

Univerzita Palackého v Olomouci  
Fakulta tělesné kultury

**POHYBOVÉ HRY ZAMĚŘENÉ NA INTEGRACI ŽÁKA S TP**  
Bakalářská práce

Autor: Klára Bušinová, Aplikovaná tělesná výchova

Vedoucí práce: Mgr. Jan Bělka, Ph.D.

Olomouc 2016

## **Bibliografická identifikace**

**Jméno a příjmení autora:** Klára Bušinová

**Název bakalářské práce:** Pohybové hry zaměřené na integraci žáka s TP

**Pracoviště:** Katedra sportu

**Vedoucí práce:** Mgr. Jan Bělka, Ph.D.

**Rok obhajoby:** 2016

**Abstrakt:** Předložená bakalářská práce přináší sborník pohybových her, které jsou modifikované pro začlenění žáka s paraplegií, diparézou, amputací dolních končetin nebo žáka s jakýmkoliv typem tělesného postižení, který využívá pro pohybovou aktivitu sportovní vozík. V první části práce je uvedena charakteristika základních pojmů. V závěrečné části práce uvádí modifikované pohybové hry s obrázkovou podporou.

**Klíčová slova:** tělesné postižení, integrace, pohybová hra, modifikace, vyučovací jednotka

Souhlasím s půjčováním bakalářské práce v rámci knihovních služeb.

**Author's first name and surname:** Klára Bušínová

**Title of the thesis:** Physical games focused on an integration of a student with physical disability

**Department:** Department of Sport

**Supervisor:** Mgr. Jan Bělka, Ph.D.

**The year of presentation:** 2016

**Abstract:**

This bachelor thesis brings an inventory of movement games, which are adapted for students with physical disability (paraplegic, diparesis, amputation, etc.). It's also focused on students who use a special sport wheelchair for their physical activity. In the first part the thesis covers the description of basic terms. In the second part the thesis describes adapted physical activities, some of them supplemented by pictures.

**Key words:** physical disability, integration, movement game, modification, teaching unit

I agree with lending the thesis within the library services.

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovala samostatně pod odborným vedením  
Mgr. Jana Bělky, Ph. D. a uvedla veškerou použitou literaturu a další odborné zdroje.

V Olomouci dne

.....

Děkuji Mgr. Janu Bělkovi, Ph.D., za odborné vedení, ochotu, poskytnutí cenných rad a veškerý čas, který mi věnoval během vypracování mé bakalářské práce.

## Obsah

<b>1 ÚVOD</b> .....	8
<b>2 PŘEHLED POZNATKŮ</b> .....	9
2.1 Tělesné postižení .....	9
2.1.1 Klasifikace tělesného postižení .....	9
2.1.1.1 Amputace.....	10
2.1.1.2 Ochrnutí.....	11
2.1.1.3 Dětská mozková obrna .....	11
2.1.1.4 Rozštěpy .....	12
2.1.1.5 Vrozené malformace horních a dolních končetin.....	12
2.1.1.6 Progresivní svalová onemocnění .....	13
2.2 Integrace osob s tělesným postižením .....	13
2.2.1 Výhody integrace .....	15
2.2.2 Nevýhody integrace.....	15
2.3 Legislativa týkající se integrace .....	16
2.4 Školský vzdělávací program.....	16
2.5 Metodicko- organizační formy .....	17
2.5.1 Průpravná cvičení .....	17
2.5.2 Herní cvičení .....	17
2.5.3 Průpravné hry .....	18
2.6 Vyučující jednotka TV .....	18
2.6.1 Úvodní část.....	19
2.6.2 Hlavní část.....	19
2.6.3 Závěrečná část .....	19
2.7 Pohybová hra .....	19
<b>3 CÍL PRÁCE</b> .....	22
3.1 Hlavní cíl .....	22
3.2 Dílčí cíle .....	22
3.3 Úkoly práce.....	22
<b>4 METODIKA</b> .....	23
4.1 Popis průběhu zpracování.....	23
4.2 Práce se softwarem Easy sport graphic .....	23
4.3 Analýza odborné literatury .....	24
<b>5 VÝSLEDKY</b> .....	26

5.1	Úvodní část hodiny .....	26
5.2	Hlavní část hodiny .....	31
5.3	Závěrečná část hodiny .....	51
<b>6</b>	<b>ZÁVĚRY PRÁCE .....</b>	<b>57</b>
<b>7</b>	<b>SOUHRN .....</b>	<b>58</b>
<b>8</b>	<b>SUMMARY .....</b>	<b>59</b>
<b>9</b>	<b>REFERENČNÍ SEZNAM .....</b>	<b>60</b>

# 1 ÚVOD

Osoby s tělesným postižením vždy byly součástí naší společnosti. Jak se vyvíjela společnost, tak se vyvíjela péče a vzdělání pro tyto osoby. Po 2. světové válce se ve velkém rozvíjí lékařství a zájem o osoby s tělesným postižením, což byli převážně zranění vojáci. V roce 1948 neurochirurg Ludwig Guttman uspořádal ve Stoke Mandeville v Anglii sportovní hry v rehabilitačním centru pro osoby s tělesným postižením. Byla to první myšlenka, která se dotýkala olympijských her pro osoby se zdravotním postižením. Se vzrůstajícím zájmem o tyto osoby rostlo i jejich zařazení do vzdělávacího proudu.

V současné době mají osoby s tělesným postižením na výběr, mohou se vzdělávat v běžné škole formou individuální integrace nebo ve škole primárně určené pro osoby se zdravotním postižením, ve školách speciálních. Než vůbec žáka budeme chtít individuálně integrovat, musíme zvážit, zda je na to připraven jak po psychické, tak po fyzické stránce. Dále musíme zjistit, jestli individuální integraci nebrání jiné bariéry. Nejčastěji se potýkáme s architektonickými a postojovými bariérami. Škola by měla prostory školy uzpůsobit na příchod žáka s tělesným postižením (najížděcí rampa, školní lavice, apod.). Nakonec největším problémem je postojová bariéra. Především ji nacházíme u učitelů tělesné výchovy. Často mají obavy, že nebudou schopni aktivně zapojit žáka s tělesným postižením do svých hodin. Proto se setkáváme s dalším problémem, který se často objevuje při integraci do tělesné výchovy, kterým je uvolňování žáka s tělesným postižením z těchto hodin. To kolikrát podpoří názor rodičů, kteří se domnívají, že při tělesné výchově by si jejich dítě mohlo i ublížit a není proto pro něj vhodná. Přitom integrace může obohatit integrovaného žáka, jeho spolužáky i učitele. Přispěje k socializaci a přípravě na budoucí život žáka s tělesným postižením. Jeho spolužákům může dokázat, že i s pohybovým omezením se dá žít běžný život. A v neposlední řadě může učiteli přinést nespočet nových zkušeností a poznatků při práci s tímto žákem.

Získání nových poznatků byl jedním z důvodů, proč jsem si vybrala pro psaní mé bakalářské práce toto téma. Vždy mě zajímaly a bavily pohybové hry, zájem o ně jsem získala při trénincích házené, které jsem se věnovala. Jelikož mě také zajímá práce s osobami s tělesným postižením, tak jsem vybrané pohybové hry modifikovala pro integraci těchto žáků do školní tělesné výchovy. Sestavila jsem sborník pohybových her, které může uplatnit jak učitel tělesné výchovy, tak kdokoli, kdo pracuje s osobami s tělesným postižením.



## 2 PŘEHLED POZNATKŮ

### 2.1 Tělesné postižení

Obor, který se zabývá problematikou osob s tělesným postižením, se nazývá Somatopedie. Přesně ji vydefinoval Kábele (1992, 7), jako „vědní obor speciální pedagogiky, který se zabývá výchovou mládeže tělesně postižené, nemocné a zdravotně oslaben“. Patří do vědní oblasti speciální pedagogiky. Tu dále tvoří etopedie, psychopedie, surdopedie, tyflopédie, speciální pedagogika osob s vícenásobným postižením a speciální pedagogika osob s parciálními nedostatky (Renotierová & Bendová, 2005). Předmětem somatopedie je výchova a vzdělávání s cílem socializace nebo resocializace osob s tělesným postižením.

Tělesné postižení popisuje Gruber a Lendl in Vítková (1999, 28) jako „přetrvávající nebo trvalé nárpadnosti v pohybových schopnostech se stálým nebo značným vlivem na kognitivní, emociální a sociální výkony“. Při zmínění pojmu tělesné postižení si většina populace představí nějakého člověka na vozíku, přitom tělesný handicap označuje široké spektrum projevů, ke kterým patří i dlouhodobé zdravotní oslabení, která nejsou na první pohled zřejmá (Slowík, 2007).

Příčina vzniku tělesného postižení může být primární nebo sekundární. Primární příčiny jsou způsobeny přímým poškozením pohybového ústrojí, což může být zapříčiněno poškozením nervové soustavy nebo hybného aparátu. V případě sekundární příčiny se jedná o druhotný důsledek jiných nemocí či poruch, které způsobí poruchu hybnosti. Příčiny tělesného postižení se dále dělí na období, ve kterém postižení vzniklo. Vrozené vady mohou vzniknout v období prenatálním, perinatálním nebo postnatálním. Nejčastější vrozenou vadou je dětská mozková obrna, dále sem řadíme rozštěp páteře, různé malformace končetin, apod. Získané vady jsou nejčastěji způsobeny úrazy, které způsobují poranění míchy a následné ochrnutí, amputace končetin, apod. Dalším získanou vadou je pohybové omezení, které je způsobeno různými chorobami.

#### 2.1.1 Klasifikace tělesného postižení

Tělesná postižení jsou vady či poškození pohybového a nosného aparátu (kostí, kloubů, šlach, svalů, cévního a nervového systému). Je to takové postižení, které je buď dočasné nebo trvalé. Mezi příčiny tělesného postižení řadíme endogenní (vnitřní) a exogenní (vnější) faktory.

## Klasifikace dle Slowíka:

Tabulka č. 1: Klasifikace tělesných postižení a zdravotních oslabení (Slowík, 2007, 99):

Podle typu	<ul style="list-style-type: none"><li>• Postižení hybnosti</li><li>• Dlouhodobá onemocnění</li><li>• Zdravotní oslabení</li></ul>
Podle doby vzniku	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vrozená (např. vrozené vady lebky; rozštěpy lebky, rtů, čelisti, patra, páteře; nevyvinutí končetin nebo jejich částí, DMO)</li><li>• Získaná (např. deformity páteře; úrazy- zlomeniny, amputace; následky onemocnění- revmatismus, myopatie atd.)</li></ul>
Podle etiologie	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tělesné odchylky a oslabení (vady páteře, luxace kloubů apod.)</li><li>• Tělesné vývojové vady (vady lebky, rozštěpy, vady končetin apod.)</li><li>• Úrazy (tělesná poškození různé závažnosti s dočasnými nebo trvalými následky- např. paraplegie v důsledku poranění páteře, amputace končetin atd.)</li><li>• Následky nemocí (encefalitidy, žloutenky, TBC, lymfské borreliózy, nádorových onemocnění apod.)</li><li>• Dětská mozková obrna (DMO- spastické i nespastické formy)</li><li>• Dlouhodobá (chronická) onemocnění a zdravotní oslabení (alergie, astma, ekzematická onemocnění, oslabení imunity, onkologická onemocnění, epilepsie apod.)</li></ul>

### 2.1.1.1 Amputace

„Amputace je umělé oddělení části orgánu nebo části nebo celé končetiny o ostatního organismu. Mohou nastat již v dětském věku v důsledku úrazů“ (Renotierová, Ludíková et al. in Kurková a kol, 2008, 51). Jsou následkem vážných zranění především pak při zranění důležitých cév, při nezvládnuté infekci, při dlouhodobém nevléčitelném onemocnění, při vrozených deformacích nohou, rukou, apod. Po operaci je velmi důležitá péče o pahýl, ten musí být v konečném stavu odolný, výkonný a především dobře pohyblivý (Kudláček a kol., 2013). Amputace dělíme na primární, sekundární a terciární (Kurková a kol., 2008).

Výběr vhodných pohybových aktivit se liší dle druhu amputace. V této době mají osoby s amputacemi rozmanitý výběr sportovních protetických pomůcek. Osoby s amputacemi

dolních končetin se tedy automaticky nemusí přesunout na vozík, ale můžou využívat protézy, které jim nahradí chybějící část končetiny. Pokud se však jedná o osoby s oboustrannými nadkolenními amputacemi, je vhodnější zvolit sporty na vozíku (Kudláček a kol., 2013).

#### **2.1.1.2 Ochrnutí**

Příčinou tohoto získaného tělesné postižení jsou úrazy a nehody, výjimečně také při určitých onemocněních, kdy dochází k trvalým následkům. K nejčastějším příčinám úrazu řadíme skoky do mělké vody a dopravní havárie. (Jankovský, 2006; Kurková a kol., 2008). Trojan (2004) rozdělil několik typů ochrnutí dle výšky poškození míchy. Při poúrazové chabé paréze jsou poškozeny míšní kořeny v oblasti bederní páteře a dochází k paréze dolních končetin. Při poúrazové paraplegii je poškozena mícha v oblasti horní bederní páteře a hrudní oblasti páteře. Dochází k úplnému ochrnutí dolních končetin. Při poúrazové kvadruplegii je poškozena mícha v oblasti krční páteře. Jedná se o jedno z nejtěžších ochrnutí, kdy dochází k úplnému ochrnutí dolních končetin. Ochrnutí horních končetin je v různém stupni, buď dochází k parézám, nebo až k úplnému ochrnutí. Postižení je zřetelné i u břišního a zádového svalstva.

#### **2.1.1.3 Dětská mozková obrna**

Jedná se o onemocnění, které je charakteristické poruchou centrální kontroly hybnosti. Zařazuje se do skupiny chronických onemocnění, které se projevují maximálně do čtvrtého roku života dítěte. Je dáno, že se v průběhu života nezhoršuje. Příznaky tohoto onemocnění jsou různorodé a velmi individuální. Může se jednat o poruchy jemné motoriky, ztráty rovnováhy, problémy s chůzí, opožděný vývoj řeči, přítomnost motorického neklidu a spousta dalších poruch. Nejvíce charakteristické projevy jsou poruchy svalového tonu nebo svalové koordinace. Může se jednat o Hypertonii neboli spasticitu, která se vyznačuje vyšším svalovým napětím. Dále se může jednat o Hypotonii neboli ataxii, která se naopak vyznačuje sníženým svalovým napětím. Projevuje se neschopností provádět cílené pohyby či nastupujícím třesem při používání jemné motoriky. Třetím typem poruchy svalového tonu je střídavý tonus neboli atetóza, který se vyznačuje mimovolnými kroutivými pohyby (Fischer a kol., 2014).

Vítková (2004) rozděluje DMO na formu spastickou a formu nespastickou. Spastická forma je charakterizovaná ztuhlostí v postižených svalových partiích, poruchou aktivní volní hybnosti a stereotypními pohyby. Spastické formy DMO mají tři základní podoby, které se podle typu postižení dělí na parézy či plegie. Forma diparetická, která je charakterizována postižením dolních končetin. Forma hemiparetická, u které svalové napětí postihne jednu

polovinu těla a výrazněji se projevuje na horní končetině. Třetí je forma kvadruparetická, kde jsou postiženy všechny čtyři končetiny, včetně trupu a u nejtěžších forem je postiženo i držení hlavy. Nespastická forma DMO je naopak charakterizována absencí svalového napětí. Prvním typem je dyskinetická forma, která postihuje různé svalové skupiny. Projevuje se mimovolnými a kroutivými pohyby. U některých dětí může být kromě končetin postiženo i svalstvo tváře a jazyka. Druhým typem je hypotonická forma, která se objevuje vzácně. Vyznačuje se poškozením oblasti mozku a s tím spojenou poruchou vnímání rovnováhy, která se projevuje nestabilní chůzí. Děti jsou pohybově pasivní a svalový tonus je velmi nízký, naopak se vyskytuje vysoká pohyblivost v kloubech (Fischer a kol., 2014).

