



Jitka Vařeková, Klára Dad'ová,  
Pavlína Nováková a kolektiv

---

# **Žák se speciálními vzdělávacími potřebami v tělesné výchově**

Jitka Vařeková, Klára Daďová, Pavlína Nováková a kolektiv

Žák se speciálními vzdělávacími potřebami v tělesné výchově

---

Recenzenti: doc. PhDr. Boris Titzl, Ph.D.

PhDr. Kamil Kotlík, Ph.D.

Vydala Univerzita Karlova

Nakladatelství Karolinum

Ovocný trh 560/5, 116 36 Praha 1

[www.karolinum.cz](http://www.karolinum.cz)

Praha 2022

Redakce Vendula Kadlečková

Grafická úprava Jan Šerých

Sazba DTP Nakladatelství Karolinum

Vydání první

© Univerzita Karlova, 2022

© Jitka Vařeková, Klára Daďová, Pavlína Nováková et al., 2022

Cover photo © Klára Daďová, 2022

ISBN 978-80-246-5181-1

ISBN 978-80-246-5281-8 (pdf)



Univerzita Karlova  
Nakladatelství Karolinum

[www.karolinum.cz](http://www.karolinum.cz)  
[ebooks@karolinum.cz](mailto:ebooks@karolinum.cz)



# Obsah

Předmluva	7
<b>1. Úvod</b>	
<i>(Klára Daďová a Jitka Vařeková)</i>	9
<b>2. Podmínky pro realizaci inkluzivní TV</b>	12
2.1 Předpoklady pro zařazení žáka se SVP do TV <i>(Jitka Vařeková, Klára Daďová a Roman Kepič)</i>	12
2.2 Role asistenta pedagoga v tělesné výchově <i>(Klára Daďová, Markéta Jiskrová a Marie Cahlíková)</i>	16
2.3 Uvolnění z tělesné výchovy – proč a jak mu předcházet <i>(Ondřej Ješina a Maxim Tomoszek)</i>	19
2.4 Co jsou to aplikované pohybové aktivity? <i>(Jitka Vařeková, Ondřej Ješina a Klára Daďová)</i>	32
2.5 Zdravotní tělesná výchova <i>(Jitka Vařeková, Pavlína Nováková a Pavel Krejčík)</i>	37
2.6 Zdravotní rizika v tělesné výchově žáků se SVP <i>(Klára Daďová)</i>	52
<b>3. Vybraná zdravotní znevýhodnění a postižení</b>	59
3.1 Amputace, dysmelie a jiné vrozené vady končetin <i>(Jitka Vařeková, David Půlpán a Klára Daďová)</i>	59
3.2 ADHD – porucha pozornosti s hyperaktivitou <i>(Jitka Vařeková a Martina Krejčí)</i>	64
3.3 Astma <i>(Klára Daďová a Simona Majorová)</i>	71
3.4 Cystická fibróza <i>(Andrea Mahrová)</i>	76
3.5 Diabetes mellitus 1. typu <i>(Klára Daďová, Jitka Vařeková a Tomáš Vařeka)</i>	83

3.6	<b>Downův syndrom</b> (Marie Ležiková a Klára Daďová)	91
3.7	<b>Epilepsie</b> (Klára Daďová a Simona Majorová)	95
3.8	<b>Hypermobilita</b> (Natalie Cibulková, Jitka Vařeková a Pavel Krejčík)	102
3.9	<b>Mozková obrna</b> (Jitka Vařeková a Vít Šašek)	109
3.10	<b>Obezita</b> (Klára Daďová, Jitka Vařeková a Václav Svoboda)	116
3.11	<b>Onemocnění ledvin</b> (Andrea Mahrová)	121
3.12	<b>Onkologická onemocnění</b> (Jana Jagerová a Klára Daďová)	128
3.13	<b>Poranění míchy</b> (Anna Svobodová, Milan Šlauf a Jitka Vařeková)	134
3.14	<b>Poruchy autistického spektra</b> (Jaroslav Klap a Jitka Vařeková)	142
3.15	<b>Poruchy příjmu potravy</b> (Michaela Ulrichová a Jiří Radvanský)	149
3.16	<b>Sluchové postižení</b> (Petr Kopřiva a Jitka Vařeková)	158
3.17	<b>Srdeční vady</b> (Anežka Gombošová)	172
3.18	<b>Zrakové postižení</b> (Eva Prokešová)	180
	<b>Příloha – Posouzení zdravotní způsobilosti registrujícím lékařem</b>	188
	<b>Seznam zkratk</b>	191
	<b>Seznam tabulek a obrázků</b>	193
	<b>Autoři</b>	195

