



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra speciální pedagogiky

Bakalářská práce

Volný čas dětí se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky se zaměřením na sportovní a pohybové aktivity

Vypracoval: Aneta Brůžková
Vedoucí práce: Mgr. et Mgr. Radka Prázdná, Ph.D.

České Budějovice 2024

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem autorem této kvalifikační práce a že jsem ji vypracovala pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu použitých zdrojů.

V Českých Budějovicích, 11.2. 2024

.....

Aneta Brůžková

Poděkování

Ráda bych poděkovala především vedoucí mé práce paní Mgr. et Mgr. Radce Prázdné, Ph.D., za její čas, trpělivost, ochotu, odborné vedení a cenné rady. Dále bych chtěla velice poděkovat všem účastníkům výzkumu a také mému nejbližšímu okolí za podporu po celou dobu studia.

Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá volným časem dětí se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky se zaměřením na sportovní a pohybové aktivity. Práce se skládá z části teoretické a praktické. Úvodní pasáže teoretické části vymezují pojem zrakové postižení, představují jeho klasifikační systémy a popisují specifika pojící se s dobou jeho vzniku a s dítětem se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky. Navazující kapitoly přibližují čtenáři pojem volný čas, jeho funkce a typy zájmových činností, jež jsou vhodné pro děti se zrakovým postižením. Závěrečné kapitoly se soustředí na přínos pohybových a sportovních aktivit a na pohybové aktivity vhodné pro děti se zrakovým postižením. Poslední kapitola věnuje pozornost organizacím podporujícím sport a pohyb dětí se zrakovým postižením. Praktická část směřuje k naplnění výzkumného cíle, kterým je zjistit možnosti a překážky trávení volného času dětí se zrakovým postižením s profilací na pohybové a sportovní aktivity v průběhu povinné školní docházky. Pro dosažení výzkumného cíle je uplatněn smíšený typ výzkumu. Kvantitativní data jsou nashromážděna pomocí dotazníkového šetření, kterého se zúčastnilo celkem 208 rodičů dětí se zrakovým postižením. Data dotazníkového šetření jsou analyzována základními statistickými postupy třídění první úrovně a jsou prezentována v jednotlivých tabulkách a grafech. Pro zvýšení výpovědní hodnoty výsledků dotazníku jsou se třemi dětmi se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky vedeny polostrukturované rozhovory. Výsledky výzkumu poukázaly na nedostatečné podmínky pro realizaci pohybově orientovaných volnočasových aktivit dětí se zrakovým postižením v neformálním vzdělávání, a také na nepřipravenost trenérů pohybových aktivit na práci s touto cílovou skupinou. Z výsledků též vyplynulo, že učitelé tělesné výchovy, rodinní příslušníci a vrstevníci dětí se zrakovým postižením ve sportu nejvíce podporují. Bakalářská práce může posloužit pro optimalizaci podmínek vykonávání pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením a může přispět ke zvýšení povědomí o dané problematice ve společnosti.

Klíčová slova: děti se zrakovým postižením; volný čas dětí se zrakovým postižením; sportovní a pohybové aktivity; překážky realizace pohybových aktivit; přínosy pohybových aktivit

Abstract

The bachelor thesis deals with the leisure time of children with visual impairment during compulsory education with a focus on sports and physical activities. The thesis consists of theoretical and practical part. The introductory passages of the theoretical part define the concept of visual impairment, introduce its classification systems and describe the specifics related to the time of its onset and to the child with visual impairment during compulsory education. Subsequent chapters introduce to the reader the concept of leisure time, its functions and types of leisure activities that are suitable for children with visual impairment. The final chapters focus on the benefits of physical and sports activities and on physical activities suitable for children with visual impairment. The last chapter focuses on organisations supporting sports and movement for children with visual impairment. The practical part is aimed at fulfilling the research objective, which is to find out about possibilities and obstacles in spending leisure time of children with visual impairment with a profile on physical and sports activities during compulsory education. To achieve the research objective, a mixed research design is applied. Quantitative data is collected through a questionnaire survey with a total of two hundred and eight parents of children with visual impairment. The data from the questionnaire survey is analysed by using basic statistical procedures of the first level classification and is presented in individual tables and graphs. To increase the meaningfulness of the questionnaire results, semi-structured interviews are conducted with three children with visual impairment during compulsory education. The research results have pointed to insufficient conditions for the implementation of movement-oriented leisure activities for children with visual impairment in non-formal education, and also to the unpreparedness of physical activity trainers to work with this the target group. The results have also shown that physical education teachers, family members and peers support children with visual impairment in sport the most. The bachelor thesis can serve to optimizing conditions of physical activities of children with visual impairment and can contribute to raising awareness of the issue in society.

Key words: children with visual impairment; leisure time of children with visual impairment; sports and physical activities; obstacles of the implementation of physical activities; benefits of physical activities

Obsah

Obsah	6
Úvod.....	8
I. Teoretická část.....	9
1 Zrakové postižení	9
1.1 Vymezení pojmu zrakové postižení	9
1.2 Klasifikace zrakového postižení	11
1.3 Specifika vrozeného a získaného zrakového postižení	14
1.4 Dítě se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky	17
2 Volný čas.....	19
2.1 Charakteristika a funkce volného času.....	19
2.2 Typy zájmových činností	22
3 Pohybové a sportovní aktivity jako způsob trávení volného času.....	24
3.1 Přínos pohybu a sportovních aktivit.....	24
3.2 Pohybové a sportovní aktivity vhodné pro děti se zrakovým postižením	28
3.3 Organizace podporující sport a pohyb dětí se zrakovým postižením	32
II. Praktická část.....	36
4 Výzkumný cíl, hypotézy a operacionalizace pojmů.....	36
5 Popis výzkumného šetření.....	38
5.1 Metodologie výzkumu a výzkumný soubor.....	38
5.2 Techniky sběru dat	39
5.3 Průběh výzkumu a ošetření etiky	40
5.4 Zpracování dat.....	41
6 Prezentace a analýza výsledků výzkumu	42
6.1 Výsledky dotazníkového šetření	42
6.2 Vyhodnocení hypotéz.....	65
6.3 Analýza rozhovorů	68
7 Diskuze.....	72
Závěr	76
Tištěné zdroje.....	78

Elektronické zdroje	83
Seznam příloh	90

Úvod

Volný čas je důležitou součástí života každého z nás. Oblast volného času je spjatá s aktivitami, které děláme z vlastní iniciativy, tudíž dobrovolně. Z toho důvodu jsou činnosti ve volném čase spojené s něčím, co je pro nás příjemné a uspokojující. Pro děti v průběhu povinné školní docházky jsou zájmové aktivity stejně důležité jako formální vzdělávání. U dětí se zdravotním znevýhodněním se ovšem v těchto oblastech nemusíme setkávat se shodnou podporou. Formálnímu vzdělávání je věnována větší pozornost, a tudíž nemusí být děti se speciálními vzdělávacími potřebami (dále jen děti se SVP) v zájmových aktivitách dostatečně podporovány. V důsledku pak mohou narážet na překážky, které jim brání trávit volný čas dle svých potřeb a představ. Jednou z možností, jak můžeme trávit smysluplným způsobem volný čas, jsou pohybové a sportovní aktivity. Pro děti v průběhu povinné školní docházky je pohyb zvláště důležitý, protože přispívá k jejich fyzickému a psychickému zdraví. Pro děti se zrakovým postižením mají pohybové aktivity ještě větší význam, protože rozvíjí jejich motorické kompetence a jsou také významným socializačním prostředkem. I přesto se děti se zrakovým postižením mohou v této oblasti setkávat s překážkami, které vyplývají z důsledků zrakového postižení, ale také z dalších vnitřních a vnějších bariér. Z toho důvodu je cílem této bakalářské práce zjistit možnosti a překážky trávení volného času dětí se zrakovým postižením s profilací na pohybové a sportovní aktivity v průběhu povinné školní docházky.

Bakalářská práce je členěna na teoretickou a praktickou část. Počáteční kapitoly teoretické části vymezují pojem zrakové postižení, představují jeho klasifikační systémy a popisují specifika spojená s dobou jeho vzniku a s dítětem se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky. Navazující kapitoly věnují pozornost pojmu volný čas, jeho funkcím a typům zájmových činností, jež jsou vhodné pro děti se zrakovým postižením. Závěrečné kapitoly poukazují na přínos pohybových aktivit a charakterizují vybrané sportovní aktivity vhodné pro děti se zrakovým postižením. Poslední podkapitola představuje několik organizací v České republice, jež podporují účast dětí se zrakovým postižením v pohybových aktivitách. Praktická část práce má výzkumný charakter a usiluje o naplnění výzkumného cíle prostřednictvím designu kvantitativního přístupu. Celá struktura praktické části obsahuje popis všech standardních fází tohoto typu výzkumného šetření.

I. Teoretická část

V teoretické části je naším cílem zpracovat aktuální poznání zvoleného tématu, které je podkladem pro naplnění výzkumného cíle v části praktické.

1 Zrakové postižení

Zrakové postižení je klíčovým pojmem této bakalářské práce. Z toho důvodu je v první kapitole naším cílem zabývat se vymezením pojmu zrakové postižení a jeho klasifikací. S ohledem na profilaci bakalářské práce je v této kapitole dále věnována pozornost specifikům spojeným s dobou vzniku zrakového postižení a s dítětem se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky.

1.1 Vymezení pojmu zrakové postižení

Zrak je pro člověka jedním ze základních a velice cenných smyslů, který nám umožňuje přijímat okolní podněty prostřednictvím zrakového orgánu, tj. oka. Proces vidění je tedy druh smyslového vnímání, který využíváme k získávání 80 - 90 % přichozích podnětů (Beneš, Vrubel, 2017). Z toho usuzujeme, že v případě zrakového postižení je schopnost přijímat informace cestou vizuální percepce částečně, nebo úplně omezena v závislosti na rozsahu zrakové ztráty (Nováková in Pipeková et al., 2006). V důsledku omezení zrakové percepce dochází zejména k redukci orientace v okolním prostředí. Těžké zrakové postižení má dopady také na samostatný pohyb a limituje přístup k informacím (Květoňová, Šumníková, 2022). V případě trvalého zrakového postižení je ovlivněna také duševní stránka a socializace osobnosti (Slowík, 2016).

Zrakové postižení můžeme charakterizovat jako stav, kdy je zrakové vnímání natolik omezené, že i přes optimální korekci způsobuje člověku potíže v běžných činnostech (Vítková, 2020). Z toho vyplývá, že ne každý, kdo nosí brýle či kontaktní čočky, je považován za osobu se zrakovým postižením. Tato příslušenství totiž dostatečně korigují omezení ve zrakové percepci daného jedince a díky tomu pak není limitován v běžných činnostech (Slowík, 2016). Míra schopnosti maximálně využít omezené zrakové funkce závisí na době vzniku zrakové vady, struktuře osobnosti a na včasném zahájení reedukační péče (Moravcová, 2004). Potřebu kvalitní a včasné reedukace omezené zrakové percepce potvrzují také výsledky výzkumu od Hashemi et al. (2017),

jež přináší informaci, že nejčastější příčinou vzniku zrakového postižení jsou nekorigované refrakční vady, tj. omezená schopnost vizuální percepce zaostřovat předměty na blízko či na dálku, která není včasné korigována optickou korekcí (Beneš, 2019).

Zraková percepce je složitý proces, který vyžaduje dostatečnou kvalitu jednotlivých zrakových funkcí, mezi které řadíme (Beneš, 2019, s. 45-46):

- zrakovou ostrost (vizus)

Schopnost rozeznat detaily objektů na různou vzdálenost prostřednictvím akomodace, tj. zaostřování čočky. Pro vyšetření míry vizu využíváme optotypy, jež představují tabule se soubory čísel, obrazců či písmen a jsou určeny ke stanovení vizu na blízko a do dálky. (Beneš, 2019)

- rozsah a kvalitu zorného pole

Binokulární zorné pole vzniká sloučením zorných polí očí a umožňuje nám orientovat se v prostoru (Beneš, 2019). Skorkovská (2015, s. 12) ho definuje jako „souhrn všech zrakových podnětů vnímaných při fixaci hlavy, těla a zaměření oka na fixační bod“. Pro vyšetření uplatňujeme perimetr, který slouží k určení rozsahu zorného pole (Skorkovská, 2015).

- barvocit

Umožňuje nám vnímat a diferencovat širší barevného spektra (Beneš, 2019).

- okulomotoriku

Schopnost pohybovat očima v různých směrech, kterou zajišťují okohybné svaly (Beneš, 2019).

- adaptaci na tmu

Schopnost oka přizpůsobit se různé intenzitě světla (Beneš, 2019).

- kontrastní citlivost

V současnosti je standardní součástí zjišťování úrovně visu a udává „míru nejmenšího viditelného kontrastu potřebného k diferenciaci dvou různých světelných částí určitého objektu“ (Beneš, 2019, s. 46).

1.2 Klasifikace zrakového postižení

Na počátku této podkapitoly je důležité zmínit, že systém klasifikace zrakového postižení není jednotný, a tudíž se jednotlivé klasifikační systémy využívají v závislosti na potřebách daných oborů. V lékařské terminologii se ke klasifikaci zrakového postižení užívá systém medicínský, ovšem pro potřeby výchovně vzdělávacího procesu preferujeme klasifikace zaměřující se na to, jakým způsobem dítě dokáže cíleně využívat zachovalé funkce zrakové percepce. (Vítková, 2020) Obecně můžeme jednotlivé klasifikační systémy zrakového postižení členit na medicínské a funkční.

Dělení medicínské

Základní klasifikační systém zrakového postižení je medicínský, který byl utvořen Světovou zdravotnickou organizací (dále jen WHO) a nalezneme ho v Mezinárodní klasifikaci nemocí (dále jen MKN). Tato klasifikace přiřazuje každé diagnóze číselný kód a slouží převážně jako prostředek komunikace mezi zdravotníky, kteří se vzájemně informují o diagnóze pacienta. Její nevýhodou zejména pro speciálněpedagogické pracovníky je absence informací o užívání zachovalé zrakové percepce při běžných činnostech. (Vrubel, Röderová, Jágerová, 2017) V České republice (dále jen ČR) je aktuálně platná 10. revize Mezinárodní klasifikace nemocí (dále jen MKN-10). Ovšem v roce 2022 již vstoupila v platnost její 11. revize (dále jen MKN-11), ve které je zrakové postižení klasifikováno dle míry zrakové ostrosti (tab. 1). Kategorie slepoty se zde dále člení dle stupně zúžení centrálního zorného pole lepšího oka na méně než 10 stupňů (WHO, 2022).

Tabulka č. 1: Klasifikace zrakového postižení dle MKN-11

Kategorie	Zraková ostrost	
	horší než	stejně nebo lepší než
Žádné zhoršení zraku	-	6/12 (0.5)
1 Mírné zhoršení zraku	6/12 (0.5)	6/18 (0.3)
2 Střední poškození zraku	6/18 (0.3)	6/60 (0.1)
3 Těžké poškození zraku	6/60 (0.1)	3/60 (0.05)
4 Slepota	3/60 (0.05)	1/60 nebo počítá prsty na 1 metr (0.02)
5 Slepota	1/60 (0.02)	vnímání světla
6 Slepota	žádné vnímání světla	

Zdroj: WHO, 2022

Dělení funkční

Ve speciální pedagogice vycházíme převážně z funkčního klasifikačního systému, který na rozdíl od systému medicínského není striktně zaměřený pouze na míru zrakové ostrosti a rozsah zorného pole, ale vnímá každého jedince jako jedinečnou bytost mající své individuální potřeby. Funkční klasifikace zrakového postižení tedy nevěnuje pozornost pouze patologii zrakové percepce a jejím důsledkům, nýbrž se zaměřuje na užívání zrakových dovedností při běžných činnostech a uplatňování vhodných reedukačních postupů. (Vrubel, Röderová, Jágerová, 2017)

V případě funkční klasifikace zrakového postižení můžeme uvést systém například dle L. Hyvärinen (2007, s. 227-228), ve kterém se orientujeme na hodnocení „samostatného pohybu, orientace v prostoru a výkonů při práci na blízko (např. čtení, psaní)“. Tato funkční klasifikace přináší všeobecný pohled na zrakové postižení, jenž je podstatný pro vzdělávání a reedukaci zraku (Hyvärinen, 2007). Silveira (2019, s. 6-7) představuje funkční klasifikační systém zrakového postižení dle A. L. Corn, který je označován jako „trojdimenzionální model faktorů funkčního vidění“. Tento model tvoří dimenze zrakových funkcí (např. zraková ostrost, kvalita zorného pole, barvocit), vnějšího prostředí (např. barva, kontrast, osvětlení) a individuálních schopností (např. kognitivní funkce a nabyté kompetence) (Silveira, 2019).

Z pohledu speciální pedagogiky se při klasifikaci zrakového postižení zaměřujeme také na další aspekty důležité z hlediska vzdělávacího procesu, jimiž jsou například doba vzniku postižení a jeho charakter (Finková, 2011). V rámci speciálněpedagogického posouzení zrakového postižení využíváme čtyřstupňový systém klasifikace, který osoby

s postižením zraku člení na „nevidomé, se zbytky zraku, slabozraké a s poruchami binokulárního vidění“ (Finková, 2011, s. 14).

Osoby nevidomé lze označit jako osoby s nezávažnějším stupněm zrakového postižení. V této kategorii můžeme rozlišovat dva typy nevidomosti, a to nevidomost praktickou a úplnou. Při úplné nevidomosti jedinec nevnímá ani světlo, zatímco prakticky nevidomí mají zachovalý světlocit, a tudíž světlo vnímají. Nevidomé osoby mají nejvíce omezený přístup k informacím. Z toho důvodu je cílem speciální pedagogiky tuto informační bariéru co nejvíce eliminovat a optimalizovat jejich vzdělávací možnosti. (Finková, Ludíková, Růžičková, 2007; Vrubel, Röderová, Jágerová, 2017)

Osoby se zbytky zraku tvoří specifickou kategorií. Z pohledu speciální pedagogiky je tato skupina zařazována do čtyřstupňového klasifikačního systému, ovšem v medicínské klasifikaci je vynechána, protože je řazena do těžké slabozrakosti. Osoby se zbytky zraku tedy můžeme chápat jako kategorii, jež se nachází na pomezí těžké slabozrakosti a praktické nevidomosti. (Finková, 2011)

Osoby slabozraké představují širokou skupinu z důvodu velké variability možného poškození zrakové percepce. Slabozrakost se může projevit například sníženou zrakovou ostrotí, světloplachostí či přítomností nystagmu, tj. mimovolní pohyby očí. V případě slabozrakosti dochází ke zkreslení vizuálních vjemů. Dle míry narušení zrakových podnětů lze slabozrakost dělit na lehkou a těžkou. (Kimplová, Kolaříková, 2014; Brodsky, 2021) U většiny slabozrakých jedinců se setkáváme se sníženou koncentrací pozornosti, zvýšenou unavitelností a pomalejším pracovním tempem (Ludíková in Renotierová, Ludíková et al., 2006).

Osoby s poruchami binokulárního vidění tvoří nejpočetnější skupinu s nejčastějším výskytem u dětí v předškolním věku. Do této skupiny řadíme osoby s vyskytujícími se strabismem, tj. šilhavost a amblyopií, tj. tupozrakost. Poruchy binokulárního vidění jsou brány jako poruchy funkční, a to z toho důvodu, že je lze částečně, či úplně eliminovat. Podmínkou je včasné odhalení a následná kvalitní reedukační péče. Toto však platí do věku přibližně 6–7 let, protože posléze je šance na reedukaci omezené zrakové percepce menší. (Finková, 2011) Binokulární vidění není vrozená schopnost. Vyvíjí se během prvních šesti let života, kdy dochází k jeho postupnému zkvalitnění vlivem dozrávání sítnice (Finková, Ludíková, Růžičková, 2007). „V průběhu prvního roku života se vyvíjí schopnost zaostřovat předměty a stabilizuje se proces fúze, tj. spojení obrazů z pravého

a levého oka v jeden vjem“ (Finková, Ludíková, Růžičková, 2007, s. 46). V závěrečné fázi vývoje binokulárního vidění je dítě již schopno orientovat se v prostoru a vnímat jeho hloubku (Finková, Ludíková, Růžičková, 2007).

Květoňová a Šumníková (2022, s. 40) uvádí další možný klasifikační systém, ve kterém je zrakové postižení členěno dle typu narušení vizuální percepce na „ztrátu zrakové ostrosti, postižení šíře zorného pole, okulomotorické problémy, obtíže se zpracováním zrakových informací v centrálním nervovém systému (dále jen CNS) a poruchy barvocitu“.

1.3 Specifika vrozeného a získaného zrakového postižení

Cílem této podkapitoly je nastínit oblast specifík pojících se s dobou vzniku zrakového postižení, jež determinuje nabyté schopnosti daného jedince. S ohledem na profilaci bakalářské práce je pro nás významná zejména oblast motorických kompetencí, která zasahuje do individuálních možností a překážek jedinců se zrakovým postižením ve vykonávání pohybových aktivit.

Na počátku je žádoucí zmínit, že možné důsledky a projevy zrakového postižení nelze přisuzovat každému jedinci, protože se vážou na specifčnost každé osobnosti (Krhutová in Michalík et al., 2011). Vrozené zrakové postižení představuje postižení, se kterým se dítě narodí, nebo ho získá v raném věku. Z toho vyplývá, že vrozené zrakové postižení může výrazně zasáhnout do kognitivního, sociálního a motorického vývoje dítěte (Vítková, 2020). Je žádoucí zmínit, že míra odlišnosti ve vývoji těchto procesů je determinována stupněm zrakového postižení. U dětí, které se se zrakovou vadou narodí nebo u nichž je na zrakovou vadu podezření, je nutné co nejdříve provést vyšetření, stanovit prozatímní diagnózu a zahájit reedukační péči, jež je nezbytná z toho důvodu, že po narození je zahájen proces vývoje binokulárního vidění. (Beneš, 2019) Získané zrakové postižení vzniká v průběhu života, kdy dochází k postupnému zhoršování zraku, či k jeho úplné ztrátě. K získanému zrakovému postižení dochází až po dokončení vývoje základních procesů a jedinec má tedy možnost využívat již nabyté kompetence. Na druhou stranu představuje získané postižení větší psychickou zátěž a náročnější proces vyrovnávání se s postižením. Jedinec může srovnávat svůj původní stav s tím aktuálním, který považuje za jednoznačně horší. (Vágnerová, 2014; Beneš, 2019) V případě ztráty zraku v dospělosti jedinec vnímá zvýšenou potřebu svého

sociálního okolí a v důsledku toho může pociťovat pocity méněcennosti (Květoňová, 2000).

V kognitivním vývoji jsou děti s vrozeným zrakovým postižením vlivem nedostatku vizuálních podnětů nejvíce ohroženy senzoricou deprivací, jež způsobuje změny v psychomotorickém vývoji. Poznávací procesy u dětí s vrozeným zrakovým postižením nejsou odlišné, ale jsou zpomalené a v některých oblastech omezené. Odlišnosti ve vývoji kognitivních procesů lze nalézt v pozornosti, vnímání, myšlení, řeči a paměti. Zrak je základním nástrojem k přijímání informací. Jeho absence či omezení způsobují, že koncentrace pozornosti je na nedostatečné úrovni. Z toho důvodu je u osob zejména s těžkým zrakovým postižením nutná orientace na kompenzační smysly, které jejich pozornost podněcují. Paměť je pro osoby se zrakovým postižením velice podstatnou funkcí, protože jim již od narození napomáhá kompenzovat důsledky zrakového omezení. Postižení zraku výrazně limituje percepce, tj. vnímání. V případě omezené zrakové percepce objekty nejsou přesně vnímány. Nedostatky vizuální percepce je žádoucí kompenzovat například verbalizací, názorností a využíváním ostatních smyslů. Ve vývoji myšlení se u dětí se zrakovým postižením můžeme setkávat s opožděním, a to zejména v porozumění pojmům a vztahům mezi objekty. (Röderová, 2015; Vítková, 2020; Květoňová, Šumníková, 2022) Řeč má pro osoby se zrakovým postižením významnou kompenzační funkci. U dětí s těžkým zrakovým postižením se ovšem můžeme setkávat s verbalismem, tj. s používáním slov bez hlubšího porozumění jejich významu (Šumníková, Kopečný, 2021). V oblasti narušené komunikační schopnosti (dále jen NKS) se u dětí se zrakovým postižením může objevovat vadná výslovnost hlásek, tj. dyslalie a artikulační neobratnost. Problémy v komunikační schopnosti, jež vznikají jako sekundární projev jiného zdravotního omezení (např. zrakového postižení), označujeme jako symptomatické poruchy řeči (Lechta, 2011).

Sociální vývoj je u dítěte s vrozeným zrakovým postižením výrazně determinován stupněm závažnosti postižení. Od počátku vývoje mají děti zejména s těžkým zrakovým postižením omezenou možnost učit se nápodobou. V psychickém vývoji dítěte spočívá komplikace v nedostatečném navazování očního kontaktu s jeho nejbližším okolím. Nedostatek či absence očního kontaktu s matkou a dalšími pečujícími osobami může způsobovat izolaci, narušení vztahů v rodině a problémy v sociálním vývoji. V socializaci jedinců s těžkým zrakovým postižením se jeví jako nejvíce limitující větší a trvalá závislost na lidech v okolí. U dětí s vrozeným zrakovým postižením je tedy

žádoucí co nejdříve zahájit zrakovou stimulaci. (Květoňová, Šumníková, 2022) Jejím cílem je prostřednictvím specifických technik a pomůcek rozvíjet zachovalé funkce zrakové percepce. Zrakovou stimulaci zajišťujeme úpravou prostředí a výběrem takových aktivit, při kterých má dítě možnost využívat zrak i další smysly (Matoušková in Baslerová et al., 2012).