Pro zapojení osob s DMO do sportovních aktivit byl vytvořen sportovní klasifikační systém, který rozděluje toto postižení do osmi kategorií (CP 1- CP 8), kdy CP 1 je netěžší typ postižení a CP 8 je nejlehčí typ postižení. Účelem sportovní klasifikace je stejný a spravedlivý výchozí bod pro všechny sportovce a to, aby měli všichni sportovci v dané kategorii šanci na úspěch bez ohledu na jejich postižení (Kudláček a kol., 2013).

#### **2.1.1.4 Rozštěpy**

Spina bifida (rozštěp páteře) je vrozená vývojová vada, která vzniká při nedokonalém uzavření medulární trubice. Nejčastěji se jedná o částečný výhřez páteře v bederní části zad. Tato vada způsobuje částečnou až úplnou obrnu dolních končetin a obrnu svěračů (Vítková, 2004). Vítková (1999) rozděluje rozštěpy páteře na tři druhy. Při meningokéle dochází k výhřezu míšních plen. Při meningomyelokéle dochází jak k výhřezu míšních plen, tak k výhřezu míchy. Při tzv. utajeném rozštěpu páteře nedochází k výhřezu míšních plen nebo k výhřezu míchy, ale jedná se nedokonalé uzavření páteřního kanálu. Při tomto postižení se horní polovina těla vyvíjí normálně, občasně se může vyskytnout skolióza. Postižena je především dolní polovina těla, kdy dochází k paraplegii dolních končetin či k různým deformitám nohou.

Pro osoby s rozštěpy páteře jsou vhodné pohybové aktivity, které mohou vykonávat na vozíku. Proto je důležité při trénincích rozvíjet sílu v horní polovině těla, převážně horních končetin (Kudláček a kol., 2013).

#### **2.1.1.5 Vrozené malformace horních a dolních končetin**

Malformace jsou vrozené vady končetin, které mohou být nejrůznějšího typu a stupně a mohou se kombinovat. Mohou to být neúplně nevyvinuté končetiny nebo mohou některé končetiny úplně chybět, tvarové vývojové odchylky končetin, mimořádně dlouhé a tenké prsty, srůsty prstů nebo naopak zmožení prstů (Kurková a kol., 2008).

### **2.1.1.6 Progresivní svalová onemocnění**

Při progresivní svalové dystrofii se jedná o postižení svalstva, tato porucha je geneticky podmíněná a nejčastěji se projevuje už během dětství. Toto onemocnění se projevuje úbytkem svalových vláken, ty se postupně rozpadají, až úplně zanikají. Místo zaniklých svalových vláken se vytváří vazivo, které je však funkčně bezcenné. K největšímu a nejrychlejšímu zhoršení stavu dochází během puberty. Toto onemocnění se projevuje u každé osoby individuálně. Jedinci jsou většinou odkázáni na vozík, kvůli narůstající pohybové omezenosti (Kudláček a kol., 2013, Vítková, 1999). Kudláček a kol. (2013) dále rozděluje progresivní svalovou dystrofii na tzv. sestupný typ a vzestupný typ.

Při výběru pohybových aktivit musíme brát zřetel na to, v jaké fázi se toto onemocnění nachází. Na začátku se může žák zapojit do běžných aktivit tělesné výchovy a může navštěvovat i sportovní kroužky. Je dobré žáka seznámit s aktivitami, které může vykonávat i po zhoršení nemoci. Jsou to převážně aktivity, při kterých k pohybu využívá vozík (Kudláček a kol., 2013).

## **2.2 Integrace osob s tělesným postižením**

Každý stát upřednostňuje jiné formy vzdělání pro osoby s tělesným postižením. Některé preferují úplnou integraci do běžných škol a jiné zase školy, které jsou primárně určené pro osoby se zdravotním postižením, školy speciální (Mrug & Wallander, 2002). Van den Ven, Post, de Witte a van den Heuvel (2005) uvádějí, že pojem integrace nelze jednostranně definovat. Dále uvádějí, že tento proces nastane při interakci osoby se zdravotním postižením a společností. To potvrzuje i Jesenský (1996), který ve své studii uvádí, že integrace by měla být brána jako společenský proces, ve kterém jde o propojení osob či celých skupin a celkově jejich podmínek bytí. Dodává, že to vše platí speciálně mezi propojením osob se zdravotním postižením a intaktní populací. Podle Bazalové (2004) je pojem integrace zařazení žáků se zdravotním postižením do hlavních vzdělávacích proudů. A potvrzuje předchozí definice integrace jako zařazení osob se zdravotním postižením do společnosti.

Žáci s tělesným postižením jsou jedni z nejvíce integrovaných do běžných škol. Tvoří stále narůstající skupinu individuálně integrovaných žáků. V roce 2010 bylo 76,9 % žáků s tělesným postižením integrováno do běžných škol, zatímco 23,1 % dětí bylo zařazeno do škol speciálních (Pavel, 2011). Integrace má pozitivní vliv jak na socializaci osobnosti žáka s tělesným postižením, tak i na intaktní spolužáky, u kterých byl potlačen jejich negativní postoj (Rybová & Kudláček, 2010). Pro žáka s postižením je velmi důležité, aby se začlenil do kolektivu spolužáků. Zvláště to platí při výuce tělesné výchovy, jelikož pohyb je pro osoby s tělesným postižením velmi důležitý. Ten má pozitivní vliv na zdravotní

stav žáka a formuje psychické vlastnosti. Nejdůležitější, co se týče začlenění do školní tělesné výchovy, je zvýšení sociálního statusu a zapojení se do týmové spolupráce. Ve školním prostředí týmový přístup značně usnadňuje rozvoj efektivní, individualizované a přizpůsobené fyzické aktivity a dále usnadňuje dosažení předem stanovených cílů (Arbuckle, 2010; Rybová & Kudláček, 2010).

Kudláček, Ješina a Štěrbová (2008) uvádějí, že i přes dostupná fakta o podmínkách individuální integrace žáka s tělesným postižením do školní tělesné výchovy často dochází k uvolňování z tohoto předmětu. Integrace je možná vždy, jen je podstatné dodržovat stanovená pravidla. Je nutno připustit, že tělesná výchova není vhodná pro všechny žáky s tělesným postižením. Pokud nejsou dostatečně přizpůsobeny podmínky pro úspěšnou integraci, mohou tím trpět učitelé, spolužáci a především samotný integrovaný žák. Kudláček, Ješina, Bláha a Janečka (2010) dále doplňují, že celkový proces integrace žáka do tělesné výchovy je pro učitele příliš náročný. Studie dokazují, že jsou učitelé postaveni před problém, se kterým si neví rady. Nejsou dostatečně kompetentní a proškolení k výuce osob se zdravotním postižením. Proto se hodina tělesné výchovy stává nerealizovatelnou. Grenier, Horrell a Genovese (2014) dodávají, že neexistuje žádná studie, která by se zabývala zkušenostmi učitelů tělesné výchovy s učením žáků se zdravotním postižením. Ješina a Kudláček (2009) udávají stupně podpory, které představují úvahy o konkrétním zapojení žáků s tělesným postižením v podmínkách škol. Tyto stupně podpory řeší problematiku individuální integrace do školní tělesné výchovy a vychází z druhu, typu a hloubky postižení. Při prvním stupni se jedná o integraci bez podpory a bez modifikací obsahu. Jedná se o žáka, jehož postižení není příliš těžké a v tělesné výchově není potřeba upravovat podmínky, obsah, atd. Při druhém stupni se jedná o integraci s úpravou obsahu a podmínek, kdy vyučující dodržuje stejné cíle pro všechny žáky, ale u žáků s tělesným postižením k nim dojde jinou cestou (jiná úroveň pohybové aktivity). Třetí stupeň využívá při integraci „peer tutorů“. Jedná se o asistenci spolužáků, či jiných žáků školy při pohybových aktivitách. Učitel stále nevyužívá asistenta, ale naopak využívá jako alternativu jiné žáky školy při realizaci hodiny tělesné výchovy. Při čtvrtém stupni učitel již využívá pomoci asistenta pedagoga, jelikož typ tělesného postižení je už těžší a potřebuje při vykonávání pohybových aktivit odborníka. Vyučující si může zvolit, do jaké míry mu bude pomáhat, jestli po celou hodinu nebo jen při určitých typech cvičení. V pátém stupni se jedná o kombinovanou formu výuky, která je individuální, skupinová, individuální segregovaná, paralelní nebo běžná integrovaná ATV. Učitel může a nemusí využít asistenta pedagoga, záleží na dané pohybové aktivitě. Šestý stupeň je postaven na spolupráci s organizacemi

v komunitě školy, které jsou uvedeny v individuálním vzdělávacím plánu žáka. Vybraná organizace je v blízkosti bydliště žáka, který tam dochází na různé pohybové aktivity a navštěvuje i výuku v rámci školní ATV. Dále může výuka probíhat ve sportovním kroužku, ve kterém spolupracuje vybraná organizace. V posledním sedmém stupni podpory se jedná o výuku segregovaného charakteru, kdy škola nebyla schopna vytvořit podmínky pro integraci žáka s tělesným postižením do tělesné výuky. Žák tedy musí navštěvovat jiná zařízení, mohou to být školy speciální, výuka v rehabilitačním centru, domácí výuka, apod.

### **2.2.1 Výhody integrace**

K úspěšné individuální integraci napomáhá mnoho faktorů a výhod. Dítě má možnost navštěvovat školu v blízkosti svého bydliště a tím pádem může nadále trávit spoustu času s rodinou. Chodí do třídy se svými vrstevníky, kteří mohou integrované dítě motivovat. Má snahu se vyrovnávat spolužákům. Dítě se drží učebního plánu, který je náročnější než na škole speciální a dostává se mu kvalitnější vzdělání. Přítomnost handicapovaného žáka ve třídě je přínosem pro zdravé děti. Ty se naučí brát rozdílné lidi jako součást společnosti. Učí se pomoci ostatním a respektovat odlišnosti. Integrované dítě se připravuje na život v běžném prostředí a s tím spojené problémy socializace. Také rodiče jsou více zapojováni do procesu vzdělávání svého dítěte. Integrace dítěte s postižením je tedy přínosem pro všechny, kteří se do integrace zapojí (Horvátová, 2014).

### **2.2.2 Nevýhody integrace**

Individuální integrace však nemusí být tou správnou volbou vzdělávání pro žáka s tělesným postižením. Ne vždy je běžná škola poskytnout žákovi dostatek vybavení sloužící k ulehčení vzdělávání. Oproti škole speciální nemá dostatek pomůcek k co nejlepší efektivitě vyučování. Ne vždy se integrovaný žák setká s pedagogem, který si umí poradit s touto problematikou a neví jak má žáka s tělesným postižením učit. Škola neposkytuje služby jako je rehabilitační a sociální péče, poradenské služby a odborná léčebná péče. Další problém může být v odmítání integrovaného žáka spolužáky a rodičů spolužáků. Ostatní spolužáci můžou negativně přijmout výhody integrovaného žáka, což může vyvrcholit k závisti, až nenávisti. Integrovaný žák tedy může procházet velmi nepříjemnými a stresujícími situacemi. Případá si o to více nemohoucí a bezmocný. Získání kamarádů může pro něj znamenat nedosažitelný cíl a spolužáky vnímá jako nedostupnou konkurenci. Může mít také problémy se zvládnutím učiva. Třídy na běžné škole mají větší počty žáků a tak nemá dost prostoru pro individuální přístup (Horvátová, 2014).

### **2.3 Legislativa týkající se integrace**

Do roku 2004 se integrace uskutečňovala na základě metodických předpisů Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy. Tento proces podpořil v roce 2004 nový školský zákon 561/2004 o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, který byl v roce 2015 novelizován na Zákon č. 82/2015 Sb. (Kudláček a kol., 2013, Anonymous 1., 2016). Zde se mimo jiné uvádí, že žáci se speciálními vzdělávacími potřebami (dále jen SVP) mají právo na vzdělání, které odpovídá jejich vzdělávacím potřebám a možnostem, kdy je nutné vytvořit adekvátní podmínky, které jim toto vzdělání umožní. Tito žáci mají právo na poradenskou pomoc školy a školského poradenského zařízení. Žáci se SVP jsou definováni jako žáci se zdravotním postižením a žáci se zdravotním a sociálním znevýhodněním (Anonymous 1., 2016).

Školský zákon upřesňuje vyhláška 73/2005 Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a dětí a žáků mimořádně nadaných. Znění této vyhlášky bylo v roce 2011 novelizováno vyhláškou 147/2011, díky které škola nemůže odmítnout žáka se SVP, který se na dané škole chce vzdělávat formou individuální integrace i přes to, že škola nemá vhodné podmínky. Tato vyhláška dále definuje pojem integrace, která může být uskutečněna formou individuální, formou skupinovou, ve škole speciální či kombinací předchozích uvedených forem (Anonymous 2., 2016).

Další člen podílející se na integraci žáka se SVP je Speciálně pedagogické centrum, které je legislativně stanoveno vyhláškou č. 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních. Znění této vyhlášky bylo v roce 2011 novelizováno vyhláškou č. 116/2011. Spolupráce školy a Speciálně pedagogického centra je při integraci žáka se SVP je nesmírně důležitá. Speciálně pedagogické centrum poskytuje konzultace jak pro zákonné zástupce žáka, tak pro pedagogické pracovníky školy. Dále poskytuje podporu při vytváření individuálního vzdělávacího plánu pro žáka. Může škole pomoci zapůjčením kompenzačních pomůcek a celkově poskytuje podporu při individuální integraci žáka se SVP (Anonymous 2., 2016).

### **2.4 Školský vzdělávací program**

Školský vzdělávací program (dále jen ŠVP) je školský dokument, který si každá mateřská, základní a střední škola zpracovává v souladu s Rámcovým vzdělávacím programem (dále jen RVP) pro realizaci vzdělávání. Legislativně je stanovena ve školském zákoně č. 561/2004 Sb. ŠVP zohledňuje potřeby a možnosti žáků, stanovuje reálné podmínky a možnosti školy a v neposlední řadě je sestavován z konkrétních vzdělávacích záměrů školy. Stanovuje jej ředitel školy, který zároveň koordinuje práci na jeho vypracování



a je zodpovědný za jeho soulad s RVP. Tento školský dokument je součástí dokumentace školy a musí být zpřístupněn veřejnosti (Anonymous 3., 2016).

ŠVP je zpracováván pro celé období vzdělávání na dané škole a zároveň se musí řídit požadavky příslušného RVP. Má za úkol vytvořit takové podmínky, aby žáci dosáhli stanovených klíčových kompetencí. Prezentuje vývoj školy a profil absolventa školy. Zajímá se o postavení školy v regionu a snaží se ho pozvednout na co nejvyšší úroveň. ŠVP by nefungoval bez tvůrčí práce učitelů, kteří se snaží ve své výuce využívat efektivních forem a metod výuky a respektují individuální potřeby žáků. Jejich práce vychází z posbíraných zkušeností, které získali během své praxe (Anonymous 3., 2016).