# Předmluva

*Kdo chce, hledá způsob.  
Kdo nechce, hledá důvod.*

Jan Werich

Vážení čtenáři,

předkládaná kniha se zabývá aktuálními otázkami spojenými s inkluzí do tělesné výchovy. Obsahuje práce celého spektra autorů – předních odborníků, mladých výzkumníků i jedinců s osobní zkušeností s postižením, lidí ze škol i z praxe. Tito autoři zpracovali své náměty, úvahy a teoretické i praktické statě na různá dílčí témata. Již dříve byly některé kapitoly uveřejněné ve formě článků na stránkách časopisu *Tělesná výchova a sport mládeže* a v metodickém materiálu *Nebojte se žáka se SVP v tělesné výchově*. V předkládané publikaci byly tyto texty znovu zrevidovány, uspořádány a rozšířeny. Přesto si publikace neklade za cíl nabízet vyčerpávající zpracování tématu žák se speciálními vzdělávacími potřebami (SVP) v tělesné výchově (TV).

Proč ne? Protože právě již samotný pojem SVP vyjadřuje, že potřeby žáka jsou pokaždé jiné. Možná v něčem podobné v rámci určitého syndromu či diagnózy, avšak přesto vždy jedinečné, utvářené součinností nekonečného množství faktorů. A stejně tak pokaždé jiný a situaci přizpůsobený musí být i přístup pedagoga. Pozitivní, kreativní, flexibilní, respektující, založený na znalostech i zkušenostech a ochotě stále se učit a spolupracovat.

Publikace má dvě části. V té první je pozornost zaměřena na teoretické základy, legislativu, principy a obecné otázky kolem začlenění žáka se

SVP do tělesné výchovy. Přibližuje obor Aplikované pohybové aktivity (APA), který vnímáme jako multidisciplinární kinantropologickou disciplínu zaměřenou na tělesnou výchovu a sport osob se speciálními potřebami, a to ve vědecké i praktické rovině. Jsou definovány hlavní zásady APA, jako např. principy modifikací a etické desatero pracovníků v této oblasti. Je otevřeno i téma podpůrných opatření, jejichž nedostatečné využívání spolu s dalšími faktory vede často k uvolňování žáků z TV. Samostatná kapitola je věnovaná také práci asistenta pedagoga.

Druhá část nabízí kapitoly na témata vybraných diagnóz, které u žáků vedou ke vzniku SVP v kontextu tělesné výchovy. Nejedná se o snahu postihnout všechny myslitelné nemoci, poruchy či postižení, se kterými se můžeme setkat. Záměrně jsou uvedeny jen jejich různé typy, které mají sloužit jako modelové příklady. Jsou zmíněny poruchy interní, neurologické, pohybové i neuropsychické. Od mírných po závažné, vrozené i získané. Je to záměrný výběr, na kterém chceme ukázat aplikaci principů zmíněných v první části publikace. Oproti jiným textům není důraz kladen na patofyziologický obraz nemoci, ale na praktická doporučení pro tělovýchovnou praxi, která jsme navíc v závěru každé kapitoly shrnuli do určitého desatera. I když se některé principy mohou u jednotlivých diagnóz lišit, ten nejdůležitější z nich platí vždy, a to, že „kde je vůle, tam je cesta“.

Přejeme příjemné čtení.

*Jitka Vařeková,  
Klára Daďová,  
Pavlína Nováková  
a kolektiv autorů*



# 1. Úvod

Klára Dařová a Jitka Vařeková

Tělesná výchova je důležitou součástí všeobecného vzdělání a měla by být přístupná všem žákům. Jejím úkolem je naučit děti pohybovým dovednostem, rozvíjet jejich fyzické i psychické schopnosti, vychovávat k péči o tělo a zdraví takovým způsobem, aby z toho mohly těžit po celý život. Zejména s ohledem na vysoký výskyt tzv. civilizačních onemocnění, která jsou spojena s nízkou úrovní pohybové aktivity, je třeba dětem poskytnout možnost vytvořit si pozitivní vztah k pohybu. V neposlední řadě je školní tělesná výchova prostředkem k uvolnění neuropsychické zátěže spojené se stále většími nároky v ostatních, všeobecně-vzdělávacích předmětech. Zároveň mohou aktivity herního typu stmelovat třídní kolektiv, a být tak prevencí šikany a dalších sociálně-patologických jevů. Situace vzniklá v souvislosti s pandemií koronaviru v letech 2020 a 2021 ukázala, že restrikce pohybové aktivity (omezení tělesné výchovy ve školách i mimoškolních pohybových aktivit) má dalekosáhlý negativní vliv na životní styl dětí a dlouhodobou přestávku v pravidelných pohybových aktivitách bude nesmírně obtížné, až nemožné kompenzovat.