Motorické kompetence můžeme vymezit jako „způsobilost či schopnost adekvátním způsobem vykonávat pohyby v širokém pohybovém spektru od běžné denní motoriky a sebeobsluhy až po pohyby typicky tělocvičné“ (Janečka in Janečka, Bláha et al., 2019, s. 41). Motorický vývoj je od narození výrazně stimulován zrakovou percepcí. U dětí s vrozeným postižením zraku se v důsledku omezené zrakové percepce setkáváme se sníženou motivací k pohybovým úkonům, a tudíž může docházet ke zpoždění v motorickém vývoji. Z toho důvodu je nezbytné, aby bylo dítě se zrakovým postižením již od narození podněcováno okolím k získávání motorických kompetencí. (Janečka, Štěrbová, Kudláček, 2008; Brian in Haegele et al., 2021) U dětí s vrozeným zrakovým postižením dochází v důsledku chybějících vizuálních informací k utváření odlišných pohybových vzorců. Z toho důvodu můžeme v motorickém vývoji pozorovat odchylky v držení těla a způsobu chůze, ve skákání, chytání, házení a zvýšené unavitelnosti s rychlejším nástupem. (Prokešová in Vařeková, Daďová, Nováková et al., 2022) U dětí s těžkým postižením zraku se mohou objevovat též psychomotorické zvláštnosti, jimiž jsou například kývavé a točivé pohyby či tření očí (Janečka, Bláha, 2013).

Děti s lehkým zrakovým postižením mají více možností využívat vizuální zkušenosti a představy, které je ovšem nezbytné neustále rozvíjet a posilovat. Prostorová orientace je u všech stupňů zrakového postižení omezená, takže může zejména ve větším a neznámém prostoru docházet k chybným pohybovým úkonům, které způsobují, že dítě při pohybu pociťuje nejistotu. Z toho vyplývá, že s motorickou nevyzrálostí se setkáváme i u dětí s lehkým postižením zraku. Velkou roli v rozvoji motorických kompetencí hraje rodina a učitelé tělesné výchovy, kteří mohou dítě se zrakovým postižením v pohybových aktivitách významně podpořit a rozvíjet. (Janečka, Bláha, 2013; Prokešová in Vařeková, Daďová, Nováková et al., 2022) Kirk (in Haegele et al., 2021) uvádí, že největší chybou rodičů v podpoře dítěte se zrakovým postižením v realizaci pohybových aktivit je jejich nadměrná protektivita, tj. ochrannost. Rodiče se často obávají, že se dítě při pohybových aktivitách zraní, a tudíž se ho snaží zapojovat do alternativních aktivit, jež se jeví jako bezpečnější. Nežádoucím důsledkem

jejich snahy dítě ochránit je budování strachu a nejistoty dítěte při pohybu (Kirk in Haegele et al., 2021).

1.4 Dítě se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky

Bakalářská práce se profiluje na děti se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky. Z toho důvodu se v následující podkapitole zaměříme na vymezení pojmu školní věk a objasníme specifika, která se s ním pojí v souvislosti se zrakovým postižením.

Školním věkem vymezujeme období od 6 do 15 let, resp. období, kdy dítě prochází povinnou školní docházkou. V této době dochází k výrazným změnám v oblasti psychické i fyzické, a proto ho dále členíme na raný (6/7–8/9 let), střední (8/9–11/12 let) a starší (11/12–15 let) školní věk (Vágnerová, 2012). Erikson (2014) vymezuje školní věk jako fázi píce a snaživosti. Z toho vyplývá, že pro dítě se zrakovým postižením může mít školní výkon kompenzační funkci a má také značný význam pro posílení jeho pozitivního sebehodnocení (Vágnerová, 1995). Květoňová (2000) ovšem upozorňuje na možné nezdary ve škole, které mohou u dítěte naopak vyvolat pocity méněcennosti. Dítě s postižením zraku se s nástupem do školy setkává s jednou z prvních zkušeností se svou heterogenitou ve vztahu k intaktním vrstevníkům. Jeho začlenění do kolektivu majoritních spolužáků výrazně spoluurčuje vývoj jeho identity (Vágnerová, 1995). V mladším školním věku se dítě nachází ve fázi střízlivého realismu. Tímto způsobem uvažuje i o svém postižení, které bere jako skutečnost, a díky tomu je v tomto období určitým způsobem chráněno od možných pocitů frustrace (Vágnerová, 1995; Langmeier, Krejčířová, 2006).

Pro vzdělávání dětí se zrakovým postižením je podstatné uzpůsobit vnější podmínky, které se pojí s edukačním procesem. Zrakově postižené děti, které jsou intelektově dostatečně disponovány, jsou schopny si vytvořit funkční strategie, které jim pomáhají překonávat překážky ve vzdělávání (Vágnerová, 1995; Květoňová, Šumníková, 2022). Činnosti, ve kterých mívají děti se zrakovým postižením ve škole největší obtíže jsou např. čtení, psaní a aktivity v tělesné výchově. V těchto oblastech je tedy žádoucí je nejvíce podpořit. Děti s postižením zraku potřebují k získání školních znalostí nácvik specifických dovedností a kompenzační pomůcky (Hamplová, Janková in Janková et al., 2015).

Pohybové aktivity jsou pro děti ve školním věku důležitou součástí života a tělesná výchova ve škole je pro děti se zrakovým postižením významným rehabilitačním prostředkem. I přesto se děti se zrakovým postižením účastní pohybových aktivit méně než jejich intaktní vrstevníci. Příčinou je omezení ve zrakové percepci, ale také přístup okolí, které některé pohybové aktivity považuje za riskantní. Zrakové postižení má vliv nejen na individuální pohybové aktivity, ale také na příležitosti zapojit se do kolektivních sportů. (Šimko, Šimko in Lechta et al., 2016) Páchová (in Baslerová et al., 2012) upozorňuje na to, že v hlavním vzdělávacím proudu jsou děti se zrakovým postižením často uvolňovány z tělesné výchovy. Úkolem učitelů tělesné výchovy je ovšem žáky se zrakovým postižením do tělovýchovných aktivit zapojovat co nejvíce. Je pouze žádoucí pohybové aktivity uzpůsobit jejich potřebám a schopnostem. Děti se zrakovým postižením mívají nejčastěji problémy s vadným držením těla. Doporučuje se tedy zejména zdravotní tělesná výchova. Dále by se tělesná výchova měla orientovat na cvičení plynulé chůze, zdokonalování koordinačních schopností a rozvoj prostorové orientace. Při tělovýchovných aktivitách mohou děti se zrakovým postižením využívat různé speciální pomůcky, jako jsou například ozvučené či sytě barevné míče. (Páchová in Baslerová et al., 2012; Šimko, Šimko in Lechta et al., 2016)

Se starším školním věkem a nástupem puberty se pojí spousta dynamických změn (Vágnerová, 2012). Nejdůležitějším úkolem tohoto období je dle Eriksona (2014) hledání vlastní identity, které souvisí s procesem osamostatňování. Zejména pro těžce zrakově postižené děti je tento proces emancipace od rodiny výrazně obtížnější než pro jejich intaktní vrstevníky (Vágnerová, 1995). V kognitivním vývoji se dítě ve starším školním věku dle Piageta a Inhelder (2014) nachází ve stádiu formálně logických operací. Z toho důvodu se mění jeho postoj k vlastnímu postižení, které se jeví jako velice omezující. Dítě vnímá své nedostatky a důsledky zrakového postižení ho omezují ve vykonávání běžných aktivit. V období staršího školního věku se dítě více zaměřuje na budoucnost a představuje si ideální obraz sebe samotného. Pro dítě se zrakovým postižením je ovšem jeho ideál vzdálenější realitě, a to může způsobovat ještě větší pocity frustrace. V navazování nových sociálních kontaktů jsou zejména těžce zrakově postižené děti limitované, a proto začínají vyhledávat vrstevníky s podobným omezením. Z těchto charakteristik vyplývá, že pro dítě se zrakovým postižením, ale i jeho rodiče je toto vývojové stádium jedním z psychicky nejnáročnějších. Toto období

je obtížné zejména pro rodiče, kteří zauímají hyperprotektivní postoj a nechtějí své dítě podpořit v osamostatňování. (Vágnerová, 1995)

2 Volný čas

Bakalářská práce se zabývá volným časem dětí se zrakovým postižením. Z toho důvodu je cílem této kapitoly vymezit pojem volný čas, popsat jeho funkce a představit základní typy zájmových činností s profilací na ty, jež jsou vhodné pro děti se zrakovým postižením.

2.1 Charakteristika a funkce volného času

Význam volného času může každý jedinec vnímat trochu odlišným způsobem a jeho pojetí je tedy do jisté míry subjektivní. Velmi heterogenní je zejména způsob, jakým každý jedinec svůj volný čas tráví a pro jaký účel ho využívá. Knotová (2011, s. 25) rozlišuje tři různá pojetí volného času, jimiž jsou:

- „pojetí optimistické, které ve volném čase spatřuje smysl a cíl života“;
- „pojetí skeptické, které zdůrazňuje převážně negativní aspekty volného času a jeho možná rizika“;
- „pojetí realistické, které vnímá volný čas jako příležitost k vytváření hodnot“.

Pojem volný čas můžeme chápat jako dobu mimo naše veškeré povinnosti, a tudíž si všechny činnosti, které v této době děláme, vybíráme dobrovolně. Z toho vyplývá, že činnosti, které ve volném čase vykonáváme jsou pro nás příjemné a uspokojující. Volnočasové aktivity slouží převážně k rekreaci a osobnostnímu rozvoji. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2011; Fazik in Fazik, Štemberk et al., 2013; Tůma, 2018)

Pro děti ve školním věku představuje volný čas oblast mimo školní povinnosti. Volný čas dětí je specifický výchovným ovlivňováním, které je zejména v mladším školním věku žádoucí. Důvodem je nedostatek zkušeností a snížená schopnost dětí se adekvátně orientovat v zájmových aktivitách. Z toho vyplývá, že děti ve volném čase potřebují přiměřené a nenásilné vedení, jehož míra je determinována věkem, kognitivní vyzrálostí a typem zájmových činností. Nabídka zájmových činností by měla být pro děti pestrá a přitažlivá. Primárním cílem volnočasové výchovy je naučit děti volný čas smysluplně

využívat. (Pávková, Hájek, Hofbauer in Pávková et al., 1999; Tůma, 2018) Dílčími cíli jsou naučit děti „volit vhodné formy rekreace, rozvíjet a podporovat jejich zájmy, objevovat jejich schopnosti, uspokojovat jejich potřeby a vést je k celoživotnímu vzdělávání“ (Tůma, 2018, s. 18).

Původní pojetí členilo výchovu ve volném čase na výchovu mimotřídní, mimoškolní a mimovyučovací. Tento přístup vycházel z pojetí školy jako všeobecně rozšířené výchovně vzdělávací instituce. Tyto pojmy později nahradil samostatný termín výchova mimo vyučování, který již zřetelně vnímá činnosti ve volném čase jako dobrovolné, resp. jako činnosti mimo povinné vyučování. V současnosti se nejčastěji ve vztahu k výchově ve volném čase setkáváme se třemi pojmy, jimiž jsou výchova formální, informální a neformální. Jejich výhodou je, že jsou zřetelně definovatelné a jednoznačně uplatnitelné. Do formální výchovy řadíme aktivity, které jsou uskutečňované ve školách nebo odborných vzdělávacích institucích a jsou podporované státem. Z toho vyplývá, že jsou závazné a pevně organizované. Informální výchova vychází z každodenního života a aktivit spojených s rodinou a vrstevníky. Její působení je tedy nezáměrné, neorganizované a institucionálně nezajišťované. Výchova neformální má podobu záměrného působení, které však vychází z dobrovolné účasti jedince v daných aktivitách. (Hofbauer, Kaplánek, 2010)

Z pohledu legislativy je zájmové vzdělávání vymezeno v zákoně č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů, kde je charakterizováno jako „vzdělávání poskytující účastníkům naplnění volného času zájmovou činností se zaměřením na různé oblasti“. „Zájmové vzdělávání se uskutečňuje ve školských zařízeních pro zájmové vzdělávání, zejména ve střediscích volného času, školních družinách a školních klubech“ (Školský zákon ve znění účinném od 1.7. 2023, § 111 odst. 1). Zájmové vzdělávání je pro děti zvláště důležité, protože přispívá ke komplexnímu rozvoji osobnosti. Je také prostředkem prevence rizikového chování a umožňuje dětem smysluplně trávit volný čas (MŠMT ČR, © 2023). V oblasti volného času osob se zdravotním postižením se můžeme odkázat na Organizaci spojených národů (dále jen OSN), která v Úmluvě o právech osob se zdravotním postižením (MPSV ČR, 2006, čl. 30 odst. 5) uznává právo osobám se zdravotním znevýhodněním „podílet se na rovnoprávném základě s ostatními na rekreační, zájmové a sportovní činnosti“.

Na funkce volného času můžeme nahlížet z různých úhlů pohledu. Pávková, Pavlíková, Hrdličková (in Pávková et al., 1999, s. 42-43) a Tůma (2018, s. 19-20) se shodují na vymezení obecných funkcí výchovy ve volném čase, jimiž jsou:

- výchovně-vzdělávací

Spočívá v záměrném působení na duševní, fyzickou a sociální stránku osobnosti. Volnočasové aktivity rozvíjí kognitivní funkce, emoce, volní vlastnosti a slouží k uspokojování potřeb a jejich kultivaci. (Tůma, 2018)

- zdravotní

Aktivity ve volném čase přispívají ke zdravému tělesnému, sociálnímu a duševnímu vývoji (Tůma, 2018).

- sociální

Volnočasové aktivity podporují navazování sociálních vztahů, budování sociálních rolí a zdokonalování komunikačních schopností. Díky tomu přispívají k sociálnímu učení a vyrovnávání příležitostí. (Tůma, 2018)

- preventivní

Výchova ve volném čase předchází vzniku sociálně patologických jevů, mezi které řadíme např. záškoláctví, krádeže, šikanu, užívání návykových látek, rasismus, vandalismus apod. Výchova ve volném čase je tedy primární prevencí sociálně patologických jevů, která je efektivnější než jejich náprava. (Tůma, 2018)

Veal (2019, s. 189) odkazuje na J. Dumazediera, který stanovil tři vzájemně se prolínající funkce volného času, jimiž jsou „odpočinek, zábava a rozvoj osobnosti“.

Vážanský a Smékal (1995, s. 30-31) uvádí komplexní soubor funkcí volného času vycházejících z potřeb každého jedince dle H. W. Opaschowského, jimiž jsou funkce:

- „rekreační – potřeba zotavení a psychického uvolnění;
- kompenzační – potřeba vyrovnání;
- edukační – potřeba poznání a podněcování k celoživotnímu učení;
- kontemplační – potřeba klidu a poznávání sám sebe;

- komunikační – potřeba sdělovat a nebýt sám;
- integrační – potřeba pospolitosti a skupinových vztahů;
- participační – potřeba účasti ve společenských aktivitách;
- enkulturační – potřeba kreativního rozvoje a růstu vlastních schopností“.

2.2 Typy zájmových činností

Volný čas můžeme trávit různými způsoby, jež jsou ovlivňovány řadou subjektivních i objektivních faktorů (Slepičková, 2000). Jedinci se zrakovým postižením mohou být ve vykonávání některých typů zájmových aktivit omezeni očním lékařem. Kromě zdravotních limitů se mohou setkávat s dalšími vnitřními a vnějšími bariérami, které jim brání trávit volný čas dle svých potřeb a představ. (Ludíková, Stoklasová, 2005) Dle Ludíkové a Stoklasové (2005, s. 37-38) můžeme zájmové činnosti členit do pěti následujících typů:

- společensko-vědní činnosti

Pro děti se zrakovým postižením jsou tyto druhy aktivit vhodné a snadno přístupné, protože k jejich realizaci nejsou potřebné výrazné úpravy. Tyto činnosti směřují k osvojení poznatků ze společenských a historických oborů. Jedincům se zrakovým postižením lze doporučit např. zájmové vzdělávání cizích jazyků či kroužky historie. (Ludíková, Stoklasová, 2005)

- pracovní-technické činnosti

Tyto aktivity přispívají k rozvoji manuálních a technických dovedností. Pro děti se zrakovým postižením jsou vhodné např. modelářské kroužky či zájmové kroužky informační a výpočetní technologie. (Ludíková, Stoklasová, 2005)

- přírodovědné a ekologické činnosti

Tyto druhy aktivit se orientují na ochranu a poznávání přírody. Pro děti se zrakovým postižením jsou vhodné např. vycházky do přírody či zájmové kroužky environmentální výchovy. (Ludíková, Stoklasová, 2005)

- esteticko-výchovné činnosti

Tato oblast zahrnuje aktivity výtvarné, hudební, literární a dramatické. Výtvarné činnosti jsou pro děti se zrakovým postižením velice prospěšné, protože rozvíjí hmatovou perцепci a manipulaci s předměty. U dětí s těžkým zrakovým postižením se využívají techniky tyflografické jako například modelování či reliéfní kreslení. Hudební činnosti jsou u dětí se zrakovým postižením oblíbené a přispívají k rozvoji kompenzačních smyslů, tj. sluchu a hmatu. Děti se zrakovým postižením mohou zpívat ve sboru nebo hrát na hudební nástroj. Činnosti literární a dramatické jsou pro ně též přínosné, protože rozvíjí komunikační dovednosti a sociální kompetence. Vhodné jsou např. návštěvy společenských akcí či divadelní kroužky. (Ludíková, Stoklasová, 2005)

- tělovýchovné, sportovní a turistické činnosti

Sportovní a pohybové aktivity jsou pro děti se zrakovým postižením velice přínosné, protože podporují jejich fyzické a duševní zdraví, přispívají k eliminaci vadného držení těla, rozvíjí orientaci v prostoru a zvyšují fyzickou zdatnost. Pro děti se zrakovým postižením by měla být nabídka pohybových aktivit pestrá a měla by vést ke všeobecnému rozvoji motorických kompetencí. Nabídka pohybových aktivit je v současnosti dostatečně široká a děti se zrakovým postižením mohou vykonávat téměř jakýkoliv sport. Hojně provozované jsou kolektivní sportovní hry pro zrakově postižené, jako je např. goalball a showdown, při kterých se využívají speciální pomůcky, jako např. ozvučené míče a náramky, klapky na oči, reliéfní mety apod. Některé pohybové aktivity nemusí být pro zrakově postižené jedince vzhledem k jejich individuálním omezením vhodné. Z toho důvodu je žádoucí se při výběru pohybové aktivity poradit s očním lékařem. (Ludíková, Stoklasová, 2005; Janková, Moravcová, 2017)

Patočková, Čermák a Šafr (2022) se zabývali volným časem dětí staršího školního věku. Dle výsledků výzkumu mají děti ve věku 11–15 let v běžný školní den přibližně 2–4 hodiny volného času. Autoři dále prezentují pět typů činností, které děti ve školním věku ve volném čase nejčastěji dělají, a to „sport a pohybové aktivity, činnosti na internetu a sociálních sítích, aktivity v kolektivu vrstevníků, tvořivou činnost a čtení“ (Patočková, Čermák, Šafr, 2022, s. 7). Nejpočetnější skupinu tvoří pohybové a sportovní aktivity. Z toho usuzujeme, že pro děti v průběhu povinné školní docházky je pohyb ve volném čase důležitý. Toto potvrzuje také Kaplan (2020), který uvádí, že děti

ve školním věku potřebují trávit pohybem stejné množství času jako ve škole. Školní tělesná výchova a volnočasové pohybové aktivity by tedy měly být zaměřeny na to, aby se dítě do nabízených činností aktivně zapojovalo a utvářelo si tak pohybový režim (Kaplan, 2020).

Pro děti se zrakovým postižením je zejména v mladším školním věku důležité, aby jim byly nabízeny různé druhy zájmových činností, ze kterých si následně zvolí ty, které jsou v souladu s jejich zájmy, možnostmi a potřebami. Zájmové činnosti jsou pro děti se zrakovým postižením velmi podstatné, protože přispívají k socializaci, začleňování do kolektivu intaktních vrstevníků a jsou také kompenzačním prostředkem důsledků zrakového postižení. (Ludíková, Stoklasová, 2005; Janková, Moravcová, 2017) Pávková, Pavlíková a Hrdličková (in Pávková et al., 1999, s. 45-46) uvádí několik zařízení, která dětem zprostředkovávají zájmové činnosti, jimiž jsou „školní kroužky, družiny a kluby, střediska volného času, domy dětí a mládeže (dále jen DDM), základní umělecké školy (dále jen ZUŠ), občanská sdružení a sportovní organizace“.

3 Pohybové a sportovní aktivity jako způsob trávení volného času

S ohledem na zaměření bakalářské práce je v této kapitole věnována pozornost pohybovým a sportovním aktivitám, kterým se mohou děti ve školním věku ve volném čase věnovat. Konkrétně se v této kapitole zaměříme na přínos sportovních aktivit, představíme vybrané pohybové aktivity vhodné pro děti se zrakovým postižením a uvedeme několik organizací v České republice, jež pohyb těchto dětí podporují.

3.1 Přínos pohybu a sportovních aktivit

Pohyb je jedním ze základních projevů člověka a pohybová činnost je primární potřebou každého dítěte (Mužík, Krejčí, 1997). Z toho důvodu by se pohybové aktivity měly stát základní složkou denního režimu každého jedince, a to již od raného věku. Aktivní životní styl podporuje zdraví, prodlužuje délku života a snižuje rizika vzniku chronických onemocnění. Pohybové aktivity přispívají k socializaci, podporují somatické a psychické zdraví, rozvíjí kognitivní funkce a jsou součástí prevence sociálně patologických jevů. Sport a pohyb je také významným nástrojem podpory dětí se speciálními vzdělávacími potřebami. (Švamberská-Šauerová, Tilinger, Hošek, 2017; Haegele, 2019; Schlegel, Fialová, 2023) Slepíčková (2000, s. 22) vychází při definici

sportu z Evropské charty sportu a vymezuje ho jako „všechny formy pohybové činnosti, které si prostřednictvím organizované či neorganizované účasti kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné a psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních“.

