení)

Obr. č. 2.: Logo zhotovené dle předlohy účastníkem zájmového kroužku **PRŠník** (chlapec s těžkým mentálním postižením)

Přílohy

Příloha č. 1.: podrobná finanční rozvaha projektu zájmového kroužku **PRŠnik**

Trika a buttony	cena	poznámky
trička s potiskem	3000,-	10 x 300,-
buttony	300,-	10x 30,-
Výroba soutěží, kreativní a poznávací část	cena	poznámky
čtvrtky, fixy, fólie, vlnité lepenky, provázky, krepový papír, diplomy, pastely	1000,-	
barvy na obličej	1000,-	4 x 250,-
vonné olejíčky	500,-	5 x 100,-
Prezentace, fotky kalendář	cena	poznámky
fotografie	500,-	vyvolání
kalendář	1000,-	100x 10,- (kalendář s vlastními fotkami)
Odměny pro děti, občerstvení	cena	poznámky
odměny	2000,-	Ovoce, sladkosti, drobnosti, medaile, malý dárek k Vánocům
občerstvení na táborák	500,-	50,- na osobu
Vstupy	cena	poznámky
vstupy- Tongo, aquacentrum	2200,-	
CELKEM	12000,-	