Někteří žáci mají určité zdravotní limity (v kontextu školství uvažujeme o tzv. speciálních vzdělávacích potřebách – SVP) a na jejich základě bývají uvolňováni z tělesné výchovy (TV). Přitom je však často možné, aby i přes tyto limity byli žáci vzděláváni a účastnili se TV smysluplným způsobem. Uvolňování z tohoto předmětu je někdy praktikováno kvůli nízké vnitřní motivaci k pohybovým aktivitám na straně žáka, umocněné ochranným přístupem rodičů. V případech těžšího zdravotního postižení pak může být důvodem obava učitele ať už ve smyslu možného poškození zdraví žáka (úraz, zhoršení stavu), nebo s ohledem na vlastní zkušenosti a kompetence (Co budu s žákem dělat? Jak výuku uchopit?

Zvládneme se třídou účast žáka se SVP organizačně? Neochudím ostatní žáky o kvalitní výuku a sportovní zážitky?) či bariérový vstup na sportoviště.

Prevenčí nadbytečného uvolňování je systémová podpora práce s žáky se SVP v tělesné výchově. Tělesnou výchovu, jejíž obsah a forma jsou uzpůsobeny možnému začlenění jednoho či více žáků se SVP, nazýváme **aplikovanou tělesnou výchovou (ATV)**. Ta může mít v praxi celou řadu forem. Může se jednat o individuální modifikace (úlevy, úpravy) pro žáka v rámci společné TV nebo i v rámci volnočasových aktivit. Zde hovoříme o **inkluzivní TV** či společném vzdělávání. Může se však jednat o předměty speciálně zřízené pro žáky se SVP, a to **zdravotní TV (ZTV)**, kterou je možné na základních školách zajišťovat jako předmět speciálněpedagogické péče, či **rehabilitační TV (RTV)** na základních školách speciálních pro žáky s těžšími formami postižení (viz tab. 1).

**Tab. 1:** Formy ATV, kdy podmínky a obsah TV jsou modifikovány pro žáky se SVP

Formy ATV		Popis
Inkluzivní	ITV	společné vzdělávání všech žáků, včetně žáků se SVP (dříve integrovaná TV)
TV na vybraných ZŠ		TV ve třídách a školách pro žáky se SVP, kdy celý vzdělávací obsah je uzpůsoben potřebám a limitům určité skupiny žáků (např. se zrakovým či sluchovým postižením)
Zdravotní	ZTV	specifická forma TV zaměřená na podporu zdraví v kontextu biologickém, psychologickém i sociálním, lze využít jako předmět speciálněpedagogické podpory či volitelný předmět, popř. zájmový kroužek
Rehabilitační	RTV	realizovaná ve speciálním školství
Léčebná	LTV	realizovaná fyzioterapeuty/ergoterapeuty ve zdravotnictví na základě preskripce lékařem

Všechny tyto formy mají jedno společné. Jejich cílem je umožnit každému žákovi přístup k tělesné výchově tak, aby mohly být naplněny jeho vzdělávací potřeby. Tělesná výchova plní významnou roli vzdělávací, zdravotní i sociální. K tomu, aby bylo možné těchto benefitů využít, je třeba aktivní přístup mnoha stran. Na straně jedné je to škola (ředitel, školní psycholog, třídní učitel, učitel tělesné výchovy, popř. asistent

pedagoga), na straně druhé pak rodina a dále na straně třetí poradenské zařízení (pedagogicko-psychologická poradna /PPP/, speciálněpedagogické centrum /SPC/, případně centrum aplikovaných pohybových aktivit /APA/, které poskytne metodickou podporu) a konečně na straně čtvrté lékař (pediatr, tělovýchovný lékař, popř. odborný lékař dle zdravotního omezení žáka), který specifikuje možné kontraindikace v pohybových aktivitách. Při spolupráci a aktivním přístupu všech stran je možné nastavit smysluplnou účast žáka ve školní TV. Jistě to nebude jednoduché, ale stojí to za to.