Psychický vývoj jedinců se zrakovým postižením je vlivem omezené vizuální percepce spojen s určitými specifiky a pohybové aktivity ho mohou významně podpořit a rozvíjet (Górny, Kowalik in Blahutková et al., 2017). I přesto dle Bláhy (2012) potvrzuje většina studií v České republice, že osoby se zrakovým postižením mají nižší pohybové schopnosti než jedinci majoritní společnosti a méně často se pohybových aktivit účastní. Züll et al. (2019) došli ve výzkumu o pohybové aktivitě dětí a mládeže se zdravotním postižením k závěru, že nízká vnitřní motivace není největší bariérou v účasti těchto dětí v pohybových aktivitách, protože většina z dotazovaných se sportu věnovat chce. Dle výsledků studie spočívají překážky v účasti dětí se zdravotním postižením na sportovních aktivitách převážně ve vnějších podmínkách. V závěrečných doporučeních tak poukazují na nutnost vyšší podpory a motivace ze strany rodičů, vrstevníků a společnosti. Dále zmiňují sportovní kluby a zájmové pohybové kroužky, které by měly rozšířit své programy, zpřístupnit prostředí a zatraktivnit pohybové aktivity pro děti se zdravotním postižením. Současně poukazují na potřebu vyšší informovanosti rodičů o vhodných programech a organizacích, které tyto děti v pohybu podporují. Potřebu zvýšené podpory vnímají také ze strany trenérů a zdravotníků, kteří by měli rodiče a jejich děti se zdravotním postižením více seznámit s pozitivními účinky sportu a zmenšovat tak jejich obavy a vnitřní bariéry. (Züll et al., 2019)

Sport a socializace

Socializace je proces, kterým prochází každý jedinec již od narození proto, aby se mohl stát sociální a kulturní bytostí. Za základní mechanismy socializace považujeme imitaci, tj. nápodobu a identifikaci, tj. ztotožnění. Identifikace se promítá do chování jedince, protože probíhá na základě pozorování a napodobování vzoru, se kterým se dítě ztotožňuje. K socializaci dochází zejména v kolektivních sportovních aktivitách, při nichž se děti od sebe vzájemně učí. (Švamberg-Šauerová, Tilinger, Hošek, 2017) Sport tedy můžeme považovat za „významný prostředek k navazování sociálních kontaktů, vztahů a dále k učení se sociálními rolím, hodnotám a pravidlům“ (Švamberg-Šauerová, Tilinger, Hošek, 2017, s. 11). Důležitou součástí skupinových sportovních aktivit je

díky vytváření heterogenních skupin budování respektu k ostatním jedincům. Při sportovních aktivitách se totiž dohromady mohou scházet děti odlišného věku, pohlaví i zdravotních dispozic. Z toho usuzujeme, že sport významně přispívá k začleňování dětí se zdravotním postižením do majoritní společnosti. (Švamberg-Šauerová, Tilinger, Hošek, 2017)

Sport a psychické zdraví

Pohybové aktivity mají bezprostřední vliv na naše duševní zdraví. Účinky pohybu lze obecně popsat jako antidepresivní. To znamená, že při realizaci pohybových aktivit dochází ke snižování pocitů frustrace a úzkosti vlivem zvyšování hladiny serotoninu a dalších hormonů, které člověku přináší pocity radosti a uspokojení. Pohybové aktivity přispívají k eliminaci stresu, protože při jejich vykonávání dochází k psychickému uvolnění a odpoutání se od aktuálních potíží. Obecně můžeme říci, že pohyb má pozitivní vliv na naše prožívání a chování. Prostřednictvím pohybových aktivit dochází k odstranění negativních pocitů, vytváření důvěry ve vlastní kompetence a díky tomu k posilování sebevědomí. (Švamberg-Šauerová, Tilinger, Hošek, 2017; Schlegel, Fialová, 2023)

Sport a somatické zdraví

Pohybové aktivity jsou primární prevencí chronických onemocnění (např. diabetes). Důvodem jsou pozitivní účinky sportu na náš kardiovaskulární a imunitní systém. Pohybové aktivity přispívají k posilování svalů a podpoře metabolismu. Díky tomu je sport důležitou součástí zdravého životního stylu, který přispívá k adekvátní hmotnosti, kvalitnějšímu spánku a prodloužení délky života. (Švamberg-Šauerová, Tilinger, Hošek, 2017; Schlegel, Fialová, 2023)

Sport a rozvoj kognitivních funkcí

Do kognitivních funkcí řadíme myšlení, řeč, paměť, vnímání, pozornost a představivost. Tyto funkce je nezbytné neustále rozvíjet a posilovat, protože jsou pro nás po celý život bezprostředně důležité, a pohybové aktivity jsou významným faktorem, který k jejich podpoře přispívá. Pravidelná pohybová aktivita je nástrojem rozvoje kognitivních funkcí u celé populace, zejména pak u seniorů a osob se zdravotním postižením. (Vařeková, Daňová, 2014) Prostřednictvím pohybu se děti již od raného věku seznamují s okolním prostředím. Pohybovou aktivitou dítě posiluje svou fyzickou

zdatnost, rozvíjí své motorické kompetence a učí se novým poznatkům. Zejména při pohybových hrách se dítě seznamuje s novými pojmy a poznává okolní svět. Pohybová cvičení a hry rozvíjí také smyslové vnímání, protože při pohybu využíváme většinu smyslových orgánů. (Schlegel, Fialová, 2023)

Sport a prevence sociálně patologických jevů

Součástí primární prevence společensky nežádoucích jevů je již od raného věku zdravý způsob života. V holistickém pojetí vzniká zdravá osobnost propojením tělesné, duševní, sociální a spirituální složky v harmonickou jednotu. Tím, že pohybová aktivita přispívá ke zdravému životnímu stylu, tak současně působí jako prevence vlivů, které mohou život a zdraví člověka určitým způsobem ohrozit. Pohybové aktivity podporují sebedůvěru, která je sama o sobě ochranou před vznikem nežádoucích jevů. Díky tomu, že přispívají k redukci stresu a eliminaci agrese, působí jako primární prevence například závislostí a záměrného ubližování ostatním jedincům. (Švamberk-Šauerová, Tilinger, Hošek, 2017)

Sport a relaxace

Takovému odpočinku, který nám pomáhá se na určitou dobu vzdálit od každodenních povinností prostřednictvím pohybových aktivit, říkáme aktivní. Vhodně zvolené pohybové aktivity jsou tedy prostředkem aktivního odpočinku, který je v životě každého člověka nezbytný. (Švamberk-Šauerová, Tilinger, Hošek, 2017)

Kromě biologických dispozic je významným činitelem podpory zapojování dětí do pohybových aktivit rodina, jež plní významnou úlohu při formování vztahu dítěte k pohybu. Rodiče mohou k motivaci dítěte do pohybu přispět tím, že ho v pohybových aktivitách podporují, a tím, že sami sportovní aktivity vykonávají. Jsou tedy vzorem, se kterým se dítě ztotožňuje. Kromě rodičů je pro děti ve školním věku významným motivačním činitelem k pohybu škola. Ve škole děti tráví několik hodin denně, a je tedy důležitou součástí jejich života. Pokud škola podporuje výuku tělesné výchovy, poskytuje sportovní zájmové kroužky a zabezpečuje dostatek vybavení a prostoru k pohybovým aktivitám, tak výrazně přispívá k žádanému množství pohybu dítěte ve školním věku. (Kaplan, 2020)

3.2 Pohybové a sportovní aktivity vhodné pro děti se zrakovým postižením

Zrakově postižené děti mohou mít nedostatek pohybu jako i některé děti intaktní, ovšem u dětí s těžkým zrakovým postižením se můžeme setkat až s pohybovou deprivací. Proto je pro tyto děti důležité, aby si již od raného věku vyzkoušely různé sportovní aktivity a následně si z nich zvolily ty, které jsou pro ně vhodné, příjemné a z hlediska jejich možností a schopností dostupné. (Vachule in Sport a rekreační aktivity zdravotně postižených dětí, 1998; Trnka, 2012) Děti se zrakovým postižením jsou při vykonávání pohybových aktivit více závislé na podnětech ze strany okolí. Důvodem je menší přirozená stimulace, která vyplývá ze snížené orientace v okolním prostředí vlivem omezené vizuální percepce. To způsobuje, že se u dětí se zrakovým postižením setkáváme převážně se stereotypními pohybovými činnostmi. (Janečka, Bláha, 2013)

Zapojování dětí s jakýmkoliv typem zdravotního postižení do pohybových aktivit ve škole i volném čase je významnou součástí jejich začleňování do společenského života majoritní společnosti. S výběrem vhodných pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením úzce souvisí charakteristika zrakového postižení, zejména pak doba jeho vzniku a stupeň. (Janečka, Bláha, 2013; Ješina, Tomoszek in Ješina et al., 2020) U pohybových aktivit je důležité, aby byly pro dítě se zrakovým postižením bezpečné a respektovaly jeho omezení (Janečka, Bláha in Kudláček et al., 2013). V případě dětí s těžkým zrakovým postižením je možné při pohybových aktivitách využívat podporu asistenta (Janková, Moravcová, 2017).

Děti se zrakovým postižením v mladším školním věku je vhodné zapojovat zejména do psychomotorických her a aktivit, jejichž cílem je propojení pohybu a prožitku. Orientujeme se převážně na pohybové aktivity rozvíjející hrubou motoriku, prostorovou orientaci, rovnováhu a koordinaci pohybů. (Vyhlídal in Ješina et al., 2020) U dětí se smyslovým postižením se nejčastěji setkáváme s funkčními poruchami pohybového aparátu jako např. vadným držením těla či potížemi s koordinací, a tudíž jsou pro ně vhodná zejména zdravotní a relaxační cvičení. Do skupiny těchto cvičení řadíme cviky na správné dýchání, vnímání těla, posilování svalů a správné držení těla. Obecně je naším cílem děti se zrakovým postižením k pohybovým aktivitám co nejvíce motivovat (Fiedlerová, Vařeková in Ješina et al., 2020).

Válek a Ješina (in Ješina et al., 2020) uvádí základní modifikace pohybových her pro děti se zrakovým postižením, jimiž jsou např. úpravy velikosti a tvaru hřiště, kratší čas pro hru, menší počet účastníků a úpravy velikosti, tvaru a váhy jednotlivých příslušenství. Pohybové hry vhodné pro děti se zrakovým postižením můžeme dle Janečky a Bláhy (2013, s. 188-189) členit do několika skupin, jimiž jsou hry „fotbalové – fotbal a sálová kopaná, hokejové – aplikovaný florbal a hokej s ozvučeným talířem na frisbee, založené na kutálení – goalball, toarball a kreistorball, košové – basketbal, pálkovací – beep baseball, přehazovací – kombibal, raketové – showdown a na zasahování terčů – bowling a kuželky“. Tyto druhy pohybových her významně přispívají k rozvoji pohybových a sensorických dovedností, jimiž jsou např. vnímání a reakce na signály, orientace ve vymezeném prostoru a schopnost rychlého přesunu (Janečka, Bláha, 2013).

U dětí se zrakovým postižením ve starším školním věku už můžeme cílit na konkrétní sportovní aktivity, které se mohou stát i jejich celoživotní zálibou (Trnka, 2012). Trnka (2012, s. 22) uvádí několik vhodných sportovních aktivit pro osoby se zrakovým postižením, jimiž jsou „lyžování, plavání, cyklistika showdown, atletika, goalball, kuželky a zvuková střelba“. Janečka (in Janečka et al., 2012, s. 72) uvádí kompletní seznam sportů, které se provozují v Českém svazu zrakově postižených sportovců (dále jen ČSZPS), a to „alpské lyžování, atletika, bowling, běžecké lyžování, cyklistika, futsal, goalball, judo, kuželky, plavání, showdown, silový trojboj, tandemová cyklistika, šachy a zvuková střelba“.

V současnosti se můžeme setkat se širokou nabídkou pohybových aktivit, kterým se mohou děti se všemi stupni zrakového postižení aktivně věnovat. Z toho důvodu představíme pouze několik vybraných sportovních her a aktivit, které jsou pro děti se zrakovým postižením vhodné, dostupné a přispívají k rozvoji jejich motorických kompetencí.

Goalball

Týmová míčová hra určená osobám se zrakovým postižením. Charakteristickými znaky jsou ozvučené míče, plastické vyznačení hrací plochy a neprůhledné klapky na očích, jež eliminují rozdíly ve stupni zrakového postižení jednotlivých účastníků. Úkolem hráčů je podobně jako u fotbalu dopravit míč do soupeřovy branky a porazit jej vyšším počtem vstřelených gólů. Goalball je jedním z nejčastěji provozovaných kolektivních

sportů pro zrakově postižené a celosvětově ho zastřešuje Mezinárodní asociace nevidomých sportovců (dále jen IBSA). Tato hra značně přispívá k rozvoji prostorové orientace a žádoucím reakcím na podněty zvukové a taktilní. (Janečka, Bláha in Kudláček et al., 2013; Růžička, Růžičková, Šmíd, 2013)

Showdown

Kolektivní hra označovaná jako stolní tenis pro osoby se zrakovým postižením. Hraje se na stole ve tvaru obdélníku s brankovými jamkami po kratších stranách stolu a úkolem hráčů je pomocí pátky vstřelit ozvučený míček do jamky soupeře. Při zasažení jamky rozhodčí zapíská. I při tomto sportu se využívají klapky na oči, které mají hráči po celou dobu hry nasazené. (Janečka in Janečka et al., 2012)

Beep baseball

Baseball, jenž je uzpůsoben osobám se zrakovým postižením. Při této kolektivní hře mají hráči za úkol nadhodit a odpálit ozvučený míček a následně se co nejrychleji přesunout k jedné ze dvou met, jež jsou specifické zvukově naváděcím zařízením. Účastníci mají po celou dobu hry nasazené klapky na očích. (Janečka, Bláha in Kudláček et al., 2013)

Cvičení na trampolíně

Cviky na trampolíně přispívají k rozvoji motorické koordinace, již je žádoucí u dětí se zrakovým postižením rozvíjet. Nejdříve se cvičící seznamuje s tvarem a velikostí trampolíny. Po úvodním rozcvičení a seznámení s jejími vlastnostmi přistupujeme k samotnému skákání, při němž je zpočátku vhodné, aby se cvičící držel za ruku s trenérem či jinou osobou. Pokud je cvičící již schopen skákat samostatně, přecházíme pouze na jištění pomocí záchranného pásu po stranách trampolíny (Dítětová in Sport a rekreační aktivity zdravotně postižených dětí, 1998).

Plavání

Za nejvhodnější sport pro osoby se zrakovým postižením považují Šimko a Šimko (in Lechta et al., 2016) plavání, protože ho řadíme mezi pohybová cvičení účinná pro osoby s vadným držením těla. Trnka (2012) uvádí zásady pro plavecký výcvik osob se zrakovým postižením, jimiž jsou zpočátku např. nácvik potápění hlavy, plavecké dýchání a vnímání vodního prostředí. Dále je žádoucí nevyužívat dráhy u okrajů bazénu

a zařazovat kontaktní cvičení u jeho stěny. Zásadní je nacvičit bezpečný vstup do vody a pohyby paží. Po zvládnutí těchto základních technik následuje nácvik plaveckých poloh (Trnka, 2012).

Lyžování

Před samotnou výukou lyžování je vhodné začít nejprve s všeobecnou přípravou pohybových dovedností nezbytných k samotnému lyžování, jimiž jsou kondičně a koordinačně zaměřená cvičení a seznámení se skluzem. Po této přípravě následuje výuka dovedností pro samotné lyžování, jako jsou např. seznámení s lyžařskou výstrojí, nácvik základního postoje a klouzání (Janečka, Ješina in Ješina, Hamřík et al., 2011). U osob s těžkým zrakovým postižením je při lyžování vhodné využít podporu traséra, který určuje směr jízdy, dává slovní pokyny a upozorňuje na překážky vyskytující se na svahu (Trnka, 2012).

Cyklistika

Jízda na kole je velmi prospěšnou aerobní aktivitou přispívající k motorické koordinaci a zvyšování fyzické zdatnosti. Osoby s těžkým zrakovým postižením provozují jízdu na tandemovém kole, kde dochází ke spolupráci dvou cyklistů. Při jízdě na kole je důležité dbát na bezpečnost, a tudíž je žádoucí nosit přilbu a rychlost jízdy přizpůsobit podmínkám terénu a schopnostem cyklistů. (Trnka, 2012)

Taneční aktivity

Šumníková (2018) zprostředkovává z výsledků studií důkazy o tom, že je tanec pro osoby se zrakovým postižením velice prospěšný, protože při něm dochází k rozvoji senzomotorických funkcí. Výpovědi respondentek z prezentovaných výzkumů, které mají zrakové postižení a tanci se pravidelně věnují, dokazují, že taneční aktivity přispívají k upevňování pohybových návyků a vnímání těla. Při tanci je rozvíjena také sluchová percepce a rovnováha. Tanec může být též vhodným nástrojem vyjadřování pocitů (Šumníková, 2018).

Pavla Kolaříková, která je zakladatelkou organizace Rozhledna, poskytující osobám se zrakovým postižením komplexní podporu a poradenské služby v oblastech zvyšujících kvalitu jejich života, vytvořila společně se svým týmem kondiční pohybový program pro osoby s těžkým zrakovým postižením. Tento program je sestaven ze dvou částí.

První z nich tvoří instruktážní manuál, který si cvičící nejprve prostuduje, a seznámí se s obecnými zásadami floor aerobiku. Posléze přistupuje k druhé části programu, již jsou audiozáznamy obsahující celkem šest bloků cvičebních sestav, podle kterých může jedinec cvičit doma, aniž by potřeboval dopomoc okolí (Kolaříková, Vyhliďal, 2021; Rozhledna, © 2023).

3.3 Organizace podporující sport a pohyb dětí se zrakovým postižením

V této podkapitole představíme některé z mnoha organizací působících v České republice, jejichž cílem je podporovat zapojování dětí se zrakovým postižením do pohybových aktivit. Tyto organizace jsou nedílnou součástí bakalářské práce, protože představují možnosti a zároveň eliminují překážky pojící se s účastí dětí se zrakovým postižením na pohybových aktivitách.

V průběhu povinné školní docházky se žák se zrakovým postižením může zúčastnit rozsáhlé nabídky mimoškolních aktivit. Tyto činnosti můžeme členit do dvou skupin. První skupinu tvoří aktivity pořádané školou, již žák se zrakovým postižením navštěvuje, ale provozují se mimo vyučování, tj. například školy v přírodě, lyžařské kurzy, adaptační kurzy, zájmové kroužky apod. Druhou skupinu tvoří aktivity, které může nabídnout a zprostředkovat speciálně pedagogické centrum (dále jen SPC) nebo některá z organizací nabízející služby pro zrakově postižené, tj. například reedukační či socializační pobyty a volnočasové aktivity. Účast žáka na těchto aktivitách je velmi důležitá, protože přispívají k všestrannému rozvoji osobnosti, zvládnání školních povinností, samostatnosti a sociálnímu začlenění (Janková, Moravcová, 2017).

Český svaz zrakově postižených sportovců

Český svaz zrakově postižených sportovců je sportovní instituce s celorepublikovou působností profilující se na pohybové aktivity pro osoby se zrakovým postižením v rozsahu všech věkových kategorií a stupňů zrakového postižení. ČSZPS je členem několika dalších významných sportovních organizací, jako je například Mezinárodní asociace nevidomých sportovců či Unie zdravotně postižených sportovců (dále jen UZPS). Tato instituce sdružuje sportovní kluby, oddíly a pořádá sportovní soutěže na profesionální i rekreační úrovni pro osoby se zrakovým postižením. Děti se zrakovým postižením na druhém stupni základní školy se v rámci této organizace mohou každoročně zúčastnit Sportovních her zrakově postižené mládeže, kde se soutěží

v plavání, atletice, showdownu a goalballu. (Český svaz zrakově postižených sportovců, © 2022) V květnu roku 2023 probíhal již 26. ročník těchto sportovních her (Winter, 2023).

Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit

Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit (dále jen ČAAPA) je národní organizace založená akademickými pracovníky katedry aplikovaných pohybových aktivit na Univerzitě Palackého v Olomouci. Jejím cílem je podporovat zapojování osob se zdravotním postižením do pohybových aktivit a rozšiřovat vědecké průzkumy v této oblasti. ČAAPA pravidelně vydává časopis Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi, ve kterém autoři popisují nejen teoretické poznatky z této oblasti, ale také aktuální informace z praxe. (Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit, © 2014) Součástí této asociace je Centrum aplikovaných pohybových aktivit (dále jen Centrum APA), které pořádá celoroční pohybové programy a kroužky pro děti se zdravotním postižením a provozuje půjčovnu sportovních kompenzačních pomůcek (Ješina, 2020). Počátkem roku 2024 zahájilo Centrum APA spolupráci s projektem nadačního fondu Českého rozhlasu Světluška. Cílem jejich společného projektu je maximálně podpořit účast dětí se zrakovým postižením ve školních i volnočasových pohybových aktivitách. Aktivity projektu budou směřovat k posílení kompetencí učitelů tělesné výchovy a rozšiřování povědomí rodičů, vrstevníků a široké veřejnosti o pozitivních účincích sportu pro děti se zrakovým postižením. Podporu a informace budou poskytovat vyškolení konzultanti, kteří budou působit ve SPC pro zrakově postižené v několika krajích v ČR, ale budou k dispozici také rodinám dětí se zrakovým postižením a společnosti. (Ješina, 2024)

Nadace Leontinka

Tato organizace poskytuje komplexní podporu dětem a mládeži se zrakovým postižením. Spolupracuje se základními a středními školami pro zrakově postižené a také s dalšími organizacemi, které tyto děti podporují. Svou činnost směřuje především ke zvyšování účasti dětí se zrakovým postižením ve sportovních a dalších volnočasových aktivitách, jež přispívají ke komplexnímu rozvoji jejich osobnosti. (Nadace Leontinka, © 2022)

Asociace rodičů a přátel dětí nevidomých a slabozrakých

Asociace rodičů a přátel dětí nevidomých a slabozrakých je organizace pečující o rodiny dětí se zrakovým postižením. Mezi její hlavní činnosti náleží např. pořádání odborných kurzů prostorové orientace a samostatného pohybu (dále jen POSP), podpora inkluzivního vzdělávání dětí se zrakovým postižením a provozování knihovny hmatových knížek. V oblasti pohybových aktivit zprostředkovává dětem se zrakovým postižením na základních a středních školách možnost zúčastnit se třídních pobytů s plaveckým a fyzioterapeutickým programem. V září roku 2022 probíhal tento pobyt již po páté. (Asociace rodičů a přátel dětí nevidomých a slabozrakých, © 2023)

TJ Zora Praha

Tělovýchovná jednota Zora Praha (dále jen TJ Zora Praha) je organizace provozující sportovní aktivity pro děti a mládež se všemi stupni zrakového postižení, a to na závodní či rekreační úrovni. V současnosti provozuje deset sportovních oddílů, jimiž jsou bowling, cyklistika, goalball, kuželky, lyžování, showdown, šachy, turistika, windsurfing a zvuková střelba. (TJ Zora Praha, © 2017)

Blind sport club Praha

Blind sport club Praha (dále jen BSC Praha) je sportovní klub, jehož cílem je umožnit dětem a mládeži se zrakovým postižením na základních a středních školách pravidelně vykonávat sportovní aktivity. Tento klub přispívá k začleňování osob se zrakovým postižením do běžných sportů, spolupracuje s dalšími sportovními kluby pro zrakově postižené v ČR a šíří poznatky o sportech pro zrakově postižené na veřejnosti. BSC Praha je členem Českého svazu zrakově postižených sportovců a Mezinárodní asociace nevidomých sportovců. V současné době provozuje bowling, goalball, futsal pro nevidomé a showdown. (Blind sport club Praha, © 2015)

Tandem Brno

Tandem Brno je sportovní organizace poskytující osobám se všemi stupni zrakového postižení v rozsahu všech věkových kategorií pohybové aktivity. Nabízí sporty pro zrakově postižené, ale také další běžné sporty, kterým se mohou osoby s postižením zraku věnovat na soutěžní či rekreační úrovni. Svým členům zprostředkovává možnost zúčastnit se sportovních utkání a pobytů pro zrakově postižené. (Tandem Brno, © 2023)

Emilova sportovní

Emilova sportovní je sdružení založené nadačním fondem Emil. Jeho primární činností je zakládání sportovních klubů a organizování sportovních akcí pro děti a mládež se zdravotním postižením (Emilova sportovní, © 2023). V roce 2023 pořádal tento spolek již 12. ročník Emil Open, při kterém se schází sportovci z celé Evropy ve věkovém rozpětí od 10 do 26 let. Jeho součástí jsou také letní a zimní evropské hry zdravotně postižených dětí a mládeže (Emil Open, © 2023). Emilova sportovní je organizátorem projektu Dny bez bariér, díky němuž mají všichni zájemci možnost zúčastnit se různých sportovních soutěží a aktivit pro osoby se zdravotním postižením. Jeho cílem je maximálně podpořit zapojování dětí a mládeže se zdravotním postižením do pohybových aktivit a také rozšiřovat povědomí o sportu osob se zdravotním znevýhodněním ve společnosti s cílem odbourávat veškeré předsudky a bariéry. (Válková, Wittmannová, 2021)

II. Praktická část

Praktická část bakalářské práce usiluje o naplnění výzkumného cíle. V počátečních kapitolách je věnována pozornost výzkumnému cíli, hypotézám a operacionalizaci pojmů pro výzkum. V navazujících kapitolách je představena metodologie výzkumu, výzkumný soubor a použité techniky sběru dat. Dále je popsán průběh realizace výzkumu včetně odkázání na ošetření etiky a způsob zpracování dat. V závěrečných kapitolách jsou prezentovány a analyzovány výsledky výzkumného šetření.

4 Výzkumný cíl, hypotézy a operacionalizace pojmů

V této kapitole je představen výzkumný cíl a hypotézy. Pro eliminaci dvojznačnosti chápání pojmů užitých v cíli a hypotézách je pozornost věnována také jejich operacionalizaci.

Z teoretické části víme, že osoby se zrakovým postižením se pohybovým aktivitám věnují méně než jedinci majoritní společnosti. Jsme si vědomi toho, že jejich snížená účast vyplývá z důsledků zrakového postižení, ale také z dalších vnitřních a vnějších bariér. Na základě tohoto výzkumného problému je výzkumným cílem této bakalářské práce zjistit možnosti a překážky trávení volného času dětí se zrakovým postižením s profilací na pohybové a sportovní aktivity v průběhu povinné školní docházky. Výzkumný problém je analyzovaný z pohledu rodičů i samotných dětí se zrakovým postižením.

Pro doplnění výzkumného cíle jsou formulovány následující hypotézy:

H1: Více než polovina rodičů uvádí, že školy poskytují dětem se zrakovým postižením nejvíce možností a podpory ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit.

H2: Více než polovina rodičů hodnotí dostupnost a nabídku pohybových a sportovních aktivit pro děti se zrakovým postižením jako nedostatečnou.

H3: Více než polovina rodičů dětí se zrakovým postižením vnímá překážky ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit na straně obav o bezpečnost a zdraví dítěte.

H4: Méně než polovina rodičů využívá služby organizací, které podporují sport a pohyb dětí se zrakovým postižením.

Operacionalizace pojmů

Pro účely této bakalářské práce jsou pojmy užití v cíli a hypotézách chápány následujícím způsobem:

Volný čas – doba mimo školní povinnosti (viz kapitola „Charakteristika a funkce volného času“).

Sportovní a pohybové aktivity – jakékoliv volnočasové aktivity, při nichž je vyvíjena pohybová činnost (viz kapitola „Přínos pohybových a sportovních aktivit“).

Zrakové postižení – omezení zrakové percepce na úrovni slabozrakosti či nevidomosti (viz kapitola „Klasifikace zrakového postižení“). Pro účely této bakalářské práce nerozlišujeme více kategorií zrakového postižení z důvodu jejich malých odchylek.

Dítě v průběhu povinné školní docházky – dítě navštěvující základní školu.

Rodiče – rodiče/zákonní zástupci dětí se zrakovým postižením, kteří tvoří výzkumný soubor.

5 Popis výzkumného šetření

V následujících kapitolách je představena metodologie výzkumu, výzkumný soubor a techniky použité ke sběru dat. Dále je popsán průběh realizace výzkumu včetně odkázání na ošetření etiky a je charakterizován způsob zpracování dat.

5.1 Metodologie výzkumu a výzkumný soubor

Pro účely praktické části bakalářské práce byl zvolen smíšený design výzkumného šetření. Smíšená strategie výzkumu spočívá v kombinaci kvalitativního a kvantitativního přístupu s cílem hlubšího poznání zkoumaného jevu než při užití pouze jedné metody výzkumu (Eger, Egerová, 2022). Pro naplnění cíle byl uplatněn kvantitativní přístup, který pracuje s numerickými daty a jeho cílem je otestovat hypotézy (Chráška, 2016). Kvantitativní strategie byla zvolena za účelem shromáždění dat od široké skupiny respondentů, kterou tvořili rodiče dětí se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky v ČR. Pro zvýšení výpovědní hodnoty výsledků kvantitativního šetření byla využita technika kvalitativního přístupu, který pracuje s nenumerickými daty a jeho cílem je do hloubky poznat zkoumané jevy (Švaříček, Šed'ová, 2014).

