

**Západočeská univerzita v Plzni**

**Fakulta pedagogická**

**Bakalářská práce**

**PROBLEMATIKA VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT U  
JEDINCŮ SE ZÍSKANÝM TĚLESNÝM POSTIŽENÍM  
V OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ**

**Lenka Lašková**

**Plzeň 2012**

Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

*V Plzni 30. 6. 2012*

---

Podpis

## **Poděkování**

*Děkuji panu PaedDr. Petru Štainiglovi za metodickou pomoc, cenné rady a připomínky, které mi poskytl při zpracování mé bakalářské práce.*

---

Podpis

## OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>6</b>
<b>TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>8</b>
<b>1. TĚLESNÉ POSTIŽENÍ</b> .....	<b>8</b>
1.1 Vymezení okruhu osob s tělesným postižením.....	8
1.2 Fyziologie tělesného postižení.....	9
1.3 Psychický aspekt tělesného postižení.....	12
1.4 Sociální aspekt tělesného postižení .....	15
1.5 Volnočasové aktivity .....	18
1.5.1 Školy.....	18
1.5.2 Speciální školy.....	19
1.5.3 Domovy dětí a mládeže (DDM) .....	20
1.5.4 Základní umělecké a lidové školy .....	21
1.5.5 Zájmové a sportovní kroužky .....	21
1.5.6 Dobrovolnická sdružení .....	22
1.6 Specifické volnočasové aktivity TP.....	23
1.6.1 Sport.....	23
1.6.2 Paralympiáda .....	25
1.6.3 Abilympiáda .....	28
1.6.4 Umění.....	28
1.6.5 Příroda a zvířata.....	31
1.6.6 Technicky zaměřené aktivity .....	32
1.6.7 Internet.....	32
<b>2 SPECIFIKA, ODLIŠNOSTI A MOŽNÉ KOMPLIKACE PŘI REALIZACI VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT</b> .....	<b>33</b>
2.1 Zaměření volnočasových aktivit dle tělesně postižených jedinců .....	33
2.2 Odlíšnosti volnočasových aktivit jedinců s tělesným postižením a zdravých jedinců .....	33

2.3	<i>Komplikace při realizaci volnočasových aktivit</i> .....	34
2.3.1	Komplikace z hlediska sociálního .....	35
2.3.2	Komplikace z hlediska materiálního .....	35
2.3.3	Komplikace z finančního hlediska.....	35
2.3.4	Komplikace z hlediska psychického .....	36
<b>PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>		<b>37</b>
<b>3 SKUTEČNOSTI V MOŽNOSTECH VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT PRO TĚLESNĚ POSTIŽENÉ JEDINCE .....</b>		<b>37</b>
3.1	<i>Cíl praktické části, použité metody</i> .....	37
3.2	<i>Analýza možností volnočasových aktivit na běžných a speciálních středních školách</i> .....	38
3.3	<i>Analýza realizace volnočasových aktivit v konkrétních oblastech</i> .....	40
3.3.1	<i>Volba volnočasových aktivit dle možností jemné motoriky</i> .....	41
3.3.2	<i>Volba sportovních VA oproti oblasti kultury a umění</i> .....	41
3.4	<i>Analýza využívání volnočasových aktivit ve prospěch psychické kondice TP jedinců</i> .....	43
3.5	<i>Analýza nabídky a poptávky volnočasových aktivit pro TP jedince</i> .....	45
3.6	<i>Analýza možností volnočasových aktivit na malém městě s počtem od 10ti do 20ti tisíc obyvatel</i> ....	48
3.7	<i>Závěr praktické části</i> .....	52
<b>ZÁVĚR .....</b>		<b>53</b>
<b>ANOTACE.....</b>		<b>55</b>
<b>ANNOTATION .....</b>		<b>56</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....</b>		<b>57</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>		<b>59</b>
<b>SEZNAM TABULEK .....</b>		<b>59</b>

**SEZNAM GRAFŮ .....59**

**PŘÍLOHY .....60**

## Úvod

Přes všechny výdobytky moderní doby, plné úspěchů v oblastech medicíny, vědy a lidských výkonů a přes všechna vynaložená úsilí, se denně stávají úrazy a vyskytují nemoci, které lidem znepríjemňují život až na hranici kvalitního bytí. Stále se rodí děti s postižením a jsou odkázány na své rodiče a péči odborníků. Stále se stávají úrazy vedoucí k trvalému poškození lidského těla a následkům na celý život. V těchto chvílích je velmi důležitá péče odborníků, včasný zásah medicíny a pomoc sociálních pracovníků a institucí. Také podpora rodiny a vzdělávání je nedílnou součástí vývoje a resocializace hendikepovaného člověka.

Ve své bakalářské práci bych se ráda zaměřila na oblast trávení volného času jedinců se získaným postižením v období dospívání, protože se domnívám, že je to velmi opomíjená oblast. Je v pořádku, že se věnuje veliká péče včasnému ošetření a následné péči, dále vyrovnání ušlého zisku a vyřizování různých finančních příspěvků, bolestného a dalších jistě velmi potřebných skutečností. Ale málokoho zajímá, co se děje s hendikepovaným jedincem po propuštění z nemocnice, či rehabilitačního zařízení, nebo dokonce rok či dva po úrazu. Existují organizace, spolky a sdružení, která si kladou za cíl sdružovat tyto jedince, ale často se jedná o aktivity omezené okruhem osob, hendikepem či geografickým umístěním. Domnívám se, že je důležité zapojit do těchto aktivit i neinformovanou veřejnost. Akce pořádané jednou za rok velikou organizací, která umožní „zdravým“ lidem svést se na vozíku, nebo projít si trasu s páskou na očích, nemohou pokrýt případnou zvědavost a vzbudit zájem široké veřejnosti. Naše společnost utrpěla velikou ránu v socializaci hendikepovaných díky režimu, který zde vládl, a i když se od té doby mnohé změnilo, nejsou to ty milové kroky, které by si tito lidé přáli.

Aktivity zaměřené na trávení volného času hendikepovaných se stále častěji objevují na veřejnosti a v médiích. Objevují se nové organizace a spolky, sdružující stejně hendikepované jedince plánující a realizující volnočasové aktivity, do kterých lze zapojit i rodiny a přátele.

Ale oproti jiným oblastem je toto stále zanedbávaná část lidské celistvosti, vždyť zdravý psychický vývoj a rozpoložení je jednou z nejdůležitějších složek při léčbě a rehabilitaci. A platí to obzvláště u úrazů v období dospívání, kdy samotné dospívání je velikou zátěží pro lidské tělo a psychiku. Je to období tělesných změn, ale také budování vztahů a vazeb, hledání

svého postoje a názorů, utváření charakteru a povahy a konečně a nejvíce důležitém utváření náhledu na sebe sama. Je třeba zmírnit izolovanost a závislost na rodině, aby se zabránilo frustraci a zvyšovala se adaptabilita na prostředí a bariéry.



# TEORETICKÁ ČÁST

## 1. Tělesné postižení

### 1.1 Vymezení okruhu osob s tělesným postižením

Oborem, který se zabývá tělesným postižením, je **somatopedie**.

*„Název oboru somatopedie je složen z řeckých slov **soma** (tělo) a **paidea** (výchova). Spolu s dalšími obory - psychopedií, oftalmopedií, logopedií, surdopedií a etopedií tvoří vědní oblast **speciální pedagogiky**. Označení **somatopedie** začal u nás od roku 1956 jako první používat **František Kábele** (1913-1998).“<sup>1</sup>*

*„Speciální pedagogika je disciplína orientovaná na výchovu, vzdělávání a celkový osobnostní rozvoj znevýhodněného člověka s cílem dosáhnout co možná nejvyšší míry jeho sociální integrace, a to včetně pracovních a společenských možností a uplatnění.“<sup>2</sup>*

*„Předmětem zájmu speciální pedagogiky je člověk, u něhož se objevila **vada** či **porucha**, o kterém můžeme hovořit jako o **člověku s postižením** nebo o **handicapovaném jedinci**.“<sup>3</sup>*

Dle Vítkové „mezi jedince se zdravotním postižením počítáme jak jedince nemocné, tak zdravotně oslabené. V současné době se však používá termín zdravotní postižení i v širším významu, kdy hovoříme o osobách se zdravotním postižením jako o osobách s jakýmkoli druhem postižení.“<sup>4</sup>

Laicky řečeno, za osobu se zdravotním postižením je považována osoba, která má celkové nebo částečné omezení v pohybu vrozené nebo poúrazové. Může se jednat o vlastní postižení hybného ústrojí nebo centrální či periferní nervové soustavy.<sup>5</sup>

---

<sup>1</sup> VÍTKOVÁ, M. Integrativní speciální pedagogika – Integrace školní a sociální. Brno: Paido, 2004, s. 169.

<sup>2</sup> SLOWÍK, J. Speciální pedagogika. Praha: Grada, 2007, s. 15.

<sup>3</sup> SLOWÍK, J. Speciální pedagogika. Praha: Grada, 2007, s. 26.

<sup>4</sup> VÍTKOVÁ, M.: Integrativní speciální pedagogika – Integrace školní a sociální. Brno: Paido, 2004, s. 169.

<sup>5</sup> VÍTKOVÁ, M.: Integrativní speciální pedagogika – Integrace školní a sociální. Brno: Paido, 2004.

V souvislosti s pojmem tělesné postižení nelze zanedbat ani sociální aspekt, který zde hraje velmi důležitou roli.

V bakalářské práci budeme považovat za tělesně postiženého jedince (dále jen TP) se získaným postižením v období dospívání takovou osobu, která prodělala úraz či nemoc s důsledkem poškození některé části či funkce těla, mající za následek trvalé tělesné postižení ve věku 12 – 22 let.

## 1.2 Fyziologie tělesného postižení

### Klasifikace pohybových vad

Následující informace vycházejí z klasifikace Monatové, o kterou se opírá i Pipeková.<sup>6</sup>

#### Pohybové vady podle doby vzniku postižení:

- Vrozené a dědičné – vady končetin (amélie, dysmélie), růstové odchylky, poruchy tvaru lebky a velikosti lebky (předčasné srůsty švů, hydrocefalus), rozštěpy páteře, patra, lebky, čelisti, DMO, luxace kyčelního kloubu
- Získané – úrazem, nemocí

#### Pohybové vady podle místa vzniku postižení:

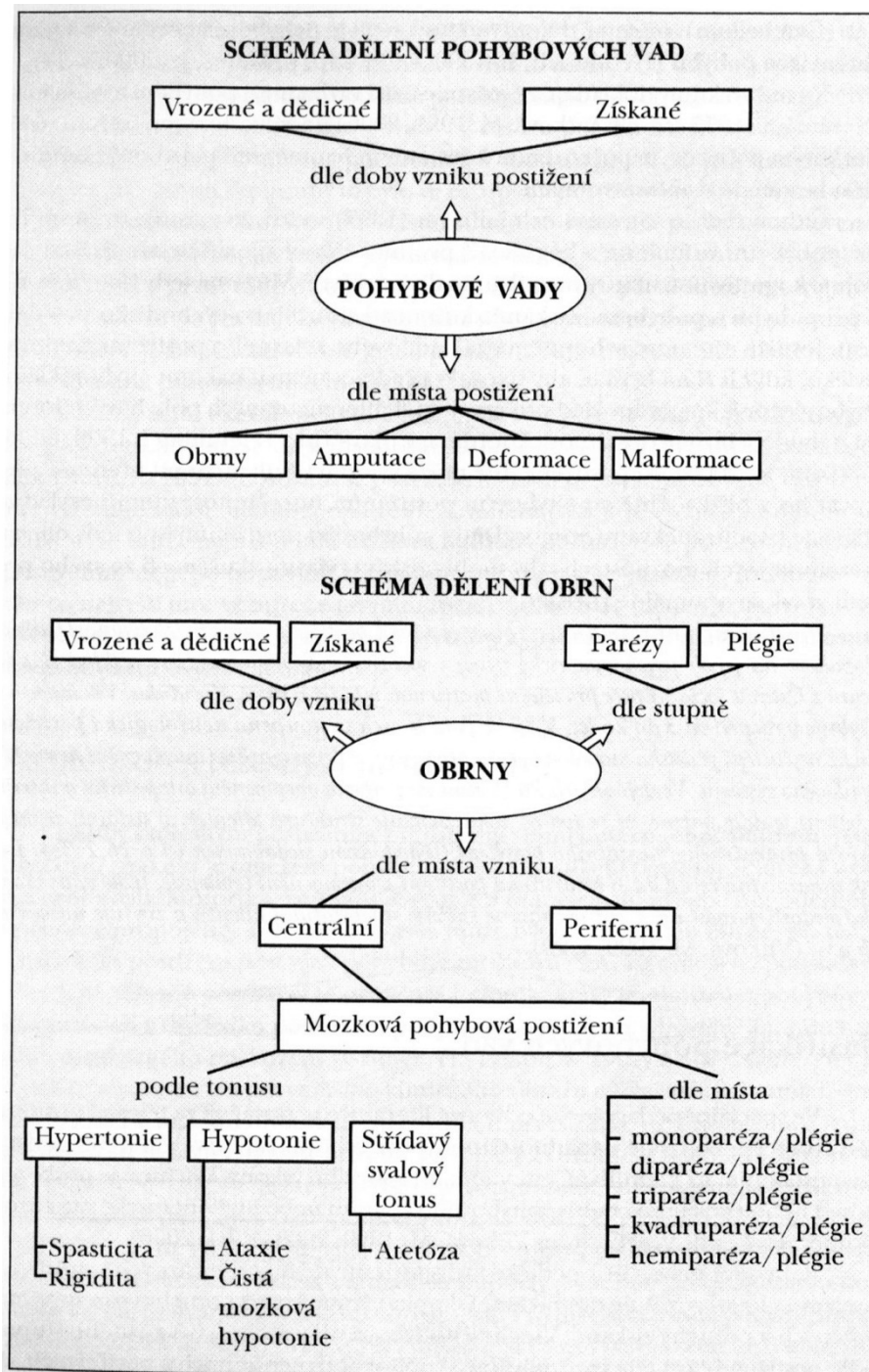
- Obrny – týkají se centrální (mozek, mícha) a periferní (obvodové nervstvo) nervové soustavy, patří sem: DMO (dětská mozková obrna), LMD (lehká mentální dysfunkce), dětská obrna, mozkové záněty, nádory, příhody, embolie, traumatické obrny (otřes, stlačení, zhmoždění mozku), obrny míchy, spina bifida (vrozený rozštěp páteře), degenerativní onemocnění mozku, roztroušená skleroza, degenerativní onemocnění míchy, obrny periferních nervů.

---

<sup>6</sup> PIPEKOVÁ, J. et al.: *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 3. přeprac. a roz. vyd. Brno: Paido, 2010, s. 181.

- Amputace – umělé nevratné oddělení orgánu, končetiny nebo její části od těla, rozlišujeme amputace v důsledku traumatických příčin nebo následkem chirurgického zásahu (nádorová, cévní onemocnění).
- Deformace – vrozená nebo získaná vada, která je charakteristická nesprávným tvarem některého orgánu nebo části těla, vývojové x získané deformace, deformace páteře, deformace horních a dolních končetin apod.
- Malformace – jde o vrozenou vývojovou vadu, která je typická znetvořením (potologickým vyvinutím) různých částí těla, vrozená úchylka vzniká za nitroděložního vývoje plodu – rozštěpy rtu, Fallotova tetralogie (kombinovaná srdeční vada), dělíme na amélie (částečné chybění končetiny), fokomelie (končetina navazující přímo na trup).

