

## **11. Přílohy**

### 11.1. Seznam příloh

Příloha č. 1: Schválená etická komise

Příloha č. 2: Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

Příloha č. 3: Seznam tabulek

Příloha č. 4: Speciální intervenční program

## Příloha č. 1: Schválení etické komise

UNIVERZITA KARLOVA  
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU  
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešlešlavín

### Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

**Název projektu:** Harmonogram tělesné výchovy pro žáky se Speciálními poruchami učení (SPU)

**Forma projektu:** výzkumná práce - bakalářská práce

**Období realizace:** říjen 2017 – listopad 2017

**Předkladatel:** Ladislav Kaňka

**Hlavní řešitel:** Ladislav Kaňka

**Místo výzkumu (pracoviště):** ZŠ pro žáky s SPU, U Boroviček 1, Praha 6

**Vedoucí práce (v případě studentské práce):** Mgr. Eva Prokešová Ph.D.

**Popis projektu:** Vytvoření cvičební jednotky v rozmezí jednoho pololetí (1 nebo 2), pro žáky druhého stupně. Harmonogram bude obsahovat povinné i volitelné prvky tělesných cvičení v závislosti na možnosti, schopnosti a přání žáků s SPU. Test motoriky pomocí MABC2. Při testování jemné motoriky lze použít testování Navlékání korálků, kdy žák drží v jedné ruce jehlu s nití a pomocí druhé ruky se snaží navlékat korálky co nejpřesněji. Při testování hrubé motoriky lze použít testování ze skoku z místa do dálky, kdy se žák pokouší překonat maximální vzdálenost. Cílem této práce je zjištění zda se žáci během 4-5 měsíců zlepší v motorice či nikoli. Pro zlepšení žáků bude vytvořen speciální výukový program s možnými individuálními mimo školními aktivitami.

**Charakteristika účastníků výzkumu:** Žáci druhého stupně všichni s SPU, u který převládá dyslexie, dysgrafie, dysortografie, ADHD, dyskalkulie. U všech žáků je rovněž diagnostikována dyspraxie a někteří mají lehké motorické poruchy. Jsou zařazeni do zvláštní Tělesné výchovy, která je součástí výuky na dané škole. Zkušenosti s pohybovou aktivitou jsou v běžném rámci výuky TV na základní škole s ohledem na jejich motorické dovednosti. Výběr účastníků proběhne ve spolupráci s vyučující na zmíněné škole, přičemž se bude účastnit testování jedna skupina ZTV.

**Zajištění bezpečnosti:** Při testování bude po celou dobu přítomna vyučující speciální pedagožka Mgr. Karin Houdová. Budou dodržovány zásady ZTV. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u aktivit a testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu.

Testování proběhne v areálu ZŠ a budou striktně dodržovány zásady bezpečné výuky. Všichni žáci budou poučeni a seznámeni s testováním v plném rozsahu ovšem budou do předu informováni. Testování proběhne se souhlasem vedení ZŠ a zákonných zástupců žáků.

**Etické aspekty výzkumu:** Všichni testovaní budou vedeni anonymně pouze pod číselným označením. Jejich osobní údaje nebudou nikde zveřejňovány. Konkrétní číselné přiřazení žákům bude mít k dispozici pouze ZŠ a to přímo speciální pedagožka Mgr. Karin Houdová.

Získaná data budou zpracovávána a bezpečně uchovávána v anonymní podobě a publikována v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS. Po anonymizaci budou osobní data smazána. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

**Informovaný souhlas: přiložen**

Povinností všech účastníků výzkumu na straně řešitele je chránit život, zdraví, důstojnost, integritu, právo na sebeurčení, soukromí a osobní data zkoumaných subjektů, a podniknout k tomu veškerá preventivní opatření. Odpovědnost za ochranu zkoumaných subjektů leží vždy na účastnících výzkumu na straně řešitele, nikdy na zkoumaných, byť dali svůj souhlas k účasti na výzkumu. Všichni účastníci výzkumu na straně řešitele musí brát v potaz etické, právní a regulační normy a standardy výzkumu na lidských subjektech, které platí v České republice, stejně jako ty, jež platí mezinárodně.