## 2. Podmínky pro realizaci inkluzivní TV

### 2.1 Předpoklady pro zařazení žáka se SVP do TV

*Jitka Vařeková, Klára Daňová a Roman Kepič*

Prvotní a hlavní zásadou vždy musí být „*primum non nocere*“ aneb především neškodit. Začlenění žáka se speciálními vzdělávacími potřebami (SVP) do pohybových aktivit může mít různé varianty, ale především nesmí poškodit zdraví a potřeby jak samotného žáka, tak i jeho spolužáků.

V zásadě lze jednotlivé činnosti dělit podle možnosti začlenění žáka se SVP takto:

1. **žák se může výuce plně a bez omezení věnovat** (např. dechová cvičení, relaxační cvičení, cvičení intaktních /nepostížených/ částí těla, teoretické části výuky věnující se pravidlům her či principům olympismu aj.)
2. **žák se může aktivitám věnovat s určitými limity a adaptacemi**, tj. aktivita je realizovatelná při určité modifikaci (uzpůsobení pohybu, změna pravidel aj.)
3. **žák se dané aktivitě věnovat nemůže a v čase, kdy se jí třída věnuje, má jiný úkol či funkci** (zapisování výsledků, individuální cvičení, teoretická práce aj.)

Je evidentní, že mnohdy bude třeba výuku žákovi se SVP přizpůsobit neboli adaptovat. Pro vysvětlení a snazší zapamatování uvádíme např. akronym STEP od australské organizace The Inclusion Club. Tento akronym (zkratka) shrnuje v lehce zapamatovatelné formě základní pravidla pro adaptaci určité pohybové aktivity (sportu, cvičení) pro jedince

s určitým handicapem. Kromě STEPu existují další akronymy k této problematice (např. TREE, CHANGE IT).

STEP model (tab. 2) adaptace zdůrazňuje, že uzpůsobení pohybové aktivity jedinci se znevýhodněním můžeme dosáhnout tím, že změním **prostor (Space)**, na kterém se aktivita koná, tedy např. zmenšení hřiště, doplnění vodicích linií, snížení sítě, připevnění „ohrádky“ ke stolu na stolní tenis atd., **zadání úkolu (Task)**, tedy např. namísto běhu jízda na vozíku, namísto hodů na koš hodů do košíku na zemi, namísto kliků přitahování k žebřinám, umožnění dvou doteků míčku o stůl ve stolním tenisu aj., **vybavení (Equipment)**, což znamená náradí a náčiní, přičemž v úvahu přicházejí například pomalé „slow motion“ míče, míče s rolničkami, PET lahve namísto činek, uzpůsobené pátky, které jsou větší nebo připevněné k ruce apod., a **pravidla vztahující se k hráčům (People)**, zde jde například o princip využívaný v paralympijské klasifikaci u většiny týmových sportů, kdy jsou hráči obodováni podle funkčních schopností a týmy musí být souměřitelné co do součtu bodů.

**Tab. 2:** Příklad modelu STEP pro uzpůsobení pohybových aktivit žákům se SVP

Akronym	Způsob modifikace hry	
	AJ	ČJ
<b>S</b>	<i>Space – change the space in which the activity is taking place</i>	místo, prostor – úprava prostoru pro hru
<b>T</b>	<i>Task – change the nature of the activity</i>	úkol – změna charakteru činnosti
<b>E</b>	<i>Equipment – change the type, size or color</i>	vybavení – změna typu, velikosti nebo barvy
<b>P</b>	<i>People – change the people – the numbers and/or ways in which they are involved, and how they interact with each other</i>	lidé, hráči – změna počtu hráčů a/nebo způsobu hry a způsobu kontaktu mezi hráči

Akronym TREE je v zásadě obsahově obdobný. Nejedléší a nejpodrobnější je pak zkratka CHANGE IT. Kromě již zmíněných možností adaptovat pravidla, přístup, počty hráčů, vybavení a prostor doplňuje a zmiňuje ještě další aspekty, a to čas hry a intenzitu zatížení. Oboje můžeme u žáků se speciálními potřebami měnit (zkrátit hrací čas, či naopak prodloužit dobu na splnění úkolu, snížit intenzitu zátěže), a získáme

tak další možnost adaptace hry nebo činnosti. Například modifikace u jednoduché štafetové hry je možné dosáhnout tak, že žák s postižením dostane delší čas (vyrazí dříve, v družstvu je méně dětí), modifikuje se zátěž (namísto golfového míčku nese na lžici pingpongový), zkrátí se trať (oběhne pouze 3 kužely namísto 8), může běžet ve dvojici s někým (např. při zrakovém postižení), může zvolit jiný způsob pohybu – chůze místo běhu, jízda na vozíku.