Obr. č. 1: Grafické znázornění dělení pohybových vad <sup>7</sup>



<sup>7</sup> PIPEKOVÁ, J. et al.: *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 3. přeprac. a roz. vyd. Brno: Paido, 2010, s. 182.

## Tělesné postižení získané úrazem

Do této kategorie se řadí obrny (traumatické, míchy), deformace a amputace. Traumatické obrny vznikají v důsledku úrazu, kdy dochází k otevřenému nebo uzavřenému poranění hlavy a mozku.

### Typy traumatických obrn:

- Otřes mozku (komoce) - lehký, střední, těžký
- Stlačení mozku (komprese)
- Zhmoždění mozku (kontuze)

Následky poranění hlavy a mozku jsou závislé na umístění, stupni a rozsahu poškození, věku a uplynulé době od vzniku poranění.

Obrny míchy jsou zapříčiněny poraněním míchy a to dle rozsahu (úplné a částečné) a umístění poranění, čím je blíže ke krční páteři tím závažnější postižení vzniká.

### Stupně poranění mýchy:

- Hemiparéza - ochrnutí končetin na jedné straně těla
- Paraparéza - ochrnutí obou končetin horních nebo dolních
- Kvadruparéza - ochrnutí všech 4 končetin

### Příčiny získání TP

Nejčastější příčinou získání TP jsou poranění zaviněna automobilovými nehodami. Provoz na silnicích je stále silnější a řidiči méně zkušení a trpěliví. Dále jsou zde prázdninové úrazy, typickým příkladem jsou skoky do vody. Poranění může vzniknout i působením přímého násilí na tělo, které neodolá tlaku. Mezi další příčiny patří sportovní aktivity, pády z výšky, prudký otřes, výbuch, postřelení.

## **1.3 Psychický aspekt tělesného postižení**

Zdravý psychický vývoj je složitou soustavou vlivů a interakcí mezi jedincem a jeho okolím, podněty a stimulační přicházející ze známého a bezpečného prostředí rodiny hrají velkou roli v utváření osobnosti, hodnot, charakteru, norem a postojů. Toto vše utváří

osobnost dospívajícího jedince a je tedy velmi důležité poskytnout potřebné stimuly a podmínky ke zdravému psychickému vývoji. Při nedostatečné stimulaci může dojít k zastavení psychického vývoje nebo dokonce k regresi již naučeného. U zdravého dítěte je tento proces sám o sobě komplikovaný, je tedy snadné domyslet si, že u jedince se získaným TP se ještě více komplikuje. Jedním z důležitých faktorů, který má velký vliv na osobnost TP jedince, je rozlišení TP vrozeného a získaného.<sup>8</sup>

U vrozeného TP je jedinec postupem času a vývojem jaksi aklimatizován, v podstatě je pro něj normou, že má nějaký hendikep – samozřejmě si všímá, že se odlišuje, ale je na to „zvyklý“.<sup>9</sup>

*„Vývoj dítěte s vrozeným postižením prochází stejnými fázemi jako vývoj dítěte zdravého, ale v některých vývojových obdobích může smyslové či pohybové postižení limitovat rozvoj určitých kompetencí, popř. jej zcela znemožňovat.“<sup>10</sup>*

U získaného postižení je to pro jedince veliké trauma závislé na věku, kdy získal hendikep. S vyšším věkem si TP jedinec uvědomuje svou „ztrátu“. Ztrátou rozumějme veškeré činnosti, schopnosti, pohybové aktivity, které jedinec, v důsledku TP, není schopen vykonávat vůbec nebo v omezeném rozsahu. Je tedy logické, že bude svou situaci porovnávat s dosavadními zkušenostmi a bude to chápat jako změnu k horšímu či ztrátu. A konečně se zaměří na soběstačnost, která je závislá na rozsahu postižení a omezení z toho vyplývající. Pokud je zcela nebo maximálně soběstačný nemělo by to jeho psychický vývoj narušit ve větší míře. Jedná-li se však o velmi nesoběstačného jedince, který je závislý na péči odborníků, rodiny a dalších osob, snižuje se jeho míra tolerance vůči stresu.<sup>11</sup>

---

<sup>8</sup> VÁGNEROVÁ, M., MOUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2004.

<sup>9</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese* (rozšířené a přepracované vydání). Praha: Portál, 2008.

<sup>10</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese* (rozšířené a přepracované vydání). Praha: Portál, 2008, s. 171.

<sup>11</sup> VÁGNEROVÁ, M., MOUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2004.

*„Později vzniklé postižení představuje silné emoční trauma. Způsob, jakým se jedinec s takovou zátěží vyrovnává, závisí na dosažené vývojové úrovni, jeho osobnostních vlastnostech i sociální podpoře nejbližších lidí.“<sup>12</sup>*

Při nedostatečném uspokojení základních psychických potřeb může vznikat psychická deprivace. V této chvíli je velmi důležitá podpora rodiny, pozitivní citové vazby a vztahy s okolím a zamezení separace. Té je možno zamezit nebo ji ve velké míře omezit integrací již krátkou dobu po získání hendikepu. V praxi se jedná o začlenění jedinců do výchovných zařízení počínaje mateřskými školkami. Bohužel prostorové dispozice nejsou vždy vhodné a vyhovující, nebo se objevují nedostatky ze strany pečujícího personálu a výjimečně může situaci komplikovat i z finanční situace rodiny. V této chvíli záleží na ochotě zúčastněných stran, zda se dohodnou a v zájmu TP jedince dosáhnou určitého kompromisu. Bohužel stále se ještě objevují nedostatky vyplývající z prostorových možností a organizačních schopností dotčených zařízení, krajů a obcí. Ne vždy je v popředí zájmu samotný jedinec a to je stále velkou chybou, kterou musí naše společnost a legislativa odstranit.<sup>13</sup>

Obecně platí, že viditelně hendikepovaní jedinci jsou společností více tolerováni a obzvláště to platí, jedná-li se o děti. Přes veškerou snahu a pozornost, která je jim v danou chvíli věnována se změní jejich sociální pozice a role v rodině. Stávají se z nich osoby opečovávané, nemohou vykonávat běžné činnosti, uspokojovat své potřeby v oblasti zájmů a koníčků, nastává změna režimu a celkového rodinného běhu a klidu. Toto vše může u citlivého jedince prohloubit pocit závislosti a frustrace a ovlivnit jeho další psychický vývoj.<sup>14</sup>

*„Rodiče se obvykle vrátí k pečovatelskému postoji, jaký zaujímali k malému dítěti. Postižený jedinec je manipulován do role ochraňovaného a závislého, od něhož se žádná aktivita neočekává.“<sup>15</sup>*

---

<sup>12</sup> VÁGNEROVÁ, M.: Psychopatologie pro pomáhající profese (rozšířené a přepracované vydání). Praha: Portál, 2008, s. 179.

<sup>13</sup> VÁGNEROVÁ, M., MOUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2004.

<sup>14</sup> VÁGNEROVÁ, M., MOUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2004.

<sup>15</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese (rozšířené a přepracované vydání)*. Praha: Portál, 2008, s. 181.

Může docházet ke změně sebepojetí, to znamená snížení sebehodnocení, sebeúcty a mění se i vlastnosti osobnosti. V případě nezdravého zaměření na hendikep se prohlubují odlišnosti od „zdravých“, objevuje se úzkost a strach, pocit bezmoci, který může dospět až k smutku a depresi a různě zaměřené agresi.<sup>16</sup>

*„Postižený člověk musí překonávat mnoho překážek a potíží, a záleží na něm, jak je bude chápat a jaký pro něho budou mít smysl.“<sup>17</sup>*

*„K psychické, zejména citové deprivaci může vést separace, při níž dochází k přerušení specifického vztahu mezi dítětem a jeho stabilním sociálním prostředím, zejména odloučením od matky či dalších osob, které pro něho představují zdroj jistoty a citového uspokojení.“<sup>18</sup>*

#### **1.4 Sociální aspekt tělesného postižení**

*„Handicapovaný člověk se do lidského společenství potřebuje integrovat v řadě oblastí, které odpovídají pestrosti života v naší populaci. Patří sem **školská integrace** (např. individuální zařazení dětí s handicapem do běžných tříd nebo zřizování speciálních tříd v běžných školách), **pracovní integrace** (zaměstnávání osob se změněnou pracovní schopností, projekty podporovaného zaměstnávání znevýhodněných osob apod.), **společenská (komunitní) integrace** (bezbariérové bydlení a společenské prostředí, sociální pomoc a podpora samostatného a nezávislého způsobu života osob s handicapem, jejich enkulturace atd.“<sup>19</sup>*

Stejně jako u zdravého psychického vývoje jedince s TP je i u sociálního hlediska velmi důležité zamezit separaci ze společnosti a kolektivu, na který byl jedinec zvyklý. Dále je nutno zachovat aktivity mající pro jedince hodnotu a poskytují mu uspokojení a seberealizaci. Již samotné docházení do školy nebo na zájmové aktivity, které jsou příležitostí k setkávání se stejně zaměřenými dětmi a slouží k utváření sociálních vazeb a vztahů, postačí k zachování pocitu sebeuplatnění a naplnění. Tyto běžné denní aktivity a úkony jsou pro „zdravého“

---

<sup>16</sup> VÁGNEROVÁ, M., MOUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2004.

<sup>17</sup> VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese (rozšířené a přepracované vydání)*. Praha: Portál, 2008, s. 181.

<sup>18</sup> OPATŘILOVÁ, D., ZÁMEČNÍKOVÁ, D. *Předprofesní a profesní příprava zdravotně postižených*. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 2005, s. 13.

<sup>19</sup> SLOWÍK, J. *Speciální pedagogika*. Praha: Grada, 2007, s. 31.



jedince samozřejmostí, avšak pro hendikepovaného jedince se stávají příležitostí zapomenout na svou nemoc, hendikep, bolest a celkově starosti s tím spojené.<sup>20</sup>

Významnou roli hraje také setkávání rodičů, kteří si mohou vyměňovat zkušenosti s péčí o TP dítě, svěřit se se svými problémy a ulevit si tak od denních starostí. V této chvíli hrají volnočasové aktivity velmi významnou roli. Poskytují prostor pro odpočinek, uspokojení potřeb (v oblasti kreativity, sportu, přírody atp.), vydání přebytečné energie nebo naopak načerpání nové pozitivní, vyjádření postojů a názorů a umožňují sdružování podobně hendikepovaných jedinců. Mohou také sloužit jako prostředek rehabilitace a léčby.

U malého dítěte je možnost setkávat se s ostatními dětmi příležitostí k učení, budování sociálních vazeb a vztahů, přátelství, osvojit si schopnosti komunikace a spolupráce s ostatními. U postiženého dítěte to má stejnou váhu a navíc je k tomu přidána důležitost zachování těchto příležitostí. Hendikepované dítě je zvyklé na ústupky ze strany rodiny (v důsledku někdy až přehnané mateřské péče) a musí se učit přizpůsobování a schopnosti kompromisu. Socializace je proces probíhající celý život, jedinec si osvojuje specifické formy lidského chování, jazyk, poznatky, hodnoty a kulturu a tím se začleňuje do společnosti. Jedinec se učí od svých rodičů a lidí v úzkém okolí, učí se sociální komunikací a vzájemnou interakcí. V jedné z etap socializace dítěte dochází k začlenění do širší sociální společnosti a vztahů, systému a sociálních rolí, které jsou již utvářeny vstupem dítěte do dalších sociálních skupin a ne jen rodinou a zájmy. Toto je období, kdy si hendikepovaný jedinec opět začne všimnout odlišností od ostatních vrstevníků. Je to také období fyzických změn a utváření vztahů a přátelství. U separovaného jedince nelze tyto potřeby naplnit a nastupuje psychická deprivace, stres a psychické poruchy. Zdravou inkluzí (začleněním) by se mělo těmto negativním vlivům zamezit, jsou-li k tomu ovšem podmínky. Zde opět nastupuje na řadu otázka společenské tolerance, přizpůsobivosti, ochoty a pravomoci úřadů. Mnohdy není možné zabezpečit všestranné podmínky a je zde na místě zvážit možnost vhodného pobytového zařízení – což opět není nejvhodnější řešení, kvůli odloučení od rodiny, ze kterého vyplývají další negativní prožitky. Je jasné, že se jedná o komplexní a složitou

---

<sup>20</sup> KOCUROVÁ, M. a kol.: *Speciální pedagogika pro pomáhající profese*. Plzeň: Západočeská univerzita, 2002.

problematiku, která nemá snadné řešení. Mnohdy jsou rodiny vydány na nevoli orgánů a úřadů a naší legislativy a společenské zvyklosti.<sup>21</sup>

*„Tělesně postižení jedinci také snadněji vzbuzují extrémní postoje jak u dospělých, tak i u dětí. Mohou být ve třídě izolováni, odmítáni, mohou se stát objektem posměchu, ale na druhé straně bývají častěji tolerováni, ochraňováni a opečovávaní i svými spolužáky.“<sup>22</sup>*

U laické veřejnosti může docházet k negativním reakcím na tělesný zjev, či motorické schopnosti a kompenzace pohybových nedostatků.

Pro dospívajícího jedince je velmi důležité mít možnost začlenění do vrstevnické skupiny a u postiženého zasahuje jako komplikace případná reálná závislost na asistenci nebo pomoci druhé osoby, většinou rodinného příslušníka. Což je v navazování vztahů za dohledu dospělého a ještě příbuzného nevýhodné a komplikované. Ideálnějším případem je internátní ubytování, kde je možnost navazování dobrovolně zvolených vztahů. Ale je zde omezení ve výběru a prostoru a dochází opět k separaci od zdravé skupiny společnosti.<sup>23</sup>

Nevelkou a stejně nezanedbatelnou součástí socializace je volba povolání a předprofesní příprava. Zde je opět prostor pro navazování nových vztahů a přátelství a učení v sociální komunikaci a interakci. Dochází k osvojování poznatků, schopností a získávání zkušeností, což vede k nasměrování osobnosti jako celku určitým směrem. S ohledem na tělesný hendikep je nabídka škol omezená, většinou se jedná o administrativně a obchodně zaměřené školy. Pro dospívajícího jedince je deprimující, že si nemůže volit svou profesní dráhu dle svých přání a schopností, ale musí se řídit nabídkou, která je stále velmi omezena. Teprve až na úrovni vysoké školy je možnost širšího výběru a zaměření, podmínkou je pouze maturita a složení přijímacích zkoušek. Díky všestrannému pokroku je zde optimistický výhled na pomalé, ale reálné zlepšení. Je to ovšem závislé opět na úřadech, legislativě a finančních

---

<sup>21</sup> VÁGNEROVÁ, M., MUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2004.

<sup>22</sup> OPATŘILOVÁ, D., ZÁMEČNÍKOVÁ, D. *Předprofesní a profesní příprava zdravotně postižených*. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 2005, s 17.