Výzkumný soubor sestával z dětí se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky a jejich rodičů. Dotazníkové šetření bylo určeno pro rodiče dětí se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky v ČR a zúčastnilo se ho celkem 208 respondentů. Výběr účastníků rozhovorů byl záměrný. Kritériem pro výběr participantů bylo věkové rozpětí 6–15 let a zrakové postižení na úrovni slabozrakosti či nevidomosti. Volba účastníků rozhovorů se odvíjela od ochoty oslovených participantů se výzkumu zúčastnit a také od souhlasu jejich zákonných zástupců. Účastníky rozhovorů tvořily tři děti se zrakovým postižením, které navštěvují běžnou základní školu, konkrétně dvě slabozraké dívky ve věku 10 a 8 let a jeden nevidomý chlapec ve věku 12 let.

5.2 *Techniky sběru dat*

K nashromáždění kvantitativních dat posloužil dotazník vlastní konstrukce, jehož cílem bylo otestovat formulované hypotézy. Dotazník je konstruován souborem předem připravených otázek, na které respondenti odpovídají písemnou formou (Eger, Egerová, 2022). Dotazník byl zvolen za účelem shromáždění dat od velkého počtu respondentů s cílem zjistit rozsah a frekvenci zkoumaných jevů. Skládal se ze tří uzavřených identifikačních položek a dalších sedmnácti položek vztahujících se k podstatě výzkumu. Identifikační položky se vyskytovaly na začátku dotazníku a posloužily ke zjištění základních údajů o dětech respondentů. Položky vztahující se k podstatě výzkumu sestávaly z patnácti uzavřených a dvou otevřených položek. Uzavřené položky obsahovaly dvě i více variant odpovědí a byly doplněny instrukcí k množství odpovědí, které měli respondenti z nabízených variant vybrat dle odpovídající skutečnosti. Na dvě otázky odpovídali pouze ti respondenti, kteří u předchozí položky zvolili takovou variantu odpovědi, ke které mohli sdělit doplňující informace. Na uzavřené otázky jsou respondentům předkládány již hotové varianty odpovědí. Otevřené otázky specifikují oblast, ke které se mají respondenti vyjádřit, ale nenabízejí možnosti odpovědi (Chráska, 2016).

Pro doplnění výsledků kvantitativního šetření byla zvolena technika polostrukturovaného rozhovoru, jež byl vybrán za účelem shromáždění informací od dětí se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky, pro něž by dotazníkové šetření nebylo vhodné. Polostrukturované rozhovory vychází z osnovy předem připravených otázek, které jsou účastníkovi výzkumu při rozhovoru pokládány. Výhodou otevřených otázek v rozhovoru je možnost porozumět pohledu a názoru participanta, aniž bychom jeho odpovědi omezovali výběrem variant odpovědí jako například v dotazníku (Zandlová in Novotná, Špaček, Šťovíčková et al., 2019).

5.3 Průběh výzkumu a ošetření etiky

Na počátku praktické části byl sestaven dotazník vlastní konstrukce (viz příloha č. 1), který byl posléze převeden do elektronické podoby prostřednictvím platformy Google Forms. Před distribucí dotazníku byly na webových stránkách vyhledány e-mailové adresy institucí, které jsou s rodiči dětí se zrakovým postižením v aktivním kontaktu. Prostřednictvím e-mailových adres byl elektronicky zpracovaný dotazník distribuován a osloveni byli ředitelé základních škol pro zrakově postižené v ČR, vedoucí speciálně pedagogických center pro zrakově postižené v ČR a předsedkyně Asociace rodičů a přátel dětí nevidomých a slabozrakých v ČR. Součástí rozesílaných e-mailů bylo úvodní oslovení pro instituce, jež byly požádány o předání žádosti s odkazem na dotazník rodičům dětí se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky. K přeposlání bylo v e-mailech připojeno úvodní oslovení pro respondenty s aktivním odkazem na dotazník. Dotazník byl anonymní, jeho vyplnění bylo dobrovolné a v úvodním oslovení byli respondenti seznámeni s podstatou výzkumu, účelem dotazníku a podmínkami participace ve výzkumu. Pilotáž neboli předvýzkum, jehož cílem bylo zmapovat nedostatky jednotlivých položek dotazníku, proběhl současně s distribucí dotazníku, jež započala v polovině září roku 2023, a sběr dat byl ukončen na konci října roku 2023. Platforma Google Forms umožňuje monitorovat odpovědi již vyplněných dotazníků a díky tomu byly na počátku distribuce odpovědi prvních deseti respondentů průběžně sledovány a dle potřeby byly některé položky dotazníku upraveny do finální verze (viz příloha č. 2). Díky tomu, že platforma Google Forms umožňuje upravené položky ukládat do původní verze dotazníku, nebylo nutné po pilotáži rozesílat dotazník znovu. Vzorek deseti respondentů, kteří dotazník vyplnili při pilotáži, není započítán do celkového počtu respondentů.

Po shromáždění kvantitativních dat bylo navštíveno speciálně pedagogické centrum pro zrakově postižené v Českých Budějovicích, jehož vedoucí byla požádána o zprostředkování identifikačních údajů základních škol v Českých Budějovicích, které navštěvují žáci se zrakovým postižením. Získány byly identifikační údaje jedné základní školy, kterou navštěvují celkem tři žáci se zrakovým postižením. Souběžně byla vytvořena osnova polostrukturovaných rozhovorů (viz příloha č. 5). Posléze byl prostřednictvím e-mailové adresy kontaktován ředitel dané základní školy. V e-mailu byl seznámen s podstatou výzkumu a byl požádán o možnost provedení výzkumu na

dané základní škole. Po vzájemné domluvě proběhla osobní schůzka se zástupkyní ředitele školy, která byla ředitelem školy pověřena spoluprací. Při osobní schůzce byla seznámena s bližšími informacemi týkajícími se výzkumu a prostřednictvím informovaného souhlasu (viz příloha č. 4) bylo od ředitele školy obdrženo povolení k provedení výzkumu na dané základní škole. Při osobní schůzce byly od zástupkyně ředitele školy získány také základní údaje o participantech, tj. věk a stupeň zrakového postižení. Osobní setkání proběhlo též se žáky se zrakovým postižením, kteří školu navštěvují. Byli blíže seznámeni s průběhem rozhovorů a byli požádáni o účast. Protože ale nedosahovali věku osmnácti let, byli osloveni a požádáni o souhlas s účastí jejich zákonní zástupci. Těm byly přes třídní učitele vybraných žáků předány bližší informace o výzkumu a prostřednictvím informovaného souhlasu (viz příloha č. 3) byli požádáni o povolení účasti jejich dětí na rozhovorech. Se žáky, jejichž zákonní zástupci vyslovili souhlas, byly posléze na konci listopadu roku 2023 vedeny polostrukturované rozhovory. Započaly předáním úvodních informací participantům. Po úvodním oslovení byly účastníkům pokládány výchozí otázky z připravené osnovy a na základě individuálních odpovědí byly kladeny doplňující otázky. Rozhovory proběhly na základní škole v jeden den pracovního týdnu po skončení výuky a byly vedeny s každým participantem individuálně po dobu přibližně patnáct minut. Z rozhovorů byly pořízeny audiozáznamy.

5.4 Zpracování dat

Po ukončení sběru dat dotazníkového šetření byla kvantitativní data zpracována a analyzována. U dotazníků nebylo nutné kontrolovat úplnost vyplnění, protože platforma Google Forms neumožňuje respondentům odeslat dotazník bez korektního vyplnění dle zadaných podmínek. Data dotazníkového šetření byla analyzována základními statistickými postupy třídění první úrovně, kdy u všech položek dotazníku byl zjišťován počet respondentů se společnou odpovědí. U otevřených položek dotazníku bylo na základě odpovědí respondentů provedeno dodatečné kódování. Na závěr byla pro přehlednost data dotazníkového šetření v podobě absolutních a relativních četností zanesena do tabulek a grafů prostřednictvím programu Microsoft Excel. Tabulky a grafy byly doplněny komentářem.

Audiozáznamy z polostrukturovaných rozhovorů byly nejprve převedeny do písemné podoby, se kterou bylo možné dále pracovat. Následně byla věnována pozornost analýze rozhovorů, pro niž byla zvolena metoda vytváření trsů, jejímž cílem je „uspořádat kvalitativní data do skupin na základě jejich podobnosti“ (Miovský, 2006, s. 221). S ohledem na výzkumný cíl byly vytvořeny dvě základní kategorie, tj. možnosti a překážky dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit. Data podstatná pro výzkumný cíl byla dle podobnosti utříděna do několika skupin korelujících se základními kategoriemi. Utvořené skupiny byly pojmenovány a na závěr byly doplněny komentářem s vybranými úryvky z rozhovorů. Pro přehlednost byly kategorie a skupiny zaneseny do tabulky vytvořené v programu Microsoft Excel.

6 Prezentace a analýza výsledků výzkumu

V této kapitole je naším cílem představit a podrobněji okomentovat výsledky výzkumného šetření.

6.1 Výsledky dotazníkového šetření

V této podkapitole jsou utříděna a okomentována data dotazníkového šetření, jež jsou pro přehlednost prezentována v jednotlivých tabulkách a grafech vytvořených v programu Microsoft Excel.

- **Položka č. 1:** Věk Vašeho dítěte:

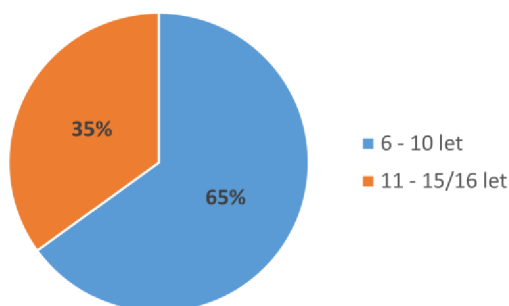
Základní identifikační položka zjišťovala věk dětí respondentů, který byl kritériem pro vyplnění dotazníku, jenž se orientoval pouze na děti se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky. Respondenti volili z variant 6–10 let; 11–15/16 let. Věkové rozpětí bylo stanoveno na hranici 16 let z důvodu možného odkladu školní docházky. Z výsledků vidíme, že se dotazníkového šetření ve větším zastoupení zúčastnili respondenti s dětmi ve věkovém rozpětí 6–10 let, resp. na 1. stupni základní školy, a to 65 %. Zbýlých 35 % tvořili respondenti s dětmi ve věku 11–15/16 let, resp. na 2. stupni základní školy.

Tabulka č. 2: *Věk dětí respondentů*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
6 - 10 let	135	65 %
11 - 15/16 let	73	35 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 1: *Věk dětí respondentů*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 2:** Stupeň zrakového postižení Vašeho dítěte:

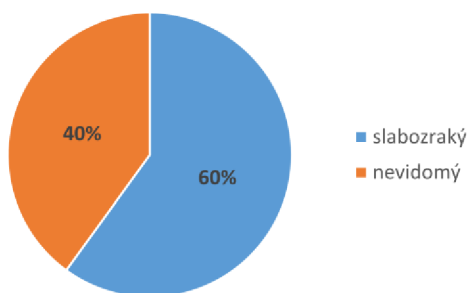
Druhá identifikační položka prověřovala stupeň zrakového postižení dětí respondentů. Respondenti vybírali z variant slabozraký; nevidomý. Pro účely této bakalářské práce nebylo na výběr více kategorií zrakového postižení z důvodu jejich malých odchylek. Již v teoretické části zmiňujeme, že stupeň zrakového postižení determinuje možnosti a překážky ve vykonávání pohybových aktivit. Z toho důvodu byla tato položka pro výzkumné šetření žádoucí. Dle získaných údajů se dotazníkového šetření v převažující míře zúčastnili respondenti, jejichž děti jsou slabozraké (60 %), 40 % tvořili respondenti, jejichž děti jsou nevidomé.

Tabulka č. 3: *Stupeň zrakového postižení dětí respondentů*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
slabozraký	125	60 %
nevidomý	83	40 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 2: *Stupeň zrakového postižení dětí respondentů*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 3:** Vaše dítě má zrakové postižení:

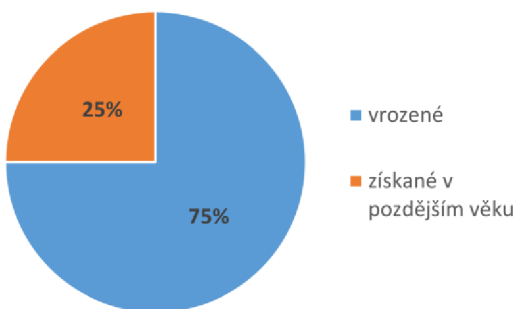
Tato identifikační položka byla zaměřena na dobu vzniku zrakového postižení dětí respondentů, kteří zde volili z variant vrozené; získané v pozdějším věku. I tato položka byla pro výzkum podstatná, protože z teoretické části víme, že doba vzniku zrakového postižení determinuje motorické kompetence jedinců se zrakovým postižením, a tudíž ovlivňuje jejich individuální možnosti a překážky ve vykonávání pohybových aktivit. Z uvedené tabulky a grafu vyplývá, že v 75 % se do výzkumu zapojili respondenti, jejichž děti mají vrozené zrakové postižení, dalších 25 % respondentů uvedlo, že jejich dítě má zrakové postižení získané.

Tabulka č. 4: *Doba vzniku zrakového postižení dětí respondentů*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
vrozené	156	75 %
získané v pozdějším věku	52	25 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 3: *Doba vzniku zrakového postižení dětí respondentů*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 4:** Mé dítě se ve volném čase věnuje raději:

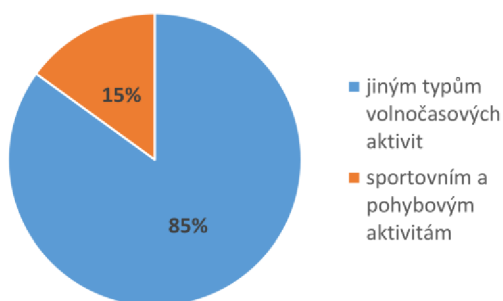
Cílem položky bylo zjistit, zda se děti se zrakovým postižením ve volném čase rády věnují pohybovým aktivitám. Pro respondenty zde byly vytvořeny dvě varianty: sportovním a pohybovým aktivitám; jiným typům volnočasových aktivit. Možnost jiným typům volnočasových aktivit zvolilo 85 % respondentů. Pouze 15 % respondentů vybralo variantu sportovním a pohybovým aktivitám. Dle získaných dat se děti se zrakovým postižením ve volném čase věnují raději jiným typům volnočasových aktivit než pohybu. Jak je zmíněno v teoretické části, důvodem jsou různé překážky, které se sportováním dětí se zrakovým postižením souvisí.

Tabulka č. 5: *Typy volnočasových aktivit dětí se zrakovým postižením*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
jiným typům volnočasových aktivit	177	85 %
sportovním a pohybovým aktivitám	31	15 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 4: *Typy volnočasových aktivit dětí se zrakovým postižením*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 5:** Mé dítě ve volném čase vykonává sportovní a pohybové aktivity raději:

Položka byla vytvořena za účelem prozkoumat, s kým mají děti se zrakovým postižením nejvíce příležitosti se pohybovým aktivitám ve volném čase věnovat. Položka obsahovala tyto varianty odpovědí: s rodinou, příp. rodinnými příslušníky; ve skupině s dětmi se zrakovým postižením; ve skupině s dětmi bez zdravotního postižení. Nejpočetnější zastoupení tvořila varianta s rodinou, příp. rodinnými příslušníky, kterou

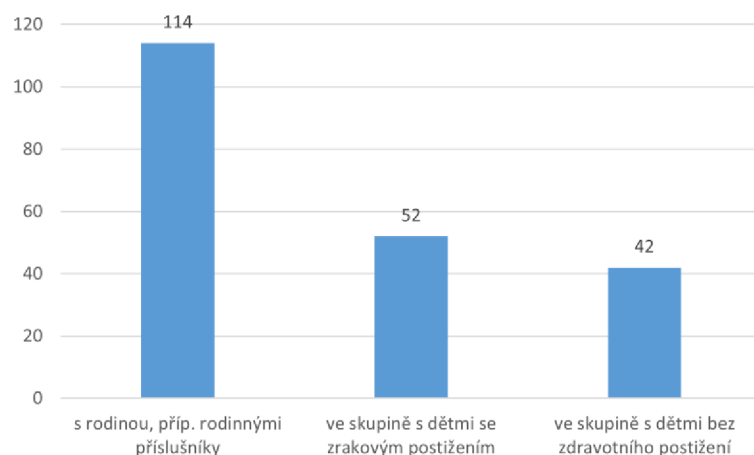
zvolilo 55 % respondentů. Zbývající dvě možnosti byly v podobném zastoupení, kdy variantu ve skupině s dětmi se zrakovým postižením vybralo 25 % respondentů a možnost ve skupině s dětmi bez zdravotního postižení zvolilo nejméně respondentů v zastoupení 20 %. Z uvedené tabulky a grafu vyplývá, že děti se zrakovým postižením se ve volném čase věnují pohybovým aktivitám nejvíce s rodinou, příp. rodinnými příslušníky.

Tabulka 6: *Osoby vykonávající s dětmi se zrakovým postižením pohybové a sportovní aktivity*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
s rodinou, příp. rodinnými příslušníky	114	55 %
ve skupině s dětmi se zrakovým postižením	52	25 %
ve skupině s dětmi bez zdravotního postižení	42	20 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 5: *Osoby vykonávající s dětmi se zrakovým postižením pohybové a sportovní aktivity*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 6:** Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte ve volném čase považuji za největší překážku:

Cílem položky bylo prozkoumat, jaké konkrétní překážky vnímají respondenti ve vykonávání pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením. Položka nabízela možnost zvolit více variant odpovědí, jimiž byly: nízké pohybové schopnosti a fyzickou zdatnost mého dítěte; nízkou motivaci mého dítěte; nedostatek a nedostupnost sportovních

zařízení v místě našeho bydliště; nedostatek pohybových programů a aktivit pro děti se zrakovým postižením; nedostatečnou podporu neziskových organizací a zájmových institucí; strach a nejistotu mého dítěte; zvýšené riziko úrazu a zhoršení zdravotního stavu mého dítěte; problémy s dopravou na sportoviště; nedostatek vyškolených asistentů a trenérů pohybových aktivit; zvýšenou a rychlejší unavitelnost mého dítěte při sportovních a pohybových aktivitách; ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit ve volném čase mého dítěte nevnímám žádné překážky. Z výsledků je patrné, že rodiče dětí se zrakovým postižením považují za největší překážku zvýšené riziko úrazu a zhoršení zdravotního stavu jejich dítěte, a to v zastoupení 27 %. Tento výsledek je v souladu s poznatky autorů, na které je odkazováno v teoretické části. Jsou tam uváděny časté obavy rodičů, kteří sportování dětí se zrakovým postižením považují za nedostatečně bezpečné. Překážky respondenti vnímali také v nedostatku pohybových programů a aktivit pro děti se zrakovým postižením (20 %) a v malém počtu vyškolených asistentů a trenérů pohybových aktivit (16 %). Překážky byly respondenty vnímány též na straně samotných dětí se zrakovým postižením, a to ve strachu a nejistotě jejich dítěte (12 %), v nízkých pohybových schopnostech a fyzické zdatnosti jejich dítěte (9 %) a na straně nízké motivace jejich dítěte (7 %). Nedostatečná podpora neziskových organizací a zájmových institucí (5 %), zvýšená a rychlejší unavitelnost při sportovních a pohybových aktivitách (3 %) a nedostatek a nedostupnost sportovních zařízení v místě bydliště (1 %) byly též překážkou. Překážky rodiče nevnímají na straně problémů s dopravou na sportoviště, protože tuto variantu nezvolil žádný respondent. Možnost: ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit ve volném čase mého dítěte nevnímám žádné překážky nebyla též zvolena ani jednou, a tudíž všichni respondenti nějaké překážky ve vykonávání pohybových aktivit svých dětí vnímají.

Tabulka č. 7: Překážky dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit

Variety odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
zvýšené riziko úrazu a zhoršení zdravotního stavu mého dítěte	56	27 %
nedostatek pohybových programů a aktivit pro děti se zrakovým postižením	42	20 %
nedostatek vyškolených asistentů a trenérů pohybových aktivit	33	16 %
strach a nejistotu mého dítěte	25	12 %
nízké pohybové schopnosti a fyzickou zdatnost mého dítěte	19	9 %
nízkou motivaci mého dítěte	15	7 %
nedostatečnou podporu neziskových organizací a zájmových institucí	10	5 %
zvýšenou a rychlejší unavitelnost mého dítěte při sportovních a pohybových aktivitách	6	3 %
nedostatek a nedostupnost sportovních zařízení v místě našeho bydliště	2	1 %
problémy s dopravou na sportoviště	0	-
ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit ve volném čase mého dítěte nevnímám žádné překážky	0	-
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 6: Překážky dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 7:** Potřebuje Vaše dítě při realizaci sportovních a pohybových aktivit asistenci?

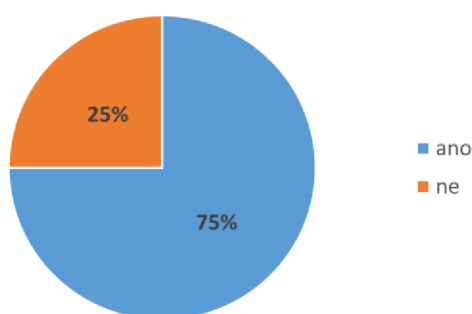
Tato otázka směřovala ke zjištění, zda děti se zrakovým postižením při pohybových aktivitách potřebují asistenci. Cílem bylo prozkoumat, zda je tato podmínka podstatná pro to, aby se děti se zrakovým postižením mohly sportovním aktivitám ve volném čase věnovat. Respondenti volili z variant ano/ne. Respondenti, kteří zvolili variantu ano, odpovídali na nadcházející otázku (viz položka č. 8), která zjišťovala doplňující informace. Možnost ne zvolilo 25 % respondentů. 75 % respondentů vybralo variantu ano. Dle výsledků usuzujeme, že zajištění asistence je podstatnou podmínkou pro realizaci pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením.

Tabulka č. 8: *Potřeba asistence u dětí se zrakovým postižením při sportovních a pohybových aktivitách*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
ano	156	75 %
ne	52	25 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 7: *Potřeba asistence u dětí se zrakovým postižením při sportovních a pohybových aktivitách*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 8:** Pokud ano, kdo Vašemu dítěti asistenci zajišťuje?

Položka byla určena pouze pro 75 % z celkového počtu respondentů, kteří v předchozí položce (viz tab. 8) uvedli, že jejich dítě při pohybových aktivitách potřebuje asistenci. Položka obsahovala tyto možnosti odpovědí: asistent; rodinní příslušníci; vrstevníci; sociální služba. Cílem položky bylo zjistit, kdo dětem se zrakovým postižením při

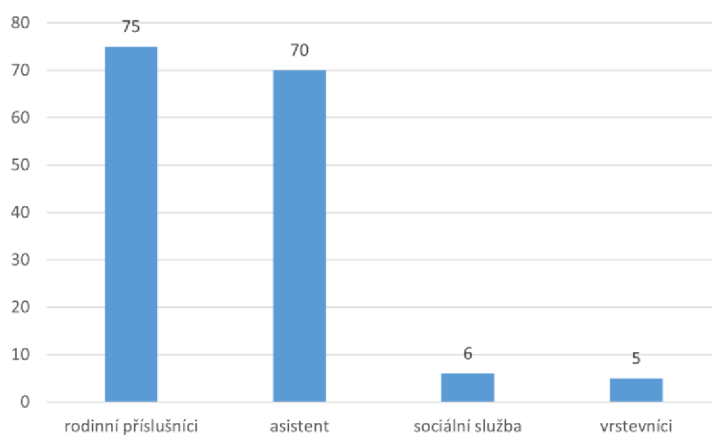
pohybových aktivitách asistuje. Nejvíce respondentů zvolilo variantu rodinní příslušníci (48 %). Velké zastoupení měla též varianta asistent (45 %). Zbývající možnosti byly voleny výrazně méně. Možnost sociální služba byla v zastoupení 4 % a pouze 3 % respondentů vybrala variantu vrstevníci. Dle výsledků docházíme k závěru, že dětem se zrakovým postižením při pohybových aktivitách asistují převážně rodinní příslušníci a asistenti, kteří jim díky tomu zprostředkovávají možnost tyto aktivity vykonávat. Tyto informace korelují s výsledky položky č. 5, kde bylo zjištěno, že děti se zrakovým postižením ve volném čase vykonávají pohybové aktivity nejvíce s rodinnými příslušníky.

Tabulka č. 9: *Osoby asistující dětem se zrakovým postižením při sportovních a pohybových aktivitách*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
rodinní příslušníci	75	48 %
asistent	70	45 %
sociální služba	6	4 %
vrstevníci	5	3 %
Celkem	156	100 %

Zdroj: vlastní zpracován

Graf č. 8: *Osoby asistující dětem se zrakovým postižením při sportovních a pohybových aktivitách*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 9:** Kde Vaše dítě ve volném čase sportovní a pohybové aktivity převážně vykonává?