Inkluzi žáka s postižením může napomoci také využití asistenta pedagoga (viz dále) nebo tzv. peer tutoring neboli vrstevnické podpory. Peer tutoring je alternativou k tradiční formě výuky a spočívá ve vzájemné spolupráci žáků se specifickými vzdělávacími potřebami a jejich vrstevníků, kteří se na základě instrukcí od vyučujícího stávají aktivní součástí výuky a přejímají roli „tutora“, tedy průvodce či učitele. Spolupráce ve dvojicích podporuje týmovou kohezi v rámci třídního kolektivu a formuje osobnosti žáků. Je však třeba podotknout, že ne vždy jsou modifikace nutné a také že třída (ostatní žáci) nesmí být jakýmkoli způsobem ochuzována či jinak znevýhodněna kvůli přítomnosti žáka se SVP.

Předpokladem bezpečného zapojení žáka se SVP, resp. k jeho účasti či neúčasti na jakémkoliv předmětu nebo mimoškolních vzdělávacích aktivitách školy (pobyty, výlety, exkurze, praxe), je vyjádření lékaře, které se realizuje na základě žádosti zákonného zástupce. Posouzení zdravotního stavu by mělo poskytnout škole dostatek informací o možnostech pohybové aktivity žáka, o případných rizicích a reálných kontrindikacích (viz dále).

Škola pak stanovuje takový způsob vzdělávání, který odpovídá možností žáka včetně možnosti využití podpůrných opatření (např. tvorby individuálního vzdělávacího plánu /IVP/ či plánu pedagogické podpory /PLPP/). Pokud nemá škola dostatek informací a učitel se necítí dostatečně kompetentní pro případnou úpravu výuky, může požádat o metodickou podporu některé z center aplikovaných pohybových aktivit.

### **Možnost podpory z center APA**

- vypracování IVP do tělesné výchovy nebo podkladů pro jeho vytvoření,
- vypracování PLPP nebo podkladů pro jeho vytvoření,
- zapůjčení sportovních a sportovně-kompenzačních pomůcek,
- přímá poradenská podpora při realizaci vyučovací jednotky TV,
- podpora při realizaci lyžařských kurzů, výletů, škol v přírodě,
- diagnostika a evaluace vybraných pohybových schopností, a dovedností,

- realizace osvětové a vzdělávací akce typu Paralympijský školní den nebo pÁPÁ hrátky,
- zaškolení pedagogického pracovníka při realizaci plaveckého nebo lyžařského kurzu.

Pokud učitel ani asistent nemají zkušenosti s tělesnou výchovou, může jim s vhodnou úpravou výuky pomoci regionální odborný pracovník **konzultant APA** (aplikovaných pohybových aktivit). Konzultant APA spolupracuje se školami v daném regionu, konzultuje tvorbu individuálních vzdělávacích plánů pro oblast TV, pomáhá s diagnostikou speciálních potřeb žáka, metodicky podporuje učitele, napomáhá zajištění speciálních pomůcek pro výuku, organizuje osvětové akce a team-buildingové akce pro třídu s žákem v inkluzi aj. V současné době jsou konzultanti APA součástí školského poradenského systému například v Olomouckém kraji.

#### *Příklad z praxe:*

*Na prvním stupni základní školy byla do výuky tělesné výchovy začleněna žákyně s nemocí motýlích křídel (epidermolysis bullosa dystrophica), kterou onemocnění limitovalo v začlenění do velké části aktivit v rámci tělesné výchovy. Její učitelka proces inkluze podporovala a hledala cesty, jak dívku zapojit. V prvních třech ročnících školní docházky byly možné i činnosti jako házení na koš, míčové hry, skákání panáka či výlety. V pozdějších ročnících se stav zhoršoval a omezení přibývalo, až nakonec začlenění nebylo možné. Přesto se dívka ještě i na druhém stupni účastnila společného třídního tanečního vystoupení.*

*Některé činnosti dívka absolvovala bez problémů spolu se třídou: vždy se účastnila zahájení a ukončení hodiny, zapojila se do rozcvičky i řady dalších aktivit.*

*Některé činnosti dívka mohla realizovat pouze v modifikované (adaptované) formě. Hry se přizpůsobovaly z běhu do chůze a z kontaktních variant na bezkontaktní. Někdy se měnila pravidla či náčiní pouze pro žákyni s onemocněním, jindy pro celou třídu. Žákyně se zapojila do tanečního i jiných vystoupení třídy, ale choreografie byla uzpůsobena jejím možností.*