## **2.5 Metodicko – organizační formy**

Dle Nykodýma (2006) chápeme metodicko- organizační formy jako způsob uspořádání vnějších podmínek a obsahu, který je tvořen pomocí herních činností. Cílem je umožnit realizaci konkrétních úkolů. Ve výuce tělesné výchovy uplatňujeme nácvik a následné zdokonalování herních činností jak jednotlivce, tak různých herních kombinací v týmech a využíváme při nich metodicko- organizační formy jako jsou průpravná cvičení, herní cvičení a průpravné hry (Dobrá, 1988).

### **2.5.1 Průpravná cvičení**

Průpravná cvičení jsou metodicko- organizační formou pro kterou je charakteristické vykonávání herní úlohy bez přítomnosti soupeře (tzn. bez rušivých vlivů). Pro každý pohyb jsou předem stanovené podmínky, které se mění jen v malé odchylce. Úkolem je podpora vzniku plánovaného pohybu a jeho transfer do praxe a postupné zdokonalování (Dobrá 1988). Dobrá (1988) dále rozdělil průpravná cvičení na dva typy. Průpravná cvičení 1. typu se vyznačují předem stanovenými standardními podmínkami, které se mění jen částečně. Tento typ průpravných cvičení vede hráče k samostatnému rozhodování a vykonání pohybu bez jakéhokoliv vnějšího omezení. Má dostatek času na přípravu a kontrolu pohybu, který zahajuje dle svého uvážení. Tento typ se však nedá příliš uplatnit při herních situacích, jelikož mu v tom vnější podmínky zabraňují. Při průpravných cvičení 2. typu se zaměřujeme na první adaptaci na vnější rušivé vlivy. Hráč se setkává při vykonávání pohybu s proměnnými podmínkami a učí se na ně reagovat, což vede k proměnlivým pohybovým výstupům.

### **2.5.2 Herní cvičení**

Herní cvičení jsou metodicko–organizační formou, pro které je charakteristické vykonávání herní úlohy s přítomností soupeře (tzn. s rušivými vlivy). Pro každý pohyb jsou předem stanovené podmínky, které však mohou být i náhodně proměnlivé. Úkolem je rozvoj,

zdokonalení a adekvátní použití herních činností (Dobry 1988). Dobry (1988) dále rozdělil herní cvičení na dva typy. Herní cvičení 1. typu předem určují činnost soupeře, jeho aktivita je tedy omezená. To vede k vytvoření přesných podmínek k opakování řešení dané herní situace. Hráč tedy není nucen přemýšlet nad zvolením vhodné alternativy řešení situace. Daná herní situace obsahuje přesné instrukce pro činnost soupeře (obránce), pokyny pro vykonání pohybu a zaměření na důležité situační faktory. Herní cvičení 1. typu jsou vhodná pro nácvik obranných činností jednotlivce i celého týmu, kombinací a systémů. Při herních cvičeních 2. typu musí hráč rozhodovat, jakou alternativu řešení situace zvolí, jelikož je neustále narušován jeho individuální výkon vnějšími podmínkami (soupeřem). Modelují se dané herní situace, které však různě narušuje soupeř, který náhodně volí svůj postup. Dochází tedy k situacím, kdy hráč musí opakovaně řešit složité herní situace. Ty jsou dány počtem zúčastněných hráčů a prostorovým a časovým omezením. Tento typ herních cvičení lze často uplatnit při herních situacích.

### **2.5.3 Průpravné hry**

Průpravné hry jsou metodicko – organizační formy, které se nejvíce blíží charakteristice samotného utkání jak v podmínkách tak požadavcích. Tyto hry probíhají za přítomnosti soupeře se souvislým dějem a s proměnlivými podmínkami. Cílem je zdokonalení všech naučených dovedností, adekvátně reagovat na vzniklou herní situaci a osvojení obranných i útočných činností. Průpravnou hru rozdělujeme na řízenou, soutěživou nebo volnou. Při řízené průpravné hře se nezaměřujeme na bodový výsledek, ale na samotnou činnost hráčů během hry. Tu kontroluje vyučující (trenér), který koriguje plnění stanovených úkolů. Naopak v soutěživé průpravné hře je cílem každého hráče nebo týmu vyhrát. Vyučující hru nechá volně plynout a dává pozor na dodržování pravidel (Dobry 1988).

## **2.6 Vyučující jednotka TV**

Vyučující jednotku řadíme do organizačních forem v tělesné výchově, konkrétně je zařazena do povinných pohybových činností spolu s výchovou v přírodě, zdravotní vyučovací jednotkou, sportovními kurzy, apod. Dle Vilímové (2002, 74) je vyučovací jednotka „relativně stabilně uspořádaný systém hlavních faktorů výchovně vzdělávacího procesu a jejich vzájemných vztahů, determinovaný obsahem a cílem učiva, prostorem, kde je uskutečňován, časem, v němž je realizován, psychickou a fyzickou úrovní žáků, zkušenostmi a předpoklady učitele a řadou dalších didaktických skutečností“.

Vyučovací jednotka je řízena učitelem s trváním 45 – 90 minut. Dělí se na tři a více částí. Bělka a Salčáková (2014) doporučují rozdělit vyučovací jednotku na tři části, úvodní, hlavní a závěrečnou část.

### **2.6.1 Úvodní část**

Úvodní část se rozděluje na část formální, která trvá 3 – 8 minut, kdy je úkolem učitele zajistit výuku nástupem, seznámením s obsahem hodiny a kontrolou docházky. Další částí je rušná, ve které by se žáci měli připravit na hlavní pohybové aktivity hodiny (běžecká abeceda, honičky, apod.).

### **2.6.2 Hlavní část**

Na této části je postavená celá hodina tělesné výchovy a záleží na ní, jaká bude celková úroveň vyučující jednoty. Doba trvání je 20 – 30 minut a obsahová náplň vychází ze Školního vzdělávacího plánu.

### **2.6.3 Závěrečná část**

Závěrečná část trvá 3 – 9 minut a vždy bychom zde měli zařadit protahovací cvičení. Rozdělujeme ji na uklidňující část, do které bychom měli zařadit pohybové aktivity relaxačního, kompenzačního, uklidňujícího a kontrolního charakteru. Ve formální části učitel seřadí žáky do nástupu a zhodnotí hodinu. Měl by umět správně žáky motivovat, aby se na vyučovací jednotku tělesné výchovy těšili a vytvořili si obecně k tělesné výchově kladný vztah. Dále by měl vyzdvihnout klady, popřípadě i nedostatky žáků (Bělka & Salčáková, 2014)

## **2.7 Pohybová hra**

Pohybovou hru můžeme chápat jako aktivitu, která nám přináší uspokojení z vykonané činnosti, dále nás může přivádět do stavu pohody a radosti. Spolu s pohybovou hrou souvisí i proces socializace. Ano, můžeme si hrát i sami, ale společné aktivity nás budou zajímat a bavit více. Jedinec se stává součástí jakéhosi týmu, který nás přirozeně nutí dosahovat lepších výkonů a výsledků. Díky členství v týmu se člověk může cítit, že někam patří a že je zde nenahraditelnou součástí. Pohybové hry přispívají k rozvoji osobnostně-sociálním dovednostem (Kudláček & Ješina, 2008). Pojem pohybové hry nacházíme u Mazala (2007, 19), který ji definuje jako

„Záměrnou, uvědoměle organizovanou pohybovou aktivitu dvou a více lidí, v prostoru a čase, s předem dobrovolně dohodnutými a bezpodmínečně dodržovanými pravidly. Hra má účelný a souvislý uzavřený děj. Je charakterizována napětím, prožitkem, radostí, veselím, vysokou motivací k činnosti, uplatněním známých dovedností, pohodou a často soutěživostí“.

Pohybové hry lze využívat jak v tělesné výchově, sportovních trénincích tak při rekreačních pohybových aktivitách. Je pro ně charakteristické, že jsou lehce uchopitelné, funkční a snadno se vysvětlují. Pohybové hry můžeme praktikovat ve všech věkových

skupinách na různé výkonnostní úrovni, kdy mohou sloužit jako diagnostický i klasifikační prostředek. Úroveň výsledné pohybové hry je ovlivněna úrovní techniky dané pohybové dovednosti, jako je rychlost, obratnost, síla a vytrvalost. Při pohybových hrách se uplatňuje nejen výkonnostní stránka skupiny, ale i vědomostní neboli taktická stránka. Při využívání taktiky se projevuje úroveň morálky, volní úsilí a v neposlední řadě motivací podat maximální výkon. Toto jsou pilíře pro výslednou úroveň pohybové hry a současně ukazatelem rozdílů ve výkonu. Týmová spolupráce a motivace ovlivňuje každého člena skupiny po stránce postoje. Výsledek tedy nedokázal pouze jeden hráč, ale celý kooperující tým. Každá pohybová hra má nějaký cíl a obsah, koná se na nějakém místě po určitou dobu a má stanovený počet účastníků, včetně rozhodčího. Pohybová hra má stanovená pravidla, která jsou daná, nebo se stanoví před začátkem hry. Ta určí, co se při hře smí a co ne. Měla by být stručná, ale zároveň výstižná tak, aby je každý účastník pochopil (Mazal, 2007).

Při výběru vhodné pohybové hry bychom měli brát v úvahu několik aspektů. Nejdůležitější osobou je vedoucí hry (učitel), který by měl být kreativní, aby pohybové hry svěřence nenudily, ale naopak u nich vzbudili zájem. Výběr hry tedy závisí na zkušenostech a znalostech, dále na organizačních a komunikačních schopnostech a v neposlední řadě by měl umět žáky motivovat. Dále má za úkol nazvat hru a výstižně a stručně ji vysvětlit. Vybraná pohybová hra by měla navazovat na předcházející činnosti a její obsah by měl kooperovat s obsahem výuky, tedy s tematickým plánem ŠVP. Vybraná pohybová hra a její obsah by měla odpovídat úrovni dovedností žáků a měla by se co nejvíce přiblížit optimálním potřebám všech hráčů. To znamená, že do hry se musí zapojit všichni žáci. Celková organizace hry závisí na komunikaci, která probíhá mezi žáky a vyučujícím. Vyučující by měl popis hry a pravidla říct co nejstručněji a zároveň by měl motivovat žáky k hraní hry. Před začátkem hraní by se měl vždy ujistit, zda hru všichni pochopili, aby při zahájení nenastaly komplikace. Pokud vysvětlujeme pohybovou hru mladším žákům, je potřebná ukázka hry, aby si spojily výklad s praxí. Můžou nastat i situace, kdy vybraná hra neprobíhá tak jak má. V tom případě záleží na zkušenostech vyučujícího, který by měl mít v zásobě několik dalších her, které lze různě obměňovat a přizpůsobit pro různou skupinu žáků. Dalším rizikovým faktorem je čas. Učitel by měl vždy zvážit časovou náročnost pohybové hry a musí myslet i na možné prodloužení hry. Při konání jakékoliv pohybové aktivity, by se mělo dbát na bezpečnost. Pohybové hry mají tendence hráče strhnout k nejlepším výkonům, ale zároveň ho zbavuje opatrnosti. Nad svým bezpečím během hry nemá čas uvažovat, i když zásady bezpečnosti byly před hrou řečeny. Bezpečnost při hře tedy závisí na vedoucím hry, který by měl myslet na možná rizika a předvídat je. Jako výstupním hodnocením slouží evaluace,

při které vyučující zjistí, zda hru vybral správně, zda ji může v některých částech vylepšit, nebo zda zaujala žáky. Tím vyučující získá další nové zkušenosti (Mazal, 2007).

## **3 CÍL PRÁCE**

### **3.1 Hlavní cíl**

Hlavním cílem práce je sestavit zásobník pohybových her, při kterých je možné začlenit žáka s paraplegií, diparézou, amputací dolních končetin nebo žáka s jakýmkoliv typem tělesného postižení, který využívá při pohybových aktivitách sportovní vozík, do hodin tělesné výchovy.

### **3.2 Dílčí cíle**

- Analyzovat odbornou literaturu,
- vybrat vhodné pohybové hry,
- vytvořit názorné obrázky,
- seřadit pohybové hry podle uplatnění ve struktuře vyučovací jednotky.

### **3.3 Úkoly práce**

- Zajistit počítač se softwarem Easy sport graphic 2.0,
- připravit možné modifikace her.

## **4 METODIKA**

### **4.1 Popis průběhu zpracování**

Všechny uvedené pohybové hry mohou být zařazeny do hodiny tělesné výchovy. Tento sborník pohybových jsem vytvořila z toho důvodu, že učitelé tělesné výchovy se čím dál častěji setkávají s individuální integrací žáka s tělesným postižením. Při přípravách na hodinu pak musí přemýšlet, jak tohoto žáka zapojit do svých hodin. Žák může být na jedné straně přiřazen k učiteli, který už se setkal se žákem s TP a má nějaké zkušenosti se zapojením do pohybových aktivit. Na druhé straně může být žák přiřazen učiteli, který se ještě ve svých hodinách neseťkal se žákem s TP a neví, jak ho má integrovat do svých hodin. Pro tyto učitele primárně složí tento sborník.

Sestavila jsem 46 pohybových her, které jsem následně modifikovala pro začlenění žáka s paraplegií, diparézou, amputací dolních končetin nebo žáka s jakýmkoliv typem tělesného postižení, který využívá při pohybových aktivitách sportovní vozík. Jednotlivé hry jsem zařadila do tří částí vyučovací jednotky tělesné výchovy. Do úvodní části celkem 12 pohybových her. Do této části patří hry, které jsou méně časově náročné, pohybují se od 3 do 8 minut. Je dobré, zařadit sem méně náročné hry na zahřátí organismu. Do hlavní části celkem 24 pohybových her. Do této části zařadíme hry, při kterých chceme rozvíjet konkrétní schopnosti, jako je síla, rychlost, vytrvalost, apod. Často hry v hlavní části zároveň rozvíjí hned několik schopností a jsou časově náročnější. Do závěrečné části celkem 10 pohybových her. Do této části výuky už zařazujeme pohybové hry, které mají za úkol žáka zklidnit, jsou méně časově náročné a může si u nich žák odpočinout. Při vybírání vhodných pohybových her jsem čerpala jak z odborné literatury, tak ze svých zkušeností, které jsem posbírala během studia na FTK a při praxích.

### **4.2 Práce se softwarem Easy sport graphic**

Pro lepší představu některých pohybových her z hlavní části vyučovací jednotky jsem použila vytvoření obrázků v softwaru Easy Sport – Graphic verze 2.0. Tento program nabízí grafické prostředí pro různé sporty, já jsem pracovala s prostředím pro fotbal.

