

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu

DIPLOMOVÁ PRÁCE

2017

Marek Bulandr

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu

**Zařazení paralympijského školního dne
do vzdělávacího programu na základní škole**

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce:
PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D.

Vypracoval:
Bc. Marek Bulandr

Praha, prosinec 2017

Prohlašuji, že jsem závěrečnou diplomovou práci zpracoval samostatně a že jsem uvedl všechny použité informační zdroje a literaturu. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

V Praze, dne

.....

.....

Marek Bulandr

Evidenční list

Souhlasím se zapůjčením své diplomové práce ke studijním účelům. Uživatel svým podpisem stvrzuje, že tuto diplomovou práci použil ke studiu a prohlašuje, že ji uvede mezi použitými prameny.

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis

Poděkování

Děkuji PhDr. Jitce Vařekové, Ph.D. za pomoc a cenné rady, které mi poskytla při zpracování diplomové práce.

Abstrakt

Název: Zařazení paralympijského školního dne do vzdělávacího programu na základní škole

Cíle: Paralympijský školní den (PŠD) je jeden ze směrů paralympijských vzdělávacích programů, při kterém se děti základních škol ve věku 6 – 12 let seznamují s paralympijskými sporty. Cílem je zlepšení porozumění specifickým potřebám jedinců se zdravotním postižením a změna postojů při vnímání jejich odlišnosti.

Metody: Na pražské základní škole byla v červnu 2017 realizovaná zkrácená verze PŠD. 28 žáků 5. ročníku (16 chlapců a 12 dívek) mělo možnost vyslechnout teoretickou přednášku, prakticky se seznámit s paralympijskými sporty prostřednictvím studentů aplikovaných pohybových aktivit a besedovat s paralympioničkou Terezou Diepoldovou. Změna postojů byla hodnocena pomocí dotazníku CAIPE a dotazníku Adjective-Checklist před programem a týden po jeho realizaci. Dále byla k hodnocení využita metoda participantního pozorování.

Výsledky: Před realizací PŠD bylo průměrné výsledné bodové skóre v dotazníku Adjective-Checklist u chlapců 26,5, u dívek v té samé třídě byl výsledek 26,0 – v obou případech se jedná o pozitivní postoje. Po realizaci PŠD byl u chlapců výsledek 27, 25, u dívek byl výsledek 27,0. Opět jsou oba výsledky pozitivní. Z tohoto dotazníku je zřejmé, že dívky i chlapci mají srovnatelně pozitivní postoje k žákovi s postižením. Po realizaci PŠD došlo u obou skupin k malému zlepšení postoje (o jeden bod).

Vyhodnocení dotazníků CAIPE a Adjective-Checklist prokázalo mírnou změnu postojů pozitivním směrem. Žáci i pedagogové byli s realizací PŠD spokojeni a v budoucnu by škola stála o opakování programu, neboť v praxi i na základě výsledků ukázalo, že PŠD je skutečným přínosem pro zúčastněné děti i pedagogy.

Klíčová slova: Paralympijský školní den, zdravotní postižení, postoje, CAIPE

Abstract

Title: The Paralympic School Day as a part of education on elementary schools

Objectives: The Paralympic School Day (PSD) is one of the Paralympic educational programs in which children (6 to 12 years) learn about paralympic sports. The aim of PSD is to improve understanding of specific needs of individuals with disabilities and to change attitudes of pupils towards understanding of their divergence.

Methods: In June 2017 a shortened version of PŠD was implemented at one elementary school in Prague. 28 pupils of 5th class (16 boys and 12 girls) had an opportunity to listen to a theoretical lecture, than to get acquainted with paralympic sports with students of applied physical activity and to talk to Czech succesful paralympic athlete Tereza Diepoldova. The change of attitudes was assessed by the CAIPE-CZ questionnaire and by the Adjective-Checklist before the program and a week after its implementation. The method of participative observation was used to evaluate of the overall succes of the PSD.

Results: Before the PSD, the mean result was 26.5 for boys, 26.0 for girls in the same class - both positive attitudes. After the realization of PSD, the result was 27, 25 for boys, 27.0 for girls. Again, both are positive. Both girls and boy have comparatively positive attitudes towards a disabled pupil. After the PSD, there was little improvement in attitudes in both groups.

The evaluation of the CAIPE a Adjective-Checklist questionnaires showed a slight change in attitudes in the positive direction. Pupils and teachers were satisfied with the realization of PSD and in the future is expected the repetition of the program. The results and practical experience have shown that PSD is a very conductive educational program.

Keywords: Paralympic School Day, Disability, Attitudes, CAIPE

Obsah

1. Seznam použitých zkratk	10
2. Úvod	11
3. Teoretická východiska práce	13
3.1. Paralympijský sport	13
3.1.1. Paralympijské hry	15
3.1.2. Vzdělávací programy paralympijských her	18
3.1.3. Paralympijský školní den.....	20
3.2. Zdravotní postižení	25
3.2.1. Definice zdravotního postižení	25
3.2.2. Rozdělení zdravotně postižených osob.....	27
3.2.3. Tělesná postižení	27
3.2.4. Zraková postižení	29
3.3. Integrace žáků s tělesným postižením do hodin školní tělesné výchovy	30
3.4. Postoje	31
3.4.1. Definice postojů	31
3.4.2. Změna postojů.....	32
3.4.3. Postoje k osobám s postižením	35
3.4.4. Zjišťování postojů a změn v postojích k osobám s postižením v ČR	36
4. Cíle a úkoly práce, hypotézy	38
4.1. Cíl práce	38
4.2. Hypotézy	39
5. Metodika práce	40
5.1. Popis sledovaného výzkumného souboru a práce s ním	40
5.2. Metoda výzkumu	41
5.2.1. Dotazník CAIPE-CZ	41
5.2.2. Dotazník Adjective-Checklist	42

5.2.3. Participantní (zúčastněné) pozorování.....	43
5.3. Sběr dat	43
6. Výsledky	44
6.1. Výsledky dotazníku CAIPE.....	44
6.2. Výsledky dotazníků o vlastnostech žáků s postižením	53
6.3. Výsledky participantního pozorování.....	54
7. Diskuze	61
8. Závěry.....	63
9. Seznam literatury	64
10. Přílohy	69
10.1. Vyjádření etické komise	69
10.2. Žádost o informovaný souhlas.....	70
10.3. Informovaný souhlas	71
10.4. Životopis Terezy Diepoldové	73
10.5. Konkrétní průběh akce a pohybových aktivit v rámci PŠD Chvaletická	75
10.6. Dotazník CAIPE	78

1. Seznam zkratek

APA...aplikované pohybové aktivity

ATV...aplikovaná tělesná výchova

CAIPE-R...Children's Attitudes Toward Integrated Physical Education-Revised

CAIPE-EU...modifikace CAIPE-R pro EU

CAIPE-CZ...CAIPE-EU upravený pro české podmínky

CP-ISRA...Cerebral Palsy - International Sport and Recreation Association,

Mezinárodní asociace sportu a rekreace pro osoby s cerebrální parézou

DMO...dětská mozková obrna

EUCAPA...European Conference on Adapted Physical Activity

IBSA...International Blind Sports Federation, Mezinárodní organizace sportu zrakově postižených

IPC...International Paralympic Committee

ICF... International Classification of Functioning, Mezinárodní klasifikace funkčních schopností

ICIDH... International Classification of Impairments, Disabilities, and Handicaps

ISOD...International Sport Organization for the Disabled

INAS-FID...International Sports Federation for Persons with Intellectual Disability

MP...mentální postižení

PŠD...Paralympijský školní den

SP...sluchové postižení

TP...tělesné postižení

TV...tělesná výchova

WHO... World Health Organisation, Světová zdravotnická organizace

ZP...zrakové postižení

ZŠ...základní škola

2. Úvod

Po většinu historie byli lidé s postiženími ostrakizováni, vyčleňováni ze společnosti, stigmatizováni. Jejich zapojení do aktivního života společnosti bylo minimální. Obvykle se jejich rodiny zříkaly nebo je skrývaly. Střední Evropa v tomto ohledu nebyla výjimkou. V západním civilizačním okruhu se však již od poloviny 20. století začaly projevovat jiné, vstřícnější tendence. Lidem s postiženími začaly společnosti postupně umožňovat zapojení do aktivního života – od světa práce po svět trávení volného času, vč. aktivního trávení volného času. Umožnila to celá řada opatření, kdy se např. bezbariérový přístup do veřejných budov vč. sportovišť stal normou. Ruku v ruce se změnou vnímání osob s postižením šla i narůstající vstřícnost společností vůči jejich často specifickým potřebám. Změna politického klimatu po roce 1989 přinesla tyto vývojové tendence i do Střední Evropy, včetně paralympijského sportovního hnutí. Protože však změna postojů k lidem s postiženími je dlouhodobý proces a přetržení, respektive deficit tradice v ČR v důsledku ostrakizace osob s postiženími v období diktatury komunismu je stále ještě citelný, je každý vzdělávací program v tomto ohledu, zejména ten, který je cílený na děti, nesmírně přínosný. Právě vzdělávací programy specificky zaměřené na děti mohou významným způsobem přispět k dosažení cíle – tj. nevnímání osob s jinakostí jako rušivých prvků ve společnosti –, ale naopak k jejich přirozenému začlenění do všech aspektů běžného života. Proto vznikla v rámci paralympijského hnutí idea a postupně i propracovaná metodika tzv. Paralympijského školního dne (PŠD) coby mezinárodně aplikovatelného vzdělávacího programu zaměřeného primárně na výše uvedený cíl. Jeho dalším cílem je však také účastníky seznámit s problematikou každodenního života a s úskalími spojenými s mobilitou osob s různými postiženími, neboť i o těchto aspektech života s postižením v naší společnosti panuje obecně stále velmi nízké povědomí.

Cílem této práce je popsat vliv PŠD na vzdělávací proces školní mládeže a změnu jejich postojů k lidem s postiženími. Vzhledem k náročnosti PŠD na provedení v praxi se tato práce explicitně zabývá možností PŠD zkrátit a technicky a organizačně zjednodušit. Zásadní otázkou však je, zda by pak nedošlo k oslabení empiricky prokázaných pozitivních dopadů klasického PŠD. Odpověď na tuto otázku autor práce hledá a zpracovává v rámci výzkumu založeného na dotazníkovém šetření a zúčastněném pozorování.

Za tímto účelem autor této práce připravil a zrealizoval zkrácenou a zjednodušenou verzi PŠD. Už během přípravné fáze se však ukázalo, že původní představa zkrácení na 2 vyučovací hodiny je nerealistická. Projekt byl tedy nakonec koncipován jako půlden (dopolední vyučování) a jako takový byl proveden a vyhodnocen. Hodnocení přínosu (a

splnění obecných cílů PŠD) proběhlo formou opakovaného vyplnění dotazníků CAIPE a Adjective-Checklist účastníky projektu (žáky) a participantního výzkumu. Dotazníky autor práce vyhodnotil pomocí statistických metod a porovnal data získaná před a po realizaci projektu. Na základě tohoto srovnání vyvodil závěry o změnách postojů vlivem účasti na realizované verzi PŠD a formuloval závěrečné hodnocení.

3. Teoretická východiska práce

3.1. Paralympijský sport

Sport obecně se dá považovat za univerzální nástroj s obrovskou mocí. V současné době asi nelze nalézt účinnější komunikační prostředek, který je schopen spojovat celé generace, který je schopen spojovat nejrůznější národy i lidi bez rozdílu náboženského vyznání ze všech koutů světa. V oblasti sportu osob se zdravotním postižením je tento fenomén ještě mnohonásobně účinnější zejména jako hlavní nositel myšlenek tak často zmiňované inkluze (Ješina, 2011). Studie K. P. DePauw (1986) s názvem *Research on Sport for Athletes With Disabilities*, popisuje zásadní změnu ve vnímání a směřování sportu osob se zdravotním postižením. Zhruba do poloviny dvacátého století se sport osob se zdravotním postižením odehrával většinou jako součást rehabilitačního procesu a tím i v jakémsi uzavřeném prostředí obklopeném bariérami. Oblast sportu osob se zdravotním postižením však se ve 2. polovině 20. století dařilo přirozenou cestou a pozvolným odstraňováním bariér sportovcům s postižením rozšiřovat, objevovat nové možnosti a nakonec se i natrvalo usadit v zóně soutěžního charakteru. Takové motivační a podnětné prostředí přirozeně vedlo nejen k názorné ukázce jejich atletických schopností ale i k postupnému sdílení a následování stejných životních hodnot jako zdravý sportovec. V celospolečenské rovině by měl být sport v pozici veřejného zájmu, neboť podpora sportu v moderní společnosti působí nejenom jako integrační prvek, ale především jako významný faktor ochrany veřejného zdraví s pozitivním dopadem na výlohy související se zdravotní péčí. Provozováním sportu se plně využívají jeho možnosti v podobě zdravého životního stylu a zlepšení kvality života, obzvláště pak u „těch druhých“ (Zelenka, Kudláček, 2016).