Potvrzuji, že tento popis projektu odpovídá návrhu realizace projektu a že při jakékoli změně projektu, zejména použitých metod, zašlu Etické komisi UK FTVS revidovanou žádost.

V Praze dne: 11. 10. 2017

Podpis předkladatele:

### Vyjádření Etické komise UK FTVS

**Složení komise: Předsedkyně:** doc. PhDr. Irena Parry Martínková, Ph.D.

**Členové:** prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

doc. MUDr. Jan Heller, CSc.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem: .....

dne:.....

Etická komise UK FTVS zhodnotila předložený projekt a neshledala žádné rozpory s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směnicemi pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

UNIVERZITA KARLOVA

Fakulta tělesné výchovy a sportu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise.

Josef Martího 31, 162 52, Praha 6

razítko UK FTVS

podpis předsedkyně EK UK FTVS

## Příloha č. 2: Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

### Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

**Název projektu:** Harmonogram tělesné výchovy pro žáky se Speciálními poruchami učení (SPU)

**Forma projektu:** výzkumná práce - bakalářská práce

**Období realizace:** říjen 2017 – listopad 2017

**Předkladatel:** Ladislav Kaňka

**Hlavní řešitel:** Ladislav Kaňka

**Místo výzkumu (pracoviště):** ZŠ pro žáky s SPU, U Boroviček 1, Praha 6

**Vedoucí práce (v případě studentské práce):** Mgr. Eva Prokešová Ph.D.

**Popis projektu:** Vytvoření cvičební jednotky v rozmezí jednoho pololetí (1 nebo 2), pro žáky druhého stupně. Harmonogram bude obsahovat povinné i volitelné prvky tělesných cvičení v závislosti na možnosti, schopnosti a přání žáků s SPU. Test hrubé motoriky pomocí motorického testování. Při testování hrubé motoriky lze požit testování ze skoku z místa do dálky, kdy se žák pokouší překonat maximální vzdálenost. Cílem této práce je zjištění zda se žáci během 4-5 měsíců zlepší v motorice či nikoli. Pro zlepšení žáků bude vytvořen speciální výukový program s možnými individuálními mimo školními aktivitami.

**Charakteristika účastníků výzkumu:** Žáci druhého stupně všichni s SPU, u který převládá dyslexie, dysgrafie, dysortografie, ADHD, dyskalkulie. U všech žáků je rovněž diagnostikována dyspraxie a někteří mají lehké motorické poruchy. Jsou zařazeni do zvláštní Tělesné výchovy, která je součástí výuky na dané škole. Zkušenosti s pohybovou aktivitou jsou v běžném rámci výuky TV na základní škole s ohledem na jejich motorické dovednosti. Výběr účastníků proběhne ve spolupráci s vyučující na zmíněné škole, přičemž se bude účastnit testování jedna skupina ZTV.

**Zajištění bezpečnosti:** Při testování bude po celou dobu přítomna vyučující speciální pedagožka Mgr. Karin Houdová. Budou dodržovány zásady ZTV. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u aktivit a testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu.

Testování proběhne v areálu ZŠ a budou striktně dodržovány zásady bezpečné výuky. Všichni žáci budou poučeni a seznámeni s testováním v plném rozsahu ovšem budou do předu informováni. Testování proběhne se souhlasem vedení ZŠ a zákonných zástupců žáků.

**Etické aspekty výzkumu:** Všichni testovaní budou vedeni anonymně pouze pod číselným označením. Jejich osobní údaje nebudou nikde zveřejňovány. Konkrétní číselné přiřazení žákům bude mít k dispozici pouze ZŠ a to přímo speciální pedagožka Mgr. Karin Houdová.