<sup>23</sup> VÁGNEROVÁ, M., HADJ-,PUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2004.

prostředcích, které poskytuje naše společnost a v konečné a nejdůležitější řadě na ochotě a empatii pomáhajících profesí a pedagogických pracovníků.<sup>24</sup>

## 1.5 Volnočasové aktivity

Kvalitní trávení volného času je nedílnou součástí pro zdravý vývoj jedince a utváření jeho osobnosti. Je to prostředek setkávání a společenských událostí, kdy se jedinec učí sociálním dovednostem a komunikaci. Formy a způsoby trávení volného času jsou rozděleny dle aktivity, prostorového zabezpečení a finanční náročnosti. Prvními skupinami, o kterých se zmíníme, nejsou svým založením ryze volnočasové aktivity, jedná se o povinnou školní docházku ve školském zařízení. Ale svou podstatou tvoří pro dítě jednu z prvních skupin, kde se setkává s vrstevníky, tráví s nimi volný čas, učí se dovednostem a podílí se na skupinových aktivitách.

### 1.5.1 Školy

Škola je po rodině druhou nejdůležitější skupinou, kde se jedinec realizuje a učí. Zde dostává podněty, zpětné vazby a první možnosti k realizaci vlastních nápadů a celkového projevení osobnosti. Prvním stupněm, který musí jedinec překonat, je mateřská škola. Na tomto místě se učí základním dovednostem, již zde je patrné zaměření dítěte (tvorba, sport, příroda atp.). Na základní škole se pak rozvíjí vybrané aktivity, dle schopností a možností dítěte a to v podobě hudební, výtvarné a tělesné výchovy, tedy povinnými předměty, mající za úkol osvojit dítěti základní prvky těchto aktivit. Dále jsou zde školní družiny, kde děti tráví svůj čas v podobě odpočinku a her, které mohou mít opět charakter výchovné činnosti a to v podobě nasměrování určitým směrem (kreslení, čtení, zpěv, průlezký atd.). Samozřejmě vše je závislé na samotné podstatě osobnosti dítěte, podpory a zájmu rodiny a schopnostech a zkušenostech pedagogického pracovníka. Existují také podmínky a pomůcky pro integraci žáků s TP, pro orientaci uvedu nejčastější z nich.

Podmínky pro integraci žáků s TP dle Pipekové:<sup>25</sup>

- sociální adaptabilita a komunikace žáka

---

<sup>24</sup> OPATŘILOVÁ, D., ZÁMEČNÍKOVÁ, D. Předprofesní a profesní příprava zdravotně postižených. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 2005.

<sup>25</sup> PIPEKOVÁ, J. et al. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 3. přeprac. a roz. vyd. Brno: Paido, 2010.

- minimální míra volných vlastností
- vhodné architektonické uspořádání budovy školy, bezbariérové prostředí
- odpovídající technické vybavení školy pro samostatný pohyb žáků (rampy, plošiny, nájezdy, madla) včetně bezbariérového vstupu do budov sloužících ke vzdělávání
- vhodné didaktické pomůcky, kompenzační pomůcky
- pomůcky k rozvoji manuálních dovedností (ježci, míčky, stavebnice, podavače, držáky)

Didaktické pomůcky pro žáky s TP:

- trojhranný program – „*pomůcky pro psaní a kreslení*“<sup>26</sup>
- psací deska s magnetickým pravítkem
- protismykové podložky
- pc a software
- speciální klávesnice a myš k počítači

### 1.5.2 Speciální školy

Podmínkou pro socializaci a předprofesní přípravu jedinců TP je vznik speciálních školských zařízeních. V ČR již máme vybudovanou poměrně kvalitní síť speciálních škol, které jsou zaměřené dle druhu postižení. Některé speciální školy umožňují program od speciální mateřské školy, až ke speciální střední škole (například. Jedličkův ústav v Praze), což poskytuje pohodlí, ale na druhou stranu opět dává prostor k izolaci od širšího okolí.<sup>27</sup>

Výběr povolání a budoucí profese je mezníkem v životě každého člověka a konkrétně u TP jedinců je velmi obtížné skloubit dohromady schopnosti, přání, potřeby, zájmy, talenty, fyzické možnosti a další spolu s nabídkou škol. Většina speciálních škol má charakter neziskové státní instituce a ty se ubírají střední cestou nejmenšího odporu, a to je většinou

---

<sup>26</sup> PIPEKOVÁ, J. et al. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 3. přeprac. a roz. vyd. Brno: Paido, 2010, s. 26.

<sup>27</sup> VÍTKOVÁ, M. *Integrativní speciální pedagogika – Integrace školní a sociální*. Brno: Paido, 2004.

administrativní činnost, která poskytuje spolu s kompenzačními pomůckami pracovní úspěšnost pro většinu druhů TP (například speciální střední škola v Janských Lázních, která poskytuje vzdělání v Praktické škole, Obchodní škole a Obchodní akademii). Naštěstí se již mění prostorové dispozice českých vysokých škol, a tak je možné později znovu nasměrovat jedince zvoleným směrem, a tím mu umožnit splnění jeho cílů.

Při výběru školy a předprofesní přípravy mají TP jedinci a jejich rodiny k dispozici Speciální pedagogická centra (SPC), která mají za úkol zhodnotit schopnosti a stav jedince a nabídnout mu vhodnou školu. SPC by měla být součástí všech speciálních škol a vždy při přijímání nových studentů vést sociálně a zdravotně anamnestické pohovory, aby poté mohly rozhodnout, zda jsou schopna poskytnout potřebnou a požadovanou péči. Součástí speciálních škol jsou i zdravotnická zařízení nebo minimálně stálá přítomnost zdravotnické sestry, z důvodu toho, že různá postižení mají různé nároky na péči a obsluhu. Dále je zde přítomen výchovný pracovník a samozřejmě třídní učitel.<sup>28</sup>

### **1.5.3 Domovy dětí a mládeže (DDM)**

Jedná se o zařízení, která většinou zřizuje obec nebo kraj. Tato zařízení poskytují zázemí a prostředky k trávení volného času pro děti, které mají zájem a přihlásí se. Činnosti v DDM jsou rozdělené dle aktivit, například kreslení, divadlo, zpívání, modelářství apod., a dále jsou rozděleny dle věku dětí. Některé aktivity jsou plně v rukou pracovníků DDM a některé ve spolupráci s rodiči například maškarní karneval, různé akce ve veřejných parcích (pohádkový les) apod. Rodiče tedy nejsou zcela vynecháni z akcí dítěte a záleží jen na nich, nakolik se zapojí do aktivit svého potomka. Aktivity v DDM jsou zpravidla finančně ohodnoceny, platí se přímo DDM na období dopředu (čtvrtletně) nebo dle konkrétního DDM. Děti se zde setkávají s jinými vrstevníky, kteří chodí do jiných škol, a tím rozšiřují své vztahy a sociální síť. Bohužel situace DDM a TP jedinců je složitá. Tato zařízení bývají často umístěna ve starých budovách nebo školách, a tedy nejsou většinou bezbariérová. Úpravy v podobě plošin a nájezdů jsou příliš nákladná a na takové aktivity se obci nevyplatí, pro tak

---

<sup>28</sup> VÍTKOVÁ, M. *Integrativní speciální pedagogika – Integrace školní a sociální*. Brno: Paido, 2004.

malou skupinu obyvatel jako jsou TP, vynakládat velké částky. Je tedy opět na rodině a okolí, zda budou jednou týdně ochotni TP jedinci pomáhat například do schodů.

#### ***1.5.4 Základní umělecké a lidové školy***

Jedná se o další z mimoškolních aktivit, které mají v dítěti probudit, stimulovat a rozvíjet umělecké aktivity v podobě hudby, malířství, divadla a rukodělných aktivit. Děti se zde učí, socializují a jezdí i na různé akce pořádané těmito zařízeními jako jsou výstavy, koncerty, soutěže. Zřizovatelem je konkrétní obec a je zcela na jejím úsudku a aktivitách občanů, zda takovou „lidušku“ budou mít. S bezbariérovostí je to stejné jako u DDM – záleží na konkrétním umístění a možnostech města a opět na ochotě zainteresovaných stran.

#### ***1.5.5 Zájmové a sportovní kroužky***

Jedná se o nestátní a neformální kroužky, které může v podstatě zřídit každý. Nejedná se zde o žádnou právní formu, vše je založeno na smluvním vztahu, který může být doložen podepsanou smlouvou v případě, kdy se jedná o službu za úplatu. Aktivity se opět volí dle zájmu a možností poskytovatele.

#### Skaut

Nejznámější zájmovým a hlavně všestranným kroužkem je u nás skaut. Má tisíce členů a vede je k všeobecné zodpovědnosti, všestrannosti a lásce a úctě k přírodě a všemu živému. Čeští skauti se setkávají se skauty z jiných zemí.

#### Ochránci přírody

Různá uskupení jedinců zaměřených na všeobecnou ochranu přírody vycházející ze základu Skauta. Vždy organizováno dle místních možností dané lokality za podpory ministerstva životního prostředí.

#### Mladí rybáři, Hasiči, Letečtí modeláři, Myslivost, Fotokroužky

Opět dobrovolnické seskupení lidí dle dané lokality a možností.

## Počítače, Technika

V dnešní moderní době stále atraktivnější a více vyhledávanější aktivity. Potřeba ovládat PC se stává již nutností, většina dětí má snadný přístup k vlastnímu počítači doma. Ti, kteří tuto možnost nemají, nebo si chtějí osvojit více vědomostí, mohou využít místní nabídky dané lokality.

## Sport

Fyzické aktivity podporující zdravý růst a vývoj jedince již v období dětství a dospívání. Vzdělávání k tělesné výchově není záležitostí pouze povinné školní docházky, mělo by se důsledně dbát na optimální výdej energie v poměru k jejímu příjmu. Protože si takový kroužek může zřídit v podstatě každý, tak i prostory mohou být různé. Bezbariérovost je tedy vázána na konkrétní místo.

Vyjmenovat všechny možné sporty, které může TP vykonávat, by bylo zcela vyčerpávající, omezíme se pouze na nejrozšířenější sportovní aktivity:

Fotbal	Lukostřelba
Hokej	Ping Pong
Míčové sporty	Běhání
Tenis	Jízda na kole
Plavání	

### **1.5.6 Dobrovolnická sdružení**

Tato sdružení mohou mít právní subjektivitu sdružení, společenství atp. Většinou se jedná o seskupení lidí, které sdružuje společný zájem a není na trhu žádná podobná nabídka. Například matky na mateřské dovolené se schází, aby trávily společně volný čas a vyměňovaly si zkušenosti.

Jelikož jsou tato sdružení dobrovolnická a většinou zaměřená na určitou skupinu lidí, je u nich možnost začlenit TP jedince možná nejjednodušší ze všech vyjmenovaných.

## Český červený kříž

Jedná se o humanitární občanské sdružení působící na celém území České republiky. Působí zejména v oblasti humanitární, sociální a zdravotní. Naplňování poslání a plnění úkolů ČČK je všeobecně prospěšnou činností.

### **1.6 Specifické volnočasové aktivity TP**

#### **1.6.1 Sport**

Sportovní aktivity mají velmi důležitou funkci v životě člověka a ve správném fungování lidského těla. Bohužel moderní doba není sportu příliš nakloněna, stává se z něj komerční odvětví a vymýšlejí se stále důmyslnější pomůcky, mající co nejvíce usnadnit námahu. Díky těmto snahám se však začaly objevovat různé kompenzační pomůcky, nebo upravené sportovní náčiní, která umožňují sportovní vyžití i TP jedincům. Tím je opět možné znovu začlenit a resocializovat jedince se získaným TP, kteří dříve sportovali. Vydávání přebytečné energie je nezbytnou součástí života jedince s TP, protože má určité postižení a omezení musí dbát na správnou životosprávu, aby si více neublížil. V době, kdy neumíme správně jíst, je tedy kompenzací za špatné stravovací návyky vhodná pohybová aktivita v rámci možností jedince s TP.

Bez nadsazení lze říci, že tělesná výchova a sport přispívají k možnosti žít plnohodnotný život včetně aktivního zapojení do rodinného života, pracovního procesu a společenských funkcí<sup>29</sup>.

Díky aktivitám, které vyvíjejí samotní TP a jejich okolí, je již zastoupení vhodných pohybových a sportovních činností celkem bohaté a přístupné téměř všem. I ti nejméně pohybliví jedinci s TP, například quadruplegici, mohou sportovat a to prostřednictvím Boccii a k ní určených pomůcek. Rozepisovat zde veškeré možné sportovní aktivity pro TP by bylo příliš obsírné, omezíme se na vyjmenování nejvíce známých a dostupných aktivit a podrobněji se zaměříme na florbal vozíčkářů.

---

<sup>29</sup> KÁBELE, J., DRÁB, P. Sport vozíčkářů. Praha: Olympia, 1992 s. 10.



### Vhodné sportovní aktivity pro TP jedince:

Boccia, florbal, pettangu, rugby vozíčkářů, basketball, tenis, stolní tenis, míčové hry, závěsný kuželník, atletika, šipky, sportovní střelba, lukostřelba, plavání, lyžování, cyklistika.

### Florbal vozíčkářů

Jedním z aktuálně nejvíce rozvíjejícím se sportem ve světě a u nás je florbal vozíčkářů a stojících s TP, který se dále dělí na kategorie dle druhu a stupně postižení. Vytváří se síť sportovních klubů, které pravidelně pořádají sportovní akce, sdružují ochotné pomocníky z řad dobrovolníků, rodiny a přátel a konečně dávají příležitosti k vydání přebytečné energie. Nelze zapomenout ani na trenéry a rozhodčí, kteří mají pečlivě nastudovaná pravidla a při zápasech se jimi věrně řídí. Protože jedinců s TP, kteří chtějí, nebo mohou sportovat, není mnoho (kvůli dojíždění, finanční náročnosti, osobní motivaci atp.), nedělí se družstva na muže a ženy a jsou smíšená. Hodnotí se pouze body dle druhu a stupně postižení, a na jedno družstvo je určitý limit bodů, který nelze překročit. Dalším rozlišením ve florbalu vozíčkářů je dělení na mechanické a elektrické vozíky. I těžce pohybově postižený jedinec může s pomocí elektrického vozíku sportovat, ovšem opět s další úpravou pravidel.

V tomto konkrétním sportu je nutno zmínit jméno pana Petra Aliny, současného prezidenta České florbalové federace vozíčkářů (ČFFV<sup>30</sup>), který se velkou měrou podílel na utváření pravidel, organizaci turnajů a zápasů po celé ČR i mimo ni. Díky jeho práci ve školském zařízení v Janských Lázních, kde pracuje s TP jedinci, vytvořil základnu pro tento sport. Stále se aktivně zapojuje do dění kolem tohoto sportu a organizačních aktivit. Pravidla tohoto sportu vycházejí samozřejmě z klasického florbalu, jsou přizpůsobená na specifické potřeby TP jedinců a odzkoušená v praxi.

Stejně jako zdraví sportovci i u TP sportovců jsou jedinci, kteří dají přednost sportu pro jednotlivce. Mají tak možnost rozvíjet vlastní aktivity, uspokojovat své pohybové potřeby a vše si řídit sami bez ohledu na kolektiv. Tyto aktivity jsou většinou vsazeny do otevřeného

---

<sup>30</sup> Česká federace florbalu vozíčkářů. [online]. [24. 3. 2010]. Dostupné z WWW: <<http://www.fbh.cz/cz/>>.

prostoru a do přírody jako například cyklistika a turistika – konkrétně tyto aktivity poskytují pohybové možnosti, ale dávají také prostor vzdělávání a duševnímu prospěchu. Poskytují také možnost pouhého setkávání lidí ve stejně zaměřené společnosti, bez závislosti na jejich kooperaci.