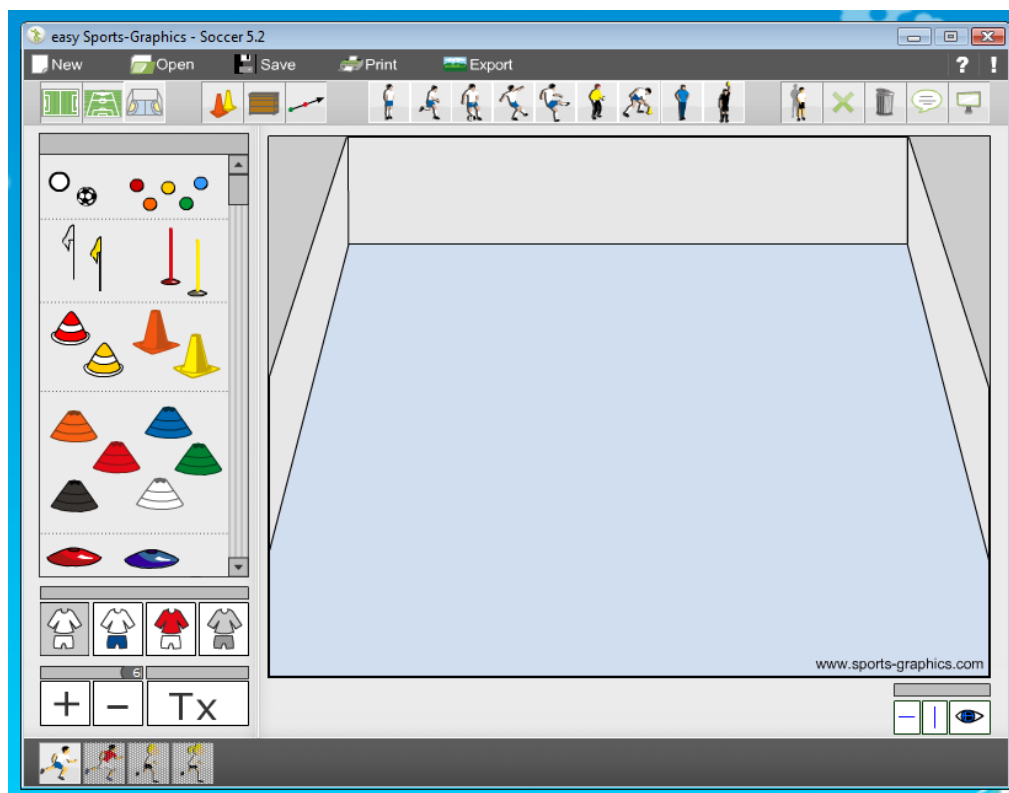
Tento program má mnoho možností pro výběr jak plochy, tak hráčů, apod. Díky těmto funkcím si lze vybrat přesně takové prostředí, v mém případě tělocvičnu, které chceme. Lze si vybrat tělocvičnu podle velikosti, orientaci a vzhledem povrchu.

Po vybrání prostředí, ve kterém se pohybová aktivita odehrává, lze přidat hráče, předměty a sportovní náčiní. Tento program má širokou nabídku variant, kterými lze vytvořit požadované herní situace. Postavičky hráčů můžeme přidávat v různých polohách, jak

ve stoji, v sedu, při přihrávání, při skákání tak blokování. Dále je zde velmi rozmanitý výběr sportovního náčiní, které můžeme podle potřeby zvětšovat či zmenšovat. Můžeme zde najít žíněny, různé druhy míčů, obruče, lavičky, švédské bedny, kužele a mnoho dalších náčiní, které využíváme v hodinách tělesné výchovy.

Pro lepší orientaci a vysvětlení pohybové aktivity je zde možnost přidávat informační popisky a různé druhy čar, které vysvětlují, o jaký druh pohybu se jedná, jakým směrem se má hráč pohybovat a co při tom pohybu má dělat (běh, driblink, odhod míče, apod.)

Přidávání všech vyjmenovaných objektů se provádí pomocí uchopení vybraného objektu v nabídce, který přetáhneme na požadované místo do hřiště. Poté si můžeme zvolit velikost daného objektu, jeho přesné umístění či délku a zakřivení čar.



Obrázek 1. Easy Sports – Graphics- Soccer

### 4.3 Analýza odborné literatury

Pro hledání informací do své bakalářské práce jsem navštívila pobočku knihovny UP, knihovnu fakulty tělesné kultury, kde jsem čerpala z odborných knih. Poté jsem zde využila možnosti hledání informací v článcích a časopisech z elektronických internetových databází.



Dále jsem vyhledávala v internetových vyhledávačích, kde jsem zadávala hesla, týkající se tématu mé bakalářské práce. Byla volena hesla typu: tělesné postižení, pohybové hry, integrace, vyučující jednotka, školní vzdělávací plán, apod.

## 5 VÝSLEDKY

### 5.1 Úvodní část hodiny

#### 1) Šéf a bodyguard

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

žádné

*Pravidla:*

Utvoří se dvojice, určíme, kdo bude šéf a kdo bodyguard. Žáci běží (jdou) těsně vedle sebe. Šéf mění směr a rychlost běhu, bodyguard ho těsně sleduje. Po té se role vymění (Karásková, 2010).

*Modifikace pravidel:*

Žák, který je ve dvojici s žákem na vozíčku, bude skákat po jedné noze, snožmo, bude pohybovat na raka, apod.

#### 2) Siamská dvojčata

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

šátky, švihadla (cokoliv, čím se dají dvojice spojit)

*Pravidla:*

Utvoříme dvojice, které mají svázané ruce. Žáci se volně pohybují po tělocvičně a na pokyn učitele se zastaví. Žáci se dotknou učitelem určenou částí těla, např. kolenem, zápěstím, uchem apod. (Karásková, 2010).

*Modifikace pravidel:*

Žák, který je ve dvojici s žákem na vozíčku, bude skákat po jedné noze, snožmo, bude pohybovat na raka, apod.

#### 3) Honička barev

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště, rovná plocha

*Pomůcky:*

barevné šátky, rozlišovací dres (cokoliv, čím rozlišíme týmy podle barev)

### *Pravidla:*

Žáky rovnoměrně rozdělíme do 4 skupin (podle počtu a výkonnosti). Jednotlivé týmy rozlišíme barvami, např. pomocí šátku, rozlišovacího dresu, triček apod. Hrací plocha má tvar čtverce a v každém rohu je vymezená stejná plocha pro každou barvu skupiny. Tato pole budou sloužit jako záchranné místo pro každý tým. Hráči všech týmu se postaví do kruhu kolem středu, musí mít mezi sebou dostatečné rozestupy. Vyučující při startu hry vyvolá barvu týmu. Ti se okamžitě stávají honiči, kteří mají za úkol dotykem pochyťat co nejvíce členů týmu jiné barvy. Pokud se chytač dotkne takového člena, získává 3 body. Pokud se mu však podaří utéct do svého záchranného pole, honěný získává 1 bod. Vyučující vyvolává barvy tak, aby každý tým chyťal 3x. Vyhrává tým, který má na konci hry v součtu nejvíce bodů (Karásková & kol., 2010).

### *Modifikace pravidel:*

V každém týmu určíme jednoho člena, který se bude pohybovat jako žák na vozíčku. Tito žáci budou dělat poskoky snožmo nebo na jedné noze. Žáky budeme po čase obměňovat.

## **4) Kamenná honička**

### *Prostředí:*

tělocvična, hřiště

### *Pomůcky:*

rozlišovací dres

### *Pravidla:*

Vymezíme hrací plochu. Žák, který je určený jako honič stojí u vyučujícího a čeká na pokyn k zahájení hry, označíme ho rozlišovacím dresem. Zbylí žáci se libovolně rozmístí v hrací ploše. Úkolem chytače je pochyťat co nejvíce spolužáků. Koho chytne, ten znehybní. Může být však vysvobozen spoluhráčem předem určeným cvikem (podlezení pod nohama, přeskočení, oběhnutí, pozice zajíc, pozice hora, pozice stolu apod.). Pokud někdo někoho zachraňuje, chytač je nesmí chytit. Když utíkající vyběhne z vymezeného území, automaticky se stává kamenným. Honiči se střídají po 1 minutě. Na konci chytacího období se sečtou ti žáci, kteří jsou kamenní (chycení). Vítězí ten chytač, který má více nehybných soch (Karásková & kol., 2010; Sigmund, 2007).

### *Modifikace pravidel:*

Pokud je žák na vozíčku chycený, zastaví se a zvedne ruku, aby bylo zřejmé, že je chycený. Osvobodit ho můžou spoluhráči tím, že oběhnou kolem vozíčku jedno kolečko. Pokud chce vozíčkář někoho zachránit, musí kolem žáka objet jedno kolečko.

## 5) Na dvojníky

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

žádné

*Pravidla:*

Žáci vytvoří dvojice, poté udělají 2 kruhy. Nejlépe okolo středového kruhu uprostřed tělocvičny. Jeden z dvojice žáku se postaví do vnitřního kruhu a druhý žák se postaví do vnějšího kruhu. Žáci, kteří jsou ve vnitřním kruhu, se postaví tak, aby jejich pravé rameno směřovalo dovnitř kruhu. Žáci, kteří jsou ve vnějším kruhu, se postaví naopak (tak, aby pravé rameno směřovalo ven z kruhu). To zapříčiní, že oba kruhy se budou pohybovat opačným směrem. Na povel vyučujícího se oba kruhy rozběhnou. Na druhý povel vyučujícího se kruhy zastaví a úkolem je, aby se každá dvojice našla co nejrychleji. Ta dvojice, která se spojí jako poslední, získává trestný bod. Vyhrávají ti, co mají nejméně trestných bodů (Sigmund, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Všichni žáci kromě žáka na vozíčku se budou pohybovat poskoky snožmo, po jedné noze, na raka, apod.

## 6) Vybíjená 3x3 životy

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

papírové koule nebo molitanové míče, dvě žíněnky

*Pravidla:*

Hrají všichni žáci proti všem. Každý žák má na začátku hry tři životy. Pokud je žák třikrát vybitý, zdvihne ruku (aby h v tu chvíli nikdo nevybíjel) a utíká na jednu vybranou žíněnku. Zde udělá kotoul vpřed, tím si nabije nové tři životy a poté se může vrátit do hry. Pokud je daný žák podruhé třikrát vybit, zase musí běžet k žíněnce a tentokrát si kotoulem vzad na žíněnce opět nabije poslední tři životy. Pokud žák ztratí i poslední tři životy, jde si sednout na lavičku, kde fandí svým spolužákům. Jelikož jsou papírové koule nebo molitanové míče lehké, je dovoleno vybitet do jakékoliv části těla. Pokud vybitý hráč míč chytí a nepadne mu na zem, není vybit. V okolí žíněnek se nesmí vybitet (Sigmund, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Žák na vozíčku nesmí být vybit do vozíčku, vybití platí pouze do některé části těla (ne do hlavy). Pokud je vybit, plní individuální úkoly (např. rehabilitačního charakteru) k nabití života.

## **7) Čertovská honička**

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

stuhý, švihadla nebo rozlišovací dresy

*Pravidla:*

Hrají všichni žáci proti všem. Každý žák si ocas upevní za kalhoty tak, aby větší část vyčnívala ven. Chytaný hráč si nesmí ocas držet nebo ho schovávat rukama. Cílem je, během určeného času (např. 2 minuty), posbírat co nejvíce ocasů. Pokud přijde hráč o ocas, připevní si další, který má v ruce, popřípadě někomu jinému ji ukradne. Vítězí ten, kdo má po skončení časového limitu nejvíce ocasů (Sigmund, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Žák na vozíčku si ocas dá za opěrku vozíčku, zbylí žáci se při honičce pohybují poskoky snožmo, poskoky po jedné noze apod.

## **8) Sloni, tygři, myši**

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

rozlišovací dresy

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na tři družstva (sloni, tygři a myši). V každém družstvu dostane každý žák sadu rozlišovacích dresů (každé družstvo má jinou barvu). Rozlišovací dresy si žáci dají za trenýrky tak, aby 2/3 rozlišovacího dresu byly vysunuty ven. Během hry si nesmí na ocásky sáhnout. Vyučující určí, které družstvo chytá ocásky druhému družstvu. Vyhrává ten tým, který dříve vychytá ocásky (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Žák na vozíčku si dá rozlišovací dres za opěrku vozíčku. Ve zbylých družstvech určíme jednoho hráče, který se bude pohybovat poskoky snožmo, po jedné noze apod. Pokud tito žáci a žák na vozíčku chytí někomu ocásek, jeho hodnota se zdvojnásobuje.

## 9) Honička dvojic

*Prostředí:*

tělocvična, vymezené území

*Pomůcky:*

rozlišovací dres, cokoliv, čím označíme chytající

*Pravidla:*

Žáci vytvoří dvojice. Předem určíme způsob úchopu žáků ve dvojici (držení za ruku, držení pouze za levé ruce, držení za obě ruce čelem k sobě nebo čelem od sebe, apod.). Ta dvojice, která honí je označena rozlišovacími dresy. Předávání baby je dotekem, pokud se honěná dvojice pustí, automaticky dostává babu. Dále se nesmí předat baba stejné dvojici zpět. Pokud se rozpojí chytající, v tu chvíli nesmí honit (Mazal, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Dvojice, ve které je žák na vozíčku je spojená tak, že žák uchopí vozíček a tím tlačí svého spolužáka. Žák na vozíčku se snaží předávat babu. Tyto dvojice můžeme střídat, aby si všichni žáci vyzkoušeli manipulaci s vozíčkem.

## 10) Honička s přibíváním chytačů

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

žádné

*Pravidla:*

Na začátku hry vyučující určí jednoho chytače, zbylí žáci se rozmístí po tělocvičně. Pokud chytač někoho chytne, ten se poté stává také chytačem. Honící se vždy drží za ruce. Čím více žáku chytanou, tím větší had se jim utvoří. Hra končí v tu chvíli, kdy je chycen poslední žák (Mazal, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Pozměníme pravidla tak, že žák na vozíčku nesmí být chycen mezi prvními pěti žáky. Pokud je chycený, zařadíme ho doprostřed hada, aby mohl být tlačěn z obou stran.

## 11) Směšná honička

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

žádné

*Pravidla:*

Určí se jeden hráč, který bude chytačem. Předává babu dotekem. Honič se po celou dobu hry drží za místo, kde mu byla baba předána (na zádech, kotníku, hlavě apod.) (Mazal, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Všichni žáci se pohybují pomocí poskoků snožmo, po jedné noze apod. Když je chycen žák na vozíčku, nemusí se držet na chyceném místě. Pohybuje se normálně a snaží se předat babu.

## **12) Podbíhání lana**

*Prostředí:*

tělocvična, hala

*Pomůcky:*

lano

*Pravidla:*

Žáci podbíhají točící se lano. Ze začátku podbíhají po jednom, poté ve dvojici. Počty skupin zvyšujeme.

*Modifikace pravidel:*

Pokud je na řadě žák na vozíčku lano trochu zpomalíme. Může se vyzkoušet podjetí lana sám, anebo s dopomocí spolužáka, který ho bude tlačit.

## **5.2 Hlavní část hodiny**

### **1) Kruhová**

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

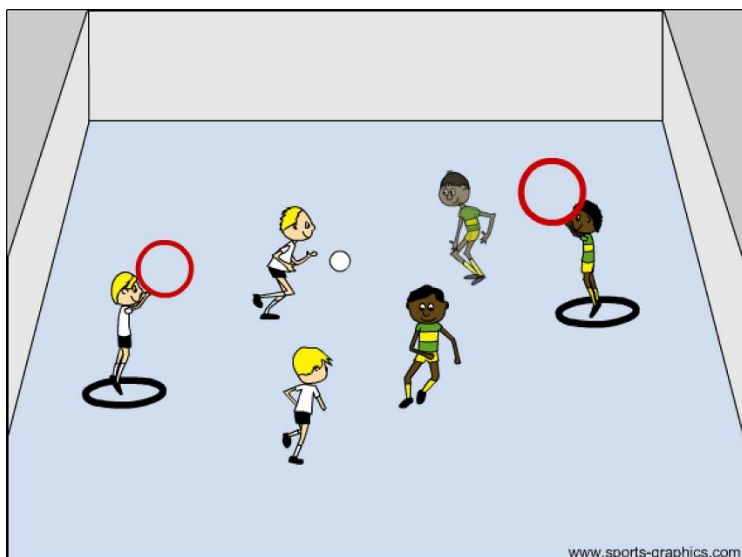
basketbalový míč, dvě obruče

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na dvě družstva, hraje se na basketbalovém hřišti. Pod oba basketbalové koše zavěsíme obruče. Úkolem žáků je trefovat míče do obručí. Pravidla jsou jako při basketbalu, ale je povolen jedno úderový driblink. Vyhrává to družstvo, které za určitý čas dá více bodů (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Pokud prohodí míč obručí žák na vozíčku, jeho družstvo získává dva body. Pro něj platí pravidla jak při basketbalu na vozíku a neplatí pro něj pravidlo jedno úderového driblinku.