Získaná data budou zpracovávána a bezpečně uchována v anonymní podobě a publikována v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS. Po anonymizaci budou osobní data smazána. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

**Informovaný souhlas:** přiložen

Povinností všech účastníků výzkumu na straně řešitele je chránit život, zdraví, důstojnost, integritu, právo na sebeurčení, soukromí a osobní data zkoumaných subjektů, a podniknout k tomu veškerá preventivní opatření. Odpovědnost za ochranu zkoumaných subjektů leží vždy na účastnících výzkumu na straně řešitele, nikdy na zkoumaných, byť dali svůj souhlas k účasti na výzkumu. Všichni účastníci výzkumu na straně řešitele musí brát v potaz etické, právní a regulační normy a standardy výzkumu na lidských subjektech, které platí v České republice, stejně jako ty, jež platí mezinárodně. Potvrzuji, že tento popis projektu odpovídá návrhu realizace projektu a že při jakékoli změně projektu, zejména použitých metod, zašlu Etické komisi UK FTVS revidovanou žádost.

V Praze dne: 11. 10. 2017

Podpis předkladatele:

## Vyjádření Etické komise UK FTVS

**Složení komise: Předsedkyně:** doc. PhDr. Irena Parry Martínková, Ph.D.

**Členové:** prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

doc. MUDr. Jan Heller, CSc.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem: .....

dne:.....

Etická komise UK FTVS zhodnotila předložený projekt a **neshledala žádné rozpory** s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnici pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

**Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise.**

razítko UK FTVS

.....  
podpis předsedkyně EK UK FTVS

## INFORMOVANÝ SOUHLAS

Vážený pane, vážená paní,

v souladu se Všeobecnou deklarací lidských práv, zákonem č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů a dalšími obecně závaznými právními předpisy (*jakož jsou zejména Helsinská deklarace, přijatá 18. Světovým zdravotnickým shromážděním v roce 1964 ve znění pozdějších změn (Fortaleza, Brazílie, 2013); [Zákon o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování](#) (zejména ustanovení § 28 odst. 1 zákona č. 372/2011 Sb.) a [Úmluva o lidských právech a biomedicině](#) č. 96/2001, jsou-li aplikovatelné*), Vás žádám o souhlas s účastí Vašeho syna/dcery ve výzkumném projektu v rámci bakalářské práce na UK FTVS s názvem „Harmonogram Tělesné výchovy pro žáky s SPU“, prováděné na ZŠ pro žáky s SPU, U Boroviček, Praha 6.

Bude použito speciální motorické testování (MABC2) neinvazivní metodou. Při testování jemné motoriky lze použít testování Navlékání korálků, kdy žák drží v jedné ruce jehlu s nití a pomocí druhé

ruky se snaží navlékat korálky co nejpřesněji. Při testování hrubé motoriky lze požit testování ze skoku z místa do dálky, kdy se žák pokouší překonat maximální vzdálenost. Testování proběhne po dobu několika vyučovacích hodin Zvláštní tělesná výchova dále jen (ZTV) v průběhu října 2017 a dále na konci prvního školního pololetí.

Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u aktivit a testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu.

Žák bude po celou dobu pod dohledem speciálního pedagoga Mgr. Karin Houdové.

Všichni testovaní budou vedeni anonymně pouze pod číselným označením. Jejich osobní údaje nebudou nikde zveřejňovány. Konkrétní číselné přiřazení žákům bude mít k dispozici pouze ZŠ a to přímo speciální pedagožka Mgr. Karin Houdová.

Účast v projektu nebude finančně ohodnocená.

Účastník a rodiče budou seznámeni s výsledky v rámci ZTV.

Získaná data budou zpracovávána a bezpečně uchována v anonymní podobě a publikována v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS. Po anonymizaci budou osobní data smazána. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Jméno a příjmení předkladatele a hlavního řešitele projektu: Ladislav Kaňka Podpis:.....

Jméno a příjmení osoby, která provedla poučení: Mgr. Karin Houdová Podpis:.....

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí ve výše uvedeném projektu a že jsem měl(a) možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu a že jsem dostal(a) jasné a srozumitelné odpovědi na své dotazy. Byl(a) jsem poučen(a) o právu odmítnout účast ve výzkumném projektu nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS, která bude následně informovat předkladatele projektu.