Dějiny sportu osob s postižením se začaly psát ve druhé dekádě 20. století. Během první světové války a v období po ní se to týkalo zejména válečných invalidů, pro něž byly jako součást fyzické a psychické rehabilitace lékařským a zdravotnickým personálem pořádány soutěže, zejména v Anglii a USA. V rámci těchto soutěží invalidé či nevidomí také často soutěžili se zdravými (Anderson, 2008). V této souvislosti je třeba zmínit osobnost PhDr. Vojmíra Srdečného. Ten, coby absolvent Institutu tělesné výchovy, propagoval pohyb v rehabilitaci pacientů po míšňí lézi v rehabilitačním ústavu v Kladrubech po 2. světové válce. Jím založené Kladrubské hry se konaly dokonce i tři měsíce dříve nežli první hry ve Stoke

Mandeville (Ješina, 2016). Srdečný považoval sport především za součást celkové rehabilitační péče. Tradici her však o pouhý rok později bohužel přerušil negativní postoj nového politického režimu, který se snažil postižené vytěsnit na samý okraj společnosti. Komunistický přístup ke sportu postižených nejlépe vystihuje doporučení, s nímž v roce 1949 ministr zdravotnictví zakázal konání Kladrubských her. Pořadatelům vzkázal, aby nemíchali sport s rehabilitací (Reismüller, Parry, 2017). Tradici Kladrubských her se podařilo postupně obnovovat až po roce 1959. Navzdory nepřízní režimu se hry v Kladrubech začaly od roku 1960 konat dvakrát ročně. Od samého začátku byly koncipovány jako klání osob s různými typy postižení a také v různých disciplínách – jak kategorie postižení, tak sporty se v průběhu času měnily (Srdečný, 2001).

Počátky paralympijského sportu v dnešní podobě na západě můžeme sledovat již v roce 1948, kdy se (pár měsíců po prvních Kladrubských hrách) uskutečnily první slavné Stoke-Mandevillské hry sportovců vozíčkářů ve Velké Británii. Těchto her se zúčastnilo 16 sportovců výhradně z britských ostrovů, kteří soutěžili zatím ještě v jediné disciplíně (lukostřelbě), a je s nimi spojeno jméno zakladatele a propagátora sportu osob na vozíku sira Ludwiga Guttmanna – neurologa, který ve Velké Británii vedl rehabilitační ústav ve Stoke Mandeville. Dr. Guttmann viděl obrovský potenciál sportu ve vztahu ke komplexní, specificky sociální rehabilitaci osob s transversální míšní lézí. V rehabilitačním centru ve Stoke Mandeville se sport úspěšně rozvíjel a tak se v roce 1952 mohly uskutečnit první mezinárodní hry vozíčkářů, kterých se účastnilo 130 sportovců na ortopedických vozících (Reismüller, Parry, 2017).

Mezinárodní popularita sportu vozíčkářů stoupala a tak byla v roce 1952 založena mezinárodní sportovní organizace vozíčkářů (International Stoke Mandeville Games Federation). Sir Guttmann měl sen rozvíjet sport pro osoby s postižením na všech úrovních a vytvořit systém soutěží, který by byl ekvivalentem olympijských her. K této myšlence jej motivovalo mj. konání Olympijských her v Londýně v roce 1948. Tento sen organizovat hry ve stejném roce a stejném místě jako olympijské hry, se naplnil v roce 1960, kdy necelé dva měsíce po skončení olympiády v Římě proběhly mezinárodní hry (International Stoke Mandeville Games), které později dostaly název paralympiády – takto ovšem nazývaly až od roku 1988, hry, které se konaly mezi lety 1960-1988 byly na „paralympijské“ přejmenovány až zpětně (Reismüller, Parry, 2017).

Ačkoliv původní Mezinárodní Stoke-Mandevilleské hry byly primárně soutěží paraplegiků, s nimiž L. Guttmann pracoval, dnešní výraz „paralympijské hry“ resp.

„paralympijský sport“ není odvozen od paraplegie. Chápání řecké předpony „para-“ je zde mnohem širší a odkazuje na její druhý význam „vedle“, „při“ (Petráčková, Kraus, 2001). Už hry v Tokiu v roce 1964 vyhlásili jejich pořadatelé pro „fyzicky hendikepované“ („for the physically handicaped“) a v Torontu v roce 1976 pro „tělesně postižené“ („for the physicaly disabled“) (Reismüller, Parry, 2017). Samotný Mezinárodní paralympijský výbor (založený až v roce 1989) název i ambice Paralympijských her vysvětluje takto: „Slovo „paralympijský“ je odvozeno od řecké předpony *para-* a slova *olympijský*. To znamená, že Paralympijské hry jsou paralelou k hrám olympijským, obě tato hnutí tedy existují souběžně vedle sebe.“ (IPC 2013).

V roce 1964 je založena Mezinárodní sportovní organizace pro zdravotně postižené International Sport Organization for the Disabled (ISOD), která je zaměřena na rozvoj sportu osob s amputacemi a dalšími tělesnými postiženími. Díky iniciativě této organizace se sportovci s amputacemi poprvé objevují na Paralympijských hrách v Torontu v roce 1976. V roce 1978 vzniká sportovní organizace CP-ISRA (Cerebral Palsy - International Sport and Recreation Association – Mezinárodní asociace sportu a rekreace pro osoby s cerebrální parézou).

Zimní sport osob s postižením se po II. světové válce rozvíjel pomaleji než letní sporty. V roce 1984 se uskutečnil první lyžařský kurz trojstopého lyžování pro osoby s amputacemi dolních končetin. V roce 1970 se konaly první mezinárodní závody lyžování postižených a v roce 1974 bylo ve Francii (Grand Bornand) zorganizováno první MS v klasickém i sjezdovém lyžování. První zimní paralympijské hry se konaly v roce 1976 ve švédském městě Örnsköldsvik. Závodili zde lyžaři s amputacemi a zrakovým postižením v klasickém i sjezdovém lyžování a v rychlobruslení na speciálních saních. Po úspěšných prvních hrách byly v roce 1980 zorganizovány II. zimní paralympijské hry v norském městě Geilo. Těchto her se účastnili také vozíčkáři a jako demonstrace zde bylo uvedeno právě lyžování na speciálních saních (předchůdce monolyži). (Ješina, Kudláček, 2011).

3.1.1. Paralympijské hry

Vrcholnou sportovní událostí celého paralympijského hnutí jsou Paralympijské hry. Účastní se jich sportovci rozdělení do pěti skupin podle různých typu postižení s výjimkou sportovců se sluchovým postižením. Pro sportovce se sluchovým postižením je sportovním vrcholem obdoba paralympijských her – deaflympiáda.

Historie paralympijských her se začíná psát v roce 1960 v Římě, kdy se této přelomové akce zúčastnilo na čtyři stovky sportovců ze dvaceti tří zemí světa. Paralympijské hry se vždy konaly ve stejném roce jako hry olympijské a od letních paralympijských her v Soulu v roce 1988 se konají vždy i na stejném místě jako hry olympijské. V roce 2016 v Rio De Janeiru se těchto her zúčastnilo již téměř čtyři a půl tisíce paralympioniků, které vyslalo 176 zemí světa a utkali se ve 23 různých sportech (Bailey, 2008).

Přípravu letních i zimních paralympijských her i dalších sportovních událostí, kterých se účastní sportovci různých zdravotních postižení, zastřešuje a koordinuje Mezinárodní paralympijský výbor (International Paralympic Committee – IPC). Mezinárodní paralympijský výbor byl založen 22. září 1989 jako mezinárodní nezisková organizace 160 národních paralympijských výborů z pěti regionů a čtyř sportovních organizací sportovců se zdravotním postižením (Kudláček et al., 2007).

Rozvoj sportovců všech výkonnostních kategorií a jejich zapojování do soutěží na mezinárodní, národní i lokální úrovni podporuje IPC s myšlenkou, že je třeba: „umožnit paralympionikům dosáhnout sportovní excelenci a inspirovat svět“. V originále: „To Enable Paralympic Athletes to Achieve Sporting Excellence and Inspire and Excite the World.“ (IPC, 2013)

Mezinárodní olympijský výbor a Mezinárodní paralympijský výbor podepsaly 19. června 2001 smlouvu, ve které se zavazují ke spolupráci při organizaci olympijských a paralympijských her. Od roku 2012 se pořadatel olympijských her zavazuje také k pořadatelství her paralympijských (Kudláček et al., 2008).

Oficiální logo bylo představeno v roce 2003 a je hlavním paralympijským symbolem – symbolem v pohybu, se třemi soustředně orientovanými znaky *Agitos* (latinský termín s významem pohybují se), které symbolizují, že IPC sdružuje sportovce ze všech koutů světa a umožňuje jim soutěžit a vrcholnými výkony být inspirací pro celý svět i to, že se nevzdávají a jdou stále vpřed (Kudláček et al., 2009).

Agitos (znaky z loga IPC, z latinského „agito“, česky „hýbu se“) mají tři barvy, které jsou nejvíce zastoupeny v národních vlajkách: červená, modrá a zelená (IPC, 2006) a v roce 2003 bylo představeno nové heslo *Spirit in Motion*, tedy ve volném překladu v češtině: *Duch v pohybu* nebo také *Zážitek z pohybu*. Toto heslo vyjadřuje nezlomnou vůli překonávat všechny překážky spojené s postižením paralympionika jako profesionála ale i prostou radost z pohybu a vůli být inspirací dalším sportovcům s postižením i bez něj.



Obr. 1. Logo IPC

Paralympijské letní sporty

Na letní paralympiádě sportovci soutěží v následujících atletických disciplínách:

- Dráhové disciplíny: sprint (100 m, 200 m, 400 m), střední tratě (800 m, 1500 m), vytrvalostní tratě (5000 m, 10.000 m, maratón) a štafetové závody (4x100 m, 4x400 m).
- Skokanské disciplíny: Skok vysoký, skok daleký a trojskok.
- Vrhácké disciplíny: Hod diskem, hod oštěpem (kuželkou), vrh koulí.
- Pětiboj: kombinace disciplín na trati a v poli na základě klasifikace sportovců.

Neatletický sportovní program letní paralympiády představují tyto sporty a disciplíny:

- Basketbal na vozíku
- Boccia
- Cyklistika
- Fotbal pro 5 (zrakově postižených)
- Fotbal pro 7 (spastiků)
- Goalbal
- Jachting
- Jezdectví
- Judo
- Lukostřelba
- Plavání
- Rugby na vozíku
- Sportovní střelba
- Stolní tenis

- rmx na vozíku
- Tenis na vozíku
- Veslování
- Volejbal (v sedě)
- Vzpírání
- Kvadriatlon
- Kanoistika

Paralympijské zimní sporty:

Sportovní program zimní paralympiády představují tyto sporty a disciplíny:

- Běžecké lyžování
- Biatlon
- Curling vozíčkářů
- Sjezdové lyžování
- Sledge hokej

(www.paralympic.org)

3.1.2. Vzdělávací programy paralympijských her

Průkopníkem vzdělávacích programů byl organizační výbor Paralympijských her v Atlantě (Kudláček et al., 2009). Potřeba přenést hlavní myšlenky paralympijského hnutí dětem – žákům základních škol – jej v roce 1996 veda k vypracování speciálního vzdělávacího materiálu pro žáky všech věkových skupin pod názvem *Paralympiáda – přehled paralympijských her a jejich účastníků (The Paralympic: An overview of the Paralympic Games and people who participate)*, ve kterém mohly děti získat přehled o osobách s postižením a pochopit význam možnosti sportu, rekreace a začlenění se v této oblasti. Na tento úspěšný program navázal organizační výbor paralympijských her v Sydney 2000 Vzdělávacím programem *Nesvazuj se limity (Set no Limit)*, jehož hlavním záměrem bylo pochopení a přijetí osob se zdravotním postižením. Následovaly paralympijské vzdělávací materiály pro paralympijské hry v Aténách 2004 – *Paralympijské hry 1960 až 2004 (The Paralympic Games from 1960 to 2004)*, opět zaměřené na paralympijskou výchovu dětí ze základních škol. Základní premisou paralympijské výchovy je přesvědčení, že integrace paralympijských ideálů do vzdělávacích systémů je efektivní přístup ke vzdělávání dětí v

oblasti porozumění specifickým potřebám osob se zdravotním postižením. Cílem paralympijské výchovy je tvorba a podpora aktivit, které pomohou dětem získat základní informace o paralympijském hnutí a pochopit vlastní postoje k osobám se zdravotním postižením (Kudláček et al., 2009).

Z tohoto záměru vycházejí dílčí cíle paralympijské výchovy:

- (a) pochopení a přijetí jinakosti osob s postižením a pozitivní postoje k osobám se zdravotním postižením;
- (b) podpora pochopení principu samostatného života a plnohodnotného zapojení do společnosti;
- (c) povědomí o ideálech a vzdělávacích hodnotách paralympijského hnutí;
- (d) podpora a tvorba vzdělávacích programů a podpora ve více jazycích a formátech

(Kudláček et al., 2009).

Jednou z oblastí, kde může být paralympijská výchova integrována, je tělesná výchova.

Všechny vzdělávací aktivity by se měly zaměřit na pochopení a přijetí individuálních rozdílů „jinakosti“, na získání respektu ke sportovním výkonům paralympioniků a přijetí práv osob se zdravotním postižením na zapojení do sportu a tělesné výchovy. Paralympijská výchova se zaměřuje na tvorbu a podporu vzdělávacích aktivit, které pomáhají dětem přijmout hodnoty lidské solidarity, tolerance a vzájemného respektu (Craven, 2004).

Úspěch vzdělávacích paralympijských programů vedl k myšlence, že není bezpodmínečně nutné tyto programy vztahovat vždy k určitým, časově omezeným akcím ale je potřeba je podobnou formou přenést do běžného života, na půdy základních škol v kterémkoliv období školního roku (Kudláček et al., 2009). Vzrůstající popularita a obliba paralympijských her a rozvoj paralympijského hnutí zároveň vytváří i potřebu pro vznik nové specializace – paralympijské výchovy, vzdělání a rozvoje. S informacemi o Paralympijské

výchově se můžeme setkávat na různých konferencích a seminářích (např. EUCAPA 2006 i 2008, Integrace jiná cesta).