Obrázek 2. Kruhová.

## 2) Basketbalová deska

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

basketbalový míč

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na dvě družstva, hraje se na basketbalovém hřišti. Úkolem žáků je trefit se do basketbalové desky. Pokud se žák trefí do velkého čtverce, získává jeho tým jeden bod. Pokud se žák trefí do menšího čtverce nad košem, získává jeho tým dva body. Hraje se podle pravidel basketbalu. Vyhrává to družstvo, které za určitý čas dá více bodů (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Pokud se žák na vozičku trefí do velkého čtverce, jeho tým získává dva body. Pokud se trefí do malého čtverce nad košem, získává jeho tým tři body. Hraje podle pravidel basketbalu na vozíku.

## 3) Přihraj přes kruh

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

obruče, míče

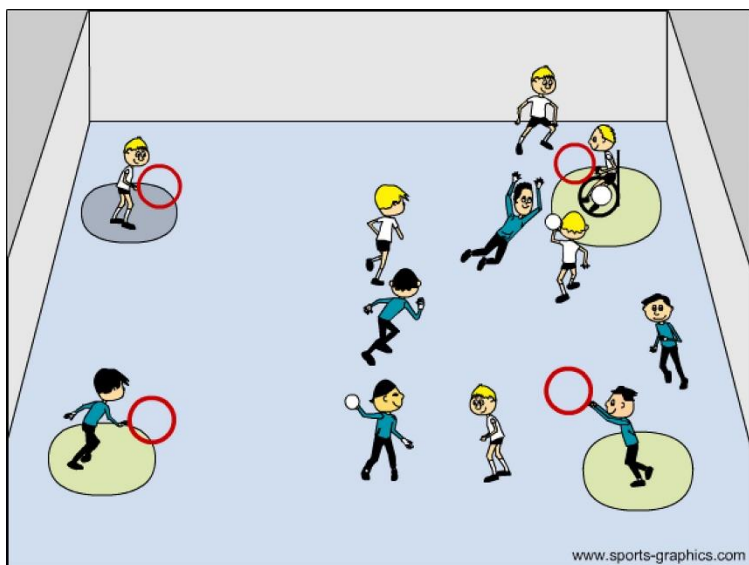




Úkol je stejný, snažit se hodit přihrávku obručí. Pokud máme více hráčů, můžeme do hry zapojit i dva míče (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Pokud je žák na vozíčku ve vymezeném území, má v ruce obruč a čeká na přihrávku od spoluhráčů. V druhém družstvu vybereme jednoho žáka, který bude také ve vymezeném území s obručí a bude se zde pohybovat na kačenku. Pokud bude žák na vozíčku mimo vymezené prostředí, jeho prohození obručí se bude počítat za dva body. V druhém družstvu určíme jednoho žáka, který se bude pohybovat na kačenku nebo na raka, jeho prohození obručí se také bude počítat za dva body.



Obrázek 4. Střel do kruhu.

## 5) Gól v sedu

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

míč

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na dvě družstva. Vymezíme území (házenkářská šestka, basketbalová šestka, apod.), kam se bude pokládat míč. Úkol je se dostat do soupeřova vymezeného území, kam musí přihrát sedícímu spoluhráči. Není povolen driblink, pohybuje se pomocí přihrávek a jsou dovoleny tři kroky. Vyhrává družstvo, které má na konci hry více bodů (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Pokud je žák na vozíčku v držení míče, může se třikrát dotknout obručí kol pro pohyb. Pokud dostane přihrávku v soupeřově vymezeném území, musí míč položit na klín a mít ho plně pod kontrolou, pak jeho družstvo získává bod.

## **6) Maso**

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

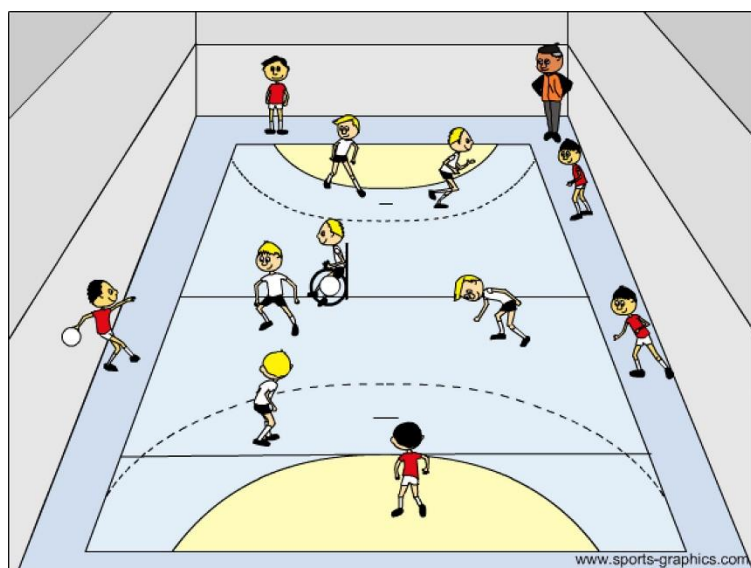
míč

*Pravidla:*

Rozdělíme žáky na dvě družstva. Jedno družstvo se bude pohybovat ve vymezeném území (čtverec, kruh), druhé družstvo se rozmístí po obvodu vymezeného území. Na signál se snaží družstvo mimo vymezené území vybijet hráče uvnitř. Za každý zásah získávají bod (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Pokud bude žák na vozíčku uvnitř vymezeného území, přidělíme k němu jednoho spoluhráče, který mu bude dělat obránce. Ten se bude snažit, aby žák na vozíčku nebyl vybit. Při vybití obránce soupeřící družstvo nezískává bod, má tzv. imunitu. Až se družstva prohodí, určíme jednoho žáka, který se bude pohybovat na raka nebo na kačenku a k němu taky přiřadíme jednoho obránce.



Obrázek 5. Maso.

## 7) Vybíjená na tři družstva

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

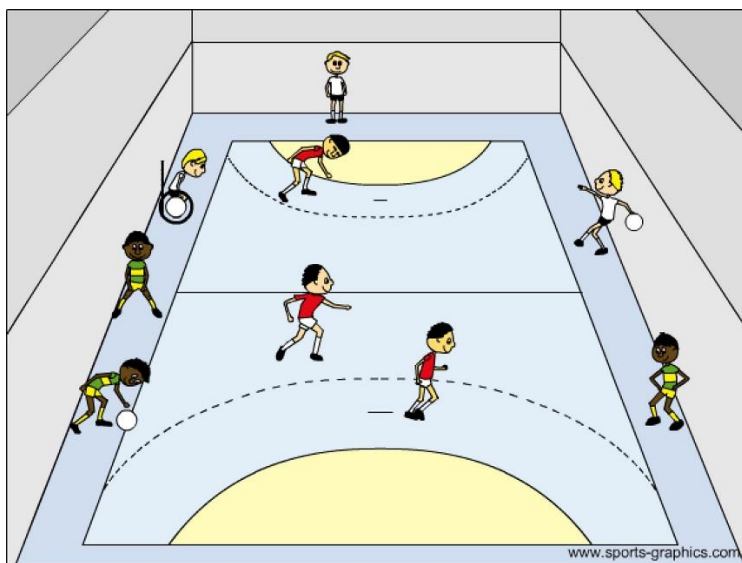
míče

*Pravidla:*

Rozdělíme žáky do tří družstev. Hrací plochu rozdělíme na tři části. Jednomu družstvu náleží jedna část hřiště, kde se hráči rozptýlí. Krajní družstva mají na začátku hry v držení míč. Dvě krajní družstva mají za úkol vybijet hráče z vnitřního hřiště a hráči z vnitřního družstva mají za úkol vybijet dvě krajní družstva. Hráči nesmí překročit hranice svého území. Za každé vybití soupeře získává družstvo jeden bod (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Pokud je žák na vozíčku součástí vnitřního družstva, má u sebe jednoho obránce, který se snaží zabránit jeho vybití. Při vybití obránce soupeřící družstvo nezískává bod, má tzv. imunitu. Pokud je žák na vozíčku součástí krajního družstva, může být vybit pouze do těla. Vybití do vozíčku neplatí.



Obrázek 6. Vybíjená na tři družstva.

## 8) Mezinožka

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

míč

### *Pravidla:*

Rozdělíme žáky na dvě družstva. Pro hráče v držení míče platí pravidlo jedno úderového driblinku. Úkolem hráčů je dát soupeřovi branku vstřelením mezi rozkročenýma nohama. Hraje se bez brankáře (Bělka & Salčáková, 2014).

### *Modifikace pravidel:*

Žák na vozíčku může vstřelit branku bez omezení. Pokud je žák na vozíčku v držení míče, může se třikrát dotknout obručí kol pro pohyb. V druhém družstvu vybereme jednoho žáka, který se bude pohybovat poskoky snožmo a dát gól bude moci jen ze sedu. Tohoto žáka budeme v průběhu hry měnit.

## **9) Pohyblivý kruh**

### *Prostředí:*

hala, tělocvična

### *Pomůcky:*

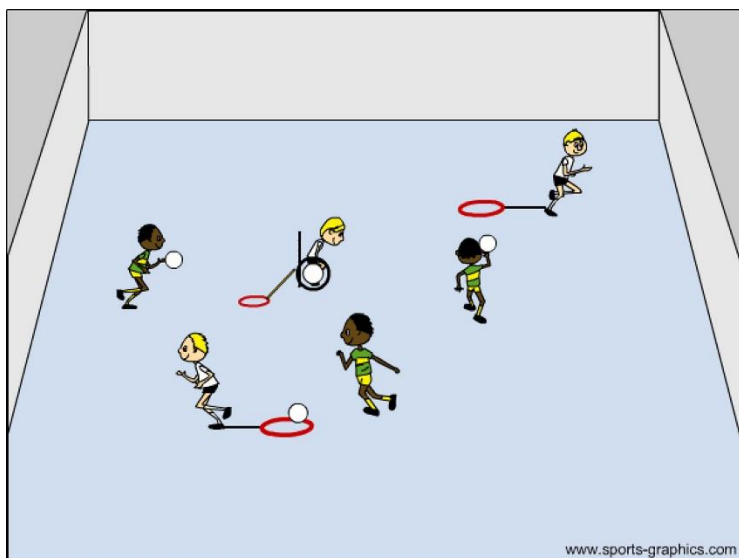
gumy, obruče, míč

### *Pravidla:*

Žáky rozdělíme na dvě družstva. V každém družstvu vybereme dva hráče, který si k noze připevní cca půlmetrovou gumu, ke které je přivázaná obruč. Úkolem je trefit míč do protihráčovy obruče. Je zakázáno hráče s obručí omezovat v pohybu (Bělka & Salčáková, 2014).

### *Modifikace pravidel:*

Pokud se žák na vozíčku trefí do obruče protihráče, jeho družstvo získává dva body. Když se role vystřídají, žákovi na vozíčku připevníme gumu s menší obručí.



Obrázek 7. Pohyblivý kruh.



## 11) Pokládání na žíněčky

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

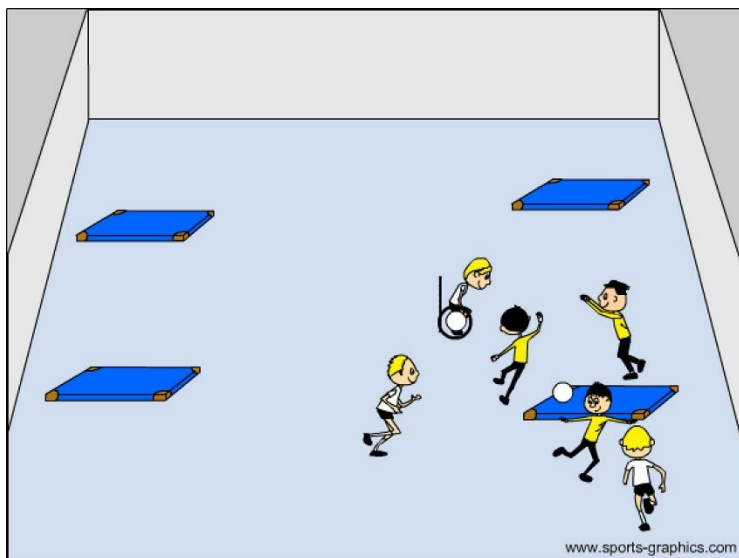
žíněčky, míče

*Pravidla:*

Rozdělíme žáky na dvě družstva. Každé družstvo má dvě žíněčky, které si rozmístí po tělocvičně. Úkolem družstva je položit míč (nesmí být hozen) na soupeřovu žíněčku. Soupeřící družstvo se jim v tom snaží zabránit. Pokud je žák v držení míče, může s ním udělat maximálně tři kroky a může použít jedno úderový driblink. Pokud dá jedno družstvo bod, míč nechává druhému, které začne útočit. Vyhrává družstvo s více body (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Žák na vozíčku jako jediný nemusí míč na žíněčku pokládat, ale může jej i hodit. Musí však být od žíněčky vzdálen minimálně jeden metr. Jeho hod se počítá za dva body. S míčem se může pohybovat maximálně na tři otáčky kol a také pro něj platí pravidlo jedno úderového driblinku. V druhém družstvu určíme jednoho žáka, který se bude pohybovat na raka nebo na kačenku a platí pro něj stejná pravidla jako pro žáka na vozíčku. Průběžně střídáme žáky v této roli.



Obrázek 9. Pokládání na žíněčky.

## 12) Vybíjená všichni proti všem- vymysli si cvik

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

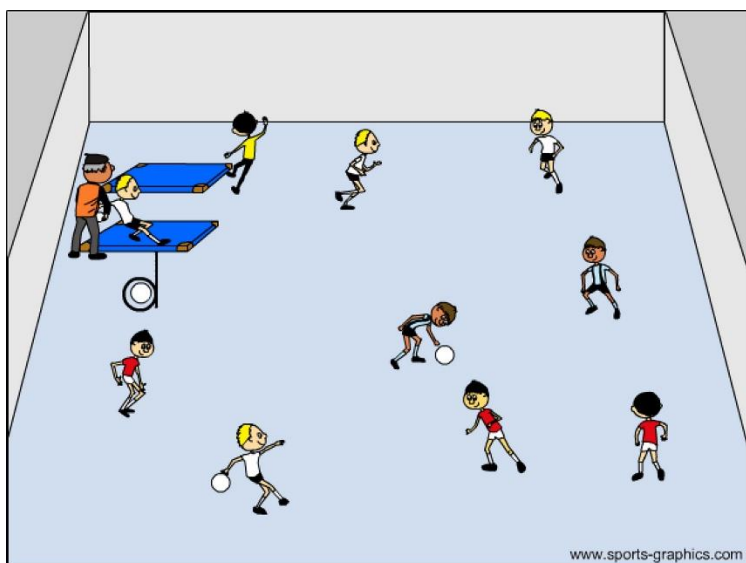
žíněnky, míče

*Pravidla:*

Na kraj herní plochy položíme dvě žíněnky. Do hřiště vhodíme cca tři míče, kdo se jich zmocní, může začít vybijet (od prsou dolů). Hrají všichni proti všem. Kdo je vybitý, zvedá ruku (aby se ho nesnažil někdo vybit znovu) a utíká k žíněnkám. Nabije si život tak, že odcvičí určený cvik. Tento cvik mu určuje hráč, který byl vybit před ním. Ten se poté vrací do hry a druhý hráč opět čeká na dalšího vybitého a tomu určí jiný cvik. Vyučující dohlíží na bezpečnost při hře a snaží se dělat korekci cviků (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Žák na vozíčku nesmí být vybit do konstrukce vozíku, ale pouze do těla (ne do hlavy). Pokud je vybitý, odjíždí směrem k žíněnkám. Tam na něj čeká vybitý hráč, který se mu snaží vymyslet cvik rehabilitačního charakteru. Vyučující může případně pomoci se sundáváním z vozíku a s provedením cviku. Pro žáka na vozíku může být donesena jeho žíněnka, aby mohl v klidu a správně provést určený cvik.



