

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu



Sport zdravotně postižených

PZTV218

studijní opora pro kombinovanou formu studia

Ortotik – protetik

PhDr. Klára Daďová, Ph.D.
dadova@ftvs.cuni.cz

Praha 2020

Tématický plán kombinovaného studia



SPORT ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÝCH povinný předmět

Přednášky a semináře:

Ve 3 dvouhodinových konzultacích budou přednášena vybraná témata v PowerPointu. Součástí výuky bude i videoprojekce a diskuse ve skupinách. Dle aktuálních možností budou studenti seznámeni s pomůckami pro sport jedinců s postižením. V rámci distančního studia budou mít studenti za úkol zúčastnit se tréninku nebo soutěže ve vybraném sportu pro osoby se SP a napsat hospitační záznam.

1. **Úvod do problematiky.** Instrukce k samostudiu. **Význam sportu pro jedince se SP.** Vysvětlení základní terminologie a rozdělení zdravotních postižení. Skupinová diskuse na téma: „**Psychosociální aspekty postižení, motivace a adherence** ke sportovní činnosti u lidí se zdravotním postižením“.
2. **Adaptace a její principy** jako ústřední téma APA. Přizpůsobení na úrovni pomůcek, pravidel, metodik a prostředí. Nácvik adaptace v APA v jednotlivých situacích: manipulace s mechanickými vozíky – nácvik jízdy, ukázka asistence při přesunech a na schodech, zrakové postižení – trénink ve dvojicích s klapkami na očích atd. **Kazuistiky ve skupinách** na téma: „Návrh adekvátní pohybové aktivity u jedince se zdravotním postižením“.
3. **Vybrané letní a zimní sporty s úpravami pro jedince se SP** (pravidla, adaptace, klasifikace). **Praktické ukázky** dle aktuálních možností a vybavení (boccia, goalball, showdown, indoor curling).

Požadavky pro uzavření předmětu

Klasifikovaný zápočet: aktivní účast (alespoň 2x ze 3 dvouhodinových konzultací), distanční úkol – hospitace, splnění písemného testu z doporučené literatury

Doporučená literatura:

- DAŘOVÁ, K. Sport osob se zdravotním postižením. In MÁČEK, M., RADVANSKÝ, J. *Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivity*. Praha: Galén, 2011. s. 233-237.
- DAŘOVÁ, K., ČICHOŇ, R., ŠVARCOVÁ, J., POTMĚŠIL, J. *Klasifikace pro výkonnostní sport zdravotně postižených*. Praha: Karolinum, 2008. ISBN 978-80-246-1520-2.
- KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013. ISBN 978-80-244-3964-8.

https://apa.upol.cz/images/Kudlacek_Jesina_-_Integrovana_TV_sport_a_rekreace_B5.pdf

- JANEČKA, et al. *Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením*. Olomouc: UP v Olomouci, 2012, ISBN 978-80-244-3107-9. https://apa.upol.cz/images/Janeckakol-Vybrane_sporty.pdf
- KUDLÁČEK, M. *Základy aplikovaných pohybových aktivit*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013. ISBN 978-80-244-3954-9. https://apa.upol.cz/images/Z%C3%A1klady_aplikovan%C3%BDch_pohybov%C3%BDch_aktivit.pdf
- JEŠINA, O., KUDLÁČEK, M. et al. *Aplikovaná tělesná výchova*. Olomouc: UP v Olomouci, 2011. ISBN 978-80-244-2738-6. https://www.apa.upol.cz/images/JesinaKudlacek-Aplikovana_telesna_vychova.pdf
- MOORE, G., DURSTINE, J.L., PAINTER, P (Eds.). *ACSM's exercise management for persons with chronic diseases and disabilities*. 4th ed. Champaign, IL: Human Kinetics, c2016. ISBN 9781450434140.
- Články k tématu z časopisů *Tělesná výchova a sport mládeže* a *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*.



Samostudium:

Návod:

U každé kapitoly určené k samostudiu jsou uvedeny **literární zdroje – konkrétní kapitoly z výše uvedených a dalších zdrojů**. Ke kontrole studia každého úseku jsou **ÚKOLY PRO STUDENTY** vyžadující stručné odpovědi na zadané otázky.