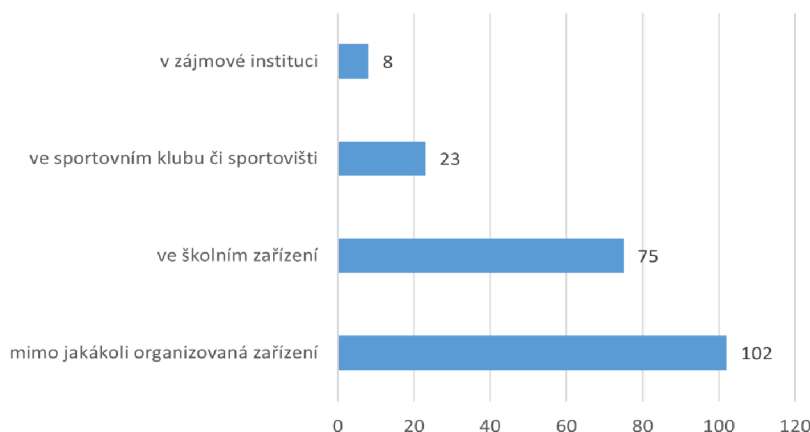
Pro odpovědi byly stanoveny následující možnosti: ve sportovním klubu či sportovišti; ve školním zařízení; v zájmové instituci; mimo jakákoli organizovaná zařízení. Cílem bylo zjistit, kde děti se zrakovým postižením pohybové aktivity ve volném čase vykonávají. Ukázalo se, že děti se zrakovým postižením sportují nejvíce mimo jakákoli organizovaná zařízení (49 %). Velký počet respondentů zvolilo též variantu ve školním zařízení (36 %). Možnost ve sportovním klubu či sportovišti zvolilo 11 % respondentů. V zájmových institucích vykonávají děti se zrakovým postižením pohybové aktivity nejméně (4 %). Ze získaných informací usuzujeme, že zájmových zařízení, které dětem se zrakovým postižením umožňují realizovat ve volném čase pohybové aktivity, není dostatek, a tudíž tyto děti sportují převážně mimo jakákoli organizovaná zařízení či v prostorách školy.

Tabulka č. 10: *Místa realizace pohybových a sportovních aktivit dětí se zrakovým postižením*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
mimo jakákoli organizovaná zařízení	102	49 %
ve školním zařízení	75	36 %
ve sportovním klubu či sportovišti	23	11 %
v zájmové instituci	8	4 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 9: *Místa realizace pohybových a sportovních aktivit dětí se zrakovým postižením*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 10:** Jaké instituce poskytují dle Vašich zkušeností největší podporu a možnosti dětem se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit ve volném čase?

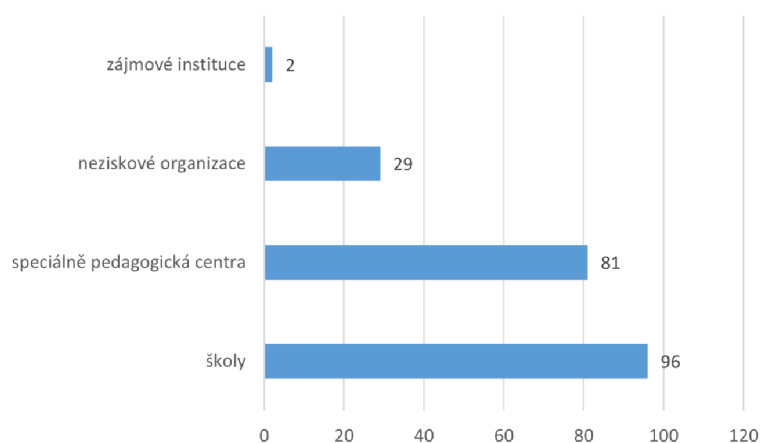
Otázka byla vytvořena s cílem odhalit, jaké instituce děti se zrakovým postižením ve sportovních aktivitách nejvíce podporují. Respondenti vybírali z následujících variant: školy; neziskové organizace; speciálně pedagogická centra; zájmové instituce. Výsledky ukázaly, že děti se zrakovým postižením ve sportování nejvíce podporují školy (46 %). Podporu jim poskytují též speciálně pedagogická centra (39 %). Variantu neziskové organizace zvolilo pouze 14 % respondentů. Zájmové instituce podporují dle respondentů děti se zrakovým postižením ve sportování nejméně (1 %).

Tabulka č. 11: *Instituce poskytující podporu a možnosti dětem se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
školy	96	46 %
speciálně pedagogická centra	81	39 %
neziskové organizace	29	14 %
zájmové instituce	2	1 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 10: *Instituce poskytující podporu a možnosti dětem se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 11:** Hodnotíte dostupnost a nabídku sportovních a pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením ve volném čase jako dostatečnou?

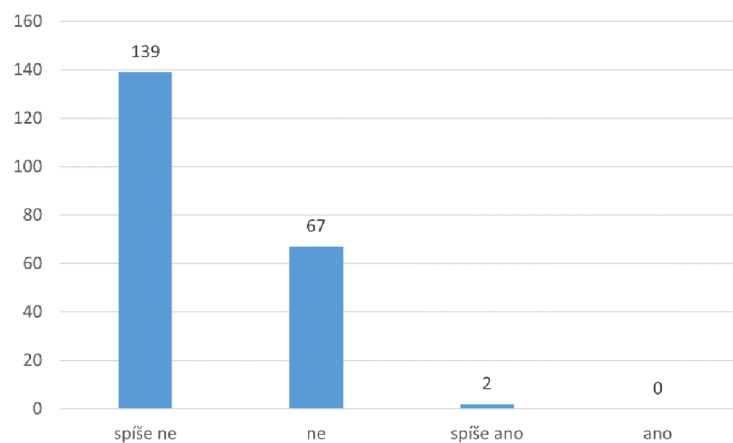
Pro položku byla vytvořena škála odpovědí: ano; spíše ano; spíše ne; ne. Variantu spíše ne zvolilo nejvíce respondentů (67 %). Následovala možnost ne (32 %). Variantu spíše ano vybralo výrazně méně respondentů (1 %). Možnost ano nezvolil žádný respondent. Dle získaných dat hodnotí respondenti dostupnost a nabídku pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením jako nedostatečnou.

Tabulka č. 12: *Dostupnost a nabídka sportovních a pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
spíše ne	139	67 %
ne	67	32 %
spíše ano	2	1 %
ano	0	-
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 11: *Dostupnost a nabídka sportovních a pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 12:** Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti.

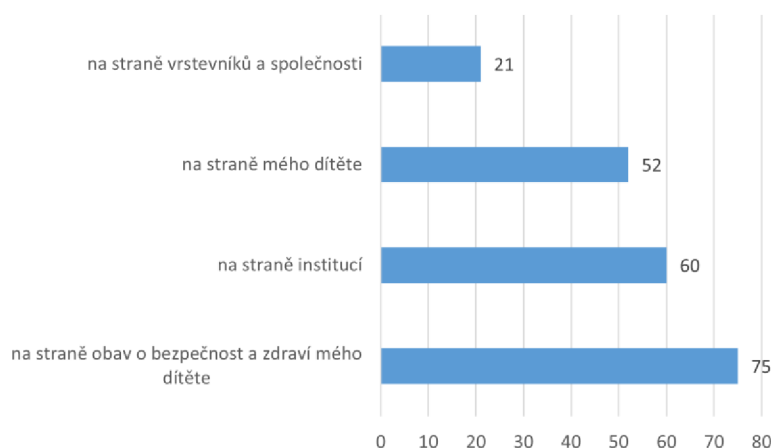
V této položce respondenti volili jednu z následujících možností: ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně mého dítěte; ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně obav o bezpečnost a zdraví mého dítěte; ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně vrstevníků a společnosti; ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně institucí, které tyto aktivity poskytují. Položka prověřovala oblast překážek, které respondenti v realizaci pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením vnímají. Z výsledků vyplynulo, že respondenti vnímají překážky nejvíce na straně obav o bezpečnost a zdraví jejich dítěte (36 %). Výsledek koreluje s daty položky č. 6, kde nejvíce respondentů zvolilo jako největší překážku zvýšené riziko úrazu a zhoršení zdravotního stavu jejich dítěte. Překážky byly respondenty vnímány také na straně institucí, které sportovní aktivity poskytují (29 %), a na straně samotných dětí se zrakovým postižením (25 %). Nejméně respondenti vnímají překážky na straně vrstevníků a společnosti (10 %).

Tabulka č. 13: Oblasti překážek sportovních a pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně obav o bezpečnost a zdraví mého dítěte.	75	36 %
Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně institucí, které tyto aktivity poskytují.	60	29 %
Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně mého dítěte.	52	25 %
Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně vrstevníků a společnosti.	21	10 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 12: Oblasti překážek sportovních a pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 13:** Kdo Vaše dítě do sportovních a pohybových aktivit nejvíce motivuje?

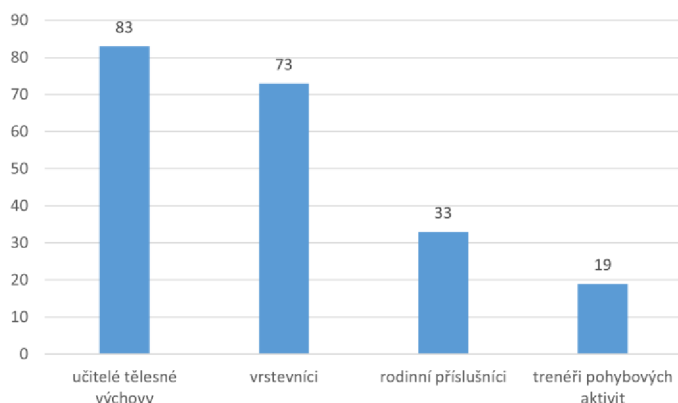
V teoretické části zmiňujeme, že děti se zrakovým postižením je žádoucí více motivovat k vykonávání sportovních aktivit než děti intaktní. Důvodem je omezení ve zrakové percepci, které způsobuje, že jejich přirozená touha po pohybu je menší. Z toho důvodu se otázka orientovala na motivaci dětí se zrakovým postižením k vykonávání pohybových aktivit ve volném čase. Pro odpovědi byly vytyčeny následující možnosti: učitelé tělesné výchovy; vrstevníci; trenéři pohybových aktivit; rodinní příslušníci. Výsledky přinesly informaci, že děti se zrakovým postižením ke sportovním aktivitám motivují nejvíce učitelé tělesné výchovy (40 %). Výrazně je motivují také vrstevníci (35 %). Rodinní příslušníci dětí se zrakovým postižením ke sportu též motivují (16 %). Zajímavé zjištění je, že děti se zrakovým postižením jsou ke sportování motivovány nejméně od trenérů pohybových aktivit (9 %).

Tabulka č. 14: Osoby motivující děti se zrakovým postižením do vykonávání sportovních a pohybových aktivit

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
učitelé tělesné výchovy	83	40 %
vrstevníci	73	35 %
rodinní příslušníci	33	16 %
trenéři pohybových aktivit	19	9 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 13: *Osoby motivující děti se zrakovým postižením do vykonávání sportovních a pohybových aktivit*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 14:** K vykonávání sportovních a pohybových aktivit mé dítě potřebuje:

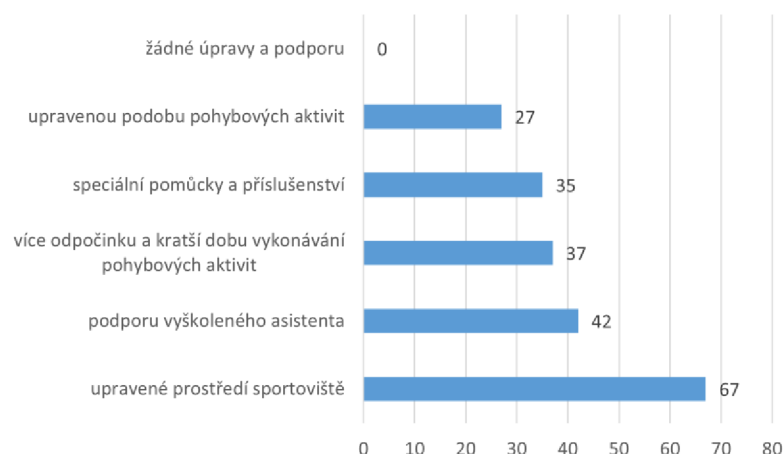
Otázka nabízela možnost zvolit více odpovědí z těchto variant: upravenou podobu pohybových aktivit; podporu vyškoleného asistenta; upravené prostředí sportoviště; více odpočinku a kratší dobu vykonávání pohybových aktivit; speciální pomůcky a příslušenství; mé dítě k vykonávání sportovních a pohybových aktivit nepotřebuje žádné úpravy a podporu. Položka se orientovala na podmínky, které je žádoucí zajistit, aby se děti se zrakovým postižením mohly sportovním aktivitám ve volném čase věnovat. Nejvíce respondentů zvolilo variantu upravené prostředí sportoviště (32 %). Další možnosti byly v podobném zastoupení. Respondenti volili též podporu vyškoleného asistenta (20 %), více odpočinku a kratší dobu vykonávání pohybových aktivit (18 %) a speciální pomůcky a příslušenství (17 %). Nejmenší zastoupení měla varianta upravenou podobu pohybových aktivit (13 %). Výsledky ukazují, že děti všech respondentů nějaké úpravy a podporu při sportu potřebují, protože varianta: mé dítě k vykonávání sportovních a pohybových aktivit nepotřebuje žádné úpravy a podporu nebyla zvolena ani jednou. Je podstatné zmínit, že výsledky ovlivnil stupeň zrakového postižení dětí respondentů, jimiž byli převážně rodiče slabozrakých dětí.

Tabulka č. 15: *Potřebné úpravy a podpora dětí se zrakovým postižením při realizaci sportovních a pohybových aktivit*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
upravené prostředí sportoviště	67	32 %
podporu vyškoleného asistenta	42	20 %
více odpočinku a kratší dobu vykonávání pohybových aktivit	37	18 %
speciální pomůcky a příslušenství	35	17 %
upravenou podobu pohybových aktivit	27	13 %
mé dítě k vykonávání sportovních a pohybových aktivit nepotřebuje žádné úpravy a podporu	0	-
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 14: *Potřebné úpravy a podpora dětí se zrakovým postižením při realizaci sportovních a pohybových aktivit*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 15:** Využíváte služby organizací, které podporují sport a pohyb dětí se zrakovým postižením?

Otázka nabízela varianty ano/ne. Cílem položky bylo zjistit, zda respondenti využívají služby organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením. Několik těchto organizací je uvedeno v teoretické části a řadíme je mezi možnosti, které dětem se zrakovým postižením umožňují pravidelně sportovat. Na obě varianty odpovědi navazovaly otevřené položky, které zjišťovaly doplňující informace (viz položky č. 16a, 16b). Variantu ne zvolilo 80 % respondentů. Možnost ano vybralo pouze 20 %

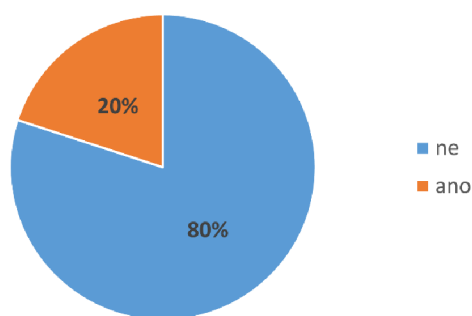
respondentů. Dle získaných dat většina respondentů nevyužívá služby organizací, které podporují sport a pohyb dětí se zrakovým postižením.

Tabulka č. 16: *Využívání služeb organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
ne	166	80 %
ano	42	20 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 15: *Využívání služeb organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 16a:** Pokud ne, uveďte prosím důvod.

Položka byla otevřená a byla určena pro 80 % z celkového počtu respondentů, kteří v předchozí položce (viz tab. 16) uvedli, že nevyužívají služby organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením. Cílem položky bylo zjistit, z jakých důvodů nejsou tyto služby využívány. Na základě jednotlivých odpovědí respondentů bylo vytvořeno několik kategorií (viz tab. 17). Nejčastějším důvodem nevyužívání služeb organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením byla nedostatečná informovanost respondentů o těchto organizacích (50 %). Dalším důvodem s vysokým zastoupením byla nedostupnost těchto organizací v místě bydliště respondentů (40 %). Část respondentů uvedla, že veškerou podporu jejich dětem zajišťuje škola, a tudíž podporu těchto organizací nepotřebují (6 %). 3 % respondentů uvedla jako důvod to, že jejich rodina podporu těchto organizací nevyžaduje. Uveden byl též důvod, že rodina o této možnosti doposud neuvažovala (1 %). Dle odpovědí respondentů docházíme

ke zjištění, že je žádoucí zajistit vyšší informovanost rodičů dětí se zrakovým postižením o těchto organizacích a navýšit jejich dostupnost v České republice.

Tabulka č. 17: *Důvody nevyužívání služeb organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením*

Kategorie odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
nedostatek informací o těchto organizacích	83	50 %
nedostupnost těchto organizací v místě bydliště	66	40 %
veškerou podporu rodině zajišťuje škola	10	6 %
rodina nevyžaduje podporu těchto organizací	5	3 %
rodina o této možnosti doposud neuvažovala	2	1 %
Celkem	166	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 16b:** Pokud ano, uveďte prosím jejich název.

I tato položka byla otevřená a byla určena pouze pro 20 % z celkového počtu respondentů, kteří v předchozí položce (viz tab. 16) uvedli, že využívají služby organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením. Položka měla za cíl odhalit, které konkrétní organizace respondenti využívají. Na základě odpovědí bylo i zde utvořeno několik kategorií (viz tab. 18). Nejvíce respondentů využívá služby Asociace rodičů a přátel dětí nevidomých a slabozrakých (38 %). Velký počet respondentů uvedl organizaci Goalball Club Perun (36 %). Podobné zastoupení měly tělovýchovná jednota Zora Praha (14 %) a organizace Tandem Brno (12 %). Je podstatné zmínit, že výsledky ovlivnil výběr institucí, přes které byl dotazník respondentům distribuován.

Tabulka č. 18: *Využívané organizace podporující sport a pohyb dětí se zrakovým postižením*

Kategorie odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
Asociace rodičů a přátel dětí nevidomých a slabozrakých	16	38 %
Goalball Club Perun	15	36 %
TJ Zora Praha	6	14 %
Tandem Brno	5	12 %
Celkem	42	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 17:** Vykonáváte ve volném čase sportovní a pohybové aktivity společně s Vaším dítětem?

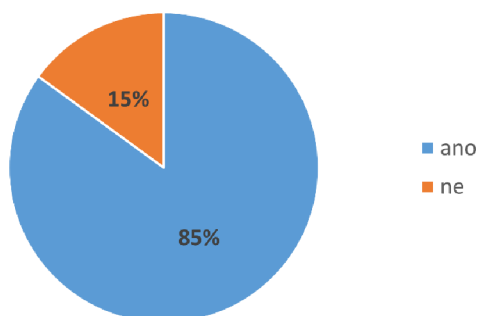
V teoretické části zmiňujeme, že rodiče mohou dítě se zrakovým postižením významně motivovat ke sportu. Jejich motivace spočívá v tom, že sami pohybové aktivity vykonávají, a také v tom, že sportují společně se svým dítětem. Z toho důvodu otázka prověřovala, zda se respondenti se svými dětmi ve volném čase pohybovým aktivitám věnují. Respondenti volili z variant ano/ne. Ukázalo se, že většina respondentů se svými dětmi ve volném čase sportuje (85 %). Pouze 15 % respondentů se svými dětmi ve volném čase pohybové aktivity nevykonává.

Tabulka č. 19: Společné vykonávání sportovních a pohybových aktivit rodičů a dětí se zrakovým postižením

Variety odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
ano	177	85 %
ne	31	15 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 16: Společné vykonávání sportovních a pohybových aktivit rodičů a dětí se zrakovým postižením



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 18:** Jaké z následujících možností vnímáte jako možné řešení pro odstranění překážek ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením ve volném čase?

Respondenti mohli zvolit více odpovědí, a to z následujících variant: navýšení nabídky pohybových aktivit a programů pro děti se zrakovým postižením; vyšší počet vyškolených asistentů a trenérů pohybových aktivit; více podpory ze strany zájmových

a neziskových organizací; vyšší informovanost rodičů a dětí o pozitivních účincích sportu; maximální bezpečnost dětí se zrakovým postižením při vykonávání sportovních a pohybových aktivit; více podpory a motivace ze strany vrstevníků a společnosti; více podpory a motivace ze strany učitelů tělesné výchovy; větší dostupnost sportovních zařízení a sportovišť pro děti se zrakovým postižením. Cílem položky bylo prozkoumat, jaké podmínky je dle respondentů žádoucí optimalizovat, aby se děti se zrakovým postižením mohly pohybovým aktivitám věnovat. Na základě zjištěných údajů je dle respondentů při sportování nejvíce potřeba zajistit maximální bezpečnost dětí se zrakovým postižením (24 %). Dále by si respondenti přáli navýšit nabídku pohybových programů a aktivit pro děti se zrakovým postižením (20 %) a více zpřístupnit sportovní zařízení a sportoviště dětem se zrakovým postižením (18 %). Pro respondenty je též podstatné navýšit počet vyškolených asistentů a trenérů pohybových aktivit (16 %). Zájmové a neziskové organizace by dle respondentů měly děti se zrakovým postižením ve sportu také více podporovat (12 %). Podle 9 % respondentů by bylo žádoucí děti se zrakovým postižením a jejich rodiče více informovat o pozitivních účincích sportu. Pouze 1 % respondentů zvolilo variantu více podpory a motivace ze strany vrstevníků a společnosti. Motivace a podpora ze strany učitelů tělesné výchovy je dle respondentů dostačující, protože tato odpověď nebyla zvolena ani jednou. Výsledky jsou významné pro praxi, protože představují možná řešení pro eliminaci současných překážek ve vykonávání pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením.

Tabulka č. 20: Možná řešení pro odstranění překážek ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
maximální bezpečnost dětí se zrakovým postižením při vykonávání sportovních a pohybových aktivit	50	24 %
navýšení nabídky pohybových aktivit a programů pro děti se zrakovým postižením	42	20 %
větší dostupnost sportovních zařízení a sportovišť pro děti se zrakovým postižením	37	18 %
vyšší počet vyškolených asistentů a trenérů pohybových aktivit	33	16 %
více podpory ze strany zájmových a neziskových organizací	25	12 %
vyšší informovanost rodičů a dětí o pozitivních účincích sportu	19	9 %
více podpory a motivace ze strany vrstevníků a společnosti	2	1 %
více podpory a motivace ze strany učitelů tělesné výchovy	0	-
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 17: Možná řešení pro odstranění překážek ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 19:** Stalo se někdy, že Vaše dítě nemohlo vykonávat nějakou pohybovou aktivitu, o kterou mělo zájem?

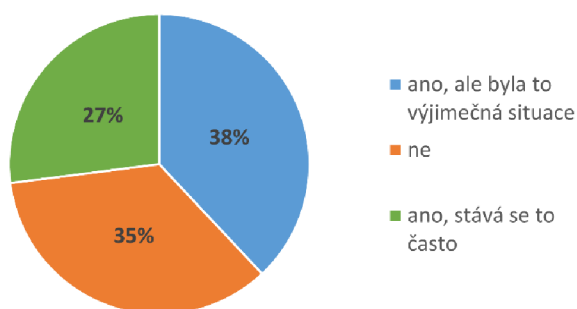
Tato závěrečná položka se snažila odhalit, zda se děti se zrakovým postižením setkávají s tím, že nemohou vykonávat pohybové aktivity, o které jeví zájem. Pro respondenty byly vytvořeny tyto varianty: ano, stává se to často; ano, ale byla to výjimečná situace; ne. Respondenti, kteří zvolili možnost, že se jejich dítě s takovou situací již někdy setkala, odpovídali na následující otevřenou položku (viz položka č. 20), která zjišťovala doplňující informace. 27 % respondentů uvedlo, že se jejich dítě s takovými situacemi setkává často. Děti 38 % respondentů se v této situaci již ocitly také, ale bylo to výjimečně. 35 % respondentů zvolilo možnost ne.

Tabulka č. 21: *Omezené možnosti dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dle zájmů*

Varianty odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
ano, ale byla to výjimečná situace	79	38 %
ne	73	35 %
ano, stává se to často	56	27 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

Graf č. 18: *Omezené možnosti dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dle zájmů*



Zdroj: vlastní zpracování

- **Položka č. 20:** Pokud ano, uveďte prosím, z jakého důvodu.

Položka byla otevřená a odpovídalo na ni pouze 65 % z celkového počtu respondentů, kteří v předchozí položce (viz tab. 21) uvedli, že se již někdy stalo, že se jejich dítě nemohlo věnovat sportu, o který mělo zájem. Doplňující položka se snažila zjistit konkrétní důvody těchto omezených možností dětí se zrakovým postižením. Na základě

odpovědi respondentů bylo utvořeno několik kategorií (viz tab. 22). Z výsledků je patrné, že nejčastějším důvodem omezených možností dětí se zrakovým postižením sportovat dle zájmu byla nedostatečná informovanost trenérů o práci s touto cílovou skupinou (29 %) a obtížné zajišťování všech potřebných podmínek (25 %). 20 % respondentů jako důvod uvedlo nedostatečnou bezpečnost dětí při vybraných sportech. O něco méně respondentů sdělilo, že nemá dostatek informací o organizacích, které děti se zrakovým postižením ve sportu podporují (15 %). Několik respondentů uvedlo zákaz od očního lékaře (11 %).

Tabulka č. 22: *Důvody omezených možností dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dle zájmů*

Kategorie odpovědí	Absolutní četnost	Relativní četnost
neznalost trenérů o práci s dítětem se zrakovým postižením	39	29 %
je obtížné zajistit všechny potřebné podmínky	34	25 %
sport nebyl pro dítě dostatečně bezpečný	27	20 %
nedostatek informací o možné podpoře organizací	20	15 %
zákaz od očního lékaře	15	11 %
Celkem	135	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

6.2 Vyhodnocení hypotéz

V této podkapitole jsou na základě výsledků dotazníkového šetření vyhodnoceny hypotézy, jež byly formulovány na počátku výzkumu. Data vztahující se k jednotlivým hypotézám jsou pro přehlednost zanesena do tabulek vytvořených v programu Microsoft Excel.

- **Hypotéza č. 1:** Více než polovina rodičů uvádí, že školy poskytují dětem se zrakovým postižením nejvíce možností a podpory ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit.

Dle výsledků dotazníkového šetření uvedla méně než polovina z celkového počtu respondentů (46 %), že školy poskytují dětem se zrakovým postižením nejvíce možností a podpory ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit. Hypotéza č. 1 tedy nebyla potvrzena.