Obrázek 10. Vybijená všichni proti všem- vymysli si cvik.

### **13) Přihraj a vybij**

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

míče

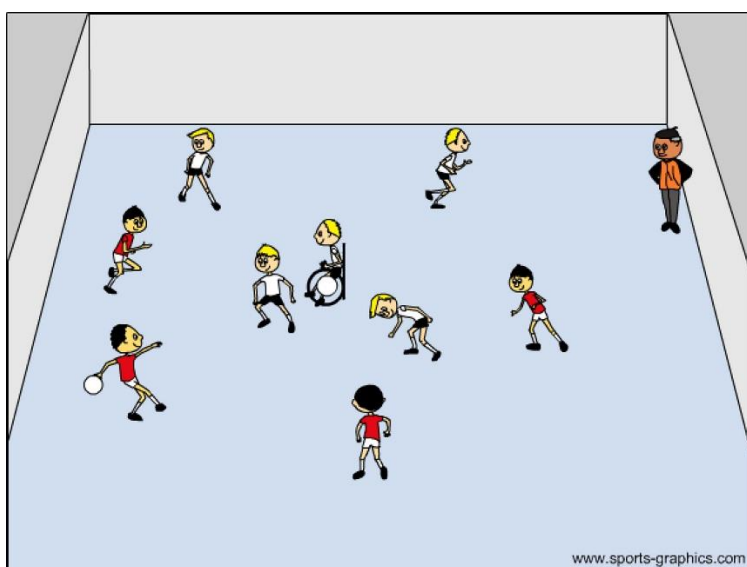


*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na dvě družstva. Po určitou dobu je v držení míče jedno družstvo. Ti se snaží co nejvíc krát vybit soupeře (od prsou dolů). S míčem se smí udělat maximálně tři kroky a pohybují se pomocí přihrávek. Jeden hráč může být vybit i několikrát za sebou, dokud neuteče. Poté se družstva vymění. Vyhrává družstvo, které víckrát vybil soupeře (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Žák na vozíčku má u sebe obránce, který ho chrání před vybitím. Při vybití obránce soupeřící družstvo nezískává bod, má tzv. imunitu. V druhém družstvu vybereme jednoho hráče, který se bude pohybovat poskoky snožmo, po jedné noze, apod. Jemu také přiřadíme obránce.



Obrázek 11. Příhraj a vybij.

#### **14) Kuželová na družstva**

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

kužele, míče

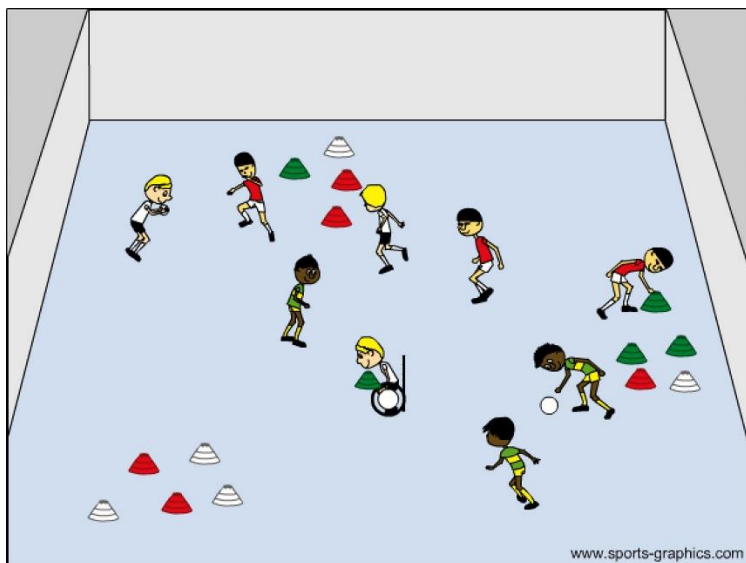
*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na tři družstva. Každé družstvo bude mít stejný počet kuželů, ty si dají na vybrané místo v tělocvičně. Úkolem žáků z každého družstva je zasáhnout míčem kužel soupeře. Pokud se mu to povede, vezme kužel do ruky a přidá ho ke svým kuželům. Zároveň se snaží, aby nebyl zasažen kužel jeho týmu. Hraje se se dvěma míči a s míčem jsou povoleny maximálně tři kroky a poté udělat jedno úderový driblink a zase tři kroky, poté musí míč

přihrát, anebo vystřelit na kužele. Pokud je zasaženo více kuželů, po jednom hodu, žák smí odnést pouze jeden kužel (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Pokud je žák na vozičku v držení míče, platí pro něj stejná pravidla. Může udělat maximálně tři otáčky kol, poté udělat jedno úderový driblink a zase maximálně tři otáčky kol, poté musí přihrát, anebo vystřelit na kužele. Ve zbylých dvou družstvech určíme jednoho hráče, který se bude pohybovat poskoky snožmo, po jedné noze apod. Tyto hráče můžeme po čase střídat.



Obrázek 12. Kuželová na družstva.

## 15) Odražený míč

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

kužele, míč

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na dvě družstva. Na polovině hrací plochy rozmístíme pět dvojic kuželů. Úkolem žáku je si přihrát odrazem o zem mezi kužely. Vyhrává družstvo, které bude mít více bodů (Bělka & Salčáková, 2014).

*Modifikace pravidel:*

Pokud přihraje žák na vozičku odrazem mezi kužely, jeho tým získává dva body. V druhém družstvu určíme jednoho žáka, který se bude pohybovat na raka nebo na kačenku. Pro toho žáka platí stejná pravidla jako pro žáka na vozičku. Můžeme žáky v této pozici střídat.



Obrázek 13. Odražený míč.

## 16) Červení a bílí

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

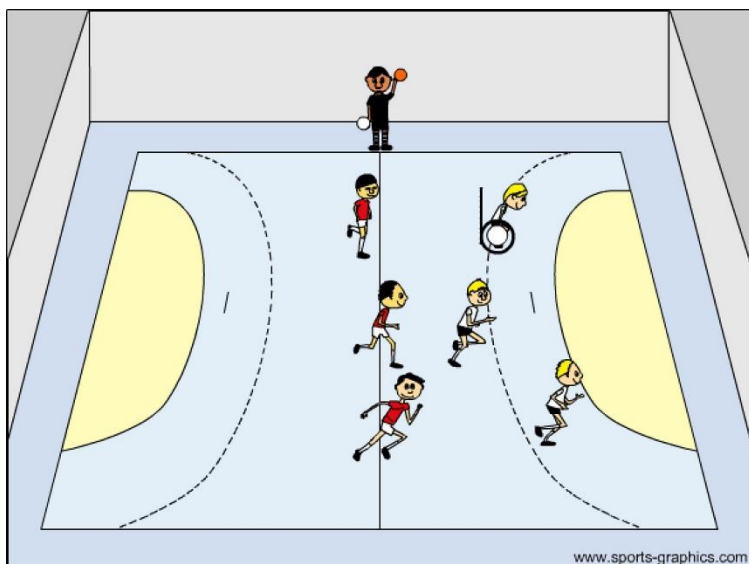
žádné

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na dvě stejně početná družstva. Ta se pak postaví čelem k sobě na vzdálenost 2-3 m, tento prostor bude rozdělovat středová čára tělocvičny. Každý žák má naproti sobě jednoho soupeře. Vyučující označí jedno družstvo jako bílé a druhé jako červené. Ten je startuje vyvoláním jedné z barev. Úkolem družstev je, při zvolání jejich barvy, chytit soupeře dotykem. Druhé družstvo se snaží utéct do svého záchranného území (území za koncovou čarou tělocvičny). Úkolem vyučujícího je sledovat chytání hráčů, aby mohl případně rozsoudit sporné situace. Po každém doběhu vyučující spočítá chycené hráče a přidělí body. Pokud je chytaný hráč chycen v záchranném území, chycení neplatí. Vítězí družstvo, které má na konci hry nejvíce bodů. Pro zpestření hry můžeme měnit startovní pozice (sed, leh, apod.) nebo způsob lokomoce (běh po čtyřech, skákání po jedné noze, apod.). Dále vyučující může vyprávět příběh, ve kterém se budou objevovat červená a bílá barva (Sigmund, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Protihráč žáka na vozíčku se bude mít omezený způsob lokomoce (běh po čtyřech, skákání po jedné noze, apod.). Když se žák na vozíčku stane chytačem, jeho protihráč musí první udělat nějaký cvik (1 klik, 2 dřepy, apod.) než vyběhne.



Obrázek 14. Červení a bílí.

### 17) Zastávky

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

žíněnky, dvě kostky, rozlišovací dres

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na čtyři stejně početná družstva. Každé družstvo má svou jednu žíněnku (zastávku), která je umístěna v rohu vymezeného čtverce. Každému družstvu přidělíme číslo od jedné do čtyř. Cílem žáků je přemístit se z jedné žíněnky na druhou tak, aby nikdo ani kouskem těla nebyl mimo žíněnku. Čísla na kostkách budou určovat, jaké družstvo se přemístí kam. Vyučující vhodí obě kostky zároveň a řekne čísla, která padla. Pokud na kostkách padne alespoň jedna šestka, musí všechna družstva přeběhnout na libovolnou žíněnku. Pokud na kostce padne alespoň jedna pětka, všechna družstva se přesouvají i s žíněnkou na libovolnou zastávku. Jestli na kostkách padnou stejná čísla, hází vyučující znovu. Pokud padnou různá čísla, kromě šestky a pětky, družstva se přesouvají na číslo zastávky, které jim určila kostka. Například pokud padne dvojka a trojka, mění se družstvo ze zastávky dva a tři a také se mění družstvo jedna a čtyři (aby se zapojila všechna družstva zároveň). To družstvo, které se uspořádá na svou žíněnku jako poslední, dostává trestný bod. Družstvo, které má nejméně trestných bodů, prohrává. Pro zpestření hry můžeme měnit startovní pozice (sed, leh, apod.) nebo způsob lokomoce (běh po čtyřech, skákání po jedné noze, apod.) (Sigmund, 2007).

*Modifikace pravidel:*

V každém týmu určíme jednoho člena, který se bude pohybovat jako žák na vozíčku. Tito žáci budou dělat poskoky snožmo nebo na jedné noze. Žáky budeme po čase obměňovat.

### **18) Kutálená a podávaná**

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

míče

*Pravidla:*

Pro obě soutěživé hry rozdělíme žáky do stejně početných družstev (tři až pět družstev, která mají čtyři až sedm hráčů). Všechna družstva jsou seřazena v zástupu, tak aby poslední člen stál na zadní čáře tělocvičny. Cílem družstev je se dle daných pravidel přemístit se na druhou stranu tělocvičny, první družstvo získává tři body, druhé družstvo získává dva body a třetí družstvo získává jeden bod. Každé družstvo si sčítá body. Kdo má na závěr nejvíce bodů, vyhrává. Při hře kutálená jsou žáci ve stoji rozkročném. První hráč má míč v ruce a startovací povel jej kutálí pod nohama spoluhráčů, ostatní hráči mu svým dotekem přidávají rychlost. Poslední z družstva míč chytí a utíká s ním na začátek zástupu, poté ho opět kutálí pod nohama spoluhráčů. Při hře podávaná jsou žáci ve stoji rozkročném. První hráč má míč v ruce a po odstartování podává míč dalšímu spoluhráči nad hlavou. Až je míč u posledního v zástupu, utíká s ním a postaví se tak, aby nahradil prvního hráče. Tuto hru můžeme obměnit tak, že si míč družstva podávají pod nohama, nebo střídavě nad hlavou a pod nohama nebo si jej předávají bokem (Sigmund, 2007).

*Modifikace pravidel:*

V každém družstvu určíme jednoho žáka, který se bude chovat jako žák na vozíčku. Při hře kutálená se žákovi na vozíčku podá míč nad hlavou a on jej zase bude kutálet (tak to budou dělat i vybraní žáci). Když jsou vybraní žáci poslední v zástupu, pohybují se s míčem poskoky na jedné noze na pozici prvního hráče.

### **19) Seber triko**

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

rozlišovací dresy

### *Pravidla:*

Žáky rozdělíme do dvojic tak, aby byly výkonnostně podobné. Na hru využijeme prostor volejbalového hřiště (zadní, střední a útočné čáry). Zadní čára (záchranná čára) je šest metrů od středové čáry. Jeden z dvojice leží na zadní volejbalové čáře, na které má chodidla a obličej směřuje ke středu hřiště. Ve stejné pozici leží i druhý z dvojice, ale na opačné straně. Rozlišovací dres položíme tři metry od jednoho z dvojice. Na signál vyučujícího oba žáci vystartují proti sobě. Ten žák, který má rozlišovací dres blíže k sobě se ho snaží sebrat a vrátit se zpět za záchrannou čáru. Pokud ho mezi tím stihne dohonit jeho protihráč, bod získává druhý z dvojice (chytající). Pokud se mu však podaří dostat se až za záchrannou čáru, získává bod chytaný. Každé kolo se role mění. Jako obměnu můžeme střídat startovní pozice (leh na zádech, po startovacím signálu musí oba udělat 5 kliků, apod.) nebo způsob lokomoce (skoky po jedné noze, skoky snožmo, apod.). Ten, který má na konci hry více bodů, vyhrává (Mazal, 2007).

### *Modifikace pravidel:*

Protihráč žáka na vozičku se bude pohybovat pomocí poskoků (skoky po jedné noze, snožmo, apod.) nebo může při běhu dělat otočku o 360°. Dále můžeme žákovi na vozičku dát rozlišovací dres blíže nebo naopak jeho protihráči dále (když jej chytá žák na vozičku).