### Lukostřelba

Tento sport je zaměřen na celkovou koordinaci těla a mysli. Je zde zapotřebí určitá svalová schopnost paží, ale s vhodnými pomůckami lze umožnit tuto aktivitu i quadruplegikům. Pro začátečníky je vhodné začínat nejdříve v tělocvičně, kde se učí základní technika držení a postoje těla, natažení a pouštění tětiny, zaměřování a další potřebné znalosti nutné k osvojení základů lukostřelby. Po několika hodinách teorie se teprve začíná nastřelovat z malé vzdálenosti na cíl a učí se tak zaměřovat. Postupem času se vzdálenost terče zvětšuje a tím se i zlepšuje schopnost zaměřit správně cíl. Tato aktivita je vhodná jak pro stojící, tak pro vozíčkáře. V ČR existují pod určitými organizacemi sportovní kluby, které se lukostřelbě věnují, například sportovní klub TJ ÚSP Brno<sup>31</sup> nebo TJ Halma Zbůch a každoročně pořádají mistrovství ČR v lukostřelbě.

#### **1.6.2 Paralympiáda**

Paralympijské hry jsou vrcholnou soutěží pro špičkové sportovce s různými zdravotními postiženími. Základní filozofií provázející paralympijské hnutí je, že tito světoví sportovci mají schopnosti a zkušenosti rovnocenné s nepostiženými sportovci a stejně jako oni se musí podrobit přísným kvalifikacím a výběru do národních týmů.

---

<sup>31</sup> Lions Club Teplice. Halová lukostřelba. [online]. [26. 3. 2010]. Dostupné z WWW: <<http://album.lionsclub.cz/2005-02-12-lukostrelba/>>.

## Historie Paralympiády

Sir Ludwig Guttman v roce 1948 zorganizoval první závody pro veterány 2. světové války se zraněním páteře v rehabilitačním zařízení anglického města Stoke Mandeville. Tato akce se úspěšně opakovala o čtyři roky později, kdy se připojili i účastníci z jiných zemí. Díky rostoucí popularitě těchto sportovních her založil L. Guttman roku 1957 mezinárodní sportovní organizaci pro vozíčkáře se snahou vytvořit hry, které by se podobaly klasickým Olympijským hrám. Historicky první Paralympijské hry se uskutečnily v roce 1960, dva měsíce po skončení OH v Římě. První ročníky Paralympijských her byly určeny pouze pro sportovce s těžkým poraněním míchy. S postupem času se připojily další skupiny tělesně postižených, přehodnotila se zdravotní klasifikace, počet sportovců a sportovních aktivit.<sup>32</sup>

## Mezinárodní paralympijský výbor

Tento výbor byl založen roku 1982 čtyřmi mezinárodními federacemi. Měl plnit funkci koordinačního orgánu postižených sportovců jako určitý protějšek Mezinárodního olympijského výboru. V roce 1992 se z něj stal Mezinárodní paralympijský výbor (IPC), který v dnešní době slučuje následující federace:<sup>33</sup>

1. mentálně postižení sportovci: INAS – FID
2. spasticky postižení sportovci (lidé ochrnutí převážně následky nenakažlivé dětské mozkové obrny, zejména vady vrozené): CP ISRA
3. tělesně postižení sportovci (převážně vady získané, zejména pouřazové stavy): IWAS
4. zrakově postižení sportovci: IBSA

---

<sup>32</sup> Český paralympijský výbor. Historie paralympiády. [online]. [26. 3. 2010]. Dostupné z WWW: <<http://www.paralympic.cz/cs/paralympicgameshistory/Default.aspx/>>.

<sup>33</sup> Český paralympijský výbor. Historie paralympiády. [online]. [26. 3. 2010]. Dostupné z WWW: <<http://www.paralympic.cz/historie/>>.

## Náplň činnosti Mezinárodního paralympijského výboru

*„Mezinárodní paralympijský výbor je reprezentativním mezinárodním subjektem, který:*

- určuje, dohlíží a koordinuje organizaci paralympijských her, z větší části také mezinárodních a kontinentálních soutěží pro zdravotně postižené sportovce*
- prosazuje integraci sportu zdravotně postižených do mezinárodního hnutí nepostižených sportovců při zachování a chránění bezpečnosti a identity zdravotně postižených sportovců*
- pomáhá a podporuje vzdělávací a rehabilitační programy, výzkumy a podpůrné aktivity*
- prostřednictvím sportu usiluje o rozšiřování příležitostí pro zdravotně postižené osoby, tréninkové programy jsou jedním z prostředků ke zvýšení jejich schopností a dovedností“<sup>34</sup>*

## Český paralympijský výbor

Vznikl roku 1994 z iniciativy Mezinárodního paralympijského výboru, po dohodě národních svazů zdravotně postižených sportovců. Náplní jeho činnosti je příprava sportovců na vrcholné světové soutěže a zabezpečení reprezentace České republiky na letních a zimních paralympiádách a deaflympiádách. Je členem Mezinárodního paralympijského výboru a sdružuje svazy postižených sportovců. Výkonným grémiem českého paralympijského výboru se stávají zástupci jednotlivých svazů, zpravidla jsou to předsedové.<sup>35</sup>

---

<sup>34</sup> Český paralympijský výbor. Historie a současnost. [online]. [cit.27. 3. 2010]. Dostupné z WWW: <<http://www.paralympic.cz/cs/history/Default.aspx/>>.

<sup>35</sup> Český paralympijský výbor. Historie a současnost. [online]. [cit.27. 3. 2010]. Dostupné z WWW: <<http://www.paralympic.cz/cs/history/Default.aspx/>>.

### **1.6.3 Abilympiáda**

Soutěž pracovních schopností a dovedností zdravotně postižených jedinců. Dnes již na celosvětové úrovni, každý ročník se koná v jiném státě. První národní abilympiáda se konala v roce 1991 v Praze. V roce 1992 se stalo centrem národní abilympiády východočeské město Pardubice. Od té doby se konalo více než 15 ročníků českých abilympiád s velmi hojnou účastí zdravotně postižených jedinců.<sup>36</sup>

### **1.6.4 Umění**

Umění je možná jedním z nejrozšířenějších způsobů, jak trávit volný čas se získaným TP. Existuje zde tolik druhů a variant, ze kterých si vybere každý ten svůj nejvhodnější způsob. Na rozdíl od sportu nemusí se vždy jednat o výkonnostní aktivity a lze je vykonávat v klidu a dokonce v pohodlí domova, což není vždy optimální z hlediska socializace TP jedince.

K těmto aktivitám není zapotřebí speciálních pomůcek, kromě speciálních držáků například na pastelky nebo vozíku na tanec. Může je vykonávat téměř bez omezení každý TP jedinec. Důležitým faktorem při vykonávání těchto aktivit je možnost vlastního vyjádření a to prostřednictvím vykonávané činnosti. TP jedinec může promítat své emoce, přání a touhy nebo ventilovat napětí vzniklé v důsledku vzniku TP. Je mu umožněno nějakým způsobem se uplatnit, znovu získat pocit sebenaplnění – nejedná se tedy vždy jen o fyzické aktivity. Tyto aktivity jsou vhodné také jako prostředek terapie.

### **Výtvarná činnost**

Již samotné vykonávání výtvarných činností může mít léčebný účinek, což spolu s vhodnou rehabilitací a motivací může mít velmi kladný a významný vliv pro uzdravovací a udržovací proces pro TP jedince a jeho tělo i mysl. Například pouhé malování slouží jako vyjádření aktuálních pocitů a stavu mysli. Někteří TP jedinci mají díky získanému TP problémy v komunikaci se svým okolím, často své pocity vůbec neventilují a opět může vznikat stres až regrese. Zejména u dětí v období dospívání, které ještě nenavázaly vztahy v oblasti sociální komunikace, může být docházení na

---

<sup>36</sup> Národní abilympiáda. [online]. [26. 5. 2012]. Dostupné z WWW: <<http://www.abilympics.cz/?action=rubrika&id=97>>.

výtvarné aktivity vhodným začátkem a nemusí se jednat pouze o malování. Výtvarná činnost zahrnuje malbu, sochařství, práce s látkami, korálky a dalšími materiály.

### Hudba - Zpěv

Další velmi vhodná a prospěšná aktivita, kterou lze vykonávat s téměř jakýmkoli postižením – dokonce i sluchově postižení jedinci mohou poslouchat a „tvořit“ hudbu. Muzikoterapie, další z terapeutických aktivit, které významně zlepšují psychický stav při získání TP. Jedná se o hudební improvizaci, interpretaci a zpěv, poslech hudby, psaní textů a písní, hudební vystoupení a konečně pohybové aktivity při hudbě a dechová cvičení.

TP jedinec se může buď přímo podílet na vytváření hudby, nebo ji pouze poslouchá a prožívá. Hudbu tvoří pomocí hudebních nástrojů, ale také pomocí svého těla, textů a pohybů.

Možnost vytvořit své vlastní dílo a tím být něčím výjimečný je pro každého jistě velmi příjemný pocit, který prospívá našemu duchu. Konečným výsledkem při tvorbě hudby je vystoupení, kde je jedinec oceňován a hodnocen. Zde je opět vazba na resocializaci a získání pocitu sebeuplatnění. Osobností, která stojí za zmínku v oblasti hudby je zcela jistě slovenská zpěvačka Marika Gombitová. Vítězka Bratislavské lyry, která v roce 1980 ochrnula po dopravní nehodě. Po krátké izolaci se opět vrátila do uměleckého života a dala všem jasně najevo, že i s postižením je možné žít plnohodnotný život a to i pod drobnohledem médií.

### Literatura

Zde je prostor pro jedince, kteří uvítají spíše soukromé aktivity s atmosférou, kterou si sami zvolí pro vytváření vlastních hodnot. A stále mají možnost získat zpětnou vazbu od svého okolí nebo společnosti jako celku a to prostřednictvím publikace na internetu, přímým vydáváním knih nebo pouhým čtením vlastních textů. Literární činnost má svá pravidla, která jsou neměnná a platná stejnou měrou pro všechny. Navíc jsou zde technické pomůcky, diktafony a počítače, které umožní psát naprosto všem, kteří mají zájem.

Konkrétní zastoupení na zmiňovaném internetu má literární činnost například na serveru Písmák<sup>37</sup> nebo Literra<sup>38</sup> a Totem<sup>39</sup>. Všechny zmiňované servery, a mnoho dalších, umožňují autorům publikovat svá díla a nechat si je ohodnotit od ostatních uživatelů. Vše samozřejmě po uzavření dohody o respektování jistých pravidel jako je například autorské právo, slušné chování atp. Významné je, že zde není důležité, zda je autor TP nebo zdravý, nemusí se za nic stydět, nebo skrývat a může naplno projevit svůj potenciál. Zde padají veškeré bariéry.

### Tanec

Tanec je moderní záležitost posledních let. Po vzoru aktivit lidí s mentálním postižením se v posledním desetiletí objevují i skupiny zaměřené na tanec lidí s TP. Záleží pouze na odvaze a kreativitě zúčastněných. Největší pomůckou je zde invalidní vozík, aby mohli tančit i lidé stojící s TP. Kupodivu je zde vozík velkým přínosem, díky němu lze vytvořit choreografii, za kterou by se nemusel stydět ani národní balet či akvabely. Tyto aktivity nemají zatím zastoupení v podobě mistrovství atp., ale prezentují se na veřejnosti v podobě ukázek při různých příležitostech, jako je například každoroční festival Mezi Ploty, kde mají zastoupení jak tělesně, tak mentálně postižená a je zde přehlídka hudby, divadla a tance.

### Divadlo

Dramatická výchova a dramatické kroužky si již našly cestu k dětským srdcím. Běžně je možné navštěvovat je na lidových základních školách, ale většinou nejsou bezbariérová, nebo mají ostych přijmout TP jedince, který má své potřeby. Ale samozřejmě to opět závisí pouze na snaze zúčastněných stran. Většina výchovných pracovníků a speciálních pedagogů, kteří pracují s TP jedinci se snaží začlenit dramatické aktivity do denních plánů svých svěřenců. Mnohdy je to poslední možnost jak začlenit jedince, kteří se velmi straní kolektivu. Zpočátku projevují velký ostych, ale postupem času se osmělí a troufají se více prosazovat a projevovat. Díky rolím, které ztvárňují, se mohou na chvíli dostat do jiného světa a zapomenout na vlastní starosti.

---

<sup>37</sup> Amatérské literární umění [online]. [26. 5. 2012]. Dostupné z WWW: <<http://www.pismak.cz/>>

<sup>38</sup> Amatérské literární umění [online]. [26. 5. 2012]. Dostupné z WWW: <<http://www.littera.cz/>>

<sup>39</sup> Amatérské literární umění [online]. [26. 5. 2012]. Dostupné z WWW: <<http://www.totem.cz/>>

Díky maskám, pod kterými mnohdy není vidět skutečná osoba, lze ventilovat přebytečné napětí.

Pro mnohé TP jedince je zcela jistě velikým vzorem silná osobnost Jana Potměšila. Který po vážné autonehodě v roce 1989 ochrnul na obě dolní končetiny. Svůj boj nevzdal a téměř ihned po rehabilitaci se za pomoci přátel doslova vrhnul do práce v divadle, ale to do sportovních aktivit. Jeho osoba se stala symbolem pro české vozíčkáře. Další neopominutelnou postavou je Jiří Krytinář. Od dětství postižen kostní dysplazií, vyučil se hodinářem a v roce 1969 si poprvé vyzkoušel filmové natáčení, které slavilo úspěch. Od té doby jsme jej měli možnost vidět v desítkách českých filmů. Jeho životní optimismus je obdivuhodný, přes těžkosti, které mu nachystal život, dává energii ostatním prostřednictvím televizních obrazovek a kin.

#### ***1.6.5 Příroda a zvířata***

V dnešní době je velmi těžké udržet si zdravý vztah k přírodě a platí to dvojnásob, když je člověk nějakým způsobem omezený. U jedince se získaným TP, který musí překonávat bariéry, je mnohdy těžké udržet si chuť k návštěvám přírody, k vycházkám a výletům. Je zde nepopiratelný fakt, že toto je konkrétní situace, kdy si špatně chodící člověk, vozíčkář, nebo člověk trpící epileptickými záchvaty uvědomí, co všechno už nemůže. Je to velký nápor na psychiku, vše je nutno promyslet a naplánovat, pouhá návštěva toalety na výletě může být pro TP jedince veliký problém. Vždy se jedná o konkrétní místo, které je cílem návštěvy. Pro organizátory volného času ve školských zařízeních pro TP jedince je plánování těchto aktivit otázkou odvahy a výzvou. Na druhé straně jsou zde TP jedinci, kteří vyrážejí do přírody pravidelně a to i v zimě, kdy je to namáhavé i pro zdravé.