Tabulka č. 23: Hypotéza č. 1

Jaké instituce poskytují dle Vašich zkušeností největší podporu a možnosti dětem se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit ve volném čase?	Absolutní četnost	Relativní četnost
školy	96	46 %
speciálně pedagogická centra	81	39 %
neziskové organizace	29	14 %
zájmové instituce	2	1 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

- **Hypotéza č. 2:** Více než polovina rodičů hodnotí dostupnost a nabídku pohybových a sportovních aktivit pro děti se zrakovým postižením jako nedostatečnou.

Z výsledků vyplynulo, že celkem 99 % z celkového počtu respondentů hodnotí dostupnost a nabídku sportovních a pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením ve volném čase jako nedostatečnou. Pouze 1 % respondentů nabídku a dostupnost hodnotí jako dostatečnou. Hypotéza č. 2 byla potvrzena.

Tabulka č. 24: Hypotéza č. 2

Hodnotíte dostupnost a nabídku sportovních a pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením ve volném čase jako dostatečnou?	Absolutní četnost	Relativní četnost	Celkem: absolutní hodnota	Celkem: relativní hodnota
spíše ne	139	67 %	206	99 %
ne	67	32 %		
spíš ano	2	1 %	2	1 %
ano	0	-		
Celkem	208	100 %		

Zdroj: vlastní zpracování

- **Hypotéza č. 3:** Více než polovina rodičů dětí se zrakovým postižením vnímá překážky ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit na straně obav o bezpečnost a zdraví dítěte.

Z uvedené tabulky vyplývá, že méně než polovina z celkového počtu respondentů (36 %) vnímá překážky ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit na straně obav o bezpečnost a zdraví dítěte. Na základě těchto výsledků nebyla hypotéza č. 3 potvrzena.

Tabulka č. 25: Hypotéza č. 3

Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti.	Absolutní četnost	Relativní četnost
Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně obav o bezpečnost a zdraví mého dítěte.	75	36 %
Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně institucí, které tyto aktivity poskytují.	60	29 %
Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně mého dítěte.	52	25 %
Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně vrstevníků a společnosti.	21	10 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

- **Hypotéza č. 4:** Méně než polovina rodičů využívá služby organizací, které podporují sport a pohyb dětí se zrakovým postižením.

Pouze 20 % z celkového počtu respondentů využívá služby organizací, které podporují sport a pohyb dětí se zrakovým postižením. Zbýlých 80 % respondentů služby těchto organizací nevyužívá. Dle těchto údajů byla hypotéza č. 4 potvrzena.

Tabulka č. 26: *Hypotéza č. 4*

Využíváte služby organizací, které podporují sport a pohyb dětí se zrakovým postižením?	Absolutní četnost	Relativní četnost
ne	166	80 %
ano	42	20 %
Celkem	208	100 %

Zdroj: vlastní zpracování

6.3 Analýza rozhovorů

V této podkapitole jsou prostřednictvím metody vytváření trsů analyzovány výsledky polostrukturovaných rozhovorů. Data korelující s výzkumným cílem jsou dle podobnosti utříděna do kategorií a jednotlivých skupin. Pro přehlednost jsou prezentována v tabulce (tab. 27) vytvořené v programu Microsoft Excel.

Tabulka č. 27: Kategorie a skupiny dat z rozhovorů

I. Možnosti	II. Překážky
motivace a podpora učitelů tělesné výchovy	nedostatečně zajištěný doprovod
vhodné sporty	obavy rodičů
podpora rodinných příslušníků	nedostatek zkušeností se sportováním
vyhovující prostředí pro sport	
motivace a podpora vrstevníků	

Zdroj: vlastní zpracování

Participanty rozhovorů tvořily dvě slabozraké dívky ve věku 10 a 8 let a jeden nevidomý chlapec ve věku 12 let. Pro analýzu byla využita metoda vytváření trsů. S ohledem na výzkumný cíl byly utvořeny dvě základní kategorie, tj. možnosti a překážky pojící se s vykonáváním pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením. Ke kategoriím byly přiřazeny skupiny označující podobnost dat získaných od participantů. Jednotlivé skupiny jsou níže okomentovány a jsou k nim připojeny vybrané úryvky z rozhovorů.

I. Možnosti

- **Motivace a podpora učitelů tělesné výchovy**

Děti v průběhu povinné školní docházky tráví ve škole řadu hodin denně a pedagogové jsou pro ně v tomto věku autoritou, kterou respektují. Díky tomu mohou učitelé tělesné výchovy děti se zrakovým postižením ve sportování výrazně podpořit. Při tělesné výchově nebo na sportovním kroužku ve škole mohou mít děti se zrakovým postižením spoustu příležitostí se do pohybových aktivit zapojit. Podpora základních škol a učitelů tělesné výchovy vyplývá z následujících výroků participantů.

„S pani učitelkou chodíme plavat i ve škole.“

„Sportuju jenom tady ve škole při těláku.“

„Mám ráda tělák, protože běháme a děláme různé rozcvičky, hry a tak.“

„Pani učitelka mi dovolila, že cvičím se staršíma dětma.“

„Paní učitelka mě při tělocviku hodně chválí.“

- **Vhodné sporty**

Z teoretické části víme, že děti se zrakovým postižením by si již od raného věku měly vyzkoušet různé sportovní aktivity a následně si z nich zvolit ty, které jsou pro ně vhodné, příjemné a z hlediska jejich možností a schopností dostupné. Výběr vhodných pohybových aktivit tedy výrazně determinuje to, zda děti se zrakovým postižením ve volném čase rády sportují či nikoliv.

„Když plavu, tak můžu kopat nohama a rukama a nebojím se volně hýbat.“

„Baví mě florbal, protože u toho můžeme běhat a trénovat střelení míčku, a ještě mě to baví, protože se můžou dávat góly.“

„My jsme byli na náměstí a tam zkoušeli florbal, tak jsem si vzala hokejku, zahrála jsem si a pak jsem zjistila, že mě ten florbal baví, že by sem na něj chtěla chodit.“

- **Podpora rodinných příslušníků**

Již v teoretické části uvádíme, že rodiče a další rodinní příslušníci mohou děti se zrakovým postižením ve sportování významně podpořit a rozvíjet. Jejich motivace spočívá v tom, že sami sportují a také v tom, že ve volném čase vykonávají pohybové aktivity společně s dítětem se zrakovým postižením.

„Brácha jezdí na kole, tak bych chtěl taky.“

„S rodičema chodíme hodně na procházky, protože máme pejska.“

„Mě napadlo, že by sem mohla hrát hokejbal, hraje ho můj tatka, tak bych taky chtěla.“

„Moje ségra chodí na tanečky a já teda taky, akorát ona má jinou trenérku.“

- **Vyhovující prostředí pro sport**

Pro sportování dětí se zrakovým postižením je velmi podstatné prostředí, ve kterém se pohybují. Pokud prostředí znají a s jistotou se tam mohou hýbat, tak sportují raději.

„Nejradši plavu v bazénu nebo moři, protože se tam můžu hejbat jak chci.“

„V tělocvičně ve škole je to nejlepší, protože my tam máme velkou půlku.“

„Hned za barákem máme velký hřiště, tak tam taky chodíme.“

- **Motivace a podpora vrstevníků**

Dítě v průběhu povinné školní docházky se začíná výrazně zajímat o vrstevníky, kteří na něj mají značný vliv. Pokud má tedy dítě se zrakovým postižením ve svém okolí vrstevníky, kteří sportují, je do sportování více motivováno. Tuto skutečnost potvrzují výroky participantů.

„Chodím ven s kamarádkou, ona má taky pejska, takže je vždycky vezmem na louku na balíky.“

„Ode mě ze třídy chodí jeden kluk taky na florbal, ale chodí někam jinam.“

„Kamarádka hraje volejbal.“

„Na florbale je hodně kluků, tak ty mi nejvíc pomáhají.“

II. Překážky

- **Nedostatečně zajištěný doprovod**

Děti se zrakovým postižením jsou při vykonávání pohybových aktivit více závislé na podpoře okolí. Důvodem je snížená orientace v okolním prostředí vlivem omezené vizuální percepce. Z toho vyplývá, že děti se zrakovým postižením při sportování potřebují doprovod, a pokud není dostatečně zajištěný, mají přístup k pohybovým aktivitám omezený.

„Rád bych chodil plavat víckrát, ale nemá mě tam kdo doprovodit.“

„Na tréninky musím chodit s babičkou nebo mamkou.“

„Chtěla bych víc chodit na procházky, ale rodiče nemají tolik času.“

- **Obavy rodičů**

Rodiče dětí se zrakovým postižením nepovažují pohybové aktivity za dostatečně bezpečné, a proto se děti snaží zapojovat do aktivit, které se jeví jako bezpečnější. Obavy rodičů pak mohou dětem se zrakovým postižením snižovat příležitosti se do pohybových aktivit zapojit.

„Holky ze třídy chodí na gymnastiku, ale mně to mamka nedovolila.“

„Rodiče chtějí, abych místo plavání hrál víc na klavír.“

„Chtěl jsem jezdit s bráchou na kole, ale rodiče mi to zakázali.“

„Moje kamarádka chodí hrát s tatškou tenis, chtěla jsem jít s ní, ale rodiče řekli, že nemůžu.“

- **Nedostatek zkušeností se sportováním**

V teoretické části je zmíněno, že by si děti v průběhu povinné školní docházky měly nejprve vyzkoušet několik druhů sportovních aktivit a posléze si vybrat ty, které jim vyhovují. Pokud jsou děti se zrakovým postižením od raného věku vedeny k jiným typům volnočasových aktivit a nemají příležitost si různé sporty vyzkoušet, tak se jim věnují méně. Nedostatek zkušeností se sportováním uvedli i participanti rozhovorů.

„Nic jinýho než plavání sem nezkusil.“

„Chodila jsem předtím jenom na výtvarku.“

„Předtím jsem nic nehrála, až teď co chodim do školy.“

„Jezdila jsem chvíli na koních, ale pak už jsem chodila jenom na hudebku.“

7 Diskuze

Haileamlak (2022) udává, že na světě žije přibližně 1,1 miliarda osob se zrakovým postižením. Z toho tvoří pouze 43 miliónů (0,5 %) osoby nevidomé. Dotazníku se v převažující míře zúčastnili respondenti, jejichž děti jsou slabozraké (60 %), 40 % tvořili respondenti, jejichž děti jsou nevidomé. Výsledky dotazníku tedy odpovídají rozložení stupňů zrakového postižení v populaci.

Kirk (in Haegele et al., 2021) uvádí, že rodiče dětí se zrakovým postižením nepovažují sportování za dostatečně bezpečné, proto se děti snaží zapojovat do jiných aktivit, které považují za bezpečnější. Výsledky dotazníku se s tímto poznatkem shodují, protože ukázaly, že rodiče dětí se zrakovým postižením ve vykonávání pohybových aktivit vnímají překážky nejvíce na straně obav o bezpečnost a zdraví dítěte (36 %). Z rozhovorů též vyplynulo, že obavy rodičů dětem se zrakovým postižením snižují příležitosti se do pohybových aktivit zapojit.

V souladu se Stuart et al. (2006), upozorňujícími na nedostatečně zajištěnou asistenci u dětí se zrakovým postižením při sportování, docházíme z výsledků dotazníku ke zjištění, že nedostatek vyškolených asistentů a trenérů pohybových aktivit je velkou překážkou ve vykonávání pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením (16 %). Při analýze rozhovorů byl nedostatečně zajištěný doprovod též zařazen do kategorie překážek.

Alcaraz-Rodríguez et al. (2022) sdělují, že největší bariérou osob se zrakovým postižením ve vykonávání pohybových aktivit je chybějící vnitřní motivace ke sportu, která je spojena s omezenou orientací v okolním prostředí. Data dotazníkového šetření se s těmito údaji neshodují, protože nízká motivace dětí se zrakovým postižením byla jako překážka označena pouze u 7 % respondentů. Data z rozhovorů potvrdila, že děti se zrakovým postižením se sportu ve volném čase věnovat chtějí, jejich vnitřní motivace je tedy dostatečná. Důvodem odlišných výsledků mohl být rozdílný věk účastníků výzkumu, protože dospělé osoby mohou mít například více strachu a pocitů nejistoty při sportování než děti, které pohyb potřebují a neuvědomují si možná rizika. Rozdílné výsledky mohou být též dány tím, že děti si postoje k pohybovým aktivitám přebírají od nejbližšího okolí a posléze si je přenášejí do dospělosti.

Züll et al. (2019) v doporučeních odkazují na potřebu vyšší informovanosti rodičů o vhodných programech a organizacích, které sportování dětí se zdravotním postižením podporují. Ze získaných dat dotazníkového šetření sledujeme, že pouze 20 % respondentů využívá služby organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením. V souladu se Züll et al. (2019) byl u 50 % respondentů důvodem nevyužívání této podpory nedostatek informací o dostupných organizacích.

Scally a Lord (2019) vnímají ve vykonávání pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením překážky na straně trenérů, kteří nemají dostatek informací o přístupu k této cílové skupině. S tímto poznatkem korelují výsledky výzkumu, protože nejčastěji uváděným důvodem omezených možností dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních aktivit dle zájmu byla nedostatečná informovanost trenérů o práci s dětmi se zrakovým postižením (29 %).

Kromě zjišťování překážek ve vykonávání pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením se výzkum orientoval na podmínky, které umožňují těmto dětem ve volném čase sportovat. Na základě výsledků dotazníku hodnotíme, že děti se zrakovým postižením při sportování potřebují upravené prostředí sportoviště (32 %), podporu vyškoleného asistenta (20 %), kratší dobu vykonávání sportovních aktivit (18 %) a speciální pomůcky a příslušenství (17 %). Výsledky z rozhovorů tyto poznatky potvrdily, protože bylo zjištěno, že děti se zrakovým postižením při sportování potřebují doprovod a vhodné prostředí pro pohyb. Výsledky výzkumu se shodují s Linsenbigler et al. (2018), kteří zjistili, že děti se zrakovým postižením při sportu potřebují především speciální pomůcky a asistenci.

Dle Stuart et al. (2006) nepodporují děti se zrakovým postižením v pohybových aktivitách učitelé tělesné výchovy, protože mají obavy, že se při sportu zraní. Totéž uvádí i Páchová (in Baslerová et al., 2012), která upozorňuje na to, že učitelé tělesné výchovy na běžných školách děti se zrakovým postižením z tělesné výchovy uvolňují. V dotazníkovém šetření respondenti uváděli, že učitelé tělesné výchovy děti se zrakovým postižením nejvíce motivují k vykonávání pohybových aktivit (40 %). Data z rozhovorů též ukázala, že učitelé tělesné výchovy děti se zrakovým postižením ve vykonávání pohybových aktivit velice podporují. Výsledky determinují základní školy, které žáci se zrakovým postižením navštěvují, protože učitelé tělesné výchovy na běžných školách mohou mít ke sportování dětí se zrakovým postižením odlišné postoje

než učitelé tělesné výchovy na základních školách pro zrakově postižené. Dotazník ovšem nezjišťoval, zda se děti respondentů vzdělávají v hlavním vzdělávacím proudu, či ve školách pro zrakově postižené, a tudíž mohou být výsledky určitým způsobem zkresleny. Na druhou stranu mohlo dojít v praxi k posunu a učitelé tělesné výchovy na běžných školách mohou v současnosti vykazovat vyšší míru kompetencí v přístupu k žákům se zrakovým postižením při tělovýchovných aktivitách. Z rozhovorů dále vyplynulo, že děti se zrakovým postižením ve sportování významně podporují také vrstevníci. Stejně informace byly zjištěny v dotazníkovém šetření, kde 35 % respondentů zvolilo variantu, že vrstevníci dětí se zrakovým postižením ke sportovním aktivitám nejvíce motivují.

Züll et al. (2019) poukazují na potřebu navýšení pohybových programů a zpřístupnění sportovních zařízení pro děti se zdravotním postižením. Výzkum odhalil shodné výsledky, protože pro možná řešení eliminace současných překážek ve vykonávání pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením většina respondentů zvolila navýšení nabídky pohybových programů a aktivit (20 %) a větší dostupnost sportovních zařízení a sportovišť (18 %).

Greguol et al. (2014) poukazují na významný vliv rodičů v motivaci dětí se zrakovým postižením k vykonávání pohybových aktivit. Ve studii uvádí, že rodiče se s dětmi se zrakovým postižením ve volném čase sportu nevěnují. Motivaci dětí se zrakovým postižením ke sportování se zabývala i položka v dotazníkovém šetření. Ukázalo se, že 85 % respondentů s dětmi pohybové aktivity ve volném čase vykonává. Z analýzy rozhovorů též vyplynulo, že rodinní příslušníci s dětmi se zrakovým postižením pohybové aktivity realizují. Nesoulad výsledků může poukazovat na současný nárůst informovanosti rodičů o pozitivních účincích sportu pro děti se zrakovým postižením a obecně na vyšší úroveň jejich rodičovských kompetencí.

Zajímavé zjištění je, že děti se zrakovým postižením vykonávají pohybové aktivity převážně mimo jakákoli organizovaná zařízení (49 %) a o něco méně pak ve školních zařízeních (36 %). Tyto poznatky byly potvrzeny také v rozhovorech. Budoucí výzkumná šetření by se tedy mohla zaměřit na odhalení konkrétních míst mimo organizovaná zařízení, která jsou pro sportování dětí se zrakovým postižením vhodná. Variantu ve sportovním klubu či na sportovišti zvolilo 11 % respondentů a v zájmové instituci pouze 4 % respondentů. Výsledky dalších položek též ukázaly, že zájmové

instituce děti se zrakovým postižením ve vykonávání pohybových aktivit podporují nejméně (1 %). Celkem 99 % respondentů hodnotilo dostupnost a nabídku pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením jako nedostatečnou. Výsledky poukazují na nepostačující podmínky pro realizaci pohybově orientovaných volnočasových aktivit dětí se zrakovým postižením v neformálním vzdělávání. Z výsledků též vyplývá, že saturace specializovanými sportovními a zájmovými kluby je kvůli jejich řídké dostupnosti nedostatečná.

V souladu s Kaplanem (2020), vyvstává z výsledků výzkumného šetření, že nejvýznamnějšími činiteli podpory a motivace dětí se zrakovým postižením ve vykonávání pohybových aktivit je rodina, škola a vrstevníci. Dle Matějčka (2001, s. 25) je rodina „prvním a nejdůležitějším životním prostředím dítěte“. Výsledky výzkumu potvrdily, že funkční a podporující rodina je zásadní pro optimální kvalitu života dítěte se zrakovým postižením ve všech oblastech. Školy plní též významnou úlohu, protože učitelé tělesné výchovy mohou děti se zrakovým postižením ve sportu výrazně podpořit a rozvíjet jejich motorické kompetence. V kolektivu intaktních vrstevníků mohou mít děti se zrakovým postižením nejvíce příležitostí se do sportu zapojit.

Dotazník nezjišťoval pohlaví dětí respondentů, a tudíž by se například údaje o aktivitách, kterým se děti se zrakovým postižením ve volném čase rády věnují, mohly v závislosti na pohlaví odlišovat. Respondenti v dotazníku neuváděli místo bydliště, a proto mohou být údaje o nabídce pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením určitým způsobem zkresleny, protože dostupnost organizací a pohybových programů pro tuto cílovou skupinu je v jednotlivých krajích v České republice rozdílná. Výsledky o podpoře učitelů tělesné výchovy mohou být též určitým způsobem zavádějící, protože dotazník nezjišťoval vzdělávací formu dětí respondentů. Data uvádějící organizace, které děti se zrakovým postižením ve sportu nejvíce podporují, mohou být determinována institucemi, přes které byl dotazník respondentům distribuován.

Závěr

Pro všechny děti, a to nevyjímaje děti se zdravotním znevýhodněním, je volný čas významnou součástí života. Zejména v období povinné školní docházky chtějí děti volný čas trávit dle svých zájmů. Volnočasové aktivity by měly být pro děti zábavné, ale zároveň obohacující. Sport řadíme mezi aktivity, které tato kritéria splňují. Pro děti se zrakovým postižením jsou pohybové aktivity zvláště důležité, protože rozvíjí jejich motorické kompetence a jsou prostředkem začleňování mezi intaktní vrstevníky. I přesto se setkáváme s tím, že z důvodu různých překážek se děti se zrakovým postižením ve volném čase věnují pohybovým aktivitám méně než děti majoritní. V současnosti již existují možnosti, které tyto překážky pomáhají eliminovat a přispívají tak k podpoře sportování dětí se zrakovým postižením.

V teoretické části bakalářské práce bylo za pomoci odborných zdrojů zpracováno aktuální poznání vztahující se ke zrakovému postižení, volnému času a pohybovým aktivitám. Na tomto podkladě byla sestavena praktická část, jejímž cílem bylo zjistit možnosti a překážky trávení volného času dětí se zrakovým postižením s profilací na pohybové a sportovní aktivity v průběhu povinné školní docházky. Pro doplnění výzkumného cíle byly formulovány celkem čtyři zpřesňující hypotézy. Pro naplnění cíle byl uplatněn smíšený typ výzkumu. Kvantitativní data byla shromážděna pomocí dotazníkového šetření, kterého se zúčastnilo celkem 208 respondentů. Pro zvýšení výpovědní hodnoty výsledků dotazníku byly se třemi vybranými participanty vedeny polostrukturované rozhovory.

Výsledky dotazníkového šetření ukázaly, že děti se zrakovým postižením se ve volném čase věnují převážně jiným typům volnočasových aktivit, než jsou aktivity pohybové a sportovní. Z rozhovorů ale vyplynulo, že se tyto děti pohybovým aktivitám věnovat chtějí. Výzkum odhalil, že děti se zrakovým postižením sportují nejvíce mimo jakákoli organizovaná zařízení a v prostorách školy. Analýza rozhovorů ukázala, že je žádoucí, aby děti se zrakovým postižením byly více zapojovány do pohybových aktivit již od raného věku, aby měly dostatek příležitostí si různé sporty vyzkoušet a posléze si z nich vybrat ty, které jsou pro ně optimální. Vyhovující prostředí a vhodné sporty jsou též podstatnou podmínkou pro realizaci pohybově orientovaných volnočasových aktivit dětí se zrakovým postižením.

Pro eliminaci současných překážek ve vykonávání pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením by mohlo v praxi přispět navýšení nabídky pohybových programů a zpřístupnění sportovišť těmto dětem. Pro praxi je též žádoucí, aby se do podpory sportování dětí se zrakovým postižením více zapojila zájmová zařízení a trenéři pohybových aktivit. Pro další zkoumání by bylo možné se zaměřit i na jiné věkové kategorie a stupně zrakového postižení. Například při oslovení dospělých osob se zrakovým postižením by výsledky mohly být též zajímavé. V následných studiích by se mohly sledovat údaje v jednotlivých krajích v České republice, protože dostupnost organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením je v jednotlivých krajích různá. Výsledky by se pak mohly komparovat se situací v zahraničí. Intervence v praxi by měla spočívat především v eliminaci překážek pojících se se sportováním dětí se zrakovým postižením. Bakalářská práce může posloužit pro optimalizaci podmínek vykonávání pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením a může přispět ke zvýšení povědomí o dané problematice ve společnosti.

Tištěné zdroje

- 1) BENEŠ, Pavel, 2019. *Zraková postižení: behaviorální přístupy při edukaci s pomůckami*. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-2110-6.
- 2) BENEŠ, Pavel, Martin, VRUBEL, 2017. *Oftalmologie pro speciální pedagogy*. Brno: Paido. ISBN 978-80-7315-264-2.
- 3) BRIAN, Ali, 2021. Motor skill development. In: HAEGELE, Justin A. (ed.). *Movement and visual impairment: research across disciplines*. New York: Routledge, s. 4-12. ISBN 978-0-367-43439-7.
- 4) BRODSKY, Michael C., 2021. *The Evolutionary Basis of Strabismus and Nystagmus in Children*. New York: Springer. ISBN 978-3-030-62719-5.
- 5) DÍTĚTOVÁ, Eva, 1998. Cvičení na trampolině. In: KOLEKTIV autorů. *Sport a rekreační aktivity zdravotně postižených dětí*. Praha: Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v České republice., s. 118-125. ISBN 80-238-4943-3.
- 6) EGER, Ludvík, Dana, EGEROVÁ, 2022. *Metodologie výzkumu*. 3., přepr. a rozš. vyd. Plzeň: Západočeská univerzita. ISBN 978-80-261-1108.
- 7) ERIKSON, Erik H., 2014. *Životní cyklus rozšířený a dokončený: devět věků člověka*. 2., přepr. vyd. Jiří ŠIMEK (překl.). Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0786-3.
- 8) FAZIK, Alexander, 2013. Fond volného času, jeho struktura a funkce. In: FAZIK, Alexander, Jan, ŠTEMBERK et al. *Aktuální problémy volného času a cestovního ruchu*. Pelhřimov: Nová tiskárna Pelhřimov ve spolupráci s katedrou společenských věd Vysoké školy obchodní v Praze, s. 12-19. ISBN 978-80-7415-076-0.
- 9) FINKOVÁ, Dita, 2011. *Rozvoj hapticko-taktilního vnímání osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN 978-80-244-2742-3.
- 10) FINKOVÁ, Dita, Libuše, LUDÍKOVÁ, Veronika, RŮŽIČKOVÁ, 2007. *Speciální pedagogika osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN 978-80-244-1857-5.
- 11) GÓRNY, Mirosław, Stanisław, KOWALIK, 2017. Hledání zdraví pro osoby se zdravotním postižením. In: BLAHUTKOVÁ, Marie (ed.). *Pohybový aparát a zdraví*. Brno: Paido, s. 147-157. ISBN 978-80-7315-265-9.