## **20) Na veverky a kuny**

### *Prostředí:*

hala, tělocvična

### *Pomůcky:*

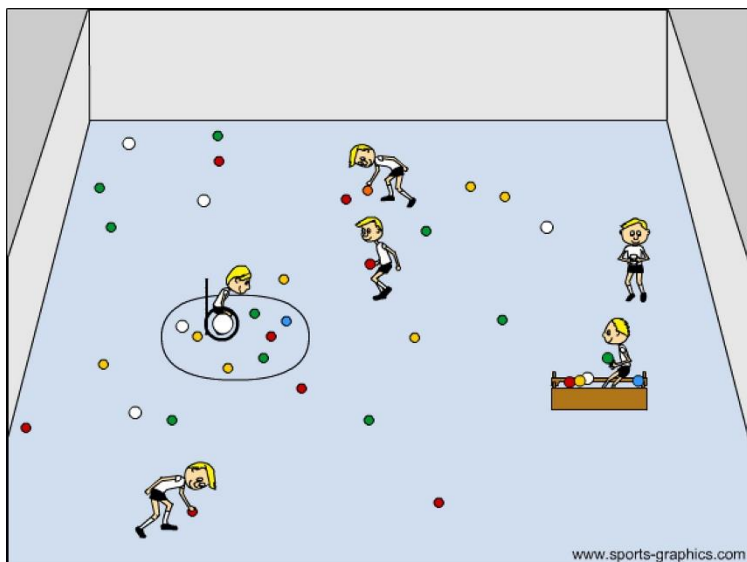
2 díly švédské bedny, 60 až 80 malých míčů

### *Pravidla:*

V tělocvičně rozložíme dva díly švédské bedny (hnízda). Do obou dáme všechny míče, které představují oříšky veverek (počet míčů by měl být alespoň třikrát větší než je počet veverek). Do obou hnízd se postaví dvojice, tito hráči představují kuny. Zbylí hráči se postaví kolem hnízda, ti se stávají veverkami. Kuny chtějí obsadit hnízda veverek, a aby se tak stalo, musí vyházet všechny jejich zásoby. Pokaždé smí vyhodit po jednom kusu (kuna v ruce vždy drží pouze jeden míč) z hnízda. Veverky se jim v tom snaží zabránit tak, že své zásoby vrací do hnízda (veverka vždy do hnízda nese pouze jeden míč). Kuny vyhrávají v tom okamžiku, kdy jsou všechny zásoby vyházeny. Pokud se jim to však nepodaří splnit do tří minut o začátku hry, vyhrávají veverky (Mazal, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Pokud je žák na vozíčku veverkou, platí pro něj stejná pravidla. Pokud je však kunou, můžeme místo švédské bedny použít obruč nebo nějaké vymezené území, aby měl více prostoru pro pohyb.



Obrázek 15. Na veverky a kuny.

## 21) Lagori

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

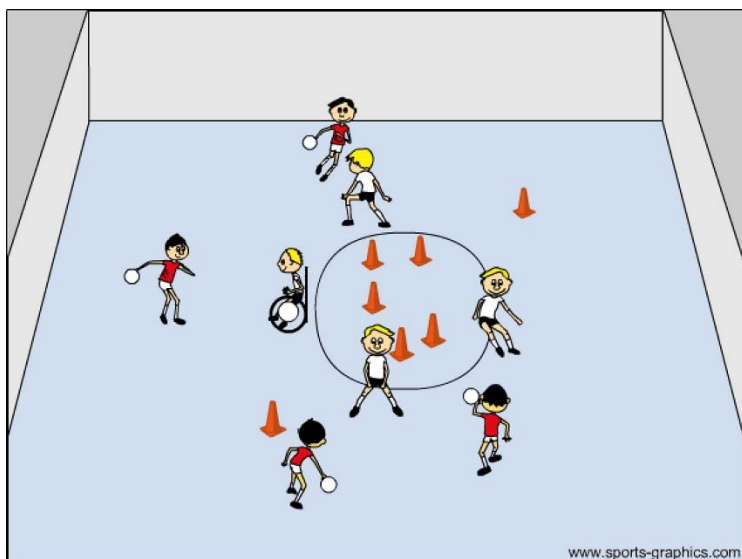
míče, kužele

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme do dvou stejně početných družstev. Jedno družstvo se postaví do kruhu, tak aby mezi žáky byly dostatečné rozestupy. Do kruhu postavíme několik kuželů. Druhé družstvo se postaví kolem prvního družstva také do kruhu a mají v ruce míče. Hráči z obou družstev se musí pohybovat ve vymezeném území. Cílem žáků z vnějšího kruhu je na signál začít házet míče do vnitřního kruhu tak, aby z vnitřního kruhu vyrazily kužele ven. Žáci z vnitřního kruhu se jim v tom snaží zabránit. Kužele, které jsou vyraženy z kruhu, se nesmí vracet zpět. Za každý vyražený kužel získává družstvo z vnějšího kruhu bod. Poté se družstva vystřídají. Které družstvo vystřílí kužele dříve, vyhrává (Sigmund, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Pokud je žák na vozíčku ve vnitřním kruhu, bude mít mezi sousedícími spoluhráči menší rozstup než jeho zbylí spoluhráči.



Obrázek 16. Lagori.

## 22) Propalovaná

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

míč

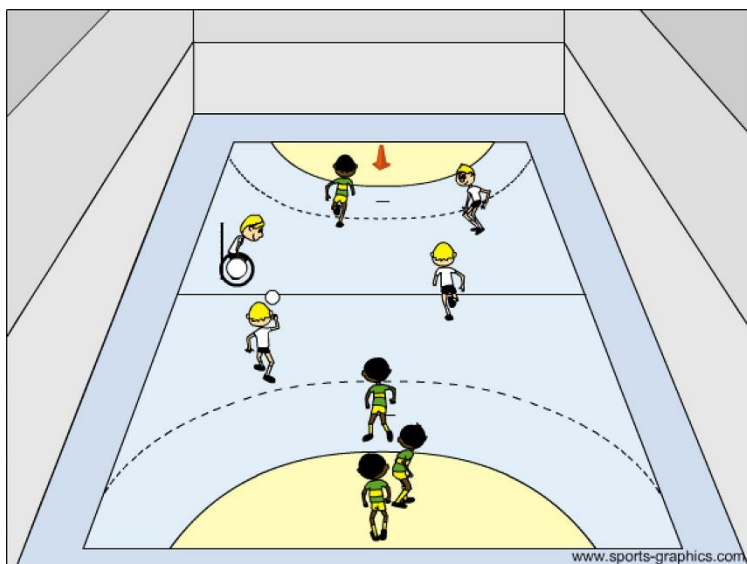
*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na dvě stejně početná družstva. Hraje se na velikosti basketbalového hřiště. První družstvo stojí za čarou (pod košem). Druhé družstvo je rozestavěné na protilehlé polovině hřiště. Z družstva rozestavěného za čarou vždy vyběhne jeden žák. První hráč ze začínajícího družstva hodí kamkoliv do hřiště míč. Snaží se hodit míč tak, aby stihnul oběhnout kužel (na konci hřiště) a vrátit se zpět ke svému družstvu. Hráči v poli se snaží co nejrychleji přihrávat, tím se dostat co nejrychleji k běžícímu hráči a poté ho vybit. S míčem se nesmí pohybovat. Takto se vystřídají všichni hráči za lajnu a po té celá družstva si vymění své pozice. Když se hráči podaří hřiště přeběhnout bez vybití je to bod pro jeho družstvo. Pokud ho při běhu vybijí, je to bod pro druhé družstvo. Obě družstva si vystřídají pozice. Vyhrává družstvo s největším počtem bodů.

*Modifikace pravidel:*

Vždy, když bude na řadě žák na vozíčku, vybíjející družstvo bude hrát v sedu a míč si podají pomocí poskoků, na raka, apod. Dále můžeme upravit pravidla tím způsobem, že k němu přiřadíme spolužáka, který ho bude tlačit, aby rychleji projel vybíjecím územím. Pokud bude vybíhat sám, druhé družstvo bude míče kutálet a ne házet.





Obrázek 17. Propalovaná.

### 23) Vlci, ovce a míč

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

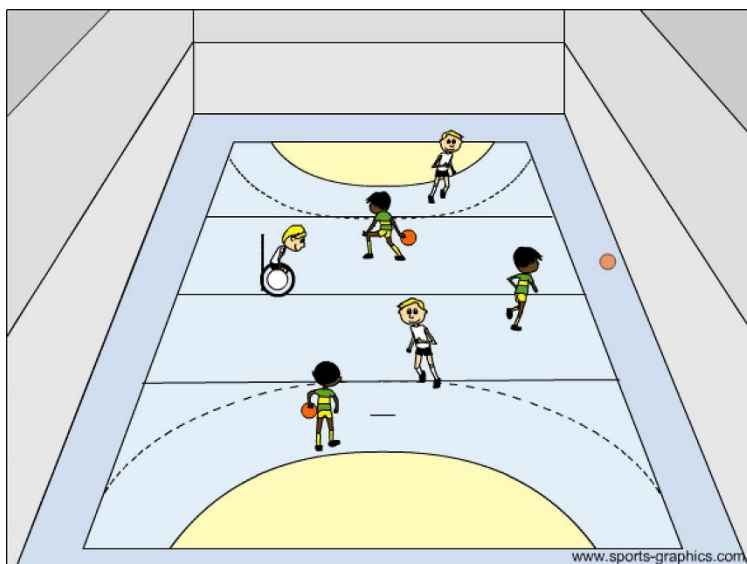
basketbalové míče

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme do dvou družstev. V prvním družstvu má každý žák basketbalový míč a všichni se postaví za koncovou čáru haly. Druhé družstvo se rovnoměrně rozdělí na obě poloviny basketbalového hřiště. Hráči z jedné poloviny hřiště nesmí přebíhat na druhou polovinu basketbalového hřiště. Hráči s míčem se stávají ovce a jejich úkolem je přejít na druhou stranu basketbalového hřiště a při tom musí driblovat. Z druhého družstva stojící v poli se stávají vlci. Ti se snaží ovce vypíchnout míč. Pokud ovce míč ztratí, vrací se za koncovou čáru haly a zkouší to znovu (Sigmund, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Pokud bude žák na vozíčku ovce, dostane dva životy (tzn. může být při přeběhu chycen 2x). Jak se stane vlkem, přiřadíme k němu jednoho žáka, který mu bude pomáhat s chytáním ovce.



Obrázek 18. Vlci, ovce a míč.

## 24) Čísla

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

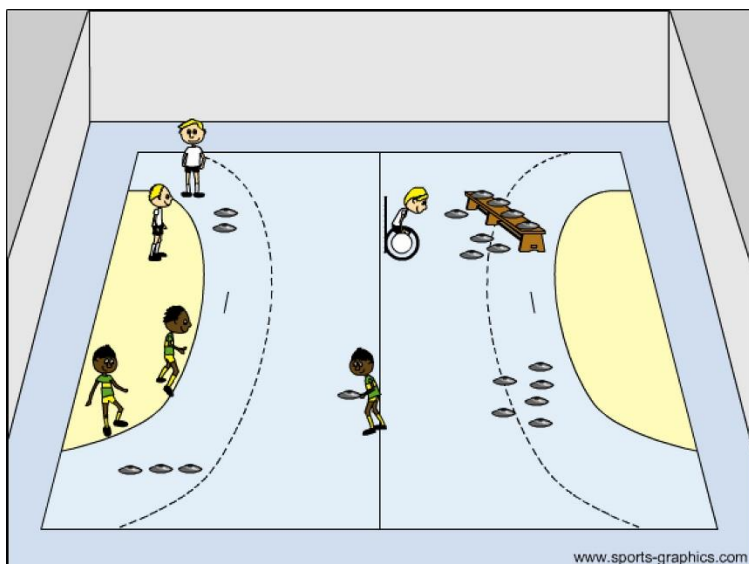
10 papírků s čísly, 1-10 pro každé družstvo

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na skupiny. Papírky s čísly naskládáme na zem do dvou sloupců po pěti. Číslo směřují k zemi a jsou zpřeházená. Úkolem každého družstva je postupně posbírat všechna čísla od nejmenšího po největší. Vždy vybíhá jeden z týmu a další vybíhá až po jeho návratu. Štafetu si předávají plácnutím rukou. Každý hráč může otočit pouze jednu kartičku s číslem, pokud to není ta, kterou potřeboval, otáčí ji zpět číslem směrem k zemi a na stejné místo. Umístění čísel se smí konzultovat jen v týmu a vždy si je žáci musí zapamatovat, nejsou povoleny si dělat poznámky. To družstvo, které nasbírá celou sadu čísel od nejmenšího po největší, vyhrává.

*Modifikace pravidel:*

Číslo můžeme dát na nějakou vyvýšenou plochu (švédská bedna) pro lepší dostupnost žáka na vozíčku. Určíme jednoho žáka v druhém družstvu, který se bude pohybovat poskoky snožmo, po jedné noze, na raka, apod.



Obrázek 19. Číslo.

### 5.3 Závěrečná část hodiny

#### 1) Liška a zajíc

*Prostředí:*

tělocvična, vymezené území

*Pomůcky:*

žádné

*Pravidla:*

Žáci utvoří trojice, poté se chytanou za ruce a vytvoří kruh. Uvnitř kruhu je v dřepu další hráč jako zajíc. Mimo kruhy jsou další dva žáci, liška a zajíc. Úkolem lišky je na pokyn vyučujícího začít chytat zajíce. Ten se může zachránit tak, že vběhne do doupěte (kruhu). V tom však může být pouze jeden zajíc. Původní zajíc musí uvolnit místo novému. Pokud liška chytí zajíce, vymění si role. V tu chvíli si zajíc, který je v doupěti, vymění roli s některým stojícím žákem (Mazal, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Při této hře je lepší, aby žáci vytvořili větší skupinku (čtveřice, pětice) pro lepší nájezd vozíku. Pokud je žák na vozíčku liškou, ostatní žáci se pohybují pomocí poskoků snožmo nebo po jedné noze. Dále můžeme zkrátit čas, který mohou zajíci trávit schovaní v doupěti.

#### 2) Myška

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

tenisový míč, balónek, kroužek

*Pravidla:*

Žáky posadíme do kruhu tak, aby seděli vedle sebe co nejtěsněji. Nohy jsou pokrčené. Jeden vybraný žák je uprostřed kruhu. Žáci, kteří sedí, si pod nohama předávají malý předmět (myšku). Žák uprostřed sleduje pohyby sedících a pokouší se myšku najít. Pokud ví, kdo myšku má, ukáže na něj. Ten žák se musí ihned přestat hýbat a musí udělat kolébku. Pokud určil správně, role si vymění. Pokud ne, hra pokračuje (Mazal, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Žáka na vozíčku sundáme s vozíku a spolužáci, kteří sedí vedle něj, mu pomáhají udržet rovnováhu. Může se opřít o zabrzděný vozík. Pokud je hráčem hledající myšku, není třeba pravidla upravovat.

### **3) Podbíhání padáku**

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

psychomotorický padák

*Pravidla:*

Žáci stojí po obvodu psychomotorického padáku a každý drží za obě ruce jednu barvu. Žáci zvedají padák nahoru a dolů. Když je padák nahoře, na pokyn vyučujícího vybíhají žáci, kteří drží vyvolanou barvu a vymění si místo s protějším žákem (Hurdová, 2009).

*Modifikace pravidel:*

Pokud je vyvolána barva, kterou drží žák na vozíčku, jeden určený spolužák mu pomůže s přemístěním na druhou stranu. Aby se stihnul přemístit včas. Při přemísťování je důležité dbát na bezpečnost, aby se někdo nezranil o vozík.

### **4) Papírový ostrov**

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

menší žíněnky nebo papíry

*Pravidla:*

Žáci se rozdělí na 2 skupiny. Obě družstva dostanou stejný počet žíněnek (papírů), ze kterých následně vytvoří ostrov. Poté se všichni přesunou na své ostrovy tak, aby se nikdo nedotýkal žádnou částí těla mimo ostrov. Po chvíli odebereme z každého družstva jednu žíněnku (cílem je zmenšit plochu ostrova). Obě družstva se opět pokouší vměstnat se na zmenšenou plochu

ostrova. Při přesunech se nesmí dotknout země mimo ostrov. Toto opakujeme do té doby, než se jedno z družstev nedokáže vejít na svůj ostrov (Sigmund, 2007).