Bohužel situace není vždy ideální a příznivá, někteří jedinci mají natolik znemožněn styk s přírodou, že už pouhé usednutí do trávy je pro ně svátek. To samé platí o zvířatech, ale zde je situace relativně lepší a to díky zooterapii, která u nás zažívá pozitivní rozmach. Stává se z ní konečně terapeutická disciplína a začíná být uznávaná i v medicínském světě a mezi odborníky. Jedná se o terapie za pomoci různých zvířat, psů, koček, ale i rybiček a papoušků, fantazii se meze nekladou. Už jen pouhá přítomnost zvířete je pozitivně působící faktor, a když se ještě TP jedinec o takové zvíře



stará nebo si jej pouze hladí, je tato aktivita ještě účelnější. Konkrétně se jedná o tyto druhy zvířat: koně - Hypoterapie<sup>40</sup>, psy - Canisterapie<sup>41</sup>, kočky - Felinoterapie<sup>42</sup>, menší zvířata, opeřenci. Mnozí TP jedinci si sami pořídí zvíře nebo jej již měli a je tedy pro ně snadné udržovat kontakt a mít možnost vykonávat aktivity s nimi spojené. Pro ty, kteří tuto možnost nemají, jsou zde alternativy, které jim to nabízejí a to prostřednictvím návštěv například farem nebo návštěv konkrétního zvířete u nich doma. Toto vše už ale probíhá vždy pod záštitou některé organizace, která má akreditaci k vykonávání zooterapie nebo aktivit za pomoci zvířat a s asistencí vyškoleného pracovníka.

### **1.6.6 Technicky zaměřené aktivity**

Tyto aktivity jsou svým zaměřením spíše pro muže, ale často by se daly řadit mezi výtvarné umění. Jedná se například o práci s kovem nebo dřevem a z těchto materiálů se dají vyrábět umělecké předměty, ale také například nábytek. Záleží pouze a jenom na TP jedinci. Důležité je, že svou podstatou už jsou jistou přípravou na budoucí zaměstnání. Vzdělávání na speciálních školách s maturitou je většinou v obchodním duchu a tak mnohdy musejí TP jedinci volit „pouze“ učební obory a řemesla.

### **1.6.7 Internet**

Internet je organismus, který si žije svůj vlastní život – je oddělen od toho pravého reálného a je v něm možné v podstatě vše. Kromě technického vybavení, zde neexistují prakticky žádné bariéry. Díky němu mohou TP jedinci vyhledávat potřebné informace a kontakty, realizovat své potřeby, studovat, zveřejňovat svá díla všeho druhu. Díky anonymitě, kterou poskytuje, můžou všichni beze studu komunikovat s okolním světem a vyměňovat si tak zkušenost, nebo si jen povídat, což je mnohdy více než méně.<sup>43</sup>

---

<sup>40</sup> KOLEKTIV AUTORŮ. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona, 2007.

<sup>41</sup> KOLEKTIV AUTORŮ. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona, 2007.

<sup>42</sup> KOLEKTIV AUTORŮ. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona, 2007.

<sup>43</sup> VÍTKOVÁ, M. a kol. *Integrativní speciální pedagogika*. Brno: Paido, 2003.

## **2 Specifika, odlišnosti a možné komplikace při realizaci volnočasových aktivit**

### ***2.1 Zaměření volnočasových aktivit dle tělesně postižených jedinců***

Hovoříme-li o trávení volného času jedinců se získaným TP, je vždy nutné ujasnit si nejdříve, o jaké jde postižení či omezení. Jsou sporty, jež mohou dělat téměř všichni, jako například cyklistika. Mohou ji provozovat vozíčkáři a špatně chodící díky pomůcce zvané handbike (Jedná se v podstatě o cyklistiku pro vozíčkáře, jejichž kola jsou uzpůsobená pro ruční pohon. Handbike (Handcycling) patří mezi sporty, které se u nás v posledních letech velmi dynamicky rozvíjí a nachází si velkou oblibu u mnoha mladých lidí především pro možnost rekreačního provozování). Dále ji mohou provozovat neslyšící, ale i slabozrací nebo jedinci se zbytky zraku. Aktivity, určené pouze pro jednu specifikovanou skupinu, jsou téměř raritní. Protože žijeme v době plné techniky a snahy, je možné, aby nehybní jedinci tancovali, slepí malovali a hluchí prožívali hudbu. Hranice se zde prolínají a jsou téměř prolomené. Lidé si kompenzují ztracené možnosti a hledají nové cestičky a tím vynacházejí nové způsoby a možnosti v podobě upravených aktivit a pomůcek.

### ***2.2 Odlišnosti volnočasových aktivit jedinců s tělesným postižením a zdravých jedinců***

Jak bylo již mnohokrát zmiňováno, aktivity, které provozují TP jedinci většinou pocházejí z klasických sportovních a volnočasově zaměřených aktivit zdravých jedinců. Potřeba trávit čas určitým způsobem a tím tak zaměstnat mysl spolu s potřebou sebeuskutečnění a seberealizace je hnacím motorem všech, kteří se stali TP. Aby byly zachovány rovnováhy všech lidských potřeb, přání a cílů, je nutné nahradit ztráty a nemusí být vždy nevyhnutelně nutné vyhodnotit situaci jako horší. Člověk samozřejmě potřebuje čas, aby se se svým stavem vyrovnal, ale nesmí se v tom utápět a zastavit se. K tomu slouží i zaměstnání mysli v podobě volnočasových aktivit a s tím je spojeno setkávání se s jinými TP jedinci a dochází k resocializaci, jejíž význam byl popsán již výše.<sup>44</sup>

---

<sup>44</sup> VÁGNEROVÁ, M., MOUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2004.

Díky často dlouholeté tradici každé jedné aktivity, je možné vybrat z ní již to dobré, ozkoušené, vyhovující a vyhnout se komplikacím a neúspěchům. Spolu s důvtipem, zájmem a šikovností pomocníků z řad pedagogických a výchovných pracovníků, ale i sociálních pracovníků, rodin a přátel jde všechno lépe. A tak se daří vyvíjet pomůcky a nástroje, které usnadní TP práci při trávení volného času. Dochází k posouvání a upravování pravidel, a to často za dohledu profesionálních aktérů dané aktivity.<sup>45</sup>

Odlišnosti volnočasových aktivit u zdravých a TP jedinců jsou vždy závislé na dispozicích a možnostech konkrétního jedince a jeho TP a omezení. Nejčastěji se jedná o prostorové řešení a uspořádání dané aktivity z hlediska bezbariérovosti a přístupu k ní. Další odlišností je společenské pojetí a informovanost společnosti. To bývá mnohdy větší problém než bezbariérovost. Dnes se již pomalu vytrácí možnost diskriminace v důsledku TP či neochoty ze strany společnosti, ale stále se může projevit. TP jsou spíše společensky tolerováni než opomíjeni, ale i tak se občas objeví negativní názory na zviditelňování aktivit TP například v médiích. Vždy se najde někdo nespokojený s danou situací.

### **2.3 Komplikace při realizaci volnočasových aktivit**

TP jedinci, pokud nejsou samostatní ve všech směrech, jsou mnohdy odkázáni na milost či nemilost pomáhajících profesí, úřadů, rodiny a blízkého okolí. A to v realizaci denních úkonů, ale také v trávení volného času například svými zájmy. Úmyslně je zmiňována pomáhající profese, protože správné nastartování a motivace by měla být započata již krátce po získání TP, a to třeba ještě v nemocnici při léčbě. Je tedy důležité, zda dostane TP jedince podněty od svého okolí a projeví zájem být opět součástí nějaké aktivity, či kolektivu. Samotná léčba a rehabilitaci tak může být úspěšnější díky motivaci, kterou TP jedinci poskytuje.<sup>46</sup>

---

<sup>45</sup> KÁBELE, J., DRÁB, P. *Sport vozíčkářů*. Praha: Olympia, 1992.

<sup>46</sup> VÍTKOVÁ, M. *Integrativní speciální pedagogika – Integrace školní a sociální*. Brno: Paido, 2004.

### 2.3.1 Komplikace z hlediska sociálního

Sociální komplikace mohou nastat již při samotném procesu léčby. Jedinci se slabší adaptabilitou a tolerancí vůči stresu a frustraci mohou snadněji podlehnout smutku a mít pocit nízkého sebepojetí. Je tedy důležité pečovat nejen o fyzickou stránku, ale také zapojit sociálního pracovníka či speciálního pedagoga, aby se předešlo izolovanosti. Samotný prvotní kontakt s okolím a projevení zájmu může pozitivně ovlivnit a nasměrovat TP jedince.<sup>47</sup>

### 2.3.2 Komplikace z hlediska materiálního

Materiálními komplikacemi se mohou stát fyzické bariéry a prostorová řešení a dispozice budov a zařízení, která TP musí nebo chtějí navštěvovat. Bohužel nejsou výjimečné situace, kdy musí TP jedinec překonávat prostorové bariéry mnohdy až potupným způsobem (podjetí prostoru pro nákupní vozíky v obchodech, lezení do schodů po čtyřech atp.). Tuto oblast má na starost v první řadě **stavební zákon č. 183/2006 Sb.** Druhým důležitým předpisem je **prováděcí vyhláška č. 369/2001 Sb.**, o obecných technických požadavcích zabezpečujících užívání staveb osobami s omezenou schopností pohybu a orientace<sup>48</sup>. Ačkoli se laické veřejnosti může zdát tato oblast zcela vyřešena, není tomu tak. Stále se objevují budovy a stavby, ač po kolaudaci, nesplňují podmínky pro bezbariérový přístup, který je všem legislativně garantován již několik let. Často se musí hledat alternativní cesty a přístupy. Oproti tomu jsou zde aktivity, snažící se zpřístupnit bariérové prostory a budovy i TP jedincům pomocí plošin a nájezdů. I přes platná legislativní opatření není stále situace ideální, stále se lze setkat s osobami, které nerespektují právo na bezbariérový přístup jedinců s TP.

### 2.3.3 Komplikace z finančního hlediska

Finanční zabezpečení a samotné zabezpečení následné péče po úrazu či nemoci je palčivý problém. Často je zapotřebí nemálo zdravotních pomůcek, počínaje náplastmi

---

<sup>47</sup> VÁGNEROVÁ, M., MOUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2004.

<sup>48</sup> Česká abilympijská asociace, o. s. Poradenské a konzultační středisko bezbariérovosti. [online]. [cit.27. 3. 2010]. Dostupné z WWW: < <http://www.abilympics.cz/?action=rubrika&id=117/>>.

a chirurgickými pomůckami, kompenzačních pomůcek, umožňujících nám snadnější vykonávání běžných denních úkonů, a konečně i častých lékařských zákroků nebo hospitalizací. Všechny výše vyjmenované a potřebné propriety a služby jsou samozřejmě finančně ohodnoceny. Část z nich a nejnnutnější lékařskou péčí hradí samozřejmě zdravotní pojišťovna, ale nepokryje veškeré potřeby, jež jsou často nadlimitní. V této situaci zbývá málo prostředků na účast placených aktivit, nebo na zakoupení například uměleckého vybavení. Většina TP jedinců je zaopatřena prostřednictvím invalidních důchodů a nově příspěvků na péči a často i díky své rodině. Nově vzniklá dávka sociální péče, která svým způsobem nahradila původní bezmocnost, příspěvek na péči je dle zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb. příjemnou úlevou pro mnohé TP jedince, kteří si z ní hradí své výdaje na užívání služeb, zdravotní péče nebo různé pomůcky.<sup>49</sup> Teoreticky si tedy mohou dovolit vydávat zbývající prostředky na jiné aktivity, kterými mohou být volnočasové aktivity v podobě sportu, koníčků a zájmů.

#### **2.3.4 Komplikace z hlediska psychického**

Pokud si jedinec se získaným TP vytvoří své vlastní bariéry vůči společnosti a okolnímu světu a zabředne do ponurých myšlenek plných všeho, čeho není momentálně schopen, je na dobré cestě vypěstovat si psychickou disbalanci. Je důležité vyrovnat se s případnými ztrátami, které plynou z TP, a najít si novou cestu, vytýčit si nové cíle (studium, zájmy, přátelé atp.) a zaměstnat tak mysl, aby se nezabývala pouze a jen vlastním TP.<sup>50</sup>

---

<sup>49</sup> Sbírka zákonů České republiky. [online]. [cit. 27. 3. 2010]. Dostupné z WWW: <<http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/sbirka/2006/sb037-06.pdf>>.

<sup>50</sup> VÁGNEROVÁ, M., MOUSSOVÁ, Z., ŠTECH, S.. *Psychologie Handicapu*. Praha: Karolinum, 2004.

## PRAKTICKÁ ČÁST

### 3 Skutečnosti v možnostech volnočasových aktivit pro tělesně postižené jedince

#### 3.1 Cíl praktické části, použité metody

Cílem praktické části bakalářské práce je potvrdit či vyvrátit hypotézy o nabídce a dostupnosti volnočasových aktivit pro jedince se získaným tělesným postižením v období dospívání. Pro srovnání byli zvoleni jedinci studující na speciální střední škole v Janských Lázních a integrovaní TP jedinci na běžných středních a základních školách.

Jako základní hypotézy byly stanoveny:

1. Jsou aktivity nabízené na běžných středních a základních školách dostačující oproti speciálním zařízením pro TP jedince?
2. Je nabídka a kvalita poskytovaných volnočasových aktivit pro TP jedince dostačující?
3. Volnočasové aktivity na malém městě s počtem od 10ti do 20ti tisíc obyvatel jsou možné?

Pro potvrzení nebo vyvrácení hypotéz byly využity následující metody:

- Dotazníkové šetření ve speciální střední škole v Janských lázních
- Rozhovory s integrovanými TP jedinci na běžných školách

Cílem použitých metod je zjištění dostupnosti a nabídky volnočasových aktivit na běžných školách oproti speciálním zařízením, kvality a nabídky volnočasových aktivit a možnosti volnočasových aktivit na malém městě.

### 3.2 Analýza možností volnočasových aktivit na běžných a speciálních středních školách

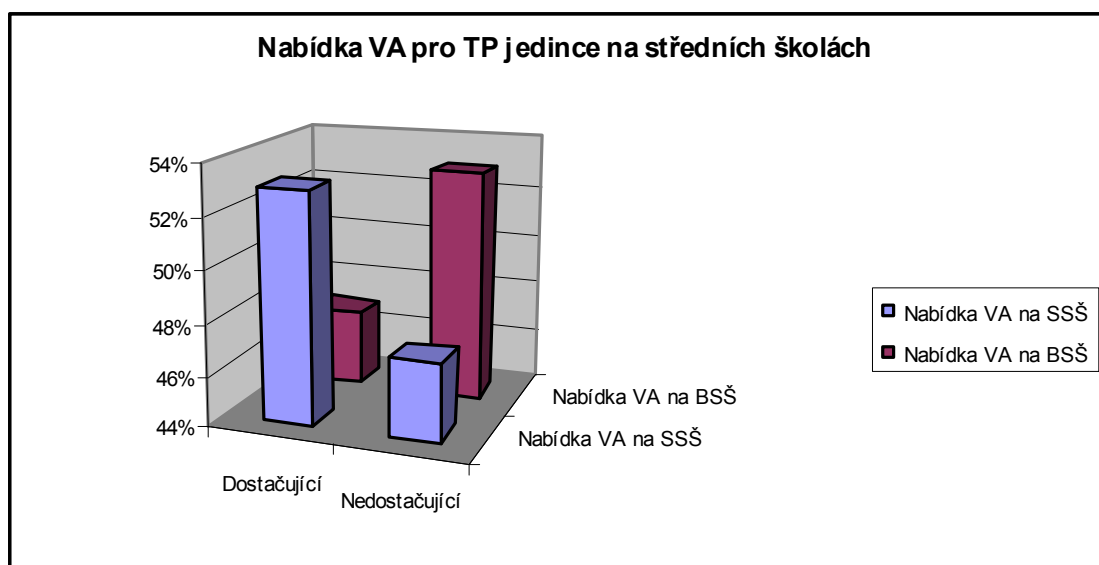
TP jedinci se získaným, ale i vrozeným TP, se shodují, že situace v oblasti volnočasových aktivit se výrazně zlepšila. Díky stále vzrůstající profesionalitě pedagogických a pomáhajících pracovníků roste i kvalita a nabídka poskytovaných služeb. Bohužel se to omezuje často jen na speciální školská a dobrovolnická zařízení a na aktivity samotných TP jedinců.