- 12) HÁJEK, Bedřich, Břetislav, HOFBAUER, Jiřina, PÁVKOVÁ, 2011. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. 2., aktualiz. vyd. (3.vyd.) Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0030-7.
- 13) HOFBAUER, Břetislav, Michal, KAPLÁNEK, 2010. *Kapitoly z pedagogiky volného času: soubor pojednání o volném čase a jeho výchovném zhodnocování*. České Budějovice: Teologická fakulta Jihočeské univerzity. ISBN 978-80-7394-240-3.
- 14) CHRÁSKA, Miroslav, 2016. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5326-3.
- 15) JANKOVÁ, Jana, Dagmar, MORAVCOVÁ, 2017. *Asistent pedagoga a dítě se zrakovým postižením*. Praha: Pasparta. ISBN 978-80-88163-61-9.
- 16) KAPLAN, Aleš, 2020. *Pohybová neúspěšnost u žáků mladšího školního věku*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-4562-9.
- 17) KIMPLOVÁ, Tereza, Marta, KOLAŘÍKOVÁ, 2014. *Jak žít s těžkým zrakovým postižením: souhrn (nejen) psychologické problematiky*. Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-831-3.
- 18) KIRK, T. N., 2021. Motivational psychology in physical activity and sport. In: HAEGELE, Justin A. (ed.). *Movement and visual impairment: research across disciplines*. New York: Routledge, s. 97-112. ISBN 978-0-367-43439-7.
- 19) KNOTOVÁ, Dana, 2011. *Pedagogické dimenze volného času*. Brno: Paido. ISBN 978-80-7315-223-9.
- 20) KRHUTOVÁ, Lenka, 2011. Lidé se zrakovým postižením a pomáhající profese. In: MICHALÍK, Jan et al. *Zdravotní postižení a pomáhající profese*. Praha: Portál, s. 269-333. ISBN 978-80-7367-859-3.
- 21) KVĚTOŇOVÁ, Lea, 2000. *Oftalmopedie*. 2., dopl. vyd. Brno: Paido. ISBN 80-85931-84-2.
- 22) KVĚTOŇOVÁ, Lea, Pavlína, ŠUMNÍKOVÁ, 2022. *Speciální pedagogika znevýhodněného člověka se zrakovým postižením*. Praha: Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy. ISBN 978-80-7603-337-5.
- 23) LANGMEIER, Josef, Dana, KREJČÍŘOVÁ, 2006. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1284-0.
- 24) LECHTA, Viktor, 2011. *Symptomatické poruchy řeči u dětí*. 3., dopl. a přepr. vyd. Jana KŘÍŽOVÁ (překl.). Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-977-4.

- 25) LUDÍKOVÁ, Libuše, 2006. Speciální pedagogika osob s postižením zraku. In: RENOTIÉROVÁ, Marie, Libuše, LUDÍKOVÁ et al. *Speciální pedagogika*. 4. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, s. 191-208. ISBN 80-244-1475-9.
- 26) MATĚJČEK, Zdeněk, 2001. *Psychologie nemocných a zdravotně postižených dětí*. 3., přepr. vyd. Jinočany: H & H. ISBN 80-86022-92-7.
- 27) MIOVSKÝ, Michal, 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada. ISBN 80-247-1362-4.
- 28) MORAVCOVÁ, Dagmar, 2004. *Zraková terapie slabozrakých a pacientů s nízkým vize*. Praha: Triton. ISBN 80-7254-476-4.
- 29) MUŽÍK, Vladislav, Milada, KREJČÍ, 1997. *Tělesná výchova a zdraví: zdravotně orientované pojetí tělesné výchovy pro I. stupeň ZŠ*. Olomouc: Hanex. ISBN 80-85783-17-7.
- 30) NOVÁKOVÁ, Zita, 2006. Oftalmopedie. In: PIPEKOVÁ, Jarmila et al. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 2., rozš. a přepr. vyd. Brno: Paido, s. 229-248. ISBN 80-7315-120-0.
- 31) PÁVKOVÁ, Jiřina, Bedřich, HÁJEK, Břetislav, HOFBAUER, 1999. Volný čas. In: PÁVKOVÁ, Jiřina et al. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Praha: Portál, s. 15-33. ISBN 80-7178-295-5.
- 32) PÁVKOVÁ, Jiřina, A., PAVLÍKOVÁ, V., HRDLIČKOVÁ, 1999. Výchova mimo vyučování. In: PÁVKOVÁ, Jiřina et al. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Praha: Portál, s. 35-81. ISBN 80-7178-295-5.
- 33) PIAGET, Jean, Bärbel, INHELDER, 2014. *Psychologie dítěte*. Eva VYSKOČILOVÁ (překl.). Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0691-0.
- 34) PROKEŠOVÁ, Eva, 2022. Zrakové postižení. In: VAŘEKOVÁ, Jitka, Klára, DAĐOVÁ, Pavlína, NOVÁKOVÁ et al. *Žák se speciálními vzdělávacími potřebami v tělesné výchově*. Praha: Karolinum, s. 180-187. ISBN 978-80-246-5181-1.
- 35) RÖDEROVÁ, Petra, 2015. *Edukace osob se zrakovým postižením v osobnostním pojetí*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-8091-1.
- 36) RŮŽIČKA, Ivan, Kamila, RŮŽIČKOVÁ, Pavel, ŠMÍD, 2013. *Netradiční sportovní hry*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0337-7.
- 37) SCHLEGEL, Petr, Ludmila, FIALOVÁ, 2023. *Body image a pohybové aktivity mládeže*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-5406-5.

- 38) SLEPIČKOVÁ, Irena, 2000. *Sport a volný čas*. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-0044-7.
- 39) SLOWÍK, Josef, 2016. *Speciální pedagogika. 2.*, aktualiz. a dopl. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-0095-8.
- 40) ŠIMKO, Jozef, Marián, ŠIMKO, 2016. Zrakové postižení. In: LECHTA, Viktor (ed.). *Inkluzivní pedagogika*. Tereza HUBÁČKOVÁ (překl.). Praha: Portál, s. 240-253. ISBN 978-80-262-1123-5.
- 41) ŠUMNÍKOVÁ, Pavlína, 2018. *Možnosti prostorové orientace a samostatného pohybu osob se zrakovým postižením*. Praha: Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy. ISBN 978-80-7603-005-3.
- 42) ŠUMNÍKOVÁ, Pavlína, Petr, KOPEČNÝ, 2021. *Komunikační schopnost u osob se zrakovým postižením*. Praha: Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy. ISBN 978-80-7603-243-9.
- 43) ŠVAMBERK-ŠAUEROVÁ, Markéta, Pavel, TILINGER, Václav, HOŠEK, 2017. *Projekty utváření pozitivního postoje dětí k pohybovým aktivitám*. Praha: Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra, spol. s.r.o. ISBN 978-80-87723-40-1.
- 44) ŠVAŘÍČEK, Roman, Klára, ŠEĎOVÁ, 2014. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. 2. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0644-6.
- 45) TRNKA, Václav, 2012. *Charakteristika a organizace sportu osob se zrakovým postižením v České republice*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1958-3.
- 46) TŮMA, Jiří, 2018. *Pedagogika volného času*. Praha: Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra, spol. s.r.o. ISBN 978-80-87723-43-2.
- 47) VÁGNEROVÁ, Marie, 1995. *Oftalmopsychologie dětského věku*. Praha: Karolinum. ISBN 80-7184-053-X.
- 48) VÁGNEROVÁ, Marie, 2012. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání. 2.*, dopl. a přepr. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2153-1.
- 49) VÁGNEROVÁ, Marie, 2014. *Současná psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0696-5.
- 50) VACHULE, Robert, 1998. Krátký náznak širší oftalmologické problematiky. In: KOLEKTIV autorů. *Sport a rekreační aktivity zdravotně postižených dětí*. Praha: Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v České republice., s. 113-114. ISBN 80-238-4943-3.

51) VÁŽANSKÝ, Mojmir, Vladimír, SMÉKAL, 1995. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido. ISBN 80-901737-9-9.

52) ZANDLOVÁ, Markéta, 2019. Rozhovor. In: NOVOTNÁ, Hedvika, Ondřej, ŠPAČEK, Magdaléna, ŠTOVÍČKOVÁ (eds.). *Metody výzkumu ve společenských vědách*. Praha: Fakulta humanitních studií Univerzity Karlovy, s. 318-352. ISBN 978-80-7571-025-3.

Elektronické zdroje

- 1) ALCARAZ-RODRÍGUEZ, Virginia, Daniel, MEDINA-REBOLLO, Antonio, MUÑOZ-LLERENA, Jesús, FERNÁNDEZ-GAVIRA, 2022. Influence of Physical Activity and Sport on the Inclusion of People with Visual Impairment: A Systematic Review. Online. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 19, iss. 1, s. 443-449. ISSN 1660-4601. Dostupné z: <https://doi.org/10.3390/ijerph19010443>. [cit. 2024-01-11].
- 2) ASOCIACE RODIČŮ A PŘÁTEL DĚTÍ NEVIDOMÝCH A SLABOZRÁKÝCH, © 2023. *Naše činnost*. Online. Dostupné z: <https://asociacerodicu.estranky.cz/clanky/nase-cinnost.html>. [cit. 2023-09-12].
- 3) BLÁHA, Ladislav, 2012. Physical activities of the people with visual impairments from the perspective of researches in the Czech republic. Online. *Studia Kinanthropologica*. Vol. 13, iss. 2, s. 74-79. ISSN 1213-2101. Dostupné z: [doi:10.32725/sk.2012.055](https://doi.org/10.32725/sk.2012.055). [cit. 2023-06-13].
- 4) BLIND SPORT CLUB PRAHA, © 2015. *O nás*. Online. Dostupné z: <http://bscprague.eu/o-nas/>. [cit. 2023-06-21].
- 5) ČESKÁ ASOCIACE APLIKOVANÝCH POHYBOVÝCH AKTIVIT, © 2014. *O spolku*. Online. Dostupné z: <https://www.caapa.cz/>. [cit. 2023-06-21].
- 6) ČESKÝ SVAZ ZRAKOVĚ POSTIŽENÝCH SPORTOVců, © 2022. *O ČSZPS*. Online. Dostupné z: <https://cbsf.cz/o-cszps#hlavni strana>. [cit. 2023-06-21].
- 7) EMIL OPEN, © 2023. *Co je Emil Open*. Online. Dostupné z: <https://emilopen.cz/#what-is-emil-open>. [cit. 2023-06-24].
- 8) EMILOVA SPORTOVNÍ, © 2023. *O nás*. Online. Dostupné z: <https://emilova-sportovni.cz/o-nas/>. [cit. 2023-06-21].
- 9) FIEDLEROVÁ, Kateřina, Jitka, VAŘEKOVÁ, 2020. Zdravotně orientovaná a relaxační cvičení. Online. In: JEŠINA, Ondřej et al. *Otázky a odpovědi aplikované tělesné výchovy I: aneb inkluzivní tělesná výchova pro I. stupeň základních škol s přesahem do mateřských škol*. Olomouc: Univerzita Palackého, s. 146-159. ISBN 978-80-244-5757-4. Dostupné z: <https://docplayer.cz/200194106-Otazky-a-odpovedi-aplikovane-telesne-vychovy-i.html>. [cit. 2023-05-31].

- 10)** GREGUOL, Márcia, Erica, GOBBI, Attilio, CARRARO, 2014. Physical activity practice among children and adolescents with visual impairment: influence of parental support and perceived barriers. Online. *Disability and Rehabilitation*. Vol. 37, iss. 4, s. 327-330. ISSN 0963-8288. Dostupné z: <https://doi.org/10.3109/09638288.2014.918194>. [cit. 2024-01-11].
- 11)** HAEGELE, Justin A., 2019. Youth leisure-time physical activity from the perspectives of young adults with visual impairments. Online. *European Journal of Adapted Physical Activity*. Vol. 11, iss. 2, s. 1-13. ISSN 1803-3857. Dostupné z: DOI: 10.5507/euj.2018.010. [cit. 2023-05-24].
- 12)** HAILEAMLAK, Abraham, 2022. The Burden of Visual Impairment and Efforts to Curve it Down. Online. *Ethiopian Journal of Health Sciences*. Vol. 32, iss. 5, s. 874. ISSN 2413-7170. Dostupné z: doi: 10.4314/ejhs.v32i5.1. [cit. 2024-01-04].
- 13)** HAMPLOVÁ, Martina, Jana, JANKOVÁ, 2015. Dopady zrakového postižení a oslabení zrakového vnímání na vzdělávání. Online. In: JANKOVÁ, Jana et al. *Katalog podpůrných opatření: pro žáky s potřebou podpory ve vzdělávání z důvodu zrakového postižení a oslabení zrakového vnímání*. Olomouc: Univerzita Palackého, s. 14-15. ISBN 978-80-244-4685-1. Dostupné z: <https://inkluzepopol.cz/ebooks/katalog-zp/katalog-zp.pdf>. [cit. 2023-05-25].
- 14)** HASHEMI, H., M., KHABAZKHOOB, M., SAATCHI, H., OSTADIMOGHADDAM, A., YEKTA, 2017. Visual impairment and blindness in a population-based study of Mashhad, Iran. Online. *Journal of Current Ophthalmology*. Vol. 30, iss. 2, s. 161-168. ISSN 2452-2325. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.joco.2017.01.003>. [cit. 2023-05-24].
- 15)** HYVÄRINEN, Lea, 2007. Implications of Deafblindness on Visual Assessment Procedures: Considerations for Audiologists, Ophthalmologists, and Interpreters. Online. *Trends in Amplification*. Vol. 11, iss. 4, s. 227-232. ISSN 1084-7138. Dostupné z: <https://doi.org/10.1177/1084713807308364>. [cit. 2023-05-23].
- 16)** JANEČKA, Zbyněk, 2012. Sport osob se zrakovým postižením. Online. In: JANEČKA, Zbyněk et al. *Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením*. Olomouc: Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého, s. 71-87. ISBN 978-80-244-3107-9. Dostupné z: https://apa.upol.cz/images/Janeckakol-Vybrane_sporty.pdf. [cit. 2023-06-01].
- 17)** JANEČKA, Zbyněk, 2019. Basic anthropometric indicators and introduction into motor competence in visually impaired persons. Online. In: JANEČKA, Zbyněk, Ladislav, BLÁHA et al. *Motor competence in visually impaired persons*. Olomouc: Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého s. 41-99. ISBN 978-80-244-5555-6. Dostupné z: https://apa.upol.cz/images/Motor_competences_VI.pdf. [cit. 2023-05-24].

- 18) JANEČKA, Zbyněk, Ladislav, BLÁHA, 2013. *Motorické kompetence osob se zrakovým postižením*. Online. Olomouc: Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého. ISBN 978-80-244-3953-2. Dostupné z: https://apa.upol.cz/images/Janecka_Blaha_-_Motoric_kompetence.pdf. [cit. 2023-07-22].
- 19) JANEČKA, Zbyněk, Ladislav, BLÁHA, 2013. Aplikované pohybové aktivity osob se zrakovým postižením. Online. In: KUDLÁČEK, Martin et al. *Základy aplikovaných pohybových aktivit*. Olomouc: Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého, s. 29-46. ISBN 978-80-244-3954-9. Dostupné z: <https://publi.cz/books/144/04.html>. [cit. 2023-05-31].
- 20) JANEČKA, Zbyněk, Ondřej, JEŠINA, 2011. Outdoorové APA v letním a zimním prostředí. Online. In: JEŠINA, Ondřej, Zdeněk, HAMŘÍK et al. *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Olomouc: Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého, s. 102-111. ISBN 978-80-244-2946-5. Dostupné z: https://apa.upol.cz/images/JesinaHamrik-Podpora_APA.pdf. [cit. 2023-06-01].
- 21) JANEČKA, Zbyněk, Dana, ŠTĚRBOVÁ, Martin, KUDLÁČEK, 2008. Psychomotor development and development of motor competences of congenital blind children from born to 36 month of age. Online. *Tělesná kultura*. Vol. 31, iss. 1, s. 20-29. ISSN 1211-6521. Dostupné z: DOI:10.5507/tk.2008.002. [cit. 2023-05-24].
- 22) JEŠINA, Ondřej, 2020. *O nás*. Online. In: Centrum APA: Centrum aplikovaných pohybových aktivit. 16.4. 2020. Dostupné z: <https://apa.upol.cz/>. [cit. 2023-08-26].
- 23) JEŠINA, Ondřej, 2024. *Centrum APA ve spolupráci s NF Světluška zahájil projekt "Konzultanti APA pro žáky se zrakovým postižením"*. Online. In: Centrum APA: Centrum aplikovaných pohybových aktivit. 3.1. 2024. Dostupné z: <https://www.apa.upol.cz/index.php/vsechny-aktuality/801-centrum-apa-ve-spolupraci-s-nf-svetluska-zahajil-projekt-konzultanti-apa-pro-zaky-se-zrakovym-postizenim>. [cit. 2024-01-22].
- 24) JEŠINA, Ondřej, Maxim, TOMOSZEK, 2020. Proč mají děti/žáci se speciálními vzdělávacími potřebami právo na pohyb a TV. Online. In: JEŠINA, Ondřej et al. *Otázky a odpovědi aplikované tělesné výchovy II: aneb inkluzivní tělesná výchova pro II. stupeň základních škol s přesahem do středoškolského vzdělávání*. Olomouc: Univerzita Palackého, s. 12-16. ISBN 978-80-244-5757-4. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/346677016_Otazky_a_odpovedi_aplikovane_telezne_vychovy_II_Questions_and_answers_of_adapted_physical_education_II. [cit. 2023-05-31].

- 25) KOLAŘÍKOVÁ, Pavla, Tomáš, VYHLÍDAL, 2021. Floor aerobik pro nevidomé – cvičíme doma. Online. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*. Roč. 12, č. 2, s. 22-23. ISSN 1804-4220. Dostupné z: <https://apa.upol.cz/images/casopis/23/APA2021-2-online.pdf>. [cit. 2023-06-02].
- 26) LINSENBIGLER, Kelsey, Lauren J., LIEBERMAN, Susan, PETERSEN, 2018. Barriers to physical activity for children with visual impairments: How far have we come and where do we still need to go? Online. *Palaestra*. Vol. 32, iss. 1, s. 26-31. ISSN 1805-9740. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/330026120_BARRIERS_TO_PHYSICAL_ACTIVITY_FOR_CHILDREN_WITH_VISUAL_IMPAIRMENTS_HOW_FAR_HAVE_WE_COME_AND_WHERE_DO_WE_STILL_NEED_TO_GO. [cit. 2024-01-12].
- 27) LUDÍKOVÁ, Libuše, Veronika, STOKLASOVÁ, 2005. *Tyflopédie pro výchovné pracovníky*. Online. Olomouc: Pedagogická fakulta Univerzity Palackého. ISBN 80-244-1189-X. Dostupné z: <https://uss.upol.cz/wp-content/uploads/2015/01/Tyflopédie-pro-v%C3%BDchovn%C3%A9-pracovn%C3%ADky.pdf>. [cit. 2023-06-13].
- 28) MATOUŠKOVÁ, Eva, 2012. Zraková stimulace. Online. In: BASLEROVÁ, Pavlína et al. *Metodika práce se žákem se zrakovým postižením*. Olomouc: Pedagogická fakulta Univerzity Palackého, s. 78-87. ISBN 978-80-244-3307-3. Dostupné z: http://www.inkluze.upol.cz/portal/velke_publicace/metodiky/ZP_Metodika.pdf. [cit. 2023-05-26].
- 29) MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY ČESKÉ REPUBLIKY, © 2023. *Zájemové a neformální vzdělávání*. Online. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/mladez/zajmove-a-neformalni-vzdelavani>. [cit. 2023-06-21].
- 30) NADACE LEONTINKA, © 2022. *O nadaci*. Online. Dostupné z: <https://www.nadaceleontinka.cz/projekt/o-nadaci>. [cit. 2023-06-21].
- 31) PÁCHOVÁ, Nast'á, 2012. Sportovní aktivity dětí s těžkým zrakovým postižením. Online. In: BASLEROVÁ, Pavlína et al. *Metodika práce se žákem se zrakovým postižením*. Olomouc: Pedagogická fakulta Univerzity Palackého, s. 118. ISBN 978-80-244-3307-3. Dostupné z: http://www.inkluze.upol.cz/portal/velke_publicace/metodiky/ZP_Metodika.pdf. [cit. 2023-05-26].

- 32) PATOČKOVÁ, Věra, Daniel, ČERMÁK, Jiří, ŠAFR, 2022. *Volný čas dětí staršího školního věku a jeho prožívání: výsledky reprezentativního výzkumu v České republice 2021 (monitorovací studie)*. Online. Praha: Sociologický ústav AV ČR, v. v. i. ISBN 978-80-7330-396-9. Dostupné z: <https://www.soc.cas.cz/publikace/volny-cas-deti-starsiho-skolního-veku-jeho-prozivani-vysledky-representativního-vyzkumu-v>. [cit. 2023-05-26].
- 33) ROZHLEDNA, © 2023. *O nás*. Online. Dostupné z: <https://www.rozhledna.info/kontakty/o-nas/>. [cit. 2023-08-31].
- 34) SCALLY, Jennifer B., Rhiannon, LORD, 2019. Developing physical activity interventions for children with a visual impairment: Lessons from the First Steps initiative. Online. *British Journal of Visual Impairment*. Vol. 37, iss. 2, s. 1-31. ISSN 0264-6196. Dostupné z: <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0264619618823822>. [cit. 2024-01-10].
- 35) SILVEIRA, Susan, 2019. Exploring the dualism of vision – visual function and functional vision. Online. *Vision Rehabilitation International*. Vol. 10, iss. 1, s. 1-10. ISSN 2652-3647. Dostupné z: DOI:10.21307/ijom-2019-001. [cit. 2023-06-26].
- 36) SKORKOVSKÁ, Karolína, 2015. *Perimetrie*. Online. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5282-2. Dostupné z: <https://docplayer.cz/50841567-Mudr-karolina-skorkovska-ph-d-perimetrie.html>. [cit. 2023-05-26].
- 37) STUART, Moira E., Lauren J., LIEBERMAN, Karen E., HAND, 2006. Beliefs about Physical Activity among Children who are Visually Impaired and their Parents. Online. *Journal of Visual Impairment and Blindness*. Vol. 100, iss. 4, s. 223-234. ISSN 1559-1476. Dostupné z: <https://doi.org/DOI:10.1177/0145482X0610000405>. [cit. 2024-01-12].
- 38) TANDEM BRNO, © 2023. *O nás*. Online. Dostupné z: <http://tandembrno.org/o-nas/>. [cit. 2023-06-21].
- 39) TJ ZORA PRAHA, © 2017. *O nás*. Online. Dostupné z: <https://www.tjzora.cz/o-nas/>. [cit. 2023-06-21].
- 40) Úmluva OSN o právech osob se zdravotním postižením, 2006. Online. In: *Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky*, © 2023. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/umluva-osn-o-pravech-osob-se-zdravotnim-postizenim>. [cit. 2023-05-26].

- 41) VÁLEK, Jakub, Ondřej, JEŠINA, 2020. Sportovní a pohybové hry. Online. In: JEŠINA, Ondřej et al. *Otázky a odpovědi aplikované tělesné výchovy II: aneb inkluzivní tělesná výchova pro II. stupeň základních škol s přesahem do středoškolského vzdělávání*. Olomouc: Univerzita Palackého, s. 139-145. ISBN 978-80-244-5757-4. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/346677016_Otazky_a_odpovedi_aplikovane_telesne_vychovy_II_Questions_and_answers_of_adapted_physical_education_II. [cit. 2023-05-31].
- 42) VÁLKOVÁ, Hana, Julie, WITTMANNOVÁ, 2021. Projekt Dny bez bariér – 1. zimní česko-rakouské hry handicapované mládeže Emil Open. Online. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*. Roč. 12, č. 2, s. 21-22. ISSN 1804-4220. Dostupné z: <https://apa.upol.cz/images/casopis/23/APA2021-2-online.pdf>. [cit. 2023-08-31].
- 43) VAŘEKOVÁ, Jitka, Klára, DAŘOVÁ, 2014. Pohybová aktivita a kognitivní funkce. Online. *Medicina Sportiva Bohemica et Slovaca*. Roč. 23, č. 4, s. 210-215. ISSN 1210-5481. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/279713661_Pohybova_aktivita_a_kognitivni_funkce. [cit. 2023-05-30].
- 44) VEAL, A. J., 2019. Joffre Dumazedier and the definition of leisure. Online. *Society and Leisure*. Vol. 42, iss. 2, s. 187-200. ISSN 1705-0154. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/07053436.2019.1625533>. [cit. 2023-07-18].
- 45) VÍTKOVÁ, Marie, 2020. *Speciální pedagogika předškolního a školního věku a dospělých: distanční studijní text*. Online. Opava: Fakulta veřejných politik Slezské univerzity. ISBN 978-80-7510-401-4. Dostupné z: <https://www.pf.ujep.cz/wp-content/uploads/2020/10/22-SO-Speci%C3%A1ln%C3%AD-pedagogika.pdf>. [cit. 2023-05-23].
- 46) VRUBEL, Martin, Petra, RÖDEROVÁ, Nora, JÁGEROVÁ, 2017. *Education, support and rehabilitation for people with visual impairments*. Online. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-8456-8. Dostupné z: <https://munispace.muni.cz/library/catalog/view/1005/3121/771-2/#preview>. [cit. 2023-05-23].
- 47) VYHLÍDAL, Tomáš, 2020. Psychomotorika a psychomotorické hry. Online. In: JEŠINA, Ondřej et al. *Otázky a odpovědi aplikované tělesné výchovy I: aneb inkluzivní tělesná výchova pro I. stupeň základních škol s přesahem do mateřských škol*. Olomouc: Univerzita Palackého, s. 138-140. ISBN 978-80-244-5757-4. Dostupné z: <https://docplayer.cz/200194106-Otazky-a-odpovedi-aplikovane-telesne-vychovy-i.html>. [cit. 2023-05-31].