*S postupem času přibývalo ve výuce tělesné výchovy činností, které vzhledem k progresi onemocnění neumožňovaly začlenění dívky, neboť by znamenaly její přímé ohrožení. V daném čase se dívka s asistentkou věnovala zdravotní tělesné výchově (uvolňování, protahování, polohování, dechová cvičení). Jindy měla za úkol na počítači vyhledávat informace k aktivitě (např. hodnoty světového rekordu a jeho držitele), které pak třídě prezentovala.*

## Literatura

- Back Up Spinal Cord Injury Charity. 2012. *Back Up Inclusive Education Toolkit – section 3: Practising inclusive education: Accessing physical education*. [online]. Dostupné z: <http://www.backuptrust.org.uk> [cit. 7. 7. 2015].
- Downs, P. *The Inclusion Club: Models of Inclusion* [online]. Dostupné z: <http://theinclusionclub.com> [cit. 7. 7. 2016].
- Kepič, R., Vařeková, J., Daďová, K. 2016. Integrace žákyně s epidermolysis bullosa dystrophica do tělesné výchovy na prvním stupni základní školy. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi* 7(1): 42–52.
- Kudláček, M. 2008. *Integrace žáků s tělesným postižením do školní tělesné výchovy*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Sussex County Football Association. 2013. *STEPS Principle* [online]. Dostupné z: <https://www.sussexfa.com> [cit. 7. 7. 2015].

## 2.2 Role asistenta pedagoga v tělesné výchově

*Klára Daďová, Markéta Jiskrová a Marie Cahlíková*

Roli asistenta pedagoga v tělesné výchově vidíme především v tom, že asistent dopomáhá žákovi k provedení daných pohybových aktivit, stanovených nejlépe v individuálním vzdělávacím plánu. To znamená, že pomáhá se sportovními pomůckami, poskytuje pomoc se zaujetím správné polohy či správným provedením cviku, pomáhá s porozuměním pravidlům her, dbá na bezpečnost žáka se SVP, podporuje jeho začlenění do skupinových aktivit. Někdy může být potřeba, aby činnost prováděl spolu s žákem.

Problémem však může být nejen to, že asistent nedokáže žákovi pomoci dostatečně, ale také přílišná péče asistenta. Vidáme ji u některých asistentů pedagoga, kteří především dbají na to, aby se žákovi se SVP nic nestalo, a nepřiměřeně jej při pohybových aktivitách ochraňují, či dokonce suplují jeho zapojení. To však je zcela proti záměru této pracovní pozice, která je vyjádřena mj. takto: „žák je přitom veden k nejvyšší možné míře samostatnosti“. Pakliže asistent již dopředu říká, že „žák toto neudělá/neumí“, „tato aktivita není pro něj“, „on se bude bát“, případně odpovídá učiteli za něj, ztrácí jeho pozice smysl a je degradována jen na jakéhosi ochránce žáka. Pokud asistent nedovolí žákovi provádět pohybovou aktivitu (která samozřejmě musí být bezpečná), připravuje ho tím o následný pocit úspěchu – toho, že něco zvládl, vybojoval, dokázal ... a také vědomí, že je platným členem kolektivu. Přílišná péče může být způsobena nedostatkem zkušenosti s pohybovými aktivitami jedinců



se SVP a nižší informovaností o aplikované tělesné výchově. Faktorem může být i věk asistenta, kdy se spolu s vyšším věkem může objevovat vyšší míra protektivity.

Rozdílné zapojení asistenta můžeme pozorovat také v dělení práce s třídou na hromadnou, skupinovou a individuální formu výuky. Hromadnou formu tělesné výchovy, kde mají všichni žáci stejné zadání, cíl a realizují stejnou činnost, lze členit na integrovanou s asistencí, nebo bez podpory další osoby. Skupinovou formu lze obdobně dělit na formu s asistencí a bez ní. Poslední možností je individuální forma výuky realizovaná vždy s asistencí, a to buď paralelně s ostatními žáky (řešení rozdílných pohybových činností na shodném nebo bezprostředně blízkém místě ve stejném čase), nebo segregovaně, na jiném místě nebo v jiném čase. Individuální forma výuky umožňuje provádět specificky zaměřená cvičení (např. doplňková cvičení k pravidelné rehabilitaci žáka), která mohou být pro žáka se SVP důležitější nebo na rozdíl od činností zbytku třídy jediná možná.