V případě nejasností je možné konzultovat problém s vyučujícím pomocí e-mailu či se přihlásit elektronicky na individuální kontaktní konzultaci ve stanovené konzultační době.

1. Historie sportu zdravotně postižených. Sportovní a profesní organizace.

Literární a elektronické zdroje

- KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013, s. 77-82, 101-105.
- JANEČKA, et al. *Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením*. Olomouc: UP v Olomouci, 2012, s. 7-40.
- REISMULLER, R., PARRY, J. The Kladruby Games, the Paralympics, and the pre-history of disability sport. *AUC Kınanthropologica*. 2017, vol. 53, no. 1, s. 79-89. <https://doi.org/10.14712/23366052.2017.6>
- VAŘEKOVÁ, J., PARRY MARTÍNKOVÁ, I., PARRY, J.S., REISMULLER, R., DAŠOVÁ, K., STRNAD, P. *Vojmír Srdečný a Kladrubské hry – počátky sportu*

osob s tělesným postižením v Československu. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*, 2019, vol. 9, s. 47-55. ISSN 1804-4204.

Klíčová slova: historie, organizace, IPC, Deaflympics, Special Olympics

ÚKOLY PRO STUDENTY: Zodpovězte si kontrolní otázky:

1. Který lékař založil na Britských ostrovech rehabilitační centrum pro válečné veterány a jaká byla náplň centra kromě léčebných procedur?
2. Kdo položil základy sportu zdravotně postižených v Československu?
3. Kdy a kde se konaly I. letní a I. zimní paralympijské hry?
4. Jak se jmenují mezinárodní organizace pro sportovce s postižením a jaké zdravotně postižené sportovce sdružují?
5. Jaká je hlavní činnost Mezinárodního Paralympijského výboru (IPC)?
6. Které svazy a federace jsou členy Českého paralympijského výboru?

2. Problematika integrace. Klady a zápory inkluzivního vzdělávání.

Literární a elektronické zdroje

- KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013, s. 77-82, 106-108.
- JEŠINA, O., KUDLÁČEK, M. et al. *Aplikovaná tělesná výchova*. Olomouc: UP v Olomouci, 2011, s. 17-58.
- VAŘEKOVÁ, J., DAŘOVÁ, K., KEPIČ, R. Metody integrace žáka s tělesným postižením do tělesné výchovy. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 2017, vol. 83, s. 26-33. ISSN 1210-7689.
- BARTOŇOVÁ, R., JEŠINA, O. Integrovaná tělesná výchova – limity a návrhy jejich řešení. *Studia Sportiva*, 2013, vol. 7, č. 3, s. 31-42.
- JISKROVÁ, M., DAŘOVÁ, K., CAHLÍKOVÁ, M. Asistent pedagoga v tělesné výchově. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 2019, vol. 85, s. 23-33. ISSN 1210-7689.

Klíčová slova: integrace, segregace, inkluze

ÚKOLY PRO STUDENTY: Zodpovězte si kontrolní otázky:

1. Jaký je rozdíl mezi integrací a segregací zdravotně postižených?
2. Co znamená slovo inkluze?
3. Na čem závisí úspěšnost inkluze, které faktory ji mohou ovlivňovat?
4. Jakou roli hraje v integračním procesu trenér/učitel TV?
5. Kdo je asistent pedagoga a jakou roli má v inkluzivním vzdělávání?

3. Vyšetřovací metody a zátěžové testování zdravotně postižených. Indikace a kontraindikace zátěže u jedinců s jednotlivými druhy zdravotního postižení.

Literární a elektronické zdroje

- DAŘOVÁ, K. Sport osob se zdravotním postižením. In MÁČEK, M., RADVANSKÝ, J. *Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivit*. Praha: Galén, 2011. s. 233-237.
- KUDLÁČEK, M. *Základy aplikovaných pohybových aktivit*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013, s. 74-79.
- DURSTINE, J.L., MOORE, G.E. *ACSM' s Exercise Management for Persons with Chronic Diseases and Disabilities*. 2nd ed. Human Kinetics, Champaign, IL. 2003. ISBN 0-7360-3872-8, s. 5-15
- DOVALIL, J., a kol. *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia. 2005. ISBN 80-7033-928-4, s. 304-311.
- DAŘOVÁ, K., MAJEROVÁ, S., SOBOTKOVÁ, I., KREJČÍK, P., DIEPOLDOVÁ, T. Zdravotní rizika vrcholového sportu jedinců s tělesným postižením. *Medicina Sportiva Bohemica et Slovaca*, 2016, vol. 25, s. 157-165. ISSN 1210-5481.