Místo, datum .....

Jméno a příjmení účastníka ..... Podpis: .....

Jméno a příjmení zákonného zástupce .....

Vztah zákonného zástupce k účastníkovi ..... Podpis:

### Příloha č. 3: Seznam tabulek

- Tabulka č. 1 rozdělení probandů podle tříd..... **Chyba! Záložka není definována.**  
 Tabulka č. 2 první měření motorických dovedností před intervencí**Chyba! Záložka není definována.**  
 Tabulka č. 3 porovnání obou tříd před a po intervenci..... **Chyba! Záložka není definována.**  
 Tabulka č. 4 Porovnání průměrné změny  $\Delta$  mezi 9. B a 9. C.... **Chyba! Záložka není definována.**  
 Tabulka č. 5 motorické testování před intervencí obou tříd.....VI  
 Tabulka č. 6 motorické testování po intervenci.....VII

Tabulka č. 1 motorické testování před intervencí obou tříd

<b>Motorické testování před intervencí</b>											
<b>Skupina 9. B</b>											
	skok daleký z místa	hod medicinbalem	stoj na jedné noze	leh sed opakovaně	skok přes švihadlo	B.	B.	B.	B.	B.	celkový součet
1.	5,57	4,42	11	8	10	528	105	10	35	5	683
2.	5,13	8,92	32,27	11	45	460	408	15	65	105	1053
3.	4,15	6,63	9,89	14	8	309	252	5	95	3	664
4.	3,86	5,08	18,09	11	11	262	148	10	35	5	460
5.	4,08	7,09	46,34	27	57	199	282	15	225	145	866
6.	6,45	10,01	8,44	31	132	659	477	5	265	395	1801
	v metrech	v metrech	sekundy	počet opakování	počet opakování						

<b>Skupina 9. C</b>											
	skok daleký z místa	hod medicinbalem	stoj na jedné noze	leh sed opakovaně	skok přes švihadlo	B.	B.	B.	B.	B.	celkový součet
1.	6,08	8,87	16,27	38	51	608	398	10	330	125	1471
2.	5,27	6,9	47,33	32	46	480	270	15	275	105	1145
3.	5,26	9,3	26,58	15	85	480	430	10	105	240	1265
4.	5,03	4,87	47,89	32	85	441	132	15	275	240	1103
5.	3,86	7,02	4,53	17	23	262	278	0	125	35	700
6.	6,61	10,52	50,3	47	118	691	510	15	425	350	1991
	v metrech	v metrech	sekundy	počet opakování	počet opakování						

Tabulka č. 2 motorické testování po intervenci

<b>Motorické testování po intervenci 3 měsíce</b>											
<b>9. B- bez speciálního programu</b>											
	skok daleký z místa	hod medicinbalem	stoj na jedné noze	leh sed opakovaně	skok přes švihadlo	B.	B.	B.	B.	B.	celkový součet
1	5,72	4,95	13	14	18	552	140	5	80	15	792
2	5,32	8,1	36	19	49	489	350	15	145	115	1114
3	4,3	6,63	18	17	15	331	252	10	125	5	723
4	4,25	5,08	29	16	16	323	155	10	115	19	622
5	4,54	7,24	74	30	58	369	292	15	255	129	1060
6	6,65	9,43	27	32	132	692	438	10	265	345	1750
	v metrech	v metrech	sekundy	počet opakování	počet opakování						

<b>9. C- se speciálním programem</b>											
1	7,21	9,28	31	43	65	780	428	15	335	119	1677
2	6,23	7,14	94	50	75	629	286	15	455	275	1660
3	6,15	9,5	34	41	90	618	445	15	315	255	1648
4	5,98	6,9	72	47	99	590	270	15	425	285	1585
s5	4,15	7,85	20	35	54	309	335	10	305	135	1094
6	7,17	12,6	150	59	123	772	650	15	495	365	2297
	v metrech	v metrech	sekundy	počet opakování	počet opakování						

## **Příloha č. 4: Speciální intervenční program**

### **Varianty pro zahřátí**

Hra na molekuly: Hráči, atomy se volně rozestaví a libovolně nebo podle pokynů vedoucího hry se pohybují. Na vyslovení čísla se hráči co nejrychleji shluknou do hloučků-molekul v počtu odpovídajícímu tomuto číslu. Vedoucí hry zkontroluje, zda počet atomů v molekule souhlasí, přebyteční dostanou trestné body. Všichni hráči pokračují ve hře.