Respondenti se shodli na tom, že volnočasové aktivity pro TP jedince na běžných středních školách (dále jen BSŠ) jsou oproti speciálním středním školám (dále jen SSŠ) nedostačující. V tabulce č. 1 je uvedeno procentuální vyhodnocení a následuje grafické zpracování dat.

Tabulka č. 1

Druh SŠ	Dostačující	Nedostačující
Nabídka VA na SSŠ	87%	13%
Nabídka VA na BSŠ	47%	53%

Graf č. 1



Největší příčiny a překážky v poskytování volnočasových aktivit na BSŠ vidí dotazovaní jedinci v:

- bariérovosti
- pomoci zdravých lidí
- nevědomosti
- neinformovanosti
- nezájmu o TP
- neochotě
- rozdílech v přístupu k TP
- nepřipravenosti

Výše vypsané překážky začínají bariérovostí, kterou vnímají dotazovaní TP jedinci jako největší problém při výběru VA. Následují další překážky, které jsou spíše psychického rázu, oproti bariérám fyzickým. Zajímavé je, že samotní TP jedinci předpokládají překážky spíše u samotných lidí, než-li u prostorových dispozic, z toho vyplývá, že se stále cítí svým způsobem vyloučení z běžné společnosti.

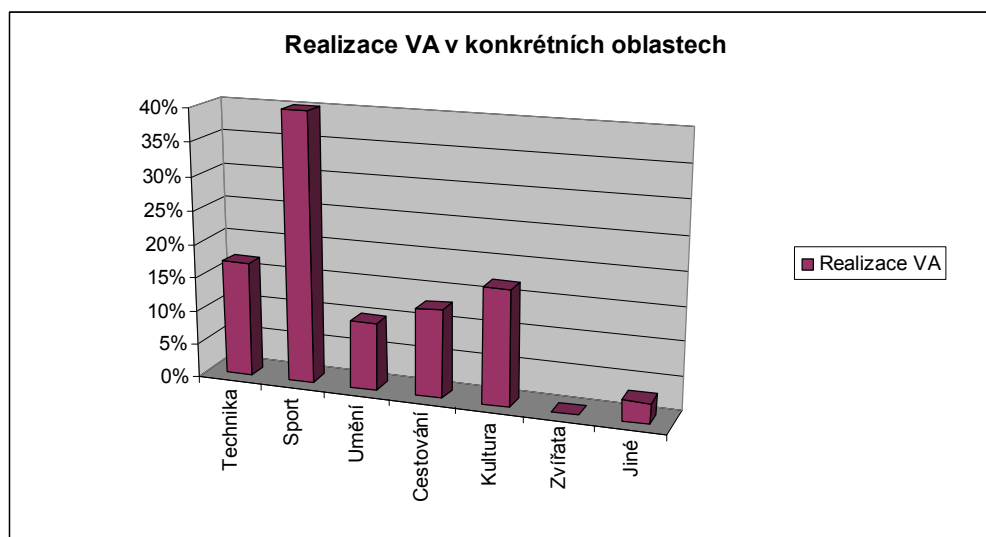


### 3.3 Analýza realizace volnočasových aktivit v konkrétních oblastech

Tabulka č. 2

Obor	Technika	Sport	Umění	Cestování	Kultura	Zvířata	Jiné
Realizace VA	17%	40%	10%	13%	17%	0%	3%

Graf č. 2



Tabulka č. 2 podává skutečný obraz o výběru VA mezi jedinci s TP. Vycházíme z aktuální nabídky rozdělené do jednotlivých oborů. Největší zastoupení má oblast sportu, dále následuje oblast techniky a kultury. Menší zájem projevili dotazovaní TP jedinci o oblast cestování, umění a jiné oblasti - konkrétně internet. Bohužel ani jeden z dotazovaných si nevybral možnost trávení volného času za přítomnosti zvířat, což vypovídá o možnostech samotných TP jedinců vlastnit a pečovat o zvířata. Tento smutný fakt poukazuje na další reálnou separaci od konkrétní formy volnočasových aktivit, které zároveň mohou působit terapeuticky na TP jedince.

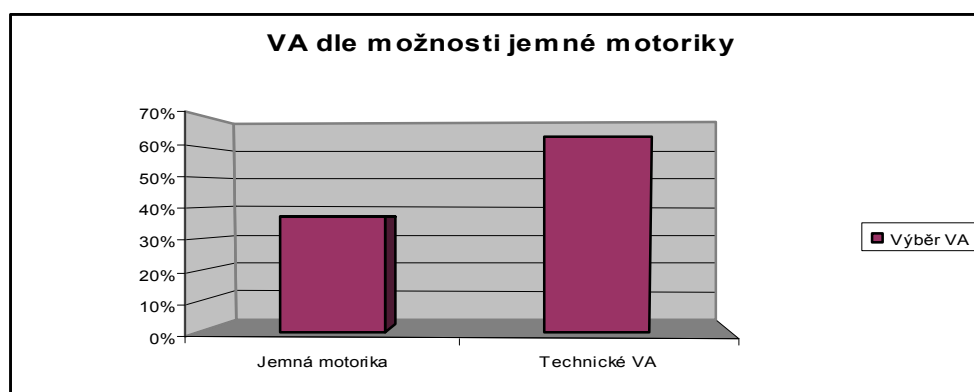
### 3.3.1 Volba volnočasových aktivit dle možností jemné motoriky

Z výzkumu je jasně patrné, že více než polovina dotazovaných volí při výběru volnočasových aktivit spíše technicky zaměřené obory oproti aktivitám soustředujícím se na jemnou motoriku. Tyto výsledky jsou velmi optimistické a vypovídají o pozitivní stimulaci TP jedinců a o jejich odvaze vybírat si obory, které jsou zároveň výzvou pro jejich aktuální zdravotní stav a možnosti jejich TP (tabulka a graf č. 3).

Tabulka č. 3

Zaměření	Výběr VA
Jemná motorika	37%
Technické VA	63%

Graf č. 3



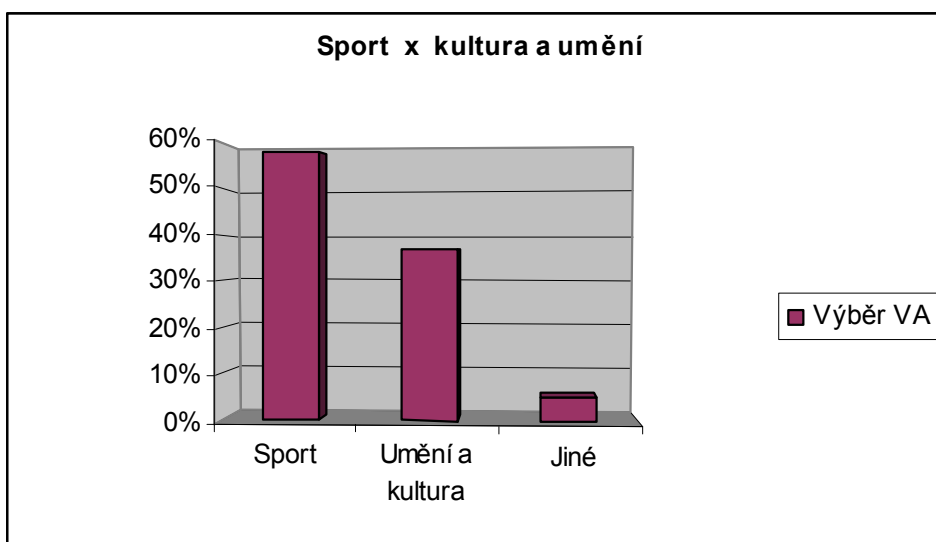
### 3.3.2 Volba sportovních VA oproti oblasti kultury a umění

Téměř 60 % dotázaných upřednostňuje sportovní aktivity před kulturními a uměním. Toto je velmi příznivé zjištění, většina TP jedinců musí pečlivě dbát na svůj zdravotní stav a pohybové aktivity jsou velkým přínosem pro fyzickou kondici, ale i pro psychický stav. Svou úlohu zde hraje samozřejmě velikost aktuální nabídky sportovních aktivit a jejich poptávku od samotných TP.

Tabulka č. 4

Druh VA	Výběr VA
Sport	58%
Umění a kultura	37%
Jiné	5%

Graf č. 4



Kvůli prostorovým dispozicím, vlastním možnostem TP jedinců nebo finanční náročnosti samotné aktivity je někdy nutnost volit jiné aktivity než ty preferované. Z výzkumu je patrné, že více než 80 % dotazovaných by raději nevykonávalo žádnou aktivitu než tu, kterou si mohou sami vybrat v oblasti sportu. Pozitivním faktem na tomto zjištění je skutečnost, že TP jedinci kladou velký důraz na pohybové aktivity, avšak mnohdy tím zanedbávají ostatní složky své osobnosti a její potřeby.

### 3.4 Analýza využívání volnočasových aktivit ve prospěch psychické kondice TP jedinců

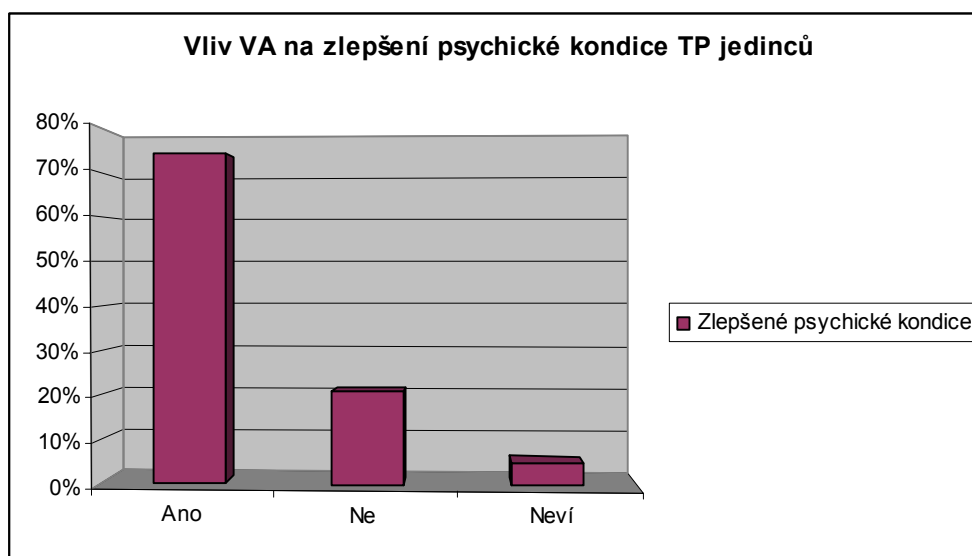
Vykonávání zájmových aktivit působí prokazatelně pozitivně na zlepšení celkového stavu jedinců s TP a uvolňuje přebytečné napětí vznikající jako důsledek TP. Slouží také jako příprava na budoucí povolání, poskytuje styk se širší společností a pomáhá TP jedince opět začlenit do společnosti. Každý má své oblíbené činnosti, které by rád vykonával i se získaným TP. V dotazníku bylo zjišťováno, zda je pro TP jedince důležité mít svobodnou volbu při výběru volnočasových aktivit. Překvapivě všichni neodpověděli kladně na otázku důležitosti svobodného výběru. Celých 10 % dotázaných uvedlo, že to pro ně důležité není, což ukazuje na skutečnost, že ne všichni TP jedinci jsou ochotni vykonávat volnočasové aktivity. Někteří se pouze podílí na povinných aktivitách v rámci vzdělávání nebo se účastní občasných akcí pro TP.

Převážná většina dotazovaných uvedla, že se jejich psychická kondice zlepšila v důsledku vykonávání volnočasových aktivit dle svých potřeb. Z toho je patrné, že si uvědomují vliv ostatních činností na svoji psychiku (tabulka a graf č. 5).

Tabulka č. 5

	Ano	Ne	Neví
Zlepšené psychické kondice	74%	21%	5%

Graf č. 5



Konkrétními oblastmi, ve kterých pocít'ují dotazovaní zlepšení, jsou:

- fyzická a psychická kondice
- odreagování se
- kolektivní činnost
- pohyb

Dalším pozitivním zjištěním je, že pro celých 95 % dotázaných je zvolená volnočasová aktivita dle jejich výběru vhodným odpočinkem a relaxací. Toto je velmi důležité, protože volný čas lze trávit i nekvalitně a to například za pomoci návykových látek nebo nějaké subkultury. Pokud vybraná aktivita zcela vyhotovuje a naplňuje potřeby jedince, je zde nižší procento podlehnutí negativním aktivitám nebo vlivům TP.

Hlavní význam VA spočívá dle názoru dotázaných hlavně v:

- odreagování se
- odpočinku
- relaxaci
- radosti z vykonávané činnosti
- zlepšení celkové kondice

- integrace do společnosti

Konečně je ještě třeba zohlednit finanční hledisko při výběru a vykonávání aktivit. Respondenti se zde v počtu odpovědí téměř shodují, nadpoloviční část (58 %) zohledňuje finanční náročnost a přizpůsobuje tomu své aktivity. Zbytek (42 %) se řídí svými potřebami a přizpůsobují tomu svůj rozpočet, například za pomoci rodiny.