*Modifikace pravidel:*

Žáka sundáme z vozičku. Při hře mu pomáhají spolužáci se přemisťovat. V druhém družstvu určíme jednoho žáka, který se bude chovat jako žák na vozičku.

## **5) Molekuly**

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

žádné

*Pravidla:*

Žáci se volně pohybují po ploše hřiště, každý hraje sám na sebe (každý žák je atom). Všichni reagují na povel vyučujícího, který zvolá číslo, kterým určí velikost vytvořené molekuly. Žáci se tedy snaží co nejrychleji spojit do skupinky (molekuly) v požadovaném počtu. (např. trojici). Ti hráči, kteří přebývají a nejsou součástí žádné molekuly, získávají trestný bod. Vyučující má za úkol vždy zkontrolovat vytvořené molekuly, zda odpovídají správnému počtu.

*Modifikace pravidel:*

Ostatní žáci budou skákat po jedné noze, snožmo, budou se pohybovat na raka, apod. Ta molekula, která má u sebe žáka na vozičku, získává plusový bod.

## **6) Elektřina**

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

žádné

*Pravidla:*

Vytvoříme dvě skupinky. Obě skupinky se postaví do dvou zástupů vedle sebe, překříží ruce před tělem (levá ruka přes pravou) a chytne se souseda. Vyučující drží posledního v zástupu a vysílá signál (stisk ruky), tím zahájí hru. Jeho soused ho opět pošle dál. Cca 4 metry od prvních v zástupu položíme na zem míč. Úkolem žáků je, poslat signál co nejrychleji a první žák v zástupu na signál elektřinou vybíhá pro míč. Vyhrává družstvo, které bude nejrychlejší u míče.

*Modifikace pravidel:*

Tuto hru můžeme hrát i ve stoje. Pokud je prvním v zástupu žák na vozíčku, jeho soupeřící hráč vybíhá na raka.

## **7) Evoluce**

*Prostředí:*

tělocvična, hřiště

*Pomůcky:*

žádné

*Pravidla:*

Průběh evoluce je kuře, slepice, pes, orangutan a člověk. Na začátku hry jsou všichni žáci kuřata. Na znamení se začnou pohybovat v dřepu po vymezeném území a u toho pípají. Když potkají jiné kuře, začnou stříhat kámen nůžky papír. Ten z dvojice, který prohraje, zůstává kuřetem. Ten žák, který vyhrál, se dostává na vyšší úroveň evoluce a stává se slepicí. Začne kvokat a hledá další slepici. Až ji najde, opět si s ní stříhá. Pokud vyhraje, stává se psem, který běhá po čtyřech a štěká a hledá si dalšího psa do dvojice. S ním si pak stříhá. Pokud uspěje, stane se orangutanem a začne dělat „huhuhu“. Až najde druhého orangutana, začne si s ním stříhat kámen nůžky papír. Ten kdo vyhraje, se stává člověkem a vyhrává hru.

*Modifikace pravidel:*

Stupně evoluce přizpůsobíme schopnostem žáka na vozíčku. Pokud je kuře, snaží se jakkoliv pohybovat bez vozíku na zemi. Až se stane slepicí, posadí se a pokouší se pohybovat po zemi v sedu. Dále se z něj stává pes, v tu chvíli si už sedá na vozík. Na něm je v předklonu a snaží se pohybovat dotekem rukou na zem. Pokud se stane orangutanem, pohybuje se na vozíku poháněním kol a přitom dělá předklon vpřed a vzad. Jak se stane člověkem, zatáčí a jezdí kolem ostatních hráčů.

## **8) Přejít řeku**

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

lano

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme na dvě skupiny. Doprostřed haly napneme lano. Každá skupina se postaví na jiný konec lana. Jejich cílem je přejít lano tak, aby se žádnou částí těla nedotkly země. Pokud se tak stane, vrací se na konec zástupu a snaží se lano překonat znovu (Ješina in Kudláček & Ješina, 2008).

*Modifikace pravidel:*

Žák na vozíčku musí přejít lano tak, aby ho měl neustále mezi koly, pokud je šikovný, může po laně jet jedním kolem. Pokud žáci musí obejít žáka na vozíčku, mají dovoleno šlápnout mimo lano. Žák na vozíčku jim při tom pomáhá.

## **9) Basketbalový král**

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

basketbalové míče

*Pravidla:*

Žáky rozdělíme do tolika skupin, kolik je basketbalových košů v tělocvičně. Každá skupina dostane stejný počet míčů a postaví se čelem ke svému koši do zástupu. První žák v zástupu má míč, pokud dá koš, žák za ním musí dát koš také. Pokud se mu to nepodaří, vypadává ze hry. Pokud hráč před ním koš nedá, tak také nemusí dát koš a pokračuje ve hře. Takto to jde pořád dokola, až pod košem zůstane jeden hráč, basketbalový král.

*Modifikace pravidel:*

Ve skupině, ve které bude žák na vozíčku, dáme na místo odhodu židli. Všichni hráči budou mít za úkol dát koš ze sedu na židli. Až přijde na řadu žák na vozíčku, židli dáme na stranu. Žáka na vozíčku můžeme střídát ve všech družstvech, aby si všichni žáci vyzkoušeli střelbu ze sedu.

## **10) Směšné molekuly**

*Prostředí:*

hala, tělocvična

*Pomůcky:*

žádné

*Pravidla:*

Žáci se volně pohybují po ploše hřiště, každý hraje sám na sebe (každý žák je atom). Všichni reagují na povel vyučujícího, který zvolá číslo, kterým určí velikost vytvořené molekuly. Žáci se tedy snaží co nejrychleji spojit do skupinky (molekuly) v požadovaném počtu. (např. trojici). Vyučující by si měl žáky před touto hrou počítat, aby každý žák byl součástí molekuly. Po utvoření molekul vyučující zvolá počet rukou a nohou, které se musí dotýkat podlahy. Kdo to splní nejdříve, počítá si jeden bod. Vyhrává ten žák, který má nejvíce bodů.

*Modifikace pravidel:*

Pokud je v molekule, která vytvoří požadovanou pozici nejrychleji žák na vozíčku, každý žák si počítá dva body. Kola od vozíčku počítáme jako nohy, můžeme jej tedy jakkoliv naklánět, nebo využít konstrukci vozíčku na stoupnutí, či sednutí.



## 6 ZÁVĚRY PRÁCE

Hlavním cílem práce bylo sestavit zásobník pohybových her, při kterých je možné začlenit žáka s tělesným postižením, který užívá k pohybu vozík (žák s paraplegií, diparézou, amputací dolních končetin) do hodin tělesné výchovy. Následně jsem každou pohybovou hru modifikovala pro začlenění tohoto žáka do těchto hodin. Pohybové hry jsem čerpala z odborné literatury a ze zkušeností, které jsem posbírala během studia na FTK. Sestavila jsem 46 pohybových her, některé jsou známé a často se zařazují do hodin tělesné výchovy, některé jsou méně známé a mohou daného vyučujícího inspirovat. Primárně tyto pohybové hry slouží pro učitele tělesné výchovy, kteří mají méně zkušeností s integrací žáka s tělesným postižením do jejich výchovy.

Dílčím cílem bylo zařadit jednotlivé pohybové hry do tří základních částí tělesné výchovy. Do úvodní části bylo zařazeno celkem 12 pohybových her, do hlavní části celkem 24 pohybových her a do závěrečné části celkem 10 pohybových her. Pro lepší představivost, jak daná pohybová hra může vypadat, jsem vytvořila obrázkovou podporu, což byl další dílčí cíl této práce. Tyto obrázky jsou umístěny u některých pohybových her zařazených do hlavní části vyučovací jednotky tělesné výchovy.

## 7 SOUHRN

Tato bakalářská práce je rozdělena na dvě části, část teoretickou a část praktickou. Kapitola „přehled poznatků“ se věnuje charakteristice základních pojmů. Zabývá se typy tělesného postižení, integrací a s ní spojenou legislativou, problémy se kterými se může setkat žák s tělesným postižením při individuální integraci. Dále se zabývá Metodicko – organizačními formami, které se skládají z průpravných cvičení, herních cvičení a průpravných her. V neposlední řadě je zde uveden popis a rozdělení pohybových her a rozdělení vyučující jednotky tělesné výchovy. Ta se dělí na tři základní části, část úvodní, část hlavní a část závěrečná.

Ve výsledkové části této práce je sestaven sborník 46 pohybových her, které jsou modifikovány pro individuálně integrovaného žáka s tělesným postižením (žák s paraplegií, diparézou, amputací dolních končetin nebo žáka s jakýmkoliv typem tělesného postižení, který využívá při pohybových aktivitách sportovní vozík) do hodin tělesné výchovy. Následně jsem vybrané pohybové hry rozřadila do částí vyučovací jednotky tělesné výchovy. Rozdělení proběhlo dle časové náročnosti, počtu rozvíjených schopností, a zda jsou na zahřátí či uklidnění organismu.

Díky tomuto sborníku pohybových her, můžou méně zkušení učitelé tělesné výchovy, více přemýšlet o zapojení žáka s tělesným postižením do jejich výuky a ne to rovnou zavrhnout. Mají zde několik možností jak tohoto žáka integrovat. Případně tento sborník pomůže komukoliv, kdo chce pracovat s žáky s tělesným postižením. Grafickou část jsem zpracovala pomocí softwaru Easy sport graphic, který mi umožnil díky své rozmanité nabídce funkcí přiblížit vybrané pohybové hry.

## 8 SUMMARY

The thesis is divided into a theoretical part and a practical part. In the first part the thesis covers the description of basic terms. This part describes the types of physical disability, integration and legislation and possible problems with an individual integration of a student with physical disability. Then the thesis describes introductory exercises, playing exercises and preparatory games. Then there are description and division of movement games and parts of PE lesson. PE lesson consists of three parts: introduction part, main part and closing part.

Practical part of this thesis brings an inventory of 46 movement games, which are adapted for students with physical disability (paraplegic, diparesis, amputation, etc.). The student is integrated to PE lesson and uses a special sport wheelchair. The games were then matched to a particular part of PE lesson which depended on many factors.

This inventory helps less experienced teachers with involving student with physical disability to their lessons. There are a lot of opportunities to integrate these students. This inventory is not just for teachers, it is for everyone, who works with people with physical disability. Graphic part was created with Easy sport graphic software.

## 9 REFERENČNÍ SEZNAM

- Anonymous 1. (2016). *Školský zákon*. Retrieved from <http://www.msmt.cz/dokumenty/skolsky-zakon>
- Anonymous 2. (2016). Vyhlášky ke školskému zákonu. Retrieved from <http://www.msmt.cz/dokumenty/vyhlasiky-ke-skolskemu-zakonu>
- Anonymous 3. (2016). *Rámcové vzdělávací programy*. Retrieved from <http://www.msmt.cz/vzdelavani/skolstvi-v-cr/skolskareforma/ramcove-vzdelavaci-programy>
- Arbuckle, B. (2010). Team Approach Supports Adapted Physical Activity for Students with Disabilities. *WellSpring*, 21(5), 1-5.
- Bazalová, B. (2004). *Problematika integrace osob s postižením v současné době*. Praha: Univerzita Karlova
- Bělka, J. & Salčáková, K. (2014). *Nebojme se házené (metodika a didaktika házené)*. Olomouc: HANEX.
- Dobrý, L., & Semiginovský, B. (1988). *Sportovní hry- výkon a trénink*. Praha: Olympia.
- Fischer, S., Škoda, J., Svoboda, Z. & Zilcher, L. (2014). *Speciální pedagogika. Edukace a rozvoj osob se specifickými potřebami v oblasti somatické, psychické a sociální*. Praha: TRITON
- Grenier, M., Horrell, A. & Genovese, B. (2014). Doing Things My Way: Teaching Physical Education With a Disability. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 31 (4), 325-342.
- Hurdová, E. (2009). *Hrajeme si s padákem*. Praha: Portál
- Chvátalová, H. (2001). *Jak se žije dětem s postižením* (2nd ed.). Praha: Portál.
- Jesenský, J. (1996). Příspěvek k rozvoji teorie integrace zdravotně postižených. *Speciální pedagogika*, 6 (3), 2-17.
- Ješina, O., & Kudláček, M. (2009). Modifikace pohybových aktivit pro participaci dětí, žáků a studentů se zdravotním postižením v integrované školní tělesné výchově. *Speciální pedagogika*, 19 (3), 227-237.
- Karásková, V. (2010). *Interakce v pohybu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Karásková, V. & kol. (2010). *A budeme si hrát*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Kábele, F., Kollárová, E., Kočí, J., & Kracík, J. (1992). *Somatopedie*. Praha: Univerzita Karlova.

- Kudláček, M. & kol. (2013). *Aplikované pohybové aktivity osob s tělesným postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Kudláček, M., Ješina, O., Bláha, L., & Janečka, Z. (2010). Kompetence učitelů tělesné výchovy ve vztahu k integraci žáku se speciálními vzdělávacími potřebami ve školní tělesné výchově. *Tělesná kultura*, 33(1), 41-56.
- Kudláček, M., Ješina, O., & Štěrbová, D. (2008). Integrace žáků s tělesným postižením v kontextu školní tělesné výchovy. *Speciální pedagogika*, 18 (3), 232-239.
- Kukulová, P. (2008). Pohybové hry. In Kudláček, M., & Ješina, O. (2008). *Integrace žáků s tělesným postižením do školní tělesné výchovy*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Kurková, P. & kol. (2008). *Nevidíme, neslyšíme, nechodíme, přesto si však rozumíme*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Mazal, F. (2007). *Hry a hraní podle ŠVP*. Olomouc: HANEX.
- Mrug, S., & Wallander, J. L. (2002). Self-Concept of Young People with Physical Disabilities: Does integration play a role?. *International Journal of Disability, Development and Education*, 49(3), 267-280.
- Nykodým, J. & kol. (2006). *Teorie a didaktika sportovních her*. Brno: Masarykova univerzita.
- Pavel, Z. (2011). *Děti s tělesným a kombinovaným postižením ve škole*. Grada Publishing as.
- Renotíerová, M., & Bendová, P. (2005). *Somatopedie pro výchovné pracovníky I*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Rybová, L., & Kudláček, M. (2010). Integrace žáků s tělesným postižením do hodin školní tělesné výchovy. Inclusion of Students with Physical Disabilities in Physical Education. *Studia Sportiva*, 1, 127-132.
- Sigmund, E. (2007). *Pohybová aktivita dětí a jejich integrace prostřednictvím 60 pohybových her*. Olomouc: HANEX.
- Slowík, J. (2007). *Speciální pedagogika*. Praha: Grada Publishing, a.s.
- Trojan, S. a kol. (2005). *Fyziologie a léčebná rehabilitace motoriky člověka*. Praha: Grada.
- van de Ven, L., Post, M., de Witte, L., & van den Heuvel, W. (2005). It takes two to tango: the integration of people with disabilities into society. *Disability & Society*, 20(3), 311-329.
- Vilímová, V. (2002). *Didaktika tělesné výchovy*. Brno: Paido.
- Vítková, M. (1999). *Somatopedické aspekty*. Brno: Paido.
- Vítková, M. (2004). *Integrativní speciální pedagogika*. Brno: Paido.