Hra na mrazíka: Pedagog určí jednoho mrazíka, který se snaží pochytat zbylé hráče. Pokud se mrazík dotkne jednoho hráče, musí zůstat stát a čekat než ho jiný hráč vysvobodí (podleze mezi nohy). Pedagog může hru zpestřit tím, že určí jak se budou hráči pohybovat (běh, skákání po jedné noze, snožmo, apod.)

Hromadné cvičení: Pedagog předcvičuje dané pohybové prvky, které žáci opakují na místě (Běh na místě, boxování na místě, zakopávání na místě, skipping na místě, panák, apod.) Toto zahřátí trvá necelý 4 minuty.

Hromadné cvičení: Žáci jsou v zástupu a provádí cvičení z atletického rozcvičení pohybem v před (zakopávání, předkopávání, běh-skřižmo, běh stranou, apod.). Pro efektivitu cvičení, byl použit hudební doprovod.

### **Ukázka hlavní části**

Kruhový trénink- doba zátěže: 20sec. interval odpočinku 20sec. počet sérií 4-5. pauza mezi sériemi 1:30min. 6 stanovišť.

- 1) Klasický dřep
- 2) Klik o vyvýšenou podložku
- 3) Zkracovačky
- 4) Výpady vpřed
- 5) Stoj na jedné noze na nestabilní podložce
- 6) Odhody medicinbalem o zeď

Opičí dráha- Po tělocvičně se rozmístili jednotlivé náčiní, ze kterých se udělala překážková dráha kterou žáci museli proběhnout. Po překonání třetí překážky vybíhal další žák. Doba trvání jedné série 2min. pauza mezi sériemi 2 min. celkem 6 sérií.



- 1) Kotoul v před
- 2) Přeskok přes bedýnku
- 3) Běh po lavičce
- 4) Hod na koš
- 5) Průlez pod kozou
- 6) Běh po lavičce
- 7) Kotoul vpřed

Cvičení ve dvojicích- žáci ve dvojicích plnili dané pohybové úkoly s náčiním a bez náčiní. Doba zátěže 20 sec. interval odpočinku 15 sec. pauza mezi sériemi 1:30 min. počet sérií 3-6. Na každém stanovišti se dvojice 2x vymění.

- 1) Stoj poddřepmo na nestabilní podložce- trčení medicinbalu.
- 2) První vzpor ležmo, druhý stoj poddřepmo uchopí prvního za nohy, výdrž.
- 3) První skok přes švihadlo vpřed, druhý podpor na předloktí.
- 4) První dribling s basketbalovým míčem, druhý ukazuje čísla, který první říká nahlas.

## **Závěrečná část**

### Protažení

#### Horní končetiny

- 1) ZK: vzpor klečmo  
Provedení: vzpor klečmo, paže v prodloužení trupu, ramena protlačujeme k podložce
- 2) ZK: Turecký sed, skrčit vzpažmo pravou, dlaň mezi lopatky, pokrčit vzpažmo zevnitř levou, uchopit za loket pravé.
- 3) ZK: Podpor klečmo, prsty směřují k tělu, ruce jsou nataženy, trup přesunujeme pomalu vzad.

#### Dolní končetiny

- 1) ZK: Sed roznožný.  
Provedení: Rovný předklon, lokty na podložku.
- 2) ZK: Výpad vpřed

Provedení: Výdrž ve výpadu.

- 3) ZK: Stoj na levé (pravé), skrčit pravou (levou), uchopit za nárt.

Provedení: Výdrž.

- 4) ZK: výpad vlevo (vpravo), mírný předklon, ruce na koleno.

Provedení: Výdrž.