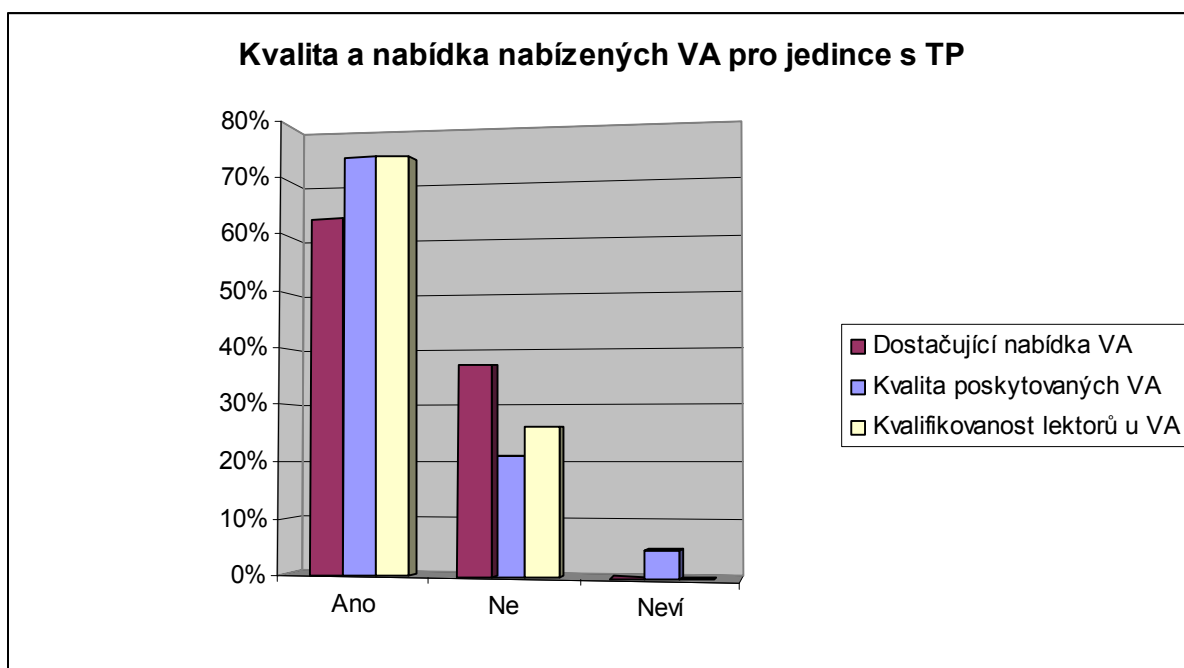
### 3.5 Analýza nabídky a poptávky volnočasových aktivit pro TP jedince

Pro poskytovatele volnočasových aktivit pro TP je velmi důležitá zpětná vazba od samotných uživatelů. Díky ní mohou reagovat na případné nedostatky a požadavky ze strany TP. Touto spoluprací se poskytované aktivity neustále zlepšují a vyvíjí. Spolu s ochotou poskytovatelů aktivit si dnes mohou téměř všichni TP jedinci vybrat z nepřeberné nabídky aktivit pro ně určených. Mohou se také sami zasloužit o pozitivní změny, nasměrování aktivit a dění ve společnosti.

Tabulka č. 6

	Ano	Ne	Neví
Dostačující nabídka VA	63%	37%	0%
Kvalita poskytovaných VA	74%	21%	5%
Kvalifikovanost lektorů u VA	74%	26%	0%

Graf č. 6



Z výše uvedených výsledků vyplývá, že aktuální nabídka volnočasových aktivit pro TP jedince je pro většinu dotazovaných téměř dostačující. 5 % si myslí, že se musí přizpůsobit „zdravé společnosti“ a 5 % chybí více aktivit v oblasti techniky (auta, dílny atp.). Toto zjištění by mohlo být pozitivní pro společnost, měl by to být znak, že vynakládá dostatečné úsilí na zlepšení v této oblasti. Avšak je nutné zohlednit, že výzkum probíhal na středních školách, většinou internátního typu, kde jsou na TP připraveni nebo jsou situováni do větších měst. Nelze tedy aplikovat výsledky výzkumu na venkovské části ČR.

Kvalitu poskytovaných služeb hodnotili dotázaní velkou měrou (74 %) pozitivně, někteří (21 %) pociťují nízkou kvalitu, což záleží na konkrétní situaci, aktivitách a samozřejmě je to zcela objektivní hodnocení každého jedince.

Kvalifikovanost lektorů při vykonávání aktivit považují respondenti za dostačující. Kladné ohodnocení je více než nadpoloviční, což je velmi pozitivní zjištění, protože tyto aktivity často vedou dobrovolníci z řad příbuzných a různých zařízení. Ti je vykonávají pouze z vlastní iniciativy, empatie, vlastní seberealizaci v profesi a často bez

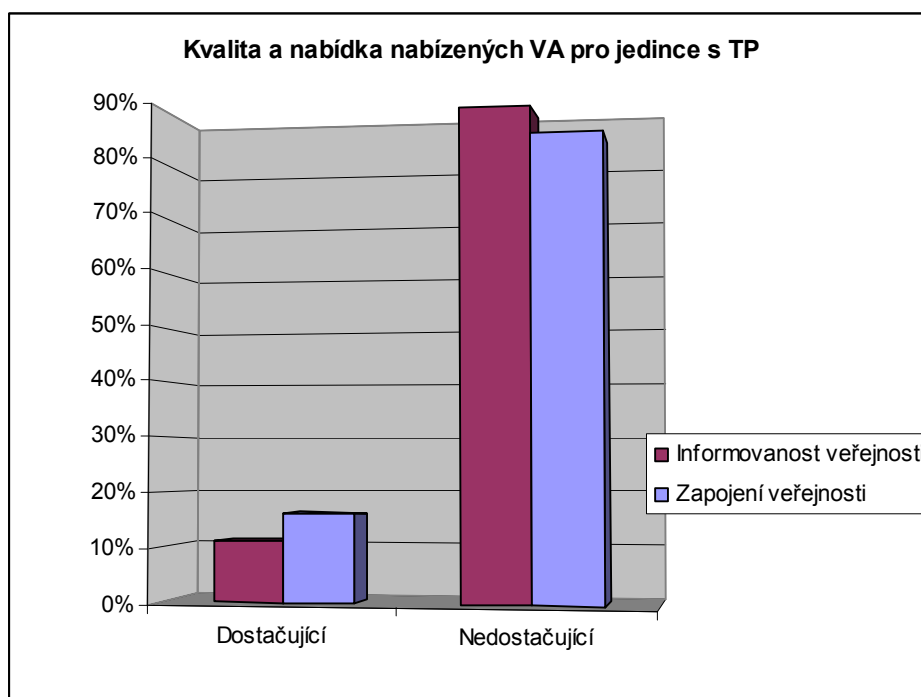
finančního ohodnocení, či uznání. Spolupráce s nimi je dalším stimulem pro TP a setkání s novými lidmi.

Dalším důležitým hlediskem pro TP jedince a trávení volného času je široká veřejnost a společnost. Z tabulky a grafu č. 7 vyplývá mínění TP jedinců o informovanosti a zapojení společnosti do aktivit kolem nich.

Tabulka č. 7

	Dostačující	Nedostačující
Informovanost veřejnosti	11%	89%
Zapojení veřejnosti	16%	84%

Graf č. 7





Z výsledků je patrné, že TP jedinci hodnotí společnost jako velmi neinformovanou a nezapojenou do celé problematiky kolem trávené volného času jedinců s TP. Není tedy udivující, že mnozí TP jedinci se společnosti straní a jsou až bázlíví při aktivitách na veřejnosti. Mají pocit, že je ostatní hodnotí a to nepřispívá k jejich vlastnímu sebepojetí. Zapojení se opět týká pouze rodiny, přátel a úzkého okolí.

### **3.6 Analýza možností volnočasových aktivit na malém městě s počtem od 10ti do 20ti tisíc obyvatel**

Pro TP jedince není důležitý pouhý fakt, že existují nějaké aktivity, které může vykonávat. Mnohem zásadnější je skutečnost, zda má možnost je realizovat ve svém bydlišti. Zda za nimi musí dojíždět, a jaký přístup k této problematice volí zastupitelé a starostové měst.

Pozornost byla zaměřena na průzkum malých měst s počtem obyvatel od 10ti do 20ti tisíc obyvatel. Jako vzorové město jsem zvolila Tachov v západních Čechách. Důvodem této volby je fakt, že jsem sama upoutána (po úrazu) na invalidní vozík a je to místo mého bydliště a mohu tedy velmi dobře zmapovat, jaké možnosti nabízí.

Město Tachov je malé příhraniční městečko s velmi bohatou historií. Jeho rozloha, spolu s přidruženými obcemi tvoří 41 km<sup>2</sup>. Díky své rozmanité historii tvoří nemalá část Tachova historické a památkářsky chráněné budovy a prostory. Pro turisty je jistě velmi zajímavé, udály se zde nejméně tři bitvy, ve kterých proti sobě stáli husité a jejich odpůrci. Avšak pro TP občana je zajímavější, zda se může po takovém městě svobodně pohybovat a případně si také užívat historie a kultury.

A zde se dostáváme k jádru problému. Město jako takové je v podstatě posazené do roviny, jehož středem je náměstí. Dále jsou tu ve třech směrech veliká sídliště, která lze navštívit po vystoupení do poměrně prudkého kopce. Takže pohyb na mechanickém vozíku je zde bez dopomoci druhé osoby více než nemožný. Stejně tak TP občan pohybující se o berlích nebo holi, bude mít značné obtíže při vycházce po městě a okolí. Dalším negativem města jsou neopravené chodníky. Ze 70% nejsou chodníky zpřístupněny nájezdy ani snížením obrubníku. Často se setkávám se situací, kdy musím

jet několik desítek metrů při okraji silnice, abych si našla místo, kde lze na chodník bezpečně najet.

Problematiku pohybu po městě rozebírám z důvodu svobodné a soběstačné možnosti TP jedince pohybovat se zcela sám a bez pomoci, protože to pokládám za velmi důležitý faktor při seberealizaci. Z psychického hlediska je důležité, aby se osoba necítila neustále závislá na druhé osobě, odpočinula si a jako každý jiný člověk, potřebuje chvíli jen prostor sama pro sebe.

V Tachově se nachází tři základní školy. Škola ZŠ Zářečná, ZŠ Školní a ZŠ Hornická. Pouze jedna z nich (ZŠ Hornická) je z velké části zpřístupněna pro TP. ZŠ Školní je umístěna do velmi staré budovy a je v podstatě nemožné provést zde větší úpravy. ZŠ Zářečná je typizovaná škola postavená v 80. letech. Její prostory jsou členité a schody tvoří více než 50%. Zatím se ještě město Tachov nemuselo potýkat se začleněním dítěte nebo školou povinného TP jedince, proto není tato problematika nijak rozpracována ani naplánována.

Město jako takové neposkytuje žádné volnočasové aktivity pro TP jedince ve smyslu nějaké organizace, která by se této oblasti věnovala. Jsou zde možnosti kroužků, lidové školy a mimoškolních aktivit v rámci základních škol. Několikrát za rok pořádá akce také Červený kříž, ale ty jsou většinou zdravotnického rázu a formou osvětové činnosti.

Již zmiňované mimoškolní aktivity při základních školách jsou asi první možností, která napadne rodiče a samotné TP jedince. Bohužel však je zde bariéra v podobě architektonického uspořádání budov, jak je popsáno výše. Počet TP obyvatel netvoří v Tachově ani jedno procento. Je tedy logické, že se město nebude snažit vyvíjet aktivity na bezbariérovost veřejných prostor a podobně. Je však smutné, že i tak zde žijí TP jedinci, kteří nemají prakticky jak trávit svůj volný čas. Tachov primárně směřuje svou pozornost na oblast sportu. Nachází se zde jedno z nejmodernějších sportovních zázemí v ČR, konají se důležité sportovní akce, soustředění, turnaje apod. Bohužel, z hlediska problematiky hendikepovaných občanů, je tato snaha malá a vyjde naprázdno. TP jedinci by jistě uvítali více bezbariérových prostor, nájezdů, plošin do budov, přizpůsobených cest atd.

Pro stručný příklad uvedu své možnosti ve městě Tachově. Jsem na 99% soběstačný vozíčkář, pohybuji se na mechanickém invalidním vozíku, a přesto svůj volný čas trávím většinou doma u počítače. Když se chci podívat na čerstvý vzduch, tak mohu jít na „procházku“, ale ne bez druhé osoby. Mohlo by se stát, že při najíždění na neupravený a vysoký chodník by mě mohlo srazit auto, nebo bych vjela do veliké díry na chodníku, které jsem se nemohla vyhnout, protože jsou všude. Dále zde mohu navštívit pět supermarketů a věnovat se nákupu potravin a podobně. Ale jen dva z těchto obchodů jsou uzpůsobené k samostatnému pohybu od parkoviště až k pokladně.

A konečně je zde sportovní stadion, na kterém bych mohla jezdit dokola a trénovat své svaly, ale dlouho by mě tato monotónní činnost zřejmě nebavila. Dále je k dispozici plavecký bazén a tenisové kurty. Bazén není bezbariérový a tenisové kurty jsou v soukromém vlastnictví a velmi špatně přístupné.

V Tachově existuje kulturní dům, kde se nachází kino, knihovna a další prostory určené pro výstavy apod. Do kina se lze dostat pomocí plošiny, která sveze TP jedince pomalu a bezpečně po schodech dolů. Do knihovny se lze dostat pomocí výtahu. Lze tedy říct, že literární a divácké činnosti jsou zde umožněny v plné míře s malou pomocí druhé osoby.

Dále možnost volnočasových aktivit v podobě výtvarného umění. Tyto služby nabízí Lidová škola umění. Bohužel je umístěna na původním tachovském zámku, který nyní slouží jako zázemí pro úřady a tachovského starostu, a není bezbariérový.

Samozřejmě je tu stále možnost začlenit se k aktivitám zdravých občanů. Mohu uvést příklad opět na své osobě – věnuji se profesionálně canisterapii a je tedy v mém prospěchu se dále vzdělávat v této oblasti. Je tady nasnadě kynologie, které se v Tachově věnují dva kluby a jejich zázemí je z větší míry přístupné a ochota zúčastněných, vyjít mi vstříc, je veliká.

Ve výzkumné části mé práce jsem konzultovala možnosti volnočasových aktivit pro jedince se získaným tělesným postižením v období dospívání s ředitelem odboru školství v Tachově, panem Kožnarem. Shodli jsme se na nemilém faktu, že tu takové možnosti prakticky neexistují. Není zde žádná organizace ani sdružení, které by se tím

zabývalo a jediná alternativa je tedy v mimoškolních aktivitách. Tuto domněnku mi potvrdili i ředitelé ostatních základních škol v Tachově. Jak již bylo řečeno, budovy škol nejsou bezbariérové, ale po rozhovoru s ředitelem ZŠ Zářečné, Mgr. Zdeňkem Hnátem, je jasné, že pokud by se TP jedinec obrátil na základní školy v Tachově se žádostí o docházení na některý z kroužků, který pořádají, neodmítli by ho. Naopak by se vynasnažil najít uspokojivé řešení pro obě strany a umožnit tak vyžití v rámci jejich mimoškolních aktivit. Realizace by spočívala v čerpání dotací na bezbariérové uzpůsobení prostor a nejspíše by se jednalo o již zmiňovanou ZŠ Hornickou, která je k těmto účelům nejvhodnější.

Poslední možnou volbou pro trávení volného času v Tachově je Svaz tělesně postižených, který je úzce spjatý s Českým červeným křížem. Jejich činnost spočívá v plánování a uskutečňování divadelních návštěv, například v plzeňských divadlech. Dále se věnují již zmiňované osvětové činnosti a jednou ročně pořádají sportovní den pro TP občany. Bohužel členy svazu tvoří převážně senioři. Při mém výzkumu vyšlo najevo, že zde není ani jeden člen validní pro tuto práci.

Samozřejmě aktivit pro trávení volného času je více než jen sport a kultura. Pokud se TP občan rozhodne a zvolí si takovou činnost, která ho zajímá a láká, a je natolik schopný, aby ji vykonával sám, v podstatě nemá žádných hranic. Pokud si zajistí například dopravu, finanční zabezpečení, doprovod a další, není ničím omezován. Ale takových jedinců není většina. I těžce postižený TP občan má právo a hlavně potřeby k seberealizaci a ventilaci. Touto cestou většinou vznikají různá občanská sdružení. Nicméně jsou opět závislá na počtu TP jedinců v dané lokalitě a jsme opět u faktu, že Tachov je malé město s malým výskytem TP jedinců.

Z průzkumu v dotazníku je patrné, že:

25 % z dotazovaných bydlí ve městě s počtem obyvatel od 10ti do 20ti tisíc. Pouze 5% z nich se domnívá, že v jejich městě jsou k dispozici volnočasové aktivity pro TP jedince, ale většinou organizované z dobrovolnické činnosti občanů města a příbuzných TP jedinců.

### 3.7 Závěr praktické části

Z výsledků dotazníkového šetření jednoznačně vyplývá, že situace není ani zdaleka ideální. Samotní TP jedinci vnímají problematiku volnočasových aktivit za přijatelnou, což opět poukazuje na jejich obrovskou schopnost přizpůsobit se podmínkám a naplno žít i s hendikepem. Společnost se pomalu přizpůsobuje, prokazuje vyšší míru tolerance a ochoty podílet se a být nápomocnou v situacích, kdy je to zapotřebí. S tím souvisí i legislativní stránka, vznikem příspěvku na péči dostali TP jedinci příležitost podílet se na chodu společnosti. Už jen tím, že si mohou opatřit kompenzační pomůcky, a tím být více na veřejnosti, nebo si díky němu opatří doprovod a získají vhodné zaměstnání či se zapíší na nějaké volnočasové aktivity. Dle mého průzkumu pokrývá nabídka volnočasových aktivit poptávku v omezené míře. TP jedinci si přejí vyvíjet aktivity podle svého zaměření, ale ne vždy je dokáží najít. Společnost jako celek se snaží poskytovat především péči v oblasti zdravotní péče. O volnočasové aktivity se většinou starají samotní TP jedinci nebo zájmové kluby a organizace.

Fakt, že má TP jedinec nějaké znevýhodnění jej nečiní méněcenným členem společnosti. Takový člověk může dokázat ve svém životě stejně veliké činy jako „zdravý“ jedinec. Zářným důkazem lidské jedinečnosti v „postiženém těle“ je Stephen Hawking. Jeho jméno je známé především díky jeho genialitě a jeho vážné choroby ALS (Vážná amyotrofická laterální skleróza je druhem postižení motorických neuronů).<sup>51</sup> Hawking je jedním z nejznámějších vědců a jeho přínos vědě se dá měřit v celosvětovém měřítku. Z jeho práce si berou příklad zdraví stejně jako nemocní. Nicméně i tento pozoruhodný člověk je svým způsobem „výsledkem“ v první řadě vlastní píce, ale také pomůcek, které jsou pro něj nyní nutností. Dále ochoty lidí, kteří mu pomáhají v jeho snaze, aktivitách, a v konečné řadě také společnosti, která mu umožnila dojít tak daleko.

Bohužel naše společnost jako celek ještě neušla tak veliký kus cesty, stále má v mnoha směrech omezené možnosti. Ale je na samotných TP jedincích, jak se k těmto bariérám postaví a jaký budou vyvíjet tlak na jejich odstranění.

---

<sup>51</sup> VOKURKA, M., HUGO, J., DOLEŽAL, T. *Praktický slovník medicíny*. Praha: Maxdorf, 2004.

## Závěr

Bakalářská práce se zabývá problematikou volnočasových aktivit jedinců se získaným tělesným postižením v období dospívání a zaměřuje se na různé aspekty volnočasových aktivit pro jedince s tělesným postižením.

Cílem práce bylo na základě dotazníkového šetření a rozhovorů analyzovat možnosti, nabídku, kvalitu, dostupnost a spokojenost jedinců s volnočasovými aktivitami. Pro srovnání jsem si vybrala jedince pohybující se ve speciálních školských zařízeních a jedince integrované do běžných školských zařízení.

V úvodu bakalářské práce jsem vymezila pojem tělesného postižení a jeho vzniku. Dále jsem se zaměřila na psychické a sociální aspekty, které ovlivňují samotného jedince. V první kapitole jsem věnovala běžným a specifickým volnočasovým aktivitám a způsobu jejich aplikace pro jedince s tělesným postižením. V druhé kapitole jsem se zaměřila na realizaci těchto aktivit a možné komplikace z různých hledisek.

V praktické části jsem se snažila analyzovat výsledky dotazníkového šetření u jedinců pobývajících ve speciálních zařízeních a integrovaných jedinců v běžných zařízeních pomocí rozhovorů.

Cílem práce bylo potvrdit nebo vyvrátit tři hypotézy:

1. Předpokládám, že jsou volnočasové aktivity v běžných školských zařízeních dostačující oproti speciálním zařízením pro TP jedince?

Tuto hypotézu jsem na základě výsledků šetření vyvrátila. Respondenti stále pokládají za výraznější a kvalitnější poskytování volnočasových aktivit ve speciálních školských zařízeních oproti běžným školským zařízením.

2. Předpokládám, že je nabídka volnočasových aktivit pro jedince s tělesným postižením dostačující.

Tuto hypotézu se mi dle výsledků podařilo potvrdit. Více než většina respondentů považuje nabídku a kvalitu volnočasových aktivit za dostačující.

3. Předpokládám, že jsou volnočasové aktivity na malém městě s počtem od 10ti do 20ti tisíc obyvatel možné.

Tuto hypotézu se mi podařilo vyvrátit na základě šetření ve vzorovém městě Tachov. Městské orgány zatím nijak nepraktikovaly a ani do budoucna neplánují začlenit do svých záměrů volnočasové aktivity pro tělesně postižené. A to z důvodu malého zastoupení v celkové populaci města.

V současné době existuje největší podpora volnočasových aktivit zejména ve velkých městech. A to hlavně z důvodů většího zastoupení tělesně postižených jedinců v celkové populaci města, větší možnosti čerpání z městského rozpočtu na organizaci a realizaci těchto aktivit a konečně díky zájmu a větší zainteresovanosti občanů těchto velkých měst. Zde je prostor pro vznik různých občanských sdružení apod.

Díky aktivitě samotných tělesně postižených jedinců vznikají stále nová sdružení, uskupení, kroužky a organizace vyvíjející snahu na celkovou osvětu a informovanost veřejnosti. I když s postižením, jsou tou největší hybnou silou, která může dokázat prolomit stále netající ledy mezi zdravými a postiženými.

## **Anotace**

### **Problematika volnočasových aktivit u jedinců se získaným tělesným postižením v období dospívání**

Bakalářská práce je zaměřena na oblast trávení volného času jedinců se získaným tělesným postižením v období dospívání.

V teoretické části vymezím pojmy, jakými jsou tělesné postižení a okruh lidí s tělesným postižením, fyziologii tělesného postižení a psychický a fyzický aspekt tělesného postižení. Dále pak konkrétní volnočasové aktivity, kterými se může tělesně postižený jedinec zabývat a jejich specifika a odlišnosti od standardních volnočasových aktivit. A konečně se zaměřím na možné komplikace při realizaci volnočasových aktivit z různých hledisek.

V praktické části provedu analýzu dotazníkového šetření a rozhovorů zaměřených na subjektivní vnímání samotných tělesně postižených jedinců v oblasti nabídky, okruhu a kvality volnočasových aktivit. Pro srovnání jsem si vybrala speciální střední školu v Janských Lázních a integrované tělesně postižené jedince v běžných školách.



## **Annotation**

### **Problematic of free-time activities of people with acquired physical disability in adolescence**

Bachelor thesis is focused on area of free-time activities of people with axquired physical disability in adolescence.

I define terms in theoretical part such as physical disability and range of people with physical disability, fyziology of physical disability and psychical and physical aspect of physical disability. Further specific freetime activities, which could physicaly disabled man do and their specific and differencies from standard free-time activities. And finally I focus on possible compliacations in realizations free-time activities from different aspects.

In practical part I will conduct analysis of inquiry investigation and interviews focused on subjective perception of physical disabled individuals themselves in area of offers, quantity and quality of free-time activities. For comparsion I've chosen special High school in Janske Lazne and integrated physical disabled individuals in common schools.

## Seznam použité literatury

1. HENRIKSEN, J-O., VETLESEN, A. J. *Blízké a vzdálené: etické teorie a principy práce s lidmi*. Brno: Sdružení Podané ruce, 2000. 215 s. ISBN 80-85834-85-5.
2. JŮVA, V. *Základy pedagogiky pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido, 2001 ISBN 80-85931-95-8.
3. KÁBELE, J., DRÁB, P. *Sport vozíčkářů*. Praha: Olympia, 1992. ISBN 80-7033-233-6 .
4. KOLEKTIV AUTORŮ *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona, 2007. ISBN 978-80-7322-109-6.
5. KRACÍK, J. *Patopsychologie postiženého dítěte*. Praha: SPN, 1984, ISBN (Brož.).
6. KRACÍK, J. *Kapitoly ze somatopedie*. Praha: SPN, 1987, ISBN (Brož.).
7. KREJČÍŘOVÁ, O. a kol. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 1. vyd. Praha: Eteria, 2002. ISBN 80-238-8729-7.
8. MATĚJČEK, Z. *Psychologie nemocných a zdravotně postižených dětí*. Jinočany: H & H, 2001. ISBN 80-86022-92-7.
9. OPATŘILOVÁ, D., ZÁMEČNÍKOVÁ, D. *Předprofesní a profesní příprava zdravotně postižených*. Brno: Masarykova univerzita, 2005. ISBN 80-210-3718-0.
10. VÁGNEROVÁ, M., VALENTOVÁ, L. *Psychický vývoj dítěte a jeho variabilita*. Praha: Univerzita Karlova, 1992. ISBN 382-109-92.
11. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-214-9.
12. VÁGNEROVÁ, M., MOUSSOVÁ, Z, ŠTECH, S.. *Psychologie handicapu*. Praha: Karolinum, 2000. ISBN 80-7184-929-4.
13. VÍTKOVÁ, M. a kol. *Integrativní speciální pedagogika*. Brno: Paido, 2003. ISBN 80-7315-071-9.
14. VOKURKA, M., HUGO, J., DOLEŽAL, T.: *Praktický slovník medicíny*. Praha: Maxdorf, 2004. ISBN 80-7345-009-7.

15. PIPEKOVÁ, J. et al. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 3. přeprav a rozš. vydání. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-198-0.
16. KOCUROVÁ, M. a kol.: *Speciální pedagogika pro pomáhající profese*. Plzeň: Západočeská univerzita, 2002. 209 s. ISBN 80-7082-844-7.
17. SLOWÍK, J.: *Speciální pedagogika*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1733-3.
18. HYESOVÁ, N. *Základy sociální psychologie*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-639-1.

### Seznam internetových zdrojů

- Česká federace florbalu vozíčkářů. [online]. [24. 3. 2010]. Dostupné z WWW: < <http://www.fbh.cz/cz/>>.
- Lions Club Teplice. Halová lukostřelba. [online]. [26. 3. 2010]. Dostupné z WWW: < <http://album.lionsclub.cz/2005-02-12-lukostrelba/>>.
- Český paralympijský výbor. Historie paralympiády. [online]. [26. 3. 2010]. Dostupné z WWW: <http://www.paralympic.cz/cs/paralympicgameshistory/Default.aspx/>.
- Český paralympijský výbor. Historie paralympiády. [online]. [26. 3. 2010]. Dostupné z WWW: < <http://www.paralympic.cz/historie/>>.
- Český paralympijský výbor. Historie a současnost. [online]. [cit.27. 3. 2010]. Dostupné z WWW: < <http://www.paralympic.cz/cs/history/Default.aspx/>>.
- Národní abilympiáda. [online]. [26. 5. 2012]. Dostupné z WWW: < <http://www.abilympics.cz/?action=rubrika&id=97>>.
- Amatérské literární umění [online]. [26. 5. 2012]. Dostupné z WWW: < <http://www.pismak.cz/>>.
- Amatérské literární umění [online]. [26. 5. 2012]. Dostupné z WWW: < <http://www.literra.cz/>>.
- Amatérské literární umění [online]. [26. 5. 2012]. Dostupné z WWW: <http://www.totem.cz/>
- Česká abilympijská asociace, o. s. Poradenské a konzultační středisko bezbariérovosti. [online]. [cit.27. 3. 2010]. Dostupné z WWW: < <http://www.abilympics.cz/?action=rubrika&id=117/>>.

Sbírka zákonů České republiky. [online]. [cit. 27. 3. 2010]. Dostupné z WWW: <  
<http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/sbirka/2006/sb037-06.pdf>>.

### **Seznam příloh**

Příloha A (str. 61)

### **Seznam tabulek**

Tabulka č. 1 (str. 39)

Tabulka č. 2 (str. 41)

Tabulka č. 3 (str. 42)

Tabulka č. 4 (str. 43)

Tabulka č. 5 (str. 44)

Tabulka č. 6 (str. 46)

Tabulka č. 7 (str. 48)

### **Seznam grafů**

Graf č. 1 (str. 40)

Graf č. 2 (str. 41)

Graf č. 3 (str. 42)

Graf č. 4 (str. 43)

Graf č. 5 (str. 45)

Graf č. 6 (str. 47)

Graf č. 7 (str. 48)

## Přílohy

### PŘÍLOHA A: Dotazník

Dotazník		
1. Pohlaví	Muž	Žena
2. Věk	_____	
3. Postižení, druh a stupeň	_____	
Doba získání TP	_____	
4. V případě, že jste získal/a tělesné postižení již na ZŠ, jakou ZŠ jste po období nutné rekonvalescence navštěvoval/a ?		
<i>Základní školu běžného typu</i>	<i>Speciální základní školu</i>	
5. Využíval/a jste volnočasové aktivity nabízené ZŠ?	Ano	Ne
6. Navštěvoval/a jste jiná zařízení nabízející volnočasové aktivity?	Ano	Ne
Případně jaká?	_____	
7. Domníváte se, že jsou na běžné SŠ možnosti VA pro integrované jedince TP ?	Ano	Ne
8. Domníváte se, že je nabídka VA na SŠ dostatečná?	Ano	Ne
9. V případě, že navštěvujete běžnou SŠ – pocítíte nedostatek VA pro jedince TP?	Ano	Ne
10. V čem podle Vás spočívá hlavní problém při poskytování VA pro jedince s TP na běžné SŠ oproti speciální SŠ?		

---

11. V jakém oboru realizujete své volnočasové aktivity?

Technika      Sport      Umění      Cestování      Kultura      Zvířata

Jiné \_\_\_\_\_

12. Volil/a jste raději VA zaměřené na jemnou motoriku, vzhledem k vašemu TP nežli technicky zaměřenou VA ?

Ano      Ne

13. Volil/a jste raději VA zaměřené na umění z důvodu nedostatku sportovních VA?

Ano      Ne

14. Upřednostňujete raději kulturní VA nežli sportovní VA ?

Ano      Ne

15. Je pro Vás důležité mít možnost využití VA dle Vašeho výběru?

Ano      Ne

16. Domníváte se, že VA zlepšují Vaši psychickou kondici?

Ano      Ne

V čem:

---

17. Je pro Vás zvolená VA vhodným odpočinkem či relaxací?

Ano      Ne

18. V čem, podle Vás, spočívá hlavní význam VA pro jedince TP ?

---