**Tab. 3:** Možnosti zapojení žáka při inkluzivní TV a role asistenta pedagoga

	<b>Příklad pohybových aktivit</b>	<b>Role asistenta pedagoga</b>
<b>Všichni stejně obvyklým způsobem</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>pořadová cvičení</li> <li>dechová cvičení</li> <li>cvičení pro vyrovnání svalových dysbalancí</li> </ul>	pomoc s organizací, dopomoc žákovi se SVP (zaujetí polohy, pochopení cviku atd.)
<b>Všichni stejně „jinak“</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>aktivity v sedě</li> <li>aktivity poslepu</li> </ul>	pomoc s organizací, pomoc s dodržováním (nových) pravidel, dopomoc žákovi se SVP např. při změně polohy
<b>Žák se SVP modifikovaně</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>jiný míč</li> <li>nižší koš</li> <li>kratší trať</li> <li>větší branka</li> <li>delší čas pro splnění úkolu</li> </ul>	pomoc s úpravou prostředí a přípravou pomůcek, dopomoc žákovi se SVP
<b>Jiná role pro žáka se SVP</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>individuální cvičení</li> <li>role rozhodčího</li> <li>role časomíry</li> <li>vydávání fantů</li> <li>vyhledávání pravidel na internetu</li> </ul>	asistence při individuálním cvičení, pomoc s komunikací žáka se SVP se zbytkem třídy

Je-li žák v inkluzi, můžeme uvažovat o činnostech v následujících zastrešujících kategoriích: a) danou činnost dělají všichni stejně běžným způsobem, protože činnost zvládá i jedinec se SVP, b) danou činnost dělají všichni stejně modifikovaným způsobem, což zvyšuje pocit porozumění a sounáležitosti s žákem se znevýhodněním, c) modifikujeme pravidla pouze pro jedince v rámci společné činnosti tak, abychom umožnili rovnocenný sportovní zážitek přiměřený jeho možnostem a d) činnost nelze modifikovat a z toho důvodu bude mít jedinec v inkluzi jinou roli či úkol. Podle toho se liší i role asistenta pedagoga. V tabulce 3 uvádíme příklady.

## Literatura

- Habr, J., Hájková, H., Vaníčková, H. 2015. *Metodika práce asistenta pedagoga – Osobnostní rozvoj asistenta pedagoga a komunikace s rodinou nebo komunitou žáka*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Horáčková, I. 2015. *Metodika práce asistenta pedagoga – Spolupráce s učitelem*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Kendíková, J. 2017. *Asistent pedagoga*. Praha: Raabe.
- Kendíková, J. 2016. *Vademecum asistenta pedagoga*. Praha: PASPARTA Publishing.
- Lang, G., Berberichová, Ch. 1998. *Každé dítě potřebuje speciální přístup*. Praha: Portál.
- Michalík, J. a kol. 2015. *Katalog podpůrných opatření, Obecná část – Pro žáky s potřebou podpory vzdělávání z důvodu zdravotního nebo sociálního znevýhodnění*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Morávková Vejrochová, M. a kol. 2015. *Standard práce asistenta pedagoga*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Müller, O. 2001. *Dítě se speciálními vzdělávacími potřebami v běžné škole*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Němec, Z. a kol. 2014. *Asistent pedagoga v inkluzivní škole*. Praha: Karolinum.
- Škurek, M. 2015. *Metodika práce asistenta pedagoga – Náležitý dohled asistenta pedagoga*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Teplá, M., Šmejkalová, H. 2010. *Základní informace k zajišťování asistenta pedagoga do třídy, v níž je vzděláván žák nebo žáci se zdravotním postižením*. Praha: Institut pedagogicko-psychologického poradenství ČR.

## **2.3 Uvolnění z tělesné výchovy - proč a jak mu předcházet**

*Ondřej Ješina a Maxim Tomoszek*

Otázka uvolňování některých žáků ze školní tělesné výchovy (TV) je v současnosti stále více aktuální. Podle České školní inspekce (2016) je více než 17 % žáků středních škol uvolněných z TV. Každý čtvrtý pak má ve vztahu k TV „podpurná opatření“ v podobě tzv. úplného nebo částečného uvolnění, ať už formalizovaná v rámci plánu pedagogické podpory, nebo individuálního vzdělávacího plánu, nebo neformalizovaná, jelikož „tradice je silnější než legislativní změny“. Tak vysoké číslo se zásadně rozchází s existujícími daty o zdraví a pohybové způsobilosti adolescentů. Kdyby vzdělávací systém přistupoval ke všem všeobecně vzdělávacím předmětům jako k TV, měli bychom více než 100 000 žáků středních škol evidovat v kategorii žáků se speciálními vzdělávacími potřebami.