- 48)** WINTER, Jaroslav, 2023. *Sportovní hry zrakově postižené mládeže 2023 na FTVS*. Online. In: Helpnet: informační portál pro osoby se specifickými potřebami. 27.5. 2023 9:38. Dostupné z: <https://www.helpnet.cz/monitoring-medii/sportovni-hry-zrakove-postizene-mladeze-2023-na-ftvs>. [cit. 2023-06-03].
- 49)** WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022. *International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11): the global standard for diagnostic health information*. Online. Dostupné z: <https://www.who.int/standards/classifications/classification-of-diseases>. [cit. 2023-08-13].
- 50)** Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění účinném ode dne 1.7. 2023. Online. In: *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky*, © 2023. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/dokumenty/skolsky-zakon-ve-zneni-ucinnem-ode-dne-1-7-2023>. [cit. 2023-07-05].
- 51)** ZÜLL, Anne, Vera, TILLMANN, Ingo, FROBÖSE, Volker, ANNEKEN, 2019. Physical activity of children and youth with disabilities and the effect on participation in meaningful leisure-time activities. Online. *Cogent Social Sciences*. Vol. 5, iss. 1, s. 1-15. ISSN 2331-1886. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/23311886.2019.1648176>. [cit. 2023-05-31].

Seznam příloh

Příloha č. 1: *Dotazník před pilotáží*

Příloha č. 2: *Finální verze dotazníku*

Příloha č. 3: *Informovaný souhlas pro zákonné zástupce*

Příloha č. 4: *Informovaný souhlas pro ředitele základní školy*

Příloha č. 5: *Osnova rozhovorů*

Seznam tabulek

Tabulka č. 1: <i>Klasifikace zrakového postižení dle MKN-11</i>	12
Tabulka č. 2: <i>Věk dětí respondentů</i>	42
Tabulka č. 3: <i>Stupeň zrakového postižení dětí respondentů</i>	43
Tabulka č. 4: <i>Doba vzniku zrakového postižení dětí respondentů</i>	44
Tabulka č. 5: <i>Typy volnočasových aktivit dětí se zrakovým postižením</i>	45
Tabulka č. 6: <i>Osoby vykonávající s dětmi se zrakovým postižením pohybové a sportovní aktivity</i>	46
Tabulka č. 7: <i>Překážky dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit</i>	48
Tabulka č. 8: <i>Potřeba asistence u dětí se zrakovým postižením při sportovních a pohybových aktivitách</i>	49
Tabulka č. 9: <i>Osoby asistující dětem se zrakovým postižením při sportovních a pohybových aktivitách</i>	50
Tabulka č. 10: <i>Místa realizace pohybových a sportovních aktivit dětí se zrakovým postižením</i>	51
Tabulka č. 11: <i>Instituce poskytující podporu a možnosti dětem se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit</i>	52
Tabulka č. 12: <i>Dostupnost a nabídka sportovních a pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením</i>	53
Tabulka č. 13: <i>Oblasti překážek sportovních a pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením</i>	54
Tabulka č. 14: <i>Osoby motivující děti se zrakovým postižením do vykonávání sportovních a pohybových aktivit</i>	55
Tabulka č. 15: <i>Potřebné úpravy a podpora dětí se zrakovým postižením při realizaci sportovních a pohybových aktivit</i>	57
Tabulka č. 16: <i>Využívání služeb organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením</i>	58
Tabulka č. 17: <i>Důvody nevyužívání služeb organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením</i>	59
Tabulka č. 18: <i>Využívané organizace podporující sport a pohyb dětí se zrakovým postižením</i>	59
Tabulka č. 19: <i>Společné vykonávání sportovních a pohybových aktivit rodičů a dětí se zrakovým postižením</i>	60
Tabulka č. 20: <i>Možná řešení pro odstranění překážek ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením</i>	60

Tabulka č. 21: <i>Omezené možnosti dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dle zájmů</i>	63
Tabulka č. 22: <i>Důvody omezených možností dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dle zájmů</i>	64
Tabulka č. 23: <i>Hypotéza č. 1</i>	65
Tabulka č. 24: <i>Hypotéza č. 2</i>	66
Tabulka č. 25: <i>Hypotéza č. 3</i>	66
Tabulka č. 26: <i>Hypotéza č. 4</i>	67
Tabulka č. 27: <i>Kategorie a skupiny dat z rozhovorů</i>	68

Seznam grafů

Graf č. 1: <i>Věk dětí respondentů</i>	43
Graf č. 2: <i>Stupeň zrakového postižení dětí respondentů</i>	44
Graf č. 3: <i>Doba vzniku zrakového postižení dětí respondentů</i>	44
Graf č. 4: <i>Typy volnočasových aktivit dětí se zrakovým postižením</i>	45
Graf č. 5: <i>Osoby vykonávající s dětmi se zrakovým postižením pohybové a sportovní aktivity</i> .	46
Graf č. 6: <i>Překážky dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit</i>	48
Graf č. 7: <i>Potřeba asistence u dětí se zrakovým postižením při sportovních a pohybových aktivitách</i>	49
Graf č. 8: <i>Osoby asistující dětem se zrakovým postižením při sportovních a pohybových aktivitách</i>	50
Graf č. 9: <i>Místa realizace pohybových a sportovních aktivit dětí se zrakovým postižením</i>	51
Graf č. 10: <i>Instituce poskytující podporu a možnosti dětem se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit</i>	52
Graf č. 11: <i>Dostupnost a nabídka sportovních a pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením</i>	53
Graf č. 12: <i>Oblasti překážek sportovních a pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením</i> ...	55
Graf č. 13: <i>Osoby motivující děti se zrakovým postižením do vykonávání sportovních a pohybových aktivit</i>	56
Graf č. 14: <i>Potřebné úpravy a podpora dětí se zrakovým postižením při realizaci sportovních a pohybových aktivit</i>	57
Graf č. 15: <i>Využívání služeb organizací podporujících sport a pohyb dětí se zrakovým postižením</i>	58
Graf č. 16: <i>Společné vykonávání sportovních a pohybových aktivit rodičů a dětí se zrakovým postižením</i>	60
Graf č. 17: <i>Možná řešení pro odstranění překážek ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením</i>	62
Graf č. 18: <i>Omezené možnosti dětí se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dle zájmů</i>	63

Seznam použitých zkratek

APA	aplikované pohybové aktivity
apod.	a podobně
atd.	a tak dále
BSC	sportovní klub pro zrakově postižené
CNS	centrální nervový systém
č.	číslo
ČAAPA	Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit
čl.	článek
ČPV	Český paralympijský výbor
ČR	Česká republika
ČSZPS	Český svaz zrakově postižených sportovců
DDM	dům dětí a mládeže
IBSA	Mezinárodní asociace nevidomých sportovců
MKN	Mezinárodní klasifikace nemocí
MKN-10	Mezinárodní klasifikace nemocí 10. revize
MKN-11	Mezinárodní klasifikace nemocí 11. revize
např.	například
NKS	narušená komunikační schopnost
odst.	odstavec
OSN	Organizace spojených národů
OZP	odbor zrakově postižených
POSP	prostorová orientace a samostatný pohyb
příp.	případně
resp.	respektive
Sb.	Sbírka zákonů
SK	sportovní klub
SPC	speciálně pedagogické centrum
SVP	speciální vzdělávací potřeby

tab.	tabulka
TJ	tělovýchovná jednota
tj.	to jest
UZPS	Unie zdravotně postižených sportovců
WHO	Světová zdravotnická organizace
ZUŠ	základní umělecká škola

Příloha č. 1: Dotazník před pilotáží

Dobrý den, vážení rodiče,

obracím se na Vás s prosbou o vyplnění dotazníku vztahující se k praktické části mé bakalářské práce. Jmenuji se Aneta Brůžková a jsem studentkou 3. ročníku studijního programu Speciální pedagogika na Jihočeské univerzitě v Českých Budějovicích. Cílem mé kvalifikační práce je zjistit možnosti a překážky trávení volného času dětí se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky se zaměřením na sportovní a pohybové aktivity. Distribuovaný dotazník slouží ke shromáždění informací pojící se s touto problematikou z pohledu rodičů dětí se zrakovým postižením. Výsledky výzkumu mohou posloužit k optimalizaci podmínek trávení volného času dětí se zrakovým postižením. Dotazník je zcela anonymní a jeho vyplnění zabere přibližně 10 minut času. U jednotlivých položek dotazníku naleznete instrukce k množství odpovědí, které máte z nabízených variant vybrat dle odpovídající skutečnosti. Vyplněním a odesláním dotazníku dáváte informovaný souhlas k použití Vašich odpovědí ve výzkumu. Dotazník prosím vyplňte do konce října. Všem účastníkům výzkumu bude celý bakalářský projekt v případě zájmu k dispozici. V případě jakýkoliv dotazů mě kontaktujte na příslušném e-mailu.

Předem velice děkuji za Váš čas a ochotu ke spolupráci.

1. Věk Vašeho dítěte:

- 6 - 10 let
- 11 - 15/16 let

2. Stupeň zrakového postižení Vašeho dítěte:

- slabozraký
- nevidomý

3. Vaše dítě má zrakové postižení:

- vrozené
- získané v pozdějším věku

4. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (jedna** varianta).**

Mé dítě se ve volném čase věnuje raději:

- sportovním a pohybovým aktivitám
- jiným typům volnočasových aktivit

5. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Mé dítě ve volném čase vykonává sportovní a pohybové aktivity raději:

- s rodinou, příp. rodinnými příslušníky
- ve skupině s dětmi se zrakovým postižením
- ve skupině s dětmi bez zdravotního postižení

6. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**možno i více variant**).

Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte ve volném čase považuji za největší překážku:

- nízké pohybové schopnosti a fyzickou zdatnost mého dítěte
- nízkou motivaci mého dítěte
- nedostatek a nedostupnost sportovních zařízení v místě našeho bydliště
- nedostatek pohybových programů a aktivit pro děti se zrakovým postižením
- nedostatečnou podporu neziskových organizací a zájmových institucí
- strach a nejistotu mého dítěte
- zvýšené riziko úrazu a zhoršení zdravotního stavu mého dítěte
- problémy s dopravou na sportoviště
- nedostatek vyškolených asistentů a trenérů pohybových aktivit
- zvýšenou a rychlejší unavitelnost mého dítěte při sportovních a pohybových aktivitách
- nedostatečně zajištěné podmínky, které mé dítě k vykonávání sportovních a pohybových aktivit potřebuje
- ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit ve volném čase mého dítěte nevnímám žádné překážky
- jiné

7. Potřebuje Vaše dítě při realizaci sportovních a pohybových aktivit asistenci?

- ano
- ne

8. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Pokud ano, kdo Vašemu dítěti asistenci zajišťuje?

- asistent
- rodinní příslušníci
- vrstevníci
- sociální služba

9. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Kde Vaše dítě ve volném čase sportovní a pohybové aktivity převážně vykonává?

- ve sportovním klubu či sportovišti
- v zájmové instituci
- ve školním zařízení
- mimo jakákoli organizovaná zařízení

10. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Jaké instituce poskytují dle Vašich zkušeností největší podporu a možnosti dětem se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit ve volném čase?

- školy
- speciálně pedagogická centra
- zájmové instituce
- neziskové organizace

11. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Hodnotíte dostupnost a nabídku sportovních a pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením ve volném čase jako dostatečnou?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

12. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

- Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně mého dítěte.
- Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně vrstevníků a společnosti.
- Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně institucí, které tyto aktivity poskytují.
- Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně obav o bezpečnost a zdraví mého dítěte.

13. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Kdo Vaše dítě do sportovních a pohybových aktivit nejvíce motivuje?

- učitelé tělesné výchovy
- vrstevníci
- trenéři pohybových aktivit
- rodinní příslušníci

14. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**možno i více variant**).

K vykonávání sportovních a pohybových aktivit mé dítě potřebuje:

- speciální pomůcky a příslušenství
- podporu vyškoleného asistenta
- upravené prostředí sportoviště
- více odpočinku a kratší dobu vykonávání pohybových aktivit
- upravenou podobu pohybových aktivit
- mé dítě k vykonávání sportovních a pohybových aktivit nepotřebuje žádné úpravy a podporu

15. Využíváte služby organizací, které podporují sport a pohyb dětí se zrakovým postižením?

- ano
- ne

16. Pokud ano, uveďte prosím jejich název. /Pokud ne, uveďte prosím důvod.

17. Vykonáváte ve volném čase sportovní a pohybové aktivity společně s Vaším dítětem?

- ano
- ne

18. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**možno i více variant**).

Jaké z následujících možností vnímáte jako možné řešení pro odstranění překážek ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením ve volném čase?

- více podpory a motivace ze strany učitelů tělesné výchovy
- více podpory a motivace ze strany vrstevníků a společnosti
- více podpory a motivace ze strany rodinných příslušníků
- více podpory ze strany zájmových organizací
- větší dostupnost sportovních zařízení a sportovišť pro děti se zrakovým postižením
- navýšení nabídky pohybových aktivit a programů pro děti se zrakovým postižením
- vyšší informovanost rodičů a jejich dětí o pozitivních účincích sportu
- vyšší počet vyškolených asistentů a trenérů pohybových aktivit
- zajištění maximální bezpečnosti dětí se zrakovým postižením při vykonávání sportovních a pohybových aktivit

19. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna varianta**).

Stalo se někdy, že Vaše dítě nemohlo vykonávat nějakou pohybovou aktivitu, o kterou mělo zájem?

- ano, stává se to často
- ano, ale byla to výjimečná situace
- ne

20. Pokud ano, uveďte prosím, z jakého důvodu.

Příloha č. 2: *Finální verze dotazníku*

Dobrý den, vážení rodiče,

obracím se na Vás s prosbou o vyplnění dotazníku vztahující se k praktické části mé bakalářské práce. Jmenuji se Aneta Brůžková a jsem studentkou 3. ročníku studijního programu Speciální pedagogika na Jihočeské univerzitě v Českých Budějovicích. Cílem mé kvalifikační práce je zjistit možnosti a překážky trávení volného času dětí se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky se zaměřením na sportovní a pohybové aktivity. Distribuovaný dotazník slouží ke shromáždění informací pojící se s touto problematikou z pohledu rodičů dětí se zrakovým postižením. Výsledky výzkumu mohou posloužit k optimalizaci podmínek trávení volného času dětí se zrakovým postižením. Dotazník je zcela anonymní a jeho vyplnění zabere přibližně 10 minut času. U jednotlivých položek dotazníku naleznete instrukce k množství odpovědí, které máte z nabízených variant vybrat dle odpovídající skutečnosti. Vyplněním a odesláním dotazníku dáváte informovaný souhlas k použití Vašich odpovědí ve výzkumu. Dotazník prosím vyplňte do konce října. Všem účastníkům výzkumu bude celý bakalářský projekt v případě zájmu k dispozici. V případě jakýkoliv dotazů mě kontaktujte na příslušném e-mailu.

Předem velice děkuji za Váš čas a ochotu ke spolupráci.

1. Věk Vašeho dítěte:

- 6 - 10 let
- 11 - 15/16 let

2. Stupeň zrakového postižení Vašeho dítěte:

- slabozraký
- nevidomý

3. Vaše dítě má zrakové postižení:

- vrozené
- získané v pozdějším věku

4. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (jedna** varianta).**

Mé dítě se ve volném čase věnuje raději:

- sportovním a pohybovým aktivitám
- jiným typům volnočasových aktivit

5. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Mé dítě ve volném čase vykonává sportovní a pohybové aktivity raději:

- s rodinou, příp. rodinnými příslušníky
- ve skupině s dětmi se zrakovým postižením
- ve skupině s dětmi bez zdravotního postižení

6. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**možno i více variant**).

Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte ve volném čase považuji za největší překážku:

- nízké pohybové schopnosti a fyzickou zdatnost mého dítěte
- nízkou motivaci mého dítěte
- nedostatek a nedostupnost sportovních zařízení v místě našeho bydliště
- nedostatek pohybových programů a aktivit pro děti se zrakovým postižením
- nedostatečnou podporu neziskových organizací a zájmových institucí
- strach a nejistotu mého dítěte
- zvýšené riziko úrazu a zhoršení zdravotního stavu mého dítěte
- problémy s dopravou na sportoviště
- nedostatek vyškolených asistentů a trenérů pohybových aktivit
- zvýšenou a rychlejší unavitelnost mého dítěte při sportovních a pohybových aktivitách
- ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit ve volném čase mého dítěte nevnímám žádné překážky

7. Potřebuje Vaše dítě při realizaci sportovních a pohybových aktivit asistenci?

- ano
- ne

8. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Pokud ano, kdo Vašemu dítěti asistenci zajišťuje?

- asistent
- rodinní příslušníci
- vrstevníci
- sociální služba

9. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Kde Vaše dítě ve volném čase sportovní a pohybové aktivity převážně vykonává?

- ve sportovním klubu či sportovišti
- v zájmové instituci
- ve školním zařízení
- mimo jakákoli organizovaná zařízení

10. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Jaké instituce poskytují dle Vašich zkušeností největší podporu a možnosti dětem se zrakovým postižením ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit ve volném čase?

- školy
- speciálně pedagogická centra
- zájmové instituce
- neziskové organizace

11. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Hodnotíte dostupnost a nabídku sportovních a pohybových aktivit pro děti se zrakovým postižením ve volném čase jako dostatečnou?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

12. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

- Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně mého dítěte.
- Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně vrstevníků a společnosti.
- Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně institucí, které tyto aktivity poskytují.
- Ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit mého dítěte vnímám překážky na straně obav o bezpečnost a zdraví mého dítěte.

13. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna** varianta).

Kdo Vaše dítě do sportovních a pohybových aktivit nejvíce motivuje?

- učitelé tělesné výchovy
- vrstevníci
- trenéři pohybových aktivit
- rodinní příslušníci

14. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**možno i více variant**).

K vykonávání sportovních a pohybových aktivit mé dítě potřebuje:

- speciální pomůcky a příslušenství
- podporu vyškoleného asistenta
- upravené prostředí sportoviště
- více odpočinku a kratší dobu vykonávání pohybových aktivit
- upravenou podobu pohybových aktivit
- mé dítě k vykonávání sportovních a pohybových aktivit nepotřebuje žádné úpravy a podporu

15. Využíváte služby organizací, které podporují sport a pohyb dětí se zrakovým postižením?

- ano
- ne

16. Pokud ano, uveďte prosím jejich název. /Pokud ne, uveďte prosím důvod.

17. Vykonáváte ve volném čase sportovní a pohybové aktivity společně s Vaším dítětem?

- ano
- ne

18. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**možno i více variant**).

Jaké z následujících možností vnímáte jako možné řešení pro odstranění překážek ve vykonávání sportovních a pohybových aktivit dětí se zrakovým postižením ve volném čase?

- více podpory a motivace ze strany učitelů tělesné výchovy
- více podpory a motivace ze strany vrstevníků a společnosti
- více podpory ze strany zájmových a neziskových organizací
- větší dostupnost sportovních zařízení a sportovišť pro děti se zrakovým postižením
- navýšení nabídky pohybových aktivit a programů pro děti se zrakovým postižením
- vyšší informovanost rodičů a dětí o pozitivních účincích sportu
- vyšší počet vyškolených asistentů a trenérů pohybových aktivit
- maximální bezpečnost dětí se zrakovým postižením při vykonávání sportovních a pohybových aktivit

19. Vyberte, co nejvíce odpovídá skutečnosti (**jedna varianta**).

Stalo se někdy, že Vaše dítě nemohlo vykonávat nějakou pohybovou aktivitu, o kterou mělo zájem?

- ano, stává se to často
- ano, ale byla to výjimečná situace
- ne

20. Pokud ano, uveďte prosím, z jakého důvodu.

Příloha č. 3: Informovaný souhlas pro zákonné zástupce

Informovaný souhlas

Vážení rodiče,

v současné době vypracovávám závěrečnou práci, jejíž cílem je zjistit možnosti a překážky volného času dětí se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky se zaměřením na sportovní a pohybové aktivity. Předmětem kvalifikační práce jsou děti se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky. V této souvislosti se na Vás obracím s prosbou o možnost provést krátký rozhovor s Vaším synem/dcerou na téma trávení volného času. Rozhovory budou probíhat se souhlasem ředitele na základní škole, kterou Vaše dítě navštěvuje v délce přibližně 20 minut. Rozhovor bude s Vaším dítětem veden individuálně a bude zaznamenán prostřednictvím audionahrávky, která poslouží pouze pro zpracování sebraných informací a nebude nikde zveřejněna ani dále používána. Z možnosti provést rozhovor s Vaším synem/dcerou pro Vás vyplývá například tato výhoda: výsledky kvalifikační práce mohou posloužit ke zlepšení podmínek trávení volného času dětí se zrakovým postižením.

Prohlášení

Prohlašuji, že souhlasím s provedením rozhovoru s mým synem/dcerou. Studentka mě informovala o podstatě kvalifikační práce a seznámila mě s cíli, metodami a postupy, které budou při výzkumném šetření používány, stejně jako s výhodami a riziky, které pro mé dítě z účasti v rozhovoru vyplývají. Souhlasím s tím, že všechny získané údaje budou anonymně zpracovány a použity pro účely vypracování závěrečné práce studentky.

Měl/a jsem možnost si vše řádně, v klidu a v dostatečně poskytnutém čase zvážít. Měl/a jsem možnost se studentky zeptat na vše pro mě podstatné a potřebné. Na tyto dotazy jsem dostal/a jasnou a srozumitelnou odpověď.

Prohlašuji, že beru na vědomí informace obsažené v tomto informovaném souhlasu a souhlasím se zpracováním výsledků rozhovoru za účelem specifikovaným v tomto informovaném souhlasu.

Tento informovaný souhlas je vyhotoven ve dvou stejnopisech, každý s platností originálu, z nichž jeden obdrží zákonný zástupce a druhý studentka.

Jméno, příjmení žáka:

Podpis zákonného zástupce:

V _____ dne: _____

Jméno, příjmení a podpis studentky:

Příloha č. 4: Informovaný souhlas pro ředitele základní školy

Informovaný souhlas

Vážený pane řediteli,

v současné době vypracovávám závěrečnou práci, jejíž cílem je zjistit možnosti a překážky volného času dětí se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky se zaměřením na sportovní a pohybové aktivity. Předmětem kvalifikační práce jsou děti se zrakovým postižením v průběhu povinné školní docházky, se kterými bych chtěla provést krátké rozhovory na téma trávení volného času. V této souvislosti se na Vás obracím s prosbou o možnost provést rozhovory na Vaší základní škole. Rozhovory budou probíhat v délce přibližně 20 minut s jedním respondentem a budou zaznamenány prostřednictvím audionahrávek, které poslouží pouze pro zpracování sebraných informací a nebudou nikde zveřejněny ani dále používány. Identifikační údaje základní školy nebudou též zveřejněny. Z možnosti provést rozhovory na Vaší základní škole pro Vás vyplývá například tato výhoda: výsledky kvalifikační práce mohou posloužit k optimalizaci podmínek trávení volného času dětí se zrakovým postižením.

Prohlášení

Prohlašuji, že souhlasím s provedením rozhovorů na této základní škole. Studentka mě informovala o podstatě kvalifikační práce a seznámila mě s cíli, metodami a postupy, které budou při výzkumném šetření používány, stejně jako s výhodami a riziky, které z něj vyplývají.

Měl jsem možnost si vše řádně, v klidu a v dostatečně poskytnutém čase zvážit. Měl jsem možnost se studentky zeptat na vše pro mě podstatné a potřebné. Na tyto dotazy jsem dostal jasnou a srozumitelnou odpověď.

Tento informovaný souhlas je vyhotoven ve dvou stejnopisech, každý s platností originálu, z nichž jeden obdrží ředitel základní školy a druhý studentka.

Jméno, příjmení a podpis ředitele základní školy:

V _____ dne: _____

Jméno, příjmení a podpis studentky:

Příloha č. 5: Osnova rozhovorů

Úvodní informace

Ahoj, jmenuji se Aneta Brůžková a jsem studentkou vysoké školy. V rámci zpracování mé závěrečné práce bych si s tebou chtěla popovídat o tom, jak trávíš svůj volný čas. Rozhovor bude krátký a nebudu ti pokládat žádné těžké ani osobní otázky. Tvoji rodiče souhlasili s tvou účastí v tomto rozhovoru a jsou obeznámeni o veškerých důležitých informacích. Tvým úkolem je pouze odpovídat na otázky, které ti budu postupně klást. Pokud na některou otázku nebudeš chtít odpovédět, tak nemusíš. Budu ráda, když se u otázky rozpovídáš. Náš rozhovor budu nahrávat na telefon, ale bude to pouze zvukový záznam, takže na něm nebudeš vidět. Nikde nebudu uvádět tvé jméno. Kdykoliv během rozhovoru se mě můžeš na cokoliv zeptat. Pokud by jsi nerozuměl/a otázce, zeptej se. Chceš se ještě na něco zeptat? Souhlasíš se vším, co jsem ti teď řekla?

Osnova otázek

Co nejraději děláš ve svém volném čase?

Věnuješ se ve volném čase nějakým sportovním/pohybovým aktivitám?

- Pokud ano, jakým?

- Jak často?

- Pokud ne, mohl/a by jsi mi popsat proč?

Chtěl/a by jsi se více věnovat sportu?

Věnoval/a jsi se někdy sportu?

- Pokud ano, a teď už ne proč?

S kým nejčastěji ve volném čase sportuješ?

Kde nejčastěji/nejraději sportuješ?

Podporují tě rodiče ve sportu?

Sportujete společně s rodiči?

Sportují tvoji kamarádi nebo někdo ve tvém okolí?

Zkus mi popsat, proč tě baví/nebaví sportovat.

Máš nějaký sportovní vzor či oblíbeného sportovce?

Stalo se někdy, že jsi se chtěl/a věnovat nějakému sportu, ale nemohl/a jsi?

- Pokud ano, proč?

Využíváš při sportování nějaké vybavení?