Klíčová slova: anamnéza, zátěžové testy, pohybový režim, kontraindikace

ÚKOLY PRO STUDENTY: Zodpovězte si kontrolní otázky:

1. Proč je třeba jedince před započítím pohybového programu vyšetřit?
2. Jakým způsobem můžeme vyšetřit/zjistit kardiorespirační zdatnost u vozíčkářů?
3. Co hodnotíme při vyšetřování pohybového systému?
4. Jaké jsou základní formy pohybového režimu?
5. Jaké mohou být specifické cíle pohybového režimu u jednotlivých zdravotních postižení (např. u zrakově, tělesně, sluchově a mentálně postižených)?
6. Co znamená slovo kontraindikace?
7. Jaká nebezpečí hrozí sportovci s postižením při nedodržení adekvátního pohybového režimu?

4. Vybrané letní a zimní sporty pro zdravotně postižené

Literární a elektronické zdroje

- KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013, s. 82-100.
- DAŘOVÁ, K., ČIČOŇ, R., ŠVARCOVÁ, J., POTMĚŠIL, J. *Klasifikace pro výkonnostní sport zdravotně postižených*. Praha: Karolinum, 2008.
- <https://www.paralympic.org/>

Klíčová slova: letní sporty, zimní sporty, adaptace, pravidla, klasifikace

ÚKOLY PRO STUDENTY: Zodpovězte si kontrolní otázky:

1. Jaké sporty mohou provozovat jedinci s postižením zraku?
2. Jaké pohybové aktivity byste doporučili sportovcům s velmi těžkým tělesným postižením?
3. Kterých sportů se mohou účastnit sportovci s amputací?
4. Komu je určen goalball a jaká má pravidla?

5. Komu je určen sport boccia a jaká má pravidla?
6. Jaká je definice a cíl klasifikace ve sportu zdravotně postižených?
7. V jakém sportu je např. aplikován bodový klasifikační systém?
8. Které zimní sporty můžeme vidět na zimních paralympijských hrách?

5. Sport pro jedince se zrakovým/sluchovým postižením (stručná charakteristika postižení, příčiny, důsledky, specifika, speciální pomůcky, možnosti, indikace a kontraindikace pohybových aktivit)

Literární a elektronické zdroje

- KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013, s. 22-26.
- KUDLÁČEK, M. *Základy aplikovaných pohybových aktivit*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013, s. 29-60.
- KARÁSKOVÁ, V. (Ed.). *Kapitoly z teorie a didaktiky aplikované tělesné výchovy*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 2005. ISBN: 80-244-1078-8, s. 30-37, s. 82-107.
- FIEDLEROVÁ, K., VAŘEKOVÁ, J., KOKŠTEJN, J., DAŘOVÁ, K., PROKEŠOVÁ, E. Fenomén rovnováhy jedinců se sluchovým postižením aneb jak je to s jejich motorikou. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*, 2019, vol. 9, s. 56-64. ISSN 1804-4204.

Klíčová slova: postižení zraku, postižení sluchu, kontraindikace

ÚKOLY PRO STUDENTY: Zodpovězte si kontrolní otázky:

1. Které jsou hlavní příčiny vedoucí ke vzniku poruchy zraku?
2. Jaké jsou časté změny v oblasti afektivity, chování atd. u dětí s postižením zraku?
3. Jaké jsou hlavní adaptace v pohybových aktivitách pro jedince s postižením zraku? Jaké sportovně-kompenzační pomůcky se používají ve sportech pro osoby se zrakovým postižením?
4. Existují nějaká pravidla pro průvodcovství zrakově postižených?
5. Ve kterém sportu mají všichni hráči nasazeny klapky?
6. Jaké jsou nejčastější obecné kontraindikace v TV a sportu zrakově postižených?
7. Co primárně ovlivňuje porucha sluchu?
8. Jaký je rozdíl mezi nedoslýchavostí, zbytky sluchu a hluchotou?
9. Co znamená převodní a percepční porucha sluchu?
10. Které kompenzační pomůcky využívají lidé se sluchovým postižením a jaká omezení plynou při používání těchto pomůcek ve vztahu k APA?
11. Jakým způsobem komunikují lidé se sluchovým postižením?
12. Jakou minimální ztrátu sluchu musí mít sportovec pro účast na organizovaném závodním sportu vrcholové úrovně a na kterém uchu se měří?
13. Které sportovní aktivity najdeme na školách pro sluchově postižené děti?

6. Sport pro jedince s tělesným postižením (paraplegie, mozková obrna, amputace atd.). Stručná charakteristika postižení, příčiny, důsledky, specifika, speciální pomůcky, možnosti pohybových aktivit.

Literární a elektronické zdroje

- KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013, s. 15-22.
- JEŠINA, O., KUDLÁČEK, M. et al. *Aplikovaná tělesná výchova*. Olomouc: UP v Olomouci, 2011, s. 75-92.
- KUDLÁČEK, M. *Základy aplikovaných pohybových aktivit*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013, s. 11-28.
- *Coaching athletes with disabilities*. Australian Sports Commission. 2005. ISBN 1 74013 087 1, s. 95-101, 116-122.
- REISMÜLLER, R., LEVITOVÁ, A., DAŠOVÁ, K. Sportovní příprava v paralympijské lukostřelbě. *Česká Kinantropologie*, 2016, vol. 20, s. 6-15. ISSN 1211-9261.

Klíčová slova: paraplegie, míšňí léze, mozková obrna, amputace

ÚKOLY PRO STUDENTY: Zodpovězte si kontrolní otázky:

1. Jaké jsou nejčastější příčiny poranění míchy?
2. Jaké další poruchy (kromě plegie / parézy pod přerušením) se mohou vyskytovat u lidí s poraněním míchy?
3. Na co bychom se měli zaměřit ze zdravotního hlediska v TVS / APA u lidí sedících na vozíku?
4. Jaké znáte vozíčkářské sporty?
5. Jaké jsou příčiny mozkové obrny?
6. Jaká jsou specifika sportu u jedinců s mozkovou obrnou?
7. Který sport je ideální pro jedince s velmi těžkým postižením (např. tetraplegií)?
8. Jaké jsou příčiny získaných amputací?
9. Jaké změny můžeme pozorovat na páteři a postuře jedince s jednostrannou nadkolenní amputací?
10. Jaké jsou zdravotní aspekty sportu jedinců s amputací?
11. Jaké jsou příčiny a důsledky rozštěpu páteře?

7. Sport osob s mentálním postižením (mentální retardace, PAS, ad.). Stručná charakteristika postižení (příčiny, důsledky, specifika). Možnosti pohybových aktivit.

Literární a elektronické zdroje

- KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013, s. 9-15, s. 101-103.
- KUDLÁČEK, M. *Základy aplikovaných pohybových aktivit*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2013, s. 61-73.
- KARÁSKOVÁ, V. *Úvod do didaktiky tělesné výchovy žáků s mentálním postižením*, 2005. Olomouc: UP v Olomouci. ISBN 80-244-1024-9, s. 11-16.

- SNAPP, E., MARTIN, J., GUERREO, M., DAŘOVÁ, K. Exercise, Sport and Cognitive Disability. In *Adolescent Athletes: Perceptions, Gender Differences and Injury Patterns*. Nova Publishers. 2018.
- VAN DIJK, A., DAŘOVÁ, K., PARRY MARTÍNKOVÁ, I. Intellectual disability sport and Paralympic classification. *Acta Universitatis Carolinae. Kinanthropologica*, 2017, vol. 53, s. 21-34. ISSN 1212-1428.
- PITETTI, K., BAYNARD, T., AGIOVLASITIS, S. Children and adolescents with Down syndrome, physical fitness and physical activity. *Journal of Sport and Health Science*, 2013, 2(1), 47-57. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2012.10.004>

Klíčová slova: mentální retardace (MR), poruchy autistického spektra (PAS)

ÚKOLY PRO STUDENTY: Zodpovězte si kontrolní otázky:

1. Jaká je definice a populační výskyt mentální retardace?
2. Můžete vyjmenovat predisponující faktory vzniku mentální retardace?
3. Jaká je obecná charakteristika jedinců s MR, např. v oblasti vnímání, paměti, řeči, myšlení, motoriky, chování, učení a citů?
4. Na co je třeba se zaměřit a jaký přístup volíme v TV a sportu u jedinců s MR?
5. Jak vzniká Downův syndrom a jaké jsou typické znaky u jedinců s touto poruchou? Jakou mají tyto jedinci zdatnost a jaké aktivity lze pro ně doporučit?
6. Jak lze definovat poruchy autistického spektra?
7. Jaké jsou některé znaky autistických dětí?
8. Jaká jsou pozitiva pohybových aktivit u autistů?
9. Jaké jsou základní projevy dětí se syndromem ADHD?
10. Jakým způsobem lze postupovat v TV u dětí s poruchami typu ADHD?

8. Sport osob s civilizačními chorobami a seniorů. Stručná charakteristika postižení (příčiny, důsledky, specifika). Možnosti, indikace a kontraindikace pohybových aktivit.

Literární a elektronické zdroje

- DURSTINE, J.L., MOORE, G.E. *ACSM's Exercise Management for Persons with Chronic Diseases and Disabilities*. 2nd ed. Human Kinetics, Champaign, IL. 2003. ISBN 0-7360-3872-8, s. 23-86, 125-157.
- MATOUŠ, M., RADVANSKÝ, J., KALVACH, Z., MATOUŠOVÁ, M. *Pohyb ve stáří je šancí*. Praha: Grada, 2002. ISBN 80-247-0331-9
- DAŘOVÁ, K., VAŘEKOVÁ, J. Zdravotně-tělovýchovný program pro seniory. In: *Optimální působení tělesné zátěže – Kinantropologické dny MUDr. V. Soula, Hradec Králové, 24.-25.3. 2015*. Sborník příspěvků. Dostupné z <http://ktvs.katedry.cz/awdfds/konference-ktvs/z-historie>.
- DAŘOVÁ, K., NOVOTNÁ, E. Zdravotní tělesná výchova seniorů. In: Wittmannová J (Ed.) *Aktivní v každém věku*. Pracovní seminář odborníků v oblasti pohybových aktivit seniorů. Olomouc, 30.11.-1.12. 2006. Sborník textů. Olomouc 2007
- DAŘOVÁ, K., MAJEROVÁ, S. Žák s astmatem v tělesné výchově. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 2015, 81(5): 42-48.

- DAĐOVÁ, K., VAŘEKOVÁ, J., VAŘEKA, T. Žák s diabetes mellitus 1. typu v tělesné výchově (1. část). *Tělesná výchova a sport mládeže*, 2014, 80(5): 43-46.
- DAĐOVÁ, K., VAŘEKOVÁ, J., VAŘEKA, T. Žák s diabetes mellitus 1. typu v tělesné výchově (2. část). *Tělesná výchova a sport mládeže*, 2014, 80(6): 43-48.
- VAŘEKOVÁ, J., VRÁTNÁ, E., DAĐOVÁ, K., STRNAD, P., VAŘEKA, T. Pohybová aktivita u jedinců s diabetes mellitus 2. typu. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*, 2017, vol. 8, s. 57-66. ISSN 1804-4204.

Klíčová slova: civilizační choroby, srdečně cévní choroby, obezita, diabetes mellitus, cvičení u seniorů

ÚKOLY PRO STUDENTY: Zodpovězte si kontrolní otázky:

1. Které faktory nejvíce ovlivňují stárnutí?
2. Na co by mělo být zaměřeno cvičení u seniorů?
3. Co je třeba kontrolovat u seniorů během cvičení a jaké jsou obecné kontraindikace?
4. Která onemocnění počítáme mezi civilizační choroby?
5. Které rizikové faktory souvisí s civilizačními chorobami?
6. Jaké jsou hlavní kontraindikace cvičení u astmatiků?
7. Jaké jsou hlavní zásady cvičení u obezity?
8. Jaké jsou příznaky hypoglykémie?
9. Jaká jsou základní obecná doporučení pro pohybové aktivity diabetiků?