Uvolňování z TV je fenomén, který už v českém vzdělávacím systému dávno nemá co dělat, který však paradoxně řada zástupců odborné veřejnosti (zejména učitelé TV, řídicí pracovníci škol nebo lékaři) schvaluje nebo alespoň nezpochybuje. Tento trend je třeba vnímat nejen jako zdravotní, ale především politický a právní problém. V následující části uvedeme důvody svědčící o významném přínosu tělesné výchovy pro vzdělání a rozvoj dětí a mládeže (se zvýšenou pozorností věnovanou žákům se zdravotními limity), který vede k závěru, že není přípustné vyjímát ze základního vzdělávání školní tělesnou výchovu, resp. omezovat zapojení žáků do školní tělesné výchovy, pokud to není ze zdravotních důvodů nezbytné.

### **Tělesná výchova jako důležitá součást všeobecného vzdělání**

Zahraniční zkušenosti ukazují, že v některých státech až 96 % integrovaných žáků se zdravotním postižením (tedy dříve IV. zdravotní skupina) navštěvuje i školní tělesnou výchovu. Pouze přibližně 4 % z nich jsou tedy z TV uvolněna. Pokud se zabýváme žáky se zdravotním oslabením, pak nelze akceptovat nerovný přístup spočívající v tom, že na školách primárně určených žákům se zdravotním postižením jsou v TV systematicky vzděláváni žáci i s těžkými formami postižení, zatímco na „běžných“ školách žáci i s relativně menšími zdravotními problémy (tedy dříve III. zdravotní skupina) jsou z TV uvolňováni. Z praxe i z oficiálních

statistik (ČŠI, 2016) je patrné, že v současné době je systém uvolňování z TV praktikován i u žáků s minimálními zdravotními odlišnostmi a je svázán s hypoaktivním životním stylem. Nejčastěji se jedná o žáky s nízkou vnitřní motivací k pohybovým aktivitám. Trendy vedoucí k hypoaktivnímu životnímu stylu jsou zřejmě vědeckým pracovníkům, odborné i laické veřejnosti. Tělesná výchova stále směřuje ke zdravotně orientovaným cílům. Přes relativně malý objem i intenzitu pohybové aktivity představuje platformu pro zdravý životní styl, motivaci k realizaci pohybových aktivit i po školní výuce, edukaci a vzbuzení zájmu o společně trávený volný čas apod.

Školní tělesná výchova je povinnou součástí vyučování ve většině evropských zemí. Rozdíly jsou v objemu vyučovacích hodin vyhrazených pro tělesnou výchovu v zemích EU, v přístupu ke kurikulu a v požadavcích na odbornou přípravu učitelů tělesné výchovy. Některé naše zkušenosti ukazují potřebu podpořit aplikované pohybové aktivity včetně zdravotní tělesné výchovy a skutečné zapojení žáků se zdravotním postižením a znevýhodněním v systému školní tělesné výchovy. I přes neznalosti odpovědných pracovníků a systémové nedostatky je zřejmé, že princip aplikované tělesné výchovy, tedy TV pro všechny, je nosný, a s ohledem na to, že je TV všeobecně vzdělávacím předmětem, jediný možný.

Pohybové aktivity hrají klíčovou roli při společenském začlenění žáků se zdravotním postižením a znevýhodněním, jejich osobnostně-sociálním formování nebo při prevenci zdravotních rizik vztahujících se k nedostatečné realizaci pohybových aktivit. Pozitivní účinky zapojení do pohybových aktivit bychom jednoduše mohli rozdělit na fyzické, psychické a sociální. V oblasti fyzické se jedná konkrétně o rozvoj motorických kompetencí uplatnitelných v běžném životě a dovolujících zvýšení kvality i kvantity pohybových vzorců. V oblasti psychické a sociální pomáhají pohybové aktivity rozvíjet sebevědomí, sociální dovednosti, podporují vzorce pro vztahová jednání, mohou rozvíjet empatii, zvládnání stresu aj.

Z hlediska žáků se zdravotním postižením či znevýhodněním (včetně minimálních zdravotních specifik, která nevyžadují úpravy jiných všeobecně vzdělávacích předmětů) to znamená, že pokud se nesetkají s pestrou nabídkou pohybových aktivit a nebudou mít sociální kontakt, možnost sdílet emoce a rozvíjet své motorické kompetence ve školní tělesné výchově, mají v pozdějším věku velmi snížené možnosti přístupu k pohybovým aktivitám, a tím i k podpoře vlastního zdraví a zvyšování kvality života. Pohybové aktivity jsou vhodným prostředkem pro jejich účast na