3.1.3. Paralympijský školní den

Paralympijský školní den (PŠD, Paralympic School Day) je jeden ze směrů Paralympijských vzdělávacích programů. Součástí propagace a osvěty, kterou zastřešuje a řídí Mezinárodní paralympijský výbor, se PŠD staly od roku 1996. Začlenění paralympijských ideálů do vzdělávacího systému je cesta ke vzdělávání dětí v oblasti porozumění specifických potřeb osob se zdravotním postižením a jejich možnému začlenění do hodin tělesné výchovy. Cílem Paralympijského školního dne je dosáhnout u žáků porozumění specifickým potřebám osob se zdravotním postižením a seznámení se s paralympijskými sporty a využít jeho potenciálu jako prostředku pro výuku tolerance (Belousov, 2016). Paralympijský školní den se v první řadě zaměřuje na zlepšení postojů k osobám se zdravotním postižením (Kudláček et al., 2009).

Podrobně o vzniku, financování a etablování PŠD v České republice píše v časopise *Tělesná výchova a sport mládeže* Ondřej Ješina:

„PŠD je jedním ze vzdělávacích pilířů Mezinárodního paralympijského výboru (IPC). Program byl vytvořen v rámci mezinárodního rozvojového projektu, který byl v letech 2005 a 2006 podporován Evropskou komisí. Tvorby programu se na popud IPC ujali zástupci 6 států Evropy (Belgie, České republiky, Německa, Řecka, Litvy a Švédska). Zástupcem České republiky byla Katedra aplikovaných pohybových aktivit FTK UP v Olomouci, jejíž Centrum APA je dosud jeho největším ideovým nositelem.

V současné době se program realizuje už i v USA, Kanadě, Turecku a dalších mimoevropských státech. Ačkoliv jinde iniciativu a kooperaci přebírají národní paralympijské výbory (včetně spolufinancování), u nás tato spolupráce nefunguje. Nicméně, díky tomu, že se od roku 2005 stává PŠD pravidelně součástí různých financovaných projektů, se jeho kontinuita za celou dobu nepřerušila. V roce 2016 tak byl v rámci projektu „KLIKO“ podporovaným Evropským sociálním fondem uskutečněn jubilejní 200. PŠD a do současné doby (březen 2017) se programů realizovaných FTK UP v Olomouci zúčastnilo více než 25 000 žáků a pedagogů! Česká republika je tak zřejmě zemí s největším počtem uspořádaných PŠD na světě.“ (Ješina, 2017.)

Cílovou skupinou, na niž se jednotlivé aktivity tohoto vzdělávacího projektu iniciovaného Mezinárodním paralympijským výborem zaměřují, jsou děti mezi 6 až 12 lety. Obsah

programu PŠD se flexibilně přizpůsobuje (dle počtu a věku žáků) materiálním a především prostorovým podmínkám a specifickým přáním škol. Vynikajícím příkladem spolupráce mohou být programy zážitkové pedagogiky organizované v přírodě nebo v budově.

Děti se setkávají se specifickými situacemi a mají jedinečnou příležitost naučit se zdolávat překážky na základě vzájemné spolupráce (Kudláček & Valenta, 2004). V rámci programu PŠD se děti např. setkávají a besedují s paralympioniky a vyzkoušejí si paralympijské sporty. Setkání s osobami se zdravotním postižením je důležité a žádoucí pro úspěšnou realizaci PŠD. Častá, smysluplná a příjemná interakce je nezbytným předpokladem pozitivního vlivu těchto setkání na postoje.

Nejčastěji jsou v rámci programu PŠD uskutečňovány následující aktivity:

- teoretická přednáška o sportech osob se speciálními potřebami
- beseda se sportovcem s postižením
- základní mobilita bez zrakové kontroly
- základní mobilita na vozíku
- sporty osob se zrakovým postižením – goalball, judo
- sportovní hry osob s tělesným postižením – basketbal na vozíku, florbal na vozíku, házená na vozíku, rugby na vozíku
- atletika – tratové disciplíny i disciplíny v poli sportovců s tělesným a zrakovým postižením
- boccia

V již zmíněném článku Ondřej Ješina dále uvádí (Ješina, 2017): „Přesto, že hlavním propagátorem tohoto vzdělávacího programu je u nás FTK UP v Olomouci, jeho filozofií a strategií zůstává možnost škol organizovat PŠD pro své účely samostatně. Při zachování základních myšlenek, cílů a nástrojů (prožitkově orientované programy a praktické vyzkoušení si jednotlivých sportů) jej může realizovat prakticky

kdokoliv. Některé školy, kde byl program nejprve připraven FTK UP v Olomouci, si jeho následné opakování již uspořádaly samy. Jako „know-how“ je vhodné použít metodický materiál k tvorbě programu, který u nás byl přeložen a vydán knižně již v roce 2008.“

Olomoucký tým tak jednoznačně deklaruje, že tento vzdělávací program je zamýšlený pro co nejširší použití.

PŠD je zamýšlen jako součást dlouhodobého výchovně vzdělávacího procesu (Kudláček et al., 2008). Olomoucký tým autorů (doc. Mgr. Martin Kudláček, Ph.D., PaedDr. Zbyněk Janečka, Ph.D., Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D. aj.) vypracoval pro české podmínky manuál pro provádění PŠD na českých základních školách (Kudláček et al., 2008), dále jen **Manuál PŠD**, který detailně popisuje záměry i provádění projektu v praxi (viz rovněž předešlá citace). Odborné studie Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci prokázaly pomocí mezinárodních dotazníků CAIPE, které žáci vyplňovali během realizace PŠD na své škole, že projekt skutečně dokáže pozitivně ovlivnit postoje žáků k osobám se zdravotním postižením. Pomocí bezprostředního zážitku můžeme velmi výrazně ovlivňovat a pozitivně formovat i kompetence účastníků ve vztahu k jednotlivým výstupům některých vzdělávacích oblastí, které najdeme v rámcových vzdělávacích programech (Ješina et al., 2009).

V úvodu Manuálu PŠD autoři deklarují základní cíle PŠD a formulují pro případné realizátory jasná praktická doporučení:

„Naší snahou je zjišťovat změny postojů k osobám se speciálními potřebami za pomoci intervence v podobě programu Paralympijský školní den. Pokud chcete optimalizovat dopad tohoto projektu ve Vaší škole, doporučujeme rozdělit jej na tyto tři fáze:

1. Příprava PŠD: Tato fáze má dva základní cíle: (a) připravit žáky na vlastní program a (b) organizace vlastního dne, tak aby proběhl bez problémů, a Vy jste mohli dosáhnout svých výchovně – vzdělávacích cílů.

2. Implementace PŠD: Jedná se o vlastní PŠD, který je realizován v hravém a radostném prostředí, kde mají studenti možnost učit se prostřednictvím množství sportovních a kulturních aktivit. V rámci programu mají studenti možnost si aktivně vyzkoušet různé paralympijské sporty, kterých se sami účastní a o nichž si také povídají se sportovci se zdravotním postižením.

3. Po skončení PŠD: Cílem této fáze je pokračování výchovně vzdělávacího procesu. V této fázi žáci rozšiřují své dovednosti a vědomosti nabitě v rámci PŠD. Žáci mají mít příležitost pracovat se svými zážitky, případně zkušenostmi a učitelé mají možnost navázat na jednotlivé aktivity v rámci další výuky i v jiných předmětech.“

(Kudláček et al., 2008, str. 8)

Ačkoliv je koncept PŠD je otevřený různým kreativním modifikacím, autoři (Kudláček, 2008, str. 7.) doporučují držet se několika klíčových zásad:

- (a) PŠD je částí dlouhodobého výchovně vzdělávacího procesu,
- (b) je třeba přemýšlet o prostředí, ve kterém žáci vyrůstají,
- (c) paralympijský školní den poskytuje pravdivý portrét,
- (d) je nutný dostatek času pro reflexi (zpětnou vazbu),
- (e) PŠD je postaveno na čtyřech klíčových hodnotách,

kteřé dále podrobněji rozvádějí (Kudláček, 2008, str. 9):

ad a) PŠD je částí dlouhodobého výchovně vzdělávacího procesu

K pochopení specifických potřeb osob, které mají výrazné tělesné a/nebo mentální odlišnosti potřebujeme více než jeden den. Změna postojů dětí je otázkou dlouhodobého procesu a PŠD je pouze jedním z milníků na cestě k přijetí a respektování osob se zdravotním postižením. Je zřejmé, že ve společnostech, ve kterých postižení není jejich běžnou součástí, budou děti reagovat specificky při kontaktu s něčím novým. PŠD je dobře strukturovaným výchovně vzdělávacím programem s vlastní přípravnou a následnou fází. Realizace PŠD záleží na přístupu školy, neboť PŠD může být zařazeno na začátek jistého programu, v němž poté děti pracují se svými zážitky. PŠD ale také můžete zařadit jako završení programu zaměřeného na specifické potřeby osob se zdravotním postižením.

Ad b) Je třeba přemýšlet o prostředí, ve kterém žáci vyrůstají

PŠD je vzdělávacím programem organizovaným ve škole. Pro zdárný přenos zkušeností z PŠD domu doporučujeme informovat rodiče a další příbuzné o cílech a náplni PŠD.

Ad c) Paralympijský školní den poskytuje pravdivý portrét.

Zkušenosti s aktivitami se „simulovaným postižením“ jsou základní myšlenkou PŠD a mohou být velmi zábavné. Musíte se však vždy zamyslet nad faktem, zda a jak těmito aktivitami stimulujete učení? Je potřeba vybrat aktivity vyváženě, tak aby některé byly vedeny učitelem, jiné založeny na interakci se sportovcem a v dalších měli studenti možnost se sami rozhodovat. Taková skladba PŠD poskytuje velké množství zkušeností a umožní trvalý dopad na učení žáku.

Ad d) Je nutný dostatek času pro reflexi (zpětnou vazbu).

V průběhu přípravy tohoto projektu jsme zorganizovali 35 PŠD v šesti zemích. Délka jednotlivých aktivit se pohybovala od 15 minut do dvou hodin. Nikdy nesmíme zapomenout na poskytnutí dostatečného časového prostoru pro reflexi. Z těchto důvodů doporučujeme optimální délku aktivity mezi 40 a 45 minutami.

Ad e) PŠD je postaven na čtyřech klíčových hodnotách.

Hodnoty PŠD jsou založeny na vizi a misi Mezinárodního paralympijského výboru. Pokud možno, PŠD by mělo zahrnovat aktivity všech čtyř hodnot, jak jsou popsány na následující stránce. Na základě našich zkušeností můžeme potvrdit, že struktura PŠD, která zahrnuje všechny čtyři hodnoty, umožňuje realizaci vyrovnaného programu (Kudláček et al., 2008, s. 10).

Autoři také jasně formulují, na jakých základních hodnotách je PŠD založen. Pro každou z těchto základních hodnot také specifikují, jakým způsobem je dětem chtějí v rámci PŠD předat (tedy co mají děti při PŠD získat):

1. Respekt ke sportovnímu výkonu

- Získat povědomí o různých sportech a adaptacích.
- Získat znalosti o sportovní klasifikaci a nejtěžších postiženích.
- Získat zkušenosti pomocí setkání s vrcholovými sportovci s postižením.

2. Respekt a přijetí individuálních odlišností

- Získat povědomí o individuálních rozdílech.
- Získat znalosti o osobách s postižením.
- Vyzkoušet si, jaké to je být jiný.

3. Sport jako lidské právo

- Být si vědom toho, že osoby s postižením mají právo participovat ve sportovních aktivitách.
- Být si vědom problému s přístupností (bezbariérovostí).
- Získat znalosti o postupech integrované TV.
- Být si vědom vlastních postojů k osobám s postižením účastnících se sportovních aktivit.

4. Umocnění a sociální podpora

- Získat zkušenosti s úspěchem a prohrou (vztaženo k emocím).
- Naučit se používat adekvátní podpůrné cesty.
- Poznat životní příběhy úspěšných (neúspěšných) sportovců s postižením.

(Kudláček et al., 2008, s. 12.)

3.2. Zdravotní postižení

3.2.1. Definice zdravotního postižení

Z hlediska kinantropologie nechápeme postižení jen jako individuální záležitost jedince, ale musíme k němu přistupovat jako k výsledku vzájemných vztahů a souvislostí mezi postiženým jedincem a jeho okolím. Postižení tedy není samotný nedostatek zdraví, ale je až výsledkem bariér mezi jedincem a jeho okolím ve smyslu sociálním (např. odmítání ze strany společnosti) nebo ve smyslu fyzickém (např. špatná přístupnost budov). Vykonávat činnosti běžného života pak znemožňují právě tyto bariéry. Identifikace a odstraňování těchto bariér, tedy eliminace vznikajících specifických potřeb je hlavním smyslem práce se zdravotně postiženými. Tento sociální model začíná převažovat v moderním chápání pojmu zdravotního postižení (Ješina, Hamřík, 2011).

Na mezinárodní úrovni se o definici zdravotního postižení pokusila Světová zdravotnická organizace (WHO) v roce 1980, kdy schválila dokument *Mezinárodní klasifikace poruch, postižení a handicapů (ICIDH)*. V tomto dokumentu byly vymezeny tři základní pojmy:

- *porucha (impairment)* je definována jako funkční nebo orgánová ztráta či abnormalita lidského těla,
- *postižení (disability)* je omezení či ztráta člověka vykonávat určité aktivity nebo zvyklosti, které lze považovat za obvyklé, normální,

- *handicap* je potom omezení sociálního charakteru, které člověk zažívá v důsledku svého postižení. Jde tedy o dimenzi vztahu mezi zdravotně postiženým člověkem a jeho okolím.

Mezi uvedenými pojmy existuje souvislost, neboť z poruchy se může vyvinout postižení, a to potom může vést ke vzniku handicapu. ICIDH znamenala významný posun ke sjednocení pojmů zdravotního postižení.

V roce 2001 provedla WHO revizi ICIDH nazvanou jako *Mezinárodní klasifikace funkčnosti, postižení a zdraví (ICF)*. Nově zvolený koncept zde vychází z širšího, komplexnějšího pojetí zdravotního postižení. Předpokládá se univerzální použití ICF, neboť situace každého z nás se nějakým způsobem vztahuje ke zdraví. Postižení je zde chápáno již jako zastřešující pojem zahrnující jak funkční či orgánovou poruchu lidského těla nebo psychickou poruchu lidské osobnosti, tak i nemožnost vykonávat z těchto důvodů určité aktivity či být účasten určitých běžných životních situací, a to i v důsledku existence bariér, které vytváří prostředí, ve kterém zdravotně postižení žijí.

Také OSN uvádí svoji definici zdravotního postižení v aktuální *Úmluvě o právech osob se zdravotním postižením* z roku 2007. V této Úmluvě se doslova uvádí, že „...zdravotní postižení je koncept, který se vyvíjí a který je výsledkem vzájemného působení mezi osobami s postižením a bariérami v postojích a v prostředí, které brání jejich plnému a účinnému zapojení do společnosti, na rovnoprávném základě s ostatními“. V čl. 1 Úmluvy jsou pak osoby se zdravotním postižením vymezeny jako „...osoby mající dlouhodobé fyzické, duševní, mentální nebo smyslové postižení, které v interakci s různými překážkami může bránit jejich plnému a účinnému zapojení do společnosti na rovnoprávném základě s ostatními“.

Studie *Transforming Disability into Ability* (OECD, 2003) se dívá na koncept zdravotního postižení ve vztahu k možnosti pracovat. Podle této studie se na postižení není možné dívat jako na neschopnost pracovat. Jde tedy o to, jakým způsobem pomoci lidem se zdravotním postižením, aby se vlastními silami a vlastní prací mohli realizovat.

3.2.2. Rozdělení osob se zdravotním postižením

Z hlediska kinantropologického je možné provést základní rozdělení zdravotně postižených osob do tří skupin. V první skupině jsou lidé se smyslovým zdravotním postižením, tedy se sluchovým (SP) nebo zrakovým (ZP) postižením. V druhé skupině jsou lidé s mentálním postižením (MP) a třetí skupinu tvoří lidé s postižením tělesným (TP). Šíře záběru vědeckého oboru aplikovaných pohybových aktivit (APA) a aplikované tělesné výchovy (ATV) je samozřejmě výrazně rozsáhlejší a zahrnuje i problematiku osob se sociálním znevýhodněním, osob se zdravotním znevýhodněním, osob s poruchou autistického spektra, s poruchami chování a pozornosti a v neposlední řadě i problematikou seniorů (Kudláček, 2011). Pro potřebu této diplomové práce je třeba popsat a rozdělit hlavně zdravotní postižení paralympijských sportovců. Paralympijské sportovní hnutí je zaměřeno hlavně na rozvoj sportů tělesně a zrakově postižených. Tělesně postižení se dále dělí na sportovce s amputacemi, vozíčkáře (paraplegie, kvadruplegie a rozštěp páteře), spastiky (osoby s DMO). Mezi zakládající organizace mezinárodního paralympijského výboru patřila také organizace INAS-FID, která se věnuje rozvoji sportu osob s mentálním postižením. Sportovci s mentálním postižením se v současné době zúčastňují paralympiád jen okrajově, a to především z důvodu komplikované klasifikace těchto sportovců. Hlavním těžištěm a vrcholem pro sportovce s mentálním postižením jsou speciální olympiády (Special Olympics International) (Kudláček, Ješina, 2013). Stejně tak i sportovci se sluchovým postižením mají vrchol sportovního zápolení v podobě deaflympijských her, jak již bylo zmíněno v kapitole 3.1.1.

3.2.3. Tělesná postižení

Pojem tělesné postižení je značně široký. Mnozí autoři publikující v oblasti zdravotního postižení preferují termín porucha hybnosti. Tento termín pravděpodobně lépe popisuje funkční omezení těchto osob, ale v souladu s terminologií Světové zdravotnické organizace (WHO) podle klasifikace ICF-2001 je vhodnější tyto osoby vnímat a pohlížet na ně jako na osoby se specifickou formou pohybu (Ješina, Kudláček, 2011). Příčiny tělesného postižení mohou být různé:

- *Dětská mozková obrna*

Mezi nejčastěji se vyskytujícími typy tělesných postižení patří Dětská mozková obrna. DMO je neprogresivní a nestacionární postižení centrálního nervového systému vedoucí

k poruchám volní hybnosti, parézám nebo mimovolným pohybům. Období vzniku DMO se dělí na období prenatální s hlavními činiteli – infekce, vývojové malformace, oběhové poruchy a přenošenost, na období perinatální – zejména vlivem abnormálních porodů a období postnatální – zhruba do jednoho roku vlivem infekce a dětí nedonošených.

DMO, někdy zkracovanou na dětskou obrnu, rozdělujeme podle tří základních kritérií na:

- a) neurosvalovou (spastickou a nespastickou)
- b) topografickou (diuréza, hemiparéza, kvadruparéza)
- c) funkčně sportovní (třídy CP-ISRA od nejtěžších forem CP1 až po nejlehčí formy postižení CP8)

(Ješina, Kudláček, 2011)

- *Rozštěpy páteře*

Jak uvádí Sherrill (2004), rozštěp páteře nebo-li také spina bifida, je druhá nejčastější forma tělesného postižení. Rozštěpy páteře vznikají nedokonalým uzavřením medulární trubice. Jedná se o částečný výhřez míchy nejčastěji v oblasti bederní páteře krytý pouze kůží.

Tři základní druhy rozštěpu jsou:

- a) meningokéle (výhřez míšních plen)
- b) meningomyelokéle (výhřez míšních plen a míchy)
- c) spina biflaoculta (rozštěp obratlů)

- *Progresivní svalová dystrofie*

Jedná se o úbytek a rozpad svalových vláken, která bez náhrady zanikají a jsou nahrazovány funkčně bezcenným vazivem. Progresivní svalová dystrofie patří mezi nejčastější svalové onemocnění zejména dětského věku, výjimečně v pubertě a jen ojediněle v dospělosti.

- *Ochrnutí po poranění míchy*

Jedná se většinou o následky těžkých úrazů a jen výjimečně jako následek onemocnění.

Ochrnutí bývají závislá na výšce poškození míchy a dělíme je na:

- pourazovou chabou parézu, neúplné ochrnutí dolních končetin při poškození míšních kořenů v oblasti bederní páteře, většinou je zachována schopnost chůze s pomocí francouzských holí

- poúrazovou paraplegii, úplné ochrnutí dolních končetin po úraze s poraněním míchy v oblasti hrudní a horní bederní páteře, pohyb pouze na vozíku, ojediněle chůze v aparátech
- poúrazovou kvadruplegii, úplné ochrnutí dolních končetin a ochrnutí horních končetin v různém stupni od paréz až po plegie, postiženo bývá i břišní a zádové svalstvo
- poúrazovou kvadruparézu, neúplné ochrnutí horních i dolních končetin

- *Amputace končetin*

Jedná se o odejmutí končetiny od trupu jako následek těžkých devastujících poranění v důsledku nehod, zejména v případě nevratných poškození důležitých cév, neléčitelných a život ohrožujících infekcí. (Ješina, 2011)

3.2.4. Zraková postižení

Člověk se zrakovým postižením je osoba, která přes veškeré korekce a zásahy (brýlová korekce, medikamentózní či chirurgické zásahy) má v běžném životě výrazné problémy se zrakovým vnímáním (Ješina, 2011).

Zrakové postižení může být zapříčiněno mnoha různými vnitřními i vnějšími vlivy. Můžeme je posuzovat z různých hledisek:

- etiologie, tedy zda se jedná o vadu orgánovou nebo funkční,
- doby vzniku postižení, tedy zda jde o vadu vrozenou. tj. dědičnou či získanou v době prenatální či o vadu získanou v době perinatální a postnatální,
- délky doby trvání zrakového postižení, tedy zda je krátkodobé, dlouhodobé či opakující se,
- Stupně postižení, tedy nevidomost (praktická, skutečná či plná) a slabozrakost (těžká či lehká),
- typu postižení, tedy porucha zrakové ostrosti při vidění do dálky nebo do blízka (Janečka, 2004).

Pro určení refrakčního stavu oka je podstatná míra zrakové ostrosti. Zraková ostrost vyjadřuje schopnost vizuální diferenciace a hodnotí se vidění na blízko a na dálku. Případné odchylky v refrakci do plusu i mínusu nám pak určují míru zrakového postižení. Zorné pole představuje součet všech bodů, které se při nehybném očním bulbu a pohledu vpřed zobrazí na sítnici. Při fyziologickém stavu dosahuje zorné pole 90° temporálně a 60° nazálně. Nahoře pak 60° a dole 70°. Zorná pole obou očí se v rozsahu asi 60° kolem fixačního bodu překrývají (Moravcová, 2004).

Klasifikace IBSA (Mezinárodní organizace sportu zrakově postižených) rozděluje sportovce se zrakovým postižením do tří skupin. Písmeno B je označení pro osoby s postižením zraku a vychází z anglického slova blind, tedy nevidomý. Číselný index udává stupeň postižení.

- Kategorie **B1** označuje úplnou slepotu, tedy neschopnost rozeznávat objekty ani kontury z jakékoliv vzdálenosti, bez světlocitu až světlocit.
- Kategorie **B2** znamená schopnost rozeznávat předměty nebo kontury, zraková ostrost do vizu 2/60 s horní hranicí zrakového pole do 5°.
- Kategorie **B3** označuje zrakovou ostrost 2/60 až 6/60 nebo omezení zrakového pole v rozmezí 5-20°.

(Janečka, 2004)

3.3. Integrace žáků s tělesným postižením do hodin školní tělesné výchovy

Pojem integrace je v současné době hojně užívaný termín ve většině vědeckých disciplín a netýká se jen oblasti školství. Bývá definován různým způsobem. Základem slovesa *integrovat* je latinské sloveso *integrate* (sjednocovat, scelovat) a přídavné jméno *integer* (nedotčený, celý). Integrace bývá definována jako oboustranný psychosociální proces sbližování minority znevýhodněných a majority intaktních (Hájková, 2005).

Definic integrace je velké množství, ale vždy se jedná o proces, kde je na jedné straně někdo, kdo je začleňován a na druhé straně prostředí nebo-li okolí, do kterého toto začleňování – integrace probíhá. Z výše uvedeného vyplývá, že tento složitý sociální proces je oboustranný. Na jedné straně stojí jedinec s jinakostí a na straně druhé intaktní okolí.

Neznamená však přizpůsobení se minority majoritě, ani majority minoritě (tzv. pozitivní diskriminace). Vyjadřuje způsob života a základní právo svobodné volby pro společný život.

Podle Vágnerové a kol. (1999) je integrace vyšším stupněm adaptace, kterou lze chápat jako začlenění odlišného jedince do prostředí majoritní společnosti. Začleněním můžeme chápat, že ve společnosti jedinec dokáže žít, cítí se v ní dobře a sám se s ní identifikuje.

Z výše uvedeného vyplývá, že je smysluplné, integrovat členy společnosti s postižením od nejtělejšího věku a v rámci veškerých životních situací, a tedy i v rámci vzdělávání – počínaje předškolními zařízeními a školou. „Proces integrace žáků s tělesným postižením do hlavního vzdělávacího proudu má v současné době stále vzrůstající tendenci. Tento směr je bezpochyby správnou cestou směřující k přirozenému zapojení jedinců s tělesným postižením do společnosti“ (Spurná a kol., 2010, str. 33-38).

Pro optimální průběh školní integrace je nezbytné umožnit žákům s TP účast ve všech vzdělávacích programech společně s jejich vrstevníky. (Spurná a kol., 2010). Z toho tedy vyplývá, že pro optimální průběh integrace je nezbytné umožnit žákům s TP účast a jejich plnohodnotné zapojení i v hodinách školní TV.

Integrace žáků s TP do školní tělesné výchovy probíhá ve specifickém prostředí tělocvičen nebo venkovních školních hřišť. Nezbytným předpokladem pro úspěšnou integraci je pochopitelně práce s postoji spolužáků, tedy s majoritní, intaktní skupinou. Právě ona specifická prostředí školní tělesné výchovy u žáků na ZŠ, v prostředí které by mělo být charakteristické jakousi uvolněností a radostí z pohybu a pohybových her, v prostředí kde se žáci poznávají i v jiných situacích než v běžné školní výuce ve třídách, je velmi vhodná na práci s postoji a jejich ovlivnění.

3.4. Postoje

3.4.1. Definice postojů

Postoje jsou neodmyslitelnou součástí lidského života. Nejsou konstantní – každý jednotlivec si je v průběhu života postupně vytváří (Výrost a Slaměník, 1997). Postoje jsou individuální a úzce souvisí s hodnotovým systémem člověka. Postoje můžeme charakterizovat také jako mentální procesy, jejichž vznik a upevňování je dlouhodobé povahy. Postoje ovlivňují chování svého nositele a jsou určující pro jeho reakce na sociální realitu.

Právě postoje určují, do jaké míry je pro člověka objekt, s nímž je konfrontován, odpudivý nebo přitažlivý, a koreluje tak s emocionální složkou. Na základě postojů také lidé

objektům a jiným lidem přisuzují určitou vlastnost nebo soubor vlastností. Postoje tedy souvisí s přesvědčením, ale ne nutně – postoje lidí sdílejících stejné přesvědčení se nemusí vždy zcela krýt – mohou být shodné jen částečně nebo minimálně. Naopak mohou mít stejný postoj i lidé, jejichž přesvědčení se liší.

Postoje sestávají ze tří složek (Výrost a Slaměník, 1997) :

- a) kognitivní (poznávací), pomocí níž poznáváme svět. (Vnímání, paměť, myšlení, představivost, pozornost a individuální hodnotový systém člověka.)
- b) emocionální (citové), která v člověku vzbuzuje emoce (často nepřiměřené, např. odpor vs. afinitu)
- c) konativní (behaviorální, volní), na jejímž základě vyvozujeme důsledky pro naše chování. Např. jakým způsobem se člověka daná situace dotkne, zda zareaguje impulzivně či klidně (Řezáč, 1998).

V sociální psychologii je postoj chápán jako základní výbava jednotlivce, která mu umožňuje správně reagovat, bránit se nebo se chovat určitým způsobem. K jednání dochází až po přihlednutí k sociálnímu kontextu daného jevu (Novák, 2009).

V Psychologickém slovníku od Hartla a Hartlové (2000, p. 442) je pojem postoj (attitude) uveden jako „sklon ustáleným způsobem reagovat na předměty, osoby, situace a na sebe sama“, dále je uvedeno, že postoje „jsou součástí osobnosti, souvisí se sklony a zájmy osobnosti, předurčují poznání, chápání, myšlení, a cítění“ a na závěr poznamenáme, že postoje „jsou všechny relativně trvalé a obsahují složku poznávací (kognitivní), citovou (afektivní) a konativní (behaviorální)“ (Baloun et al., 2017).

3.4.2. Změna postojů

Problematika ovlivnění postojů okolí ke spolužákům s TP v prostředí školní tělesné výchovy se podle Kudláčka (2013) týká především teorie kontaktní, tedy teorie založená na předpokladu, že postoje mohou být ovlivňovány, a to velmi efektivně osobním kontaktem s osobami se zdravotním postižením.

Prvotním prostorem, kde se postoje utvářejí, je rodina. S rostoucím věkem pak při utváření postojů roste význam sociální skupiny, v rámci níž se mladý člověk učí, nachází své vzory a identifikuje se s nimi. Velmi často je postoj (složka kognitivní) a chování člověka

v rozporu, tj. člověk něco proklamuje nebo dokonce prosazuje, ale nechová se podle toho. (Četnost a také nápadnost tohoto fenoménu se dokonce odrazila v jazyce – viz přísloví „Kázati vodu, píti víno“.) Ze strachu ze sociální nebo individuální reakce také lidé mohou rezignovat na obranu vlastních postojů v situacích, kdy jejich okolí/protějšek prosazuje postoje, které jsou s těmi jejich v rozporu.

V rámci formálního vzdělávacího procesu v dnešní době převládá kognitivní složka. Školní výuka dětem zprostředkovává velké množství informací, které děti pouze přijímají, aniž by je reflektovaly a hlouběji o nich přemýšlely. Součástí obsahu výuky zpravidla nebývá emocionální složka, kterou žákům naopak mohou zprostředkovat hry nebo aktivizační techniky, během nich se žáci mohou projevovat bez obav upřímně a otevřeně. (Hrubešová, 2006).

Právě postoje, které jsou součástí osobnosti žáků, významným způsobem ovlivňují efektivitu vyučování – to platí i pro postoje žáků základních škol k tělesné výchově. V současné době se však setkáváme s takovými postoji, že je na místě zamyšlení, zda nezměnit přístup učitelů a jejich strategii výuky tělesné výchovy. (Hrubešová, 2006).

Základním předpokladem integrace osob s postižením jsou přiměřené postoje relevantní části populace k lidem s postižením. Dále jsou postoje širšího sociálního prostředí, především vrstevníků (ale i učitelů a vychovatelů), významné pro sociální rozvoj jedince s postižením. Poměrně často, pokud jde o emocionální stránku, převládá u intaktních spoluobčanů pocit soucitu a lítosti k osobám s postižením, což není možné považovat za pozitivní (Požár, 2010).

Eliminace negativních postojů, kultivace a rozvíjení kladných postojů je z tohoto hlediska nezbytný a nikdy nekončící proces.

Hlavním prostředkem, jak iniciovat změnu postojů, je působení na osobnost jedince. Takovéto úsilí může vést k navození změny v centru pozornosti. Působení na pasivního jedince však není tak efektivní, jako práce s aktivním jedincem, který se aktivně zapojuje do sociálních interakcí různých sociálních situací, na základě nichž mění své postoje (Výrost a Slaměník, 1997). Při úsilí o změnu postojů jedince je klíčové jeho přesvědčení, tj. to jak vnímá určitý objekt nebo jiného člověka. Změny přesvědčení lze docílit dvěma způsoby (Výrost & Slaměník, 1997:

- 1) aktivní účastí, tzn. navozením takové situací, v níž dotyčný vnímá *vlastnosti objektu* nebo člověka,

- 2) zprostředkováním informace (o vlastnostech objektu nebo člověka) z vnějšího zdroje.

Vzhledem k tomu, že sociální psychologie chápe postoj jako základní výbavu jedince, na jejímž základě jedná a reaguje (viz kapitola 3.3.1.), je žádoucí využít možností, jak v rámci formálního i neformálního vzdělávacího procesu ovlivnit postoje žáků na základě vlastní zkušenosti, prožitku a přímého zapojení se do určité sociální problematiky.

Vzhledem k povaze postojů a mechanismu jejich utváření lze předpokládat, že na základě vhodně zvoleného a cíleně navozeného formativního zážitku se takto nasměrovaný a ovlivněný postoj napevno zafixuje a stane se součástí sociálně psychologické výbavy jedince. Základní podmínkou je úměrnost a přiměřenost daného formativního prostředí pro danou věkovou skupinu.

Kudláček (Kudláček, 2008, str. 100) definuje 4 postojové teorie, a později také popisuje, jak se uplatňují při ovlivňování postojů (Kudláček, 2013):

- a) kontaktní teorie (contact theory),
- b) persvazivní teorie (persuasive theory),
- c) teorie mezilidských vztahů (interpersonal relations theory)
- d) sociálně kognitivní teorie (social cognitive theory).

Problematika ovlivnění postojů okolí ke spolužákům s TP v prostředí školní tělesné výchovy se podle Kudláčka (2013) týká především teorie kontaktní, tedy teorie založená na předpokladu, že postoje mohou být ovlivňovány, a to velmi efektivně osobním kontaktem s osobami se zdravotním postižením.

K tomu, aby došlo k pozitivnímu dopadu na změnu postojů okolí k osobám se zdravotním postižením, je nezbytné dodržet základní charakteristiku východisek (Tripp, French a Sherril, 1995). Tato východiska jsou:

- 1) srovnatelný společenský status (například student VŠ s/bez zdravotního postižení),
- 2) oboustranně přínosný kontakt (pozitivní),
- 3) obě skupiny mají stejné cíle,
- 4) kontakt je déletrvající a nikoli jen jednorázový.

Pozitivní změny v postojích k osobám se zdravotním postižením mohou být však na druhou stranu i omezeny východisky nevhodně zvolenými, například:

- 1) soutěže mezi skupinami,
- 2) nepříjemné prostředí a nedobrovolná účast,
- 3) frustrace zapojených jedinců

(Tripp, French a Sherril, 1995).

3.4.3. Postoje k osobám s postižením

Ve vztahu k osobám s postižením je podstatné, že postoj k osobě s postižením se může lišit od postoje k samotnému postižení. Je mezi nimi tedy třeba rozlišovat. Je rovněž podstatné, zda majitel postoje k danému postižení je či není nositelem tohoto hendikepu. Dále rozlišujeme postoje k důsledkům postižení nebo k náhradní činnosti či změně činnosti v důsledku postižení popř. ke kompenzačním pomůckám a jejich využívání. Postoje hrají roli i ve vztazích mezi lidmi – soukromé i pracovní sféře (přátelské, partnerské, pracovní vztahy). Postoje se mohou významně lišit také v závislosti na konkrétním druhu postižení a míře ev. stupni postižení (Kudláček, 2007).

Souhrnně lze konstatovat, že postoje se projevují v chování a jednání člověka a celkově tak ovlivňují utváření jeho vztahů k prostředí. Pojem postoj tedy vyjadřuje, že člověk má tendenci se nějak chovat. Postoje ovlivňují všechny stránky psychické činnosti prožívání, konání, interpretace skutečnosti (Řezáč, 1998).

Součástí lidské přirozenosti je reagovat na jinakost, tedy vše, co se nějak odlišuje od lidskou společností obecně přijímané normy. Tato vrozená prvotní reakce je obvykle negativní v tom smyslu, že odlišné je vnímáno jako ohrožující. Odlišné v člověku vyvolává strach, na nějž má tendenci reagovat odmítnutím nebo snahou odlišné izolovat. S touto reakcí jsou úzce spojené také předsudky vůči objektu této reakce. Předsudky vznikají částečně výchovou, špatnými osobními zkušenostmi nebo je zprostředkovává prostředí, v němž se člověk pohybuje. Patrně nejsilnějším faktorem pro vznik předsudků jsou kvůli jejich odlišnosti projevy a chování postižených – jinak vypadají, komunikace s nimi může probíhat jinak (je obtížnější), než je obvyklé, mohou se jinak a projevovat (pro nepostiženého nesrozumitelně, matoucím způsobem). Postižení často bývají objektem soucitu, který bývá

příčinou nadměrné ochrany – overprotektivity, nebo naopak příčinou špatné komunikace a odvracení se a může být i spojen s pocity nejistoty a odporu. Lidé mají tendenci vnímat všechny postižené bez ohledu na jejich postižení stejně, aniž by brali v úvahu jejich odlišnosti.

V současnosti je patrná a také státem podporovaná tendence postižené lidi začlenit do společnosti. Avšak často se tak děje bez nezbytné osvětové činnosti. Aby mohla být integrace postiženého člověka, je potřeba, aby členové integrující společnosti měli alespoň základní vědomosti o jeho postižení a znali jeho specifické potřeby, uměli si představit jeho způsob prožívání, jaké mohou být jeho zájmy, radosti, problémy i obavy. V případě integrace postižených obecně by společnost měla být obeznámena s rozmanitostí postižení a faktem, že specifické potřeby lidí s postižením se odvíjejí právě od typu a rozsahu jejich postižení. Základní premisou však zůstává, že v tom zásadním se lidé s postižením od ostatních členů společnosti neliší: jsou to také „jenom“ lidé (Společnost- Smallfish, 2004).

V rámci výuky je zásadní, aby učitelé, kteří mají ve výuce žáka s postižením, měli k jeho integraci kladný přístup a aby jejich postoje k lidem s postižením byly pozitivní a otevřené. Pro úspěch učitele při snaze o integraci žáka s postižením hrají roli tyto faktory: styl výuky, míra odlišnosti výsledků žáka s postižením od výsledků ostatních žáků, frustrace učitele a v neposlední řadě jeho zkušenost se začleňováním žáků s postižením (Greiner, 2006).

3.4.4. Zjišťování postojů a změn v postojích k osobám s tělesným postižením v ČR

Vyhodnocení a porovnání změn v postojích intaktních spolužáků k integraci spolužáka s tělesným postižením jsou v českém prostředí dostupné dva standardizované a přeložené dotazníky. Jedním z nich je dotazník CAIPE-CZ (Kudláček, Ješina a Wittmannová, 2011), a druhým je Ajective-Checklist (Siperstein, 1980).

Oba dotazníky jsou součástí projektu Paralympijský školní den a jejich vyhodnocené výsledky vypovídají o postojích respondentů k integraci spolužáka s TP. Tématikou postojů žáků k integrované tělesné výchově se zabývá celá řada zahraničních výzkumných prací jako např. a samozřejmě i prací domácích autorů. Kolektiv pedagogů a studentů z Univerzity Palackého ke dnešnímu dni zorganizoval více než dvě stovky Paralympijských školních dnů na základních školách.

Výsledky většinou popisují rozdíl mezi postoji tříd žáků na ZŠ, a to tříd s již integrovaným žákem, třídou bez zkušenosti s kontaktem s žákem s TP a s třídou bez

integrovaného žáka, ale se zkušeností s ním. Při porovnání výsledků takto zaměřených magisterských diplomových prací Pavly Šeránkové (2006), Renáty Čerňákové (2007), Veroniky Ručové (2011), Evy Kinclové (2011) a Vladimíra Straky (2007) je zřejmé, že nejpozitivnější postoje mají žáci ze třídy s integrovaným spolužákem s TP, o něco méně pozitivní postoje mají žáci bez integrovaného spolužáka a bez zkušeností s ním a nejméně pozitivní je třída, která má zkušenosti s integrací ale v současné době takového spolužáka mezi sebou nemají.

Pomocí dotazníku CAIPE-CZ je možné testovat také postoj žáků jedné třídy ZŠ, a to za pomoci analýzy neparametrickou technikou. Ve výsledcích této analýzy (Wilcoxonův test) uvádí Kudláček (Kudláček, 2013), že po intervenci v podobě projektu PŠD klesl počet respondentů s negativními hodnotami, a to statisticky významně ($p=0,007$). Ke stejnému závěru dochází i Panagiotou (2008) a McKay (2015).

4. Cíle a úkoly práce, hypotézy

4.1. Cíle a úkoly práce

Cílem práce je posoudit, zda takto navrhovaná zkrácená forma PŠD má vliv (pozitivní) na změnu těchto postojů a jak velký tento vliv je. Odlišnost tohoto přístupu intervence v podobě tzv. pre-post testu oproti obvyklejší komparativní formě spočívá ve skutečnosti, že nejsou srovnávány výsledky dotazníků dvou různých tříd (třídy bez zkušenosti se spolužákem s postižením a třídy se zkušeností se spolužákem s postižením) ale porovnává postoje žáků jedné třídy k žákům s tělesným postižením před uskutečněním akce Paralympijský školní den a týden po jejím uskutečnění.

Úkoly práce

Za účelem zpracování této práce si její autor naplánoval následující úkoly:

1. **Zpracovat teorii**, tj. uceleně podat výsledky dosavadního výzkumu v oblasti vývoje sportu osob s postižením, historie paralympijského hnutí a na něj navázaných vzdělávacích programů, školních vzdělávacích programů vedoucích k integraci osob s postižením do školní tělesné výchovy, teorie postojů a změn postojů k osobám s postiženými a ve zkratce podat přehled tělesných postižení.
2. **Formulovat výzkumný design**, tj. formulovat výzkumné cíle a otázky a najít vhodnou formu pro měření výsledků (vytipovat projekt PŠD a dotazníkové šetření).
3. **Navrhnout adekvátní a inovativní formu provedení výzkumu** na základě teoretické znalosti dosavadních realizací PŠD, tj. koncipovat zkrácenou variantu PŠD v návaznosti na formulované výzkumné cíle včetně sestavení konkrétního realizačního plánu.
4. **Vybrat soubor testovaných osob**, tj. vybrat vhodnou školu, navázat kontakt s jejím vedením, seznámit je s výzkumem a jeho cíli vč. přínosů pro školu a zapojené žáky 5. realizace vlastního výzkumného šetření
5. **Realizovat zkrácenou formu PŠD**, tj. sestavit realizační tým, zapůjčit potřebné pomůcky, oslovit a instruovat vytipovanou paralympioničku, provést vlastní akci.

6. **Zpracovat výsledky**, tj. vyhodnotit dotazníky a participantního pozorování, sepsat výstupy formou práce a článků pro odborná periodika.

4.2. Hypotézy

Hypotéza: U žáků i po provedení zkrácené verze PŠD dojde k pozitivní změně postojů k lidem s postižením. Žáci si také budou umět lépe představit problémy, jimž při sportování a vůbec pohybu čelí osoby s postižením

Tato hypotéza byla formulována na základě výsledků hodnocení již realizovaných PŠD. V České republice bylo pod vedením týmu pedagogů z Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci realizováno již cca 300 celodenních PŠD a poznatky zpravovala řada diplomových prací (viz kap. 3.4.4.). Zkrácená verze PŠD zatím nikdy realizována a vyhodnocena nebyla.

Dílčí výzkumné otázky:

Na základě dosavadních zkušeností z realizovaných a vyhodnocených PŠD je obvykle mírně liší výsledky u dívek a chlapců. Výzkumné otázky mají za cíl potvrdit tuto diferenci i v případě zkrácené verze PŠD. Další výzkumné otázky slouží ke zjištění, zda bylo dosaženo primárního cíle a které konkrétní postupy vedly k úspěchu/neúspěchu při dosahování tohoto cíle.

1. Lze zaznamenat rozdíly v postojích k dětem s postižením mezi chlapci a dívkami před a po PŠD? Liší se míra zlepšení postojů chlapců a dívek?
2. Je zkrácená verze PŠD dostatečná pro dosažení cílů?
3. Dojde při setkání se zdravotně postiženým sportovcem k nějakým negativním formám chování žáků, svědčícím o obtížích v přijetí odlišností?
4. Které části PŠD budou skupinou žáků přijaty nejvíce a které nejméně pozitivně?

5. Metodika práce

5.1. Popis sledovaného výzkumného souboru a práce s ním (provedení akce)

Projektu PŠD se zúčastnilo 28 žáků (15 chlapců a 13 dívek) 5. třídy běžné základní školy pod dohledem třídní učitelky. PŠD pro ně připravili a realizovali 3 studenti FTVS UK v Praze. Akce trvala 4,5 hodiny, tj. zabrala celou dopolední výuku. Realizátoři se při přípravě i realizaci přidrželi Manuálu PŠD, který vypracoval pro české podmínky olomoucký tým autorů pod vedením PaedDr. Zbyňka Janečky, Ph.D.

Projekt se ZŠ Chvaletická měl **tři realizační fáze**:

1. příprava projektu – teoretická a metodická, schůzka s vedením a pedagogy ZŠ Chvaletická, získání souhlasu Etické komise FTVS
2. vlastní realizace
3. setkání se žáky po projektu a vyhodnocení jejich postojů s odstupem 1 týdne, na něž navazuje zpracování výstupů projektu do podoby magisterské práce.

Ve fázi **vlastní realizace** měli realizátoři projektu pro děti připraven následující program:

1. úvodní slovo o problematice sportování osob se zdravotním postižením a seznámení s programem akce,
2. vyplnění dotazníků CAIPE a Adjective-Checklist – včetně podrobného vysvětlení, jak dotazník vyplnit, a k čemu dotazník i výzkumný projekt slouží,
3. vyzkoušení pohybových aktivit s pomůckami pro osoby se zdravotním postižením na stanovištích (ve skupinkách): motorika bez zrakové kontroly (pohyb se slepeckou holí, pexeso pro uši, hra s ozvučenými míči – za využití pomůcek simulujících různé vady zraku vč. úplné ztráty zraku), instruktáž pohybu na vozíku a míčové hry na vozíku, jízda na handbiku (viz příloha 10.5.),
4. beseda s paralympioničkou Terezou Diepoldovou (plavání, cyklistika), která byla dětem krátce představena na základě stručného životopisu (viz příloha 10.4.),

S odstupem týdne po vlastní realizaci žáci za přítomnosti třídního učitele a vedoucí projektu znovu vyplnili dotazník CAIPE.

5.2. Metoda výzkumu

Jako metoda výzkumu bylo zvoleno dotazníkové šetření v souladu s doporučeními manuálu PŠD. Konkrétně byl použit CAIPE-CZ a dotazník Adjective Checklist. Dotazníkové šetření doplňuje participativní pozorování prováděné v průběhu PŠD.

5.2.1. Dotazník CAIPE-CZ

Dotazník CAIPE-CZ (příloha č.1) je překladem dotazníku CAIPE-EU, který je modifikovanou verzí dotazníku CAIPE-R (Block, 1995). Původní dotazník CAIPE-R byl vypracován v USA ke zjišťování postojů intaktních dětí k procesu integrace dětí se zdravotním postižením do tělesné výchovy, nebo-li jaké postoje by zaujímali intaktní žáci k žákovi se zdravotním postižením, který by byl integrován do společného vyučování TV (Baloun, 2017). CAIPE-R byl ve spolupráci s jeho autorem Martinem E. Blockem upraven pro kulturní podmínky v Evropě. V Evropská varianta se označuje CAIPE-EU. Otázky, které se původně v CAIPE-R týkaly baseballu, byly vyměněny za otázky týkající se basketbalu. Z dotazníku CAIPE-EU byl dotazník CAIPE-CZ přeložen dvěma nezávislými experty z angličtiny do češtiny. Poté byly tyto dva překlady mezi sebou porovnány a překladatelé se domluvili na společné verzi. V této podobě byl CAIPE-CZ zařazen jako doporučená metody hodnocení do Manuálu PŠD olomouckého autorského týmu.

Dotazník CAIPE-CZ je složen ze základních otázek, ze kterých se dozvídáme základní informace o žákovi (jméno, pohlaví, věk, třída, bydliště). Dalšími otázkami jsme informováni o tom, zda někdo v jeho rodině, třídě ve škole, někdo z jeho kamarádů nebo blízkých má zdravotní postižení. Jestli měl někdy ve škole (v tělesné výchově) spolužáka se zdravotním postižením. A jak je to u každého žáka se soutěživostí jsme se informovali otázkou, zda je žák: soutěživý/á, trochu soutěživý/á, nesoutěživý/á. Další část otázek byla věnována chlapce jménem Petr. Žáci si měli představit, jaké by bylo, kdyby s nimi Petr měl chodit do hodin tělesné výchovy. Petr byl žákům představen pomocí následujícího textu:

Petr je stejně starý jako vy. Protože nemůže chodit, používá ortopedický vozík (voziček). Rád hraje stejné hry jako vy, ale není v nich moc dobrý. Přestože může jezdit na vozíku, je pomalejší než vy a snadno se unaví. Umí házet míčem, ale ne moc daleko. Umí chytit míč, který letí přímo na něho, a dovede odpálit basebalový

*míček ze stojánku, ale nemůže při basketbalu vystřelit míč tak vysoko, aby dal koš.
Protože nemůže používat nohy, nemůže kopnout do míče.*

Na otázky zjišťující zkušenosti žáka s osobami s postižením, tj. otázky deskriptivní, které zachycují reálná fakta, žáci odpovídají **ano** či **ne**. Na všechny ostatní otázky (tj. otázky zjišťující jejich postoje) volí odpovědi na škále:

ano – pravděpodobně ano – pravděpodobně ne – ne.

Při vyhodnocení jsou těmto odpovědím přiřazeny následující číselné hodnoty:

ano – 1

pravděpodobně ano – 2

pravděpodobně ne – 3

ne – 4

5.2.2. Dotazník Adjective-Checklist – vlastnosti žáků s tělesným postižením

Dotazník Sipersteina (1980) Adjective-Checklist, nástroj ke zjišťování postojů k osobám se zdravotním postižením, doporučují autoři českého Manuálu PŠD jako doplněk dotazníku CAIPE-CZ. Petr má být popsán pomocí 34 přídavných jmen, kdy mohou respondenti použít neomezené množství přídavných jmen. Přídavná jména mají Petra charakterizovat. 34 přídavných jmen bylo rozděleno na 17 negativních a 17 pozitivních přídavných jmen. Negativní přídavná jména a pozitivní přídavná jména nebyla řazena do dvojic, ale uvedena ve 4 sloupcích nahodile:

Zdravý	Poctivý	Znuděný	Nepoctivý
Pomalý	Stydlivý	Nápomocný	Chytrý
Nepořádný	Pohledný	Pitomý	Nešťastný
Inteligentní	Osamělý	Kamarádský	Zlý
Ostražitý	Hezký	Smutný	Ošklivý
Fajn	Krutý	Opatrný	Šťastný
Bláznivý	Hrdý	Potěšený	Hodný
Chtivý	Slabý	Hloupý	
Veselý	Bystrý	Nedbalý	

5.2.3. Participativní (zúčastněné) pozorování

K hodnocení průběhu a výsledku PŠD bylo autorem projektu vedle dotazníků CAIPE-CZ a Adjective-Checklist využito i participativní pozorování, tedy metoda pozorování, při níž se výzkumník (respektive výzkumný tým) účastní akce a přímo se na ní podílí, přičemž zároveň zaznamenává chování a jednání výzkumných subjektů.

V tomto případě se jednalo o tzv. otevřené pozorování, kdy byly subjekty výzkumu, tedy žáci, svou třídní učitelkou předem informovány, že je bude výzkumný tým v průběhu akce sledovat. (www.wikiknihovna.cz)

5.3. Sběr dat

První dotazník CAIPE-CZ žáci 5. třídy (28 dětí, 16 chlapců a 12 dívek) vyplnili po krátkém kodifikovaném úvodu (viz kapitola 11.3) a seznámení s obsahem projektu vč. Vyplnění dotazníku rovněž předcházelo poučení ze strany vyučující i vedoucího projektu. Součástí poučení byl informovaný souhlas podepsaný žáky i rodiči. Druhý dotazník vyplnili titíž žáci týden po realizaci akce. Opět předcházelo poučení.

Vyplňování obou dotazníků proběhlo za přítomnosti třídní učitelky. Na vyplnění měli žáci cca 15 minut, tak, aby nepracovaly pod časovým tlakem (v souladu se směrnicemi pro vyplňování dotazníku CAIPE-CZ).

V průběhu celé akce byly děti sledovány realizačním týmem a třídní učitelkou. Celý realizační tým se přímo zapojil do diskuse s T. Diepoldovou i do všech pohybových aktivit a zážitky a pocity dětí s nimi přímo konzultoval a reflektoval. Po akci tým provedl vzájemnou výměnu zkušeností a zápis zjištění.

6. Výsledky

V této kapitole budou prezentovány výsledky dotazníků CAIPE-CZ a dotazníků o vlastnostech žáků s tělesným postižením Adjective Checklist a dále participantní pozorování autora práce.

6.1. Výsledky dotazníku CAIPE

Tento dotazník se skládá z otázek deskriptivních, dále z otázek obecných a z otázek zaměřených na basketbal.

Deskriptivní informace chlapci (před realizací PŠD), 5. ročník, celkem 16 chlapců
71 % dotázaných chlapců (11) nemá v rodině nebo blízkém okolí osobu s postižením
100 % dotázaných chlapců (16) uvedlo, že v jejich třídě nikdy neměli žáka s postižením
93 % dotázaných chlapců (15) uvedlo, že s nimi do tělocviku nikdy nechodil žák s postižením
21 % chlapců (3) se označilo jako velmi soutěživý
50 % chlapců (8) se označilo jako trochu soutěživý
29 % chlapců (5) se označilo jako nesoutěživý

--

Deskriptivní informace dívky (před realizací PŠD), 5. ročník, celkem 12 dívek
64 % dotázaných dívek (8) nemá v rodině nebo blízkém okolí osobu s postižením
100 % dotázaných dívek (12) uvedlo, že v jejich třídě nikdy neměli žáka s postižením
100 % dotázaných dívek (12) uvedlo, že s nimi do tělocviku nikdy nechodil žák s postižením
0 % žádná z dívek se neoznačila za velmi soutěživou
93 % dívek (11) se označilo za trochu soutěživé
7 % dívek (1) se označilo za nesoutěživé

Následující tabulka č. 1 zobrazuje míru zkušenosti s osobami s postižením u dotazovaného souboru před realizací PŠD v absolutních číslech a souhrnně v procentech.

	CHLAPCI		DÍVKY		CELKEM
	ANO	NE	ANO	NE	ANO %
Mám zkušenost s osobou s postižením v rodině	5	11	4	8	9
Mám zkušenost s osobou s postižením ve třídě	0	16	0	12	0
Mám zkušenost s osobou s postižením na ve výuce TV	1	15	0	12	1

Tabulka č.1

Deskriptivní informace chlapci (po realizaci PŠD), 5. ročník, celkem 16 chlapců
71 % dotázaných chlapců (11) nemá v rodině nebo blízkém okolí osobu s postižením
100 % dotázaných chlapců (16) uvedlo, že ve třídě neměli žáka s postižením
93 % dotázaných chlapců (15) uvedlo, že s nimi do tělocviku nechodil žák s postižením
21 % chlapců (3) se označilo jako velmi soutěživý,
50 % chlapců (8) se označilo jako trochu soutěživý,
29 % chlapců (5) uvedlo, že jsou nesoutěživí

Deskriptivní informace dívky (po realizaci PŠD), 5. ročník, celkem 12 dívek
64 % dotázaných dívek (8) nemá v rodině nebo blízkém okolí osobu s postižením
100 % dotázaných dívek (12) uvedlo, že ve třídě neměli žáka s postižením
100 % dotázaných dívek (12) uvedlo, že s nimi do tělocviku nechodil žák s postižením
0 % žádná z dívek se neoznačila jako velmi soutěživá
93 % dívek (11) se označilo za trochu soutěživé a
7 % dívek (1) se označilo jako nesoutěživé

Následující tabulka č. 2 zobrazuje míru zkušenosti s osobami s postižením u dotazovaného souboru po realizaci PŠD v absolutních číslech a souhrnně v procentech.

	CHLAPCI		DÍVKY		CELKEM
	ANO	NE	ANO	NE	ANO %
Mám zkušenost s osobou s postižením v rodině	5	11	4	8	9
Mám zkušenost s osobou s postižením ve třídě	0	16	0	12	0
Mám zkušenost s osobou s postižením na ve výuce TV	1	15	0	12	1

Tabulka č. 2

Následující tabulka č. 3 srovnává údaje o zkušenosti s osobami s postižením u chlapců a dívek před a po absolvování PŠD v procentech.

	CHLAPCI ANO		DÍVKY ANO		CELKEM
	PŘED	PO	PŘED	PO	ANO %
	%	%	%	%	
Mají zkušenost s osobou s postižením v rodině	29	29	36	36	29\36
Mám zkušenost s osobou s postižením ve třídě	0	0	0	0	0\0
Mám zkušenost s osobou s postižením na ve výuce TV	7	7	0	0	0\0

Tabulka č. 3

Z tabulky č. 3 je zřejmé, že u dotazovaných žáků nedošlo u výše uvedených deskriptivních otázek k žádné změně a výchozí situace pro jejich odpovědi na otázky ohledně postojů zůstala stejná.

Dotazování byli žáci v posledním měsíci výuky 1. stupně, proto jsem je pro účely dotazníku přiřadil ke 2. stupni. Odpovídali tedy na otázky obecné a na otázky zaměřující se na basketbal. Na další straně jsou uvedeny otázky, na které žáci odpovídali. Rozpětí ve

výsledcích bylo od 1 do 4, čím vyšší číslo, tím pozitivnější přístup k integraci (způsob převodu verbální odpovědi na číselné skóre je popsán v kapitole 5.2. Metody výzkumu). Konečný postoj k integraci se vyvozuje ze součtu jednotlivých položek.

Výsledky obecných otázek (3-8) u chlapců: před\po realizaci PŠD	
Otázka 3.	Bylo by prima, kdyby Petr chodil se mnou na hodiny TV. 1,9 / 1,4
Otázka 4.	Protože Petr není ve sportu moc dobrý, zpomaloval by všem hru. 3,6 / 3,4
Otázka 5.	Kdybychom hráli skupinovou hru, jako např. basketbal, bylo by fajn mít Petra v družstvu. 1,9 / 1,8
Otázka 6.	TV by byla zábavná, kdyby tam byl Petr se mnou. 1,3 / 1,2
Otázka 7.	Kdyby byl Petr se mnou na hodině TV, bavil bych se s ním a byl jeho kamarád. 1,5 / 1,2
Otázka 8.	Kdyby byl Petr se mnou na hodině TV, rád bych mu pomohl cvičit a hrát hry. 1,4 / 1,4

Tabulka č. 4 zobrazuje výsledky odpovědí **chlapců** na otázky 3-8 před a po PŠD a zaznamenává případnou změnu v postojích.

Otázka	Před PŠD	Po PŠD	Změna
Otázka 3	1,9	1,4	-0,5
Otázka 4	3,6	3,4	-0,2
Otázka 5	1,9	1,8	-0,1
Otázka 6	1,3	1,2	-0,1
Otázka 7	1,5	1,2	-0,3
Otázka 8	1,4	1,4	0

Tabulka č. 4

Výsledky obecných otázek č. 3 – 8 dotazníku CAIPE-CZ u chlapců v porovnání otázek položených před intervencí a po intervenci tedy vychází 11,6\11,1, což je rozdíl velmi malý. U otázky č. 8 se názory nezměnily vůbec.

Výsledky obecných otázek (3-8) u dívek: před\po realizaci PŠD	
Otázka 3. Bylo by prima, kdyby Petr chodil se mnou na hodiny TV. 1,4 / 1,4	
Otázka 4. Protože Petr není ve sportu moc dobrý, zpomaloval by všem hru. 3,6 / 3,1	
Otázka 5. Kdybychom hráli skupinovou hru, jako např. basketbal, bylo by fajn mít Petra v družstvu. 2,1 / 1,7	
Otázka 6. TV by byla zábavná, kdyby tam byl Petr se mnou. 1,8/ 1,4	
Otázka 7. Kdyby byl Petr se mnou na hodině TV, bavila bych se s ním a byla jeho kamarádka. 1,8 / 1,2	
Otázka 8. Kdyby byl Petr se mnou na hodině TV, ráda bych mu pomohla cvičit a hrát hry. 1,2 / 1,2	

Tabulka č. 5 zobrazuje výsledky odpovědí dívek na otázky 3-8 před a po PŠD a zaznamenává případnou změnu v postojích.

Otázka	Před PŠD	Po PŠD	Změna
Otázka 3	1,4	1,4	0,0
Otázka 4	3,6	3,1	-0,5
Otázka 5	2,1	1,7	-0,4
Otázka 6	1,8	1,4	-0,4
Otázka 7	1,8	1,2	-0,6
Otázka 8	1,2	1,2	0

Tabulka č. 5

Výsledky obecných otázek č. 3 - 8 dotazníku CAIPE-CZ u dívek v porovnání otázek položených před intervencí a po intervenci tedy vychází 11,9\10, což je rozdíl patrnější; u otázek 3. a 8, kde již před PŠD byly velmi pozitivní odpovědi, nedošlo k žádné změně.

Otázky zaměřené na basketbal (3-13) před\po realizaci PŠD - chlapeci
Otázka 9. Při basketbalu bych byl ochotný nahrát Petrovi. 1,5 / 1,4
Otázka 10. Petrovi bychom mohli dovolit střílet na nižší koš. 1,4 / 1,1
Otázka 11. Při basketbalu by Petr mohl zůstat v prostoru pod košem „hrušky“ déle (5 sekund namísto daných 3). 1,3 / 1,3
Otázka 12. Bylo by dobré, aby Petrovi nikdo nemohl vzít při přihrávce míč. 1,9 / 1,6
Otázka 13. Kdyby při basketbalu Petr získal míč, pomohl bych mu, aby mohl vstřelit koš (Petr je spoluhráčem ve tvém týmu). 1,2 / 1,2

Tabulka č. 6 zobrazuje výsledky odpovědí **chlapců** na otázky 9-13 před a po PŠD a zaznamenává případnou změnu v postojích.

Otázka	Před PŠD	Po PŠD	Změna
Otázka 9	1,5	1,4	-0,1
Otázka 10	1,4	1,1	-0,3
Otázka 11	1,3	1,3	-0,0
Otázka 12	1,9	1,6	-0,3
Otázka 13	1,2	1,2	0,0

Tabulka č. 6

U otázek zaměřených na basketbal chlapci PŘED/PO realizaci PŠD rovněž prokázali změnu postoje ve smyslu vyšší tolerance ke spolužákovi s postižením vyjma otázky 11 a 13, kde se postoj nezměnil.

Otázky zaměřené na basketbal (3-13) před\po realizaci PŠD - dívky
Otázka 9. Při basketbalu bych byla ochotná nahrát Petrovi. 1,3 / 1,3
Otázka 10. Petrovi bychom mohli dovolit střílet na nižší koš. 1,1 / 1,1
Otázka 11. Při basketbalu by Petr mohl zůstat v prostoru pod košem „hrušky“ déle (5 sekund namísto daných 3). 1,4 / 1,0
Otázka 12. Bylo by dobré, aby Petrovi nikdo nemohl vzít při přihrávce míč. 1,3 / 1,9
Otázka 13. Kdyby při basketbalu Petr získal míč, pomohla bych mu, aby mohl vstřelit koš (Petr je spoluhráčem ve tvém týmu). 1,5 / 1,3

Tabulka č. 7 zobrazuje výsledky odpovědí **dívek** na otázky 9-13 před a po PŠD a zaznamenává případnou změnu v postojích.

Otázka	Před PŠD	Po PŠD	Změna
Otázka 9	1,3	1,3	0,0
Otázka 10	1,1	1,1	0,0
Otázka 11	1,4	1,0	-0,4
Otázka 12	1,3	1,9	-0,6
Otázka 13	1,5	1,3	-0,2

Tabulka č. 7

U dívek ke zlepšení postojů v této oblasti nedošlo a celkový poměr odpovědí na otázky č. 9 až 13 se nezměnil a zůstal vyrovnaný 6,6\6,6. Ke zlepšení sice došlo u otázky č. 11, ale zároveň došlo k poměrně výraznému zhoršení u otázky č. 12. Dívky patrně na základě nově nabyté praktické zkušenosti soudí, že spolužáka s postižením není v rámci pravidel třeba nijak výrazněji zvýhodňovat v oblasti herních dovedností, ale jsou ochotné přihlídnout ke snížené pohyblivosti vozíčkářů a dát jim více času na přesun pod koš a ven.

Tabulka č. 8 zobrazuje změny v postojích po PŠD u chlapců a dívek.

	Změna CHLAPCI	Změna DÍVKY	Změna CELKEM
Otázka 3	0,5	0,0	0,5
Otázka 4	0,2	0,5	0,7
Otázka 5	0,1	0,4	0,5
Otázka 6	0,1	0,4	0,5
Otázka 7	0,3	0,6	0,9
Otázka 8	0,0	0,0	0,0
Otázka 9	0,1	0,0	0,1
Otázka 10	0,3	0,0	0,3
Otázka 11	0,0	0,4	0,4
Otázka 12	0,3	-0,6	0,3
Otázka 13	0,0	0,2	0,2

Tabulka č. 8

Lze konstatovat, že došlo k mírnému zlepšení postojů u chlapců a dívek u otázek zaměřených na zjištění postojů obecně i specificky se zaměřením na basketbal. Míra zlepšení u jednotlivých otázek se u chlapců a dívek sice liší, ale obecně lze konstatovat, že u dívek došlo u větší části otázek (u 7 z 11) k většímu zlepšení. Dívky nevykázaly zlepšení především u těch otázek, kde byly jejich postoje i před PŠD velmi pozitivní a částečně i pozitivnější než u chlapců.

Výsledky dotazníků CAIPE-CZ potvrdily pozitivní odpověď na dílčí výzkumné otázky č. 1: Lze zaznamenat rozdíly v postojích k dětem s postižením mezi chlapci a dívkami před a po PŠD? Liší se míra zlepšení postojů chlapců a dívek?

Výsledky vyhodnocení Dotazníku CAIPE-CZ prokázaly, že počáteční lehce tolerantnější a vstřícnější postoj u dívek se po realizaci PŠD sice ve většině otázek zlepšil, ale vzhledem ke zhoršení postoje u otázky č. 12 se celkově zlepšily pouze nepatrně. Zhoršený postoj u otázky č. 12 je však postojem racionálním na základě zkušenosti z konkrétní herní situace. Chlapci se

zlepšili ve většině otázek a v žádné svůj postoj nezhoršili. Celkově je míra změn postojů mírně zlepšená a vyrovnaná.

6.2. Výsledky dotazníků o vlastnostech žáků s tělesným postižením

Postoje se v tomto dotazníku hodnotí podle součtu pozitivních a negativních přídavných jmen. Následuje přidání hodnoty 20, z čehož vyplývá možnost výsledku v rozsahu 3- 37. Hodnoty nižší než 20 jsou vyhodnocovány jako negativní postoj, hodnoty vyšší než 20 jsou vyhodnocovány jako postoj pozitivní.

Před realizací PŠD byl výsledek u chlapců **26,5**, u dívek v té samé třídě byl výsledek **26,0**. v obou případech se jedná o pozitivní postoje.

o realizaci PŠD byl u chlapců výsledek **27,25**, u dívek v té samé třídě byl výsledek **27,0**. Opět jsou oba výsledky pozitivní.

Z tohoto dotazníku je zřejmé, že u dotazovaných žáků můžeme tvrdit, že dívky i chlapci mají srovnatelně pozitivní postoje k žákovi s postižením. Po realizaci PŠD dokonce došlo u obou skupin k malému zlepšení postoje (o jeden bod).

Tabulka č. 8 zobrazuje výsledky odpovědí **chlapců a dívek** v dotazníku Adjective Checklist **před a po** PŠD a zaznamenává případnou změnu v postojích.

Otázka	Před PŠD	Po PŠD	Změna
Chlapci	26,25	27,25	+1
Dívky	26,00	27,00	+1

Tabulka č. 8

Výsledky dotazníků Adjective-Checklist potvrdily pozitivní odpověď na dílčí výzkumné otázky č. 1: Lze zaznamenat rozdíly v postojích k dětem s postižením mezi chlapci a dívkami před a po PŠD? Liší se míra zlepšení postojů chlapců a dívek?

Výsledky dotazníků Adjective-Checklist prokázaly téměř shodnou, kladnou úroveň postojů u chlapců i dívek a naprosto stejné celkové zlepšení.

6.3. Výsledky participantního pozorování

Tým realizátorů pod vedením autora této práce se během realizace PŠD zaměřil na reakce dětí na jednotlivé části připraveného programu. Za pomoci třídní učitelky proběhla také fotodokumentace celé akce. Obr. č. 1 krásně ilustruje mírné rozpaky a nejistotu žáků na začátku projektu – v této fázi autor práce žáky seznamuje s programem. (Tady už mají po krátkém výkladu ohledně problematiky pohybu bez zrakové kontroly)



Obr. 1. Děti v rozpacích – první minuty PŠD na ZŠ Chvaletická

Na výklad navázal „sportovní program“. Děti měly na čtyřech stanovištích možnost seznámit se s problematikou sportu a mobility osob s různými postiženími. Na jednotlivých stanovištích se jim vždy věnoval jeden student APA, který jim teoreticky i prakticky přiblížil danou aktivitu a také se jí s dětmi sám aktivně účastnil.)

Stanoviště č. 1: pohybové aktivity zrakově postižených.



Obr. 2. S klapičkami a holí to jde opravdu pomalu

Na stanovišti č. 1 si děti mohli vyzkoušet nejen chůzi „naslepo“, ale i třeba „pexeso pro uši“, různé druhy zvučených skládaček a velký zájem vzbudil i simulátor očních vad.



Obr. 3 Poskládat kostičky tam kam patří, není žádná legrace.

Stanoviště č. 2: fotbal nevidomých



Obr. 4 Fotbal baví, i když míč jenom slyšíte

Hra s míčem děti lákala, ale trefit se do něj jen podle zvuku pro ně bylo hodně těžké. Začínali jsme s nácvičkou koulení a poslouchání, zkoušeli si nahrávat – nejdříve ve dvojicích, kde jeden žák viděl a druhý měl klapičky přes oči, a pomalu si zvykali na to zvláštní ticho pro kopanou tak neobvyklé. Nakonec se odehrál i zápas smíšených družstev.

Stanoviště č. 3: basketbal na vozíku.



Obr. 5 Z jízdy na vozíku pěkně bolí ruce

Pod vedením studentky si děti prakticky vyzkoušely basketbal na vozíku, ale nejen to. Než se začne hrát na koš, je třeba si na pohyb na vozíku zvyknout a naučit se ho ovládat. K tomu je potřeba ukázka a instruktáž a potom různé soutěže ve slalomu, sprintu, chytání míče za jízdy i střelby na koš.

Obr. 6 Míč na vozíku neposlouchá



Stanoviště č. 4: Handbike

Stanoviště č. 4 bylo připravené na velkém hřišti tak, aby se děti mohly pořádně projet kolem dokola. O jízdu byl velký zájem a určitě by se uplatnilo více handbiků. Jezdilo se jen tak pro radost ale i na čas.



Obr. 7 Jízda na handbiku dala dětem zabrat

Na sportovní program plynule navázala beseda s Terezou Diepoldovou. Olympionička dorazila v doprovodu svého pejska, což se ukázalo jako skvělý způsob navázání kontaktu a prolomení bariéry. Po krátkém životopisném úvodu, kterým dětem autor projektu T. Diepoldovou a její příběh představil, děti ihned začaly samy klást otázky. Některé byly značně „na tělo“ – v pravém i přeneseném slova smyslu, ale T. Diepoldová dokázala vždy zareagovat velmi otevřeně a přátelsky, čímž si děti, dívky i chlapce, zcela získala. Děti navzdory výzvam odmítaly debatu ukončit, přesvědčila je teprve hrozba, že přijdou o oběd.



Obr. 4 Beseda s Terezou Diepoldovou

Odpovědi na výzkumné otázky č. 2, 3 a 4:

2. Je zkrácená verze PŠD dostatečná pro dosažení cílů?

Zkrácená verze PŠD na dopolední vyučování, tedy v rozsahu 4 – 5 vyučovacích hodin, se jeví jako dostatečná forma pro dosažení stanovených cílů. Původně zamýšlená kratší, dvouhodinová verze, se však již od počáteční fáze (přípravné), jevila jako nedostatečná a

pravděpodobně by dostatečně neobsáhla všechny důležité části, odklonila by se zásadně od manuálu PŠD a realizace v této formě by vedla k určité devalvaci pojmu PŠD. Nadšení a obrovská chuť dětí zkoušet nové formy pohybových aktivit, ať už bez zrakové kontroly nebo s pomocí různých sportovních kompenzačních pomůcek, hry různě modifikovaných míčových her a zvědavé porovnávání možností sportovce na vozíku a sportovce s „normální“ motorikou bylo až strhující. Překvapující byla i reakce dětí při besedě s T. Diepoldovou, kdy se po počátečních rozpacích na známou reprezentantku sypal jeden dotaz za druhým, a to nejen z oblasti sportu ale i ze soukromí. Nutno podotknout, že dotazy byly velmi otevřené a se stejnou otevřeností a upřímností i zodpovězené.

3. Dojde při setkání se zdravotně postiženým sportovcem k nějakým negativním formám chování žáků, svědčícím o obtížích v přijetí odlišnosti?

Přes počáteční rozpaky, které byly patrné na začátku projektu PŠD, při úvodu a seznámení s tématem, se atmosféra v praktické (sportovní) části výrazně vylepšila a příchod postiženého sportovce na očekávanou diskuzi byl již zvědavě očekáván. Osobnost T. Diepoldové žáky zcela pohltila a žádné negativní formy chování nebyly zaznamenány. Je ovšem třeba přihlídnout k opravdu mimořádnému charismatu zvolené sportovkyně.

4. Které části PŠD budou skupinou žáků přijaty nejvíce a které nejméně pozitivně?

Vyhodnotit, která část programu byla žáky přijímána nejpozitivněji a která méně pozitivně, není možné. Do všech pohybových aktivit se děti zabraly tak, že dodržet stanovený čas na stanoviště a plynule přejít na další, bylo v rámci programu téměř nemožné. Děti se od jednotlivých aktivit doslova nemohly odtrhnout a chtěly zkoušet další a další možnosti. Diskuzi s T. Diepoldovou ukončila dokonce až „pohružka“, že děti přijdou o oběd. Nejméně pozitivně přijímanou částí tedy asi je úvod spojený s vyplňováním dotazníků.

7. Diskuse

Z vyhodnocení dotazníků je patrné, že žáci třídy, pro kterou byl PŠD připraven, měli po nově nabyté zkušenosti se sportem postižených a po osobním setkání s postiženou sportovkyní pozitivnější přístup k osobám s postižením a i zapojení žáků s postižením do školní tělesné výchovy. Rozdíly ve výsledcích obou dotazníků však nebyly velké. Vzhledem k počtu žáků (velikosti vzorku a množství sebraných dat) je však otázka, nakolik jsou tyto poznatky průkazné. Navíc žáci třídy s minimální zkušeností s osobami s postižením už před PŠD vykazovali velkou míru vstřícnosti a tolerance.

Dosavadní výsledky podobných výzkumů prováděných v rámci celodenních PŠD (viz kap. 3.4.4.) dlouhodobě vycházejí podobně – PŠD má pozitivní vliv na změnu postojů zúčastněných žáků k osobám s tělesným postižením. Na základě tohoto dlouhodobého trendu také byla formulována hypotéza této práce, která se potvrdila.

Zásadní rozdíl mezi tímto výzkumem a výzkumy celodenních PŠD prováděnými na FTK v Olomouci – viz např. diplomové práce ČERŇÁKOVÁ, R. (2007), RUČOVÁ, V. (2007), STRAKA, V. (2007), ŠERÁNKOVÁ, P. (2006), bakalářská práce HRUBEŠOVÁ, S. (2006) – je však nejen v rozsahu akce a zkoumaného vzorku (tedy v počtu žáků), ale především v metodě sběru dat. Tamější výzkumy pomocí dotazníkového šetření srovnávají postoje žáků ve třídě se spolužákem s postižením s postoji žáků bez zkušenosti se spolužákem s postižením a se třídou, kde žáci mají zkušenost se spolužákem s postižením z minulosti. Při těchto srovnáních rovněž dlouhodobě vychází lepší postoje vůči osobám s postižením ve třídách se spolužákem s postižením než ve třídách bez této zkušenosti. (Nejmenší míru vstřícnosti však dlouhodobě vykazují třídy se zkušeností se spolužákem s postižením z minulosti – což je fenomén, který vědci opakovaně zaznamenávají, aniž by po něj měli vysvětlení.) Přínos pořádání PŠD je tedy prokázáný a vzhledem k velkému úspěchu těchto akcí je po něm mezi školami velká poptávka.

Zorganizovat PŠD v plném rozsahu, tak jak jej popisuje Manuál PŠD, je však organizačně, časově i finančně značně náročné. Bez státní podpory tedy obvykle přesahuje možnosti samotných škol zrealizovat PŠD samostatně bez pomoci další organizace. To je důvod, proč se autor této práce rozhodl prozkoumat možnosti zkrácení a zjednodušení PŠD, aniž by se oslabil pozitivní dopad tohoto vzdělávacího programu.

Pro účely této práce tedy bylo potřeba zvolit jinou metodiku, než byla pro hodnocení dopadů PŠD dosud používána, neboť zkrácená a zeštíhlená varianta PŠD takovýto výzkum neumožňuje.

Rozdíl tedy spočívá v tom, že byl použit systém pre-post-intervečního dotazníkového šetření, (ovšem při využití stejných dotazníků) a zkoumaný vzorek se z logiky věci omezil na jedinou třídu. Autor práce si je vědom, že průkaznost výsledků získaných z takto malého vzorku je pouze orientační. Proto dotazníkové šetření doplnil o participantní pozorování (prováděné realizačním týmem i pedagogickým personálem školy), na jehož základě by bylo možné výstupy z dotazníků doplnit či zpochybnit.

Významným poznatkem projektu PŠD Chvaletická, který manuál PŠD nezmiňuje, je role osobnosti paralympionika, se kterým děti v rámci PŠD besedují. Je potřeba počítat s velkou otevřeností dětí při kladení otázek – děti se vzhledem ke svému věku a v tomto případě i minimální zkušenosti s osobami s postiženími ptaly skutečně „bez zábran“. Lze si představit, že méně komunikativní a extrovertní sportovec (než T. Diepoldová) by mohl být těmito otázkami zaskočen. Proto považuje autor projektu volbu zapojeného paralympionika za klíčový prvek pro úspěch celého PŠD. Vhodné by bylo rovněž zvážit, zda do Manuálu PŠD nevložit rovněž informaci, že paralympionika pozvaného na besedu je vhodné předem na možnost velmi otevřených až velmi osobních a do jisté míry intimních otázek upozornit.

8. Závěry

Paralympijský školní den je zcela jistě přínosný a patří do vzdělávacího systému na ZDŠ. Vyhodnocení dotazníků a výsledky jsou v tomto případě zkrácené a zeštíhlené verze PŠD jen orientační, ale i tak se dá usoudit, že tato akce působí pozitivně a zlepšuje postoje k integraci žáků s tělesným postižením do hodin TV.

Základní hypotéza se potvrdila: U žáků i po provedení zkrácené verze PŠD dojde k pozitivní změně postojů k lidem s postižením. Potvrdil se i předpoklad, že pozitivní změny budou u dívek výraznější, než u chlapců.

Lze se domnívat, že odchylka u jedné odpovědi u dívek svědčí o tom, že dívky považují osoby s postižením za natolik rovnocenné členy sportovního kolektivu, že nevnímají potřebu je zvýhodňovat.

Miniaturní verze – dvouhodinová, tak jak bylo původně plánováno, je podle názoru autora práce nevhodná. Jen samotná beseda s Terezou Diepoldovou, tedy ta nejformativnější část, zabrala skoro celé vyčleněné dvě hodiny. Ani část zážitkovou, tedy ostatní pohybové aktivity, není možné natěsnat do tak krátkého času, aby splnila svůj účel. PŠD na ZŠ Chvaletická byla určena pro jednu třídu – 28 žáků a dle plánu na čtyři hodiny. Žáci však litovali, že akce již končí.

V průběhu akce se také spontánně ukázalo, že o PŠD mají zájem i děti z jiných tříd, které se PŠD neúčastnily. Rovněž zájem nezapojených pedagogů byl značný. Proto se nadále nabízí otázka, zda je zvolený formát (zkrácená a co do počtu zapojených žáků zmenšená verze PŠD) ideální.

9. Seznam literatury

ANDERSON, J. (2008). Review of Bailey. S. Athlete First: A History of the Paralympic Movement. *Reviews in History*, review no. 684.[online][cit. 2017-3-21]. Dostupné z : < www.history.ac.uk/reviews/review684.>

BAILEY, Steve. *Athlete first: a history of the paralympic movement*. John Wiley & Sons, 2008.

BALOUN, Ladislav, et al. Dotazovací techniky orientované na vnímání integrace v tělesné výchově (přehledová studie). 2017.

BARTOŇOVÁ, Radka; JEŠINA, Ondřej. *Individuální vzdělávací plán ve školní tělesné výchově*. Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, 2012.

CRAVEN, P. *The Olympic Games: 1896–2004*. IMCE, Paris, France, 2004.

ČERŇÁKOVÁ, R. *Postoje dětí k integrované tělesné výchově*. 2007. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

DEPAUW, Karen P. Research on sport for athletes with disabilities. *Adapted physical activity quarterly*, 1986, 3.4: 292-299.

GRENIER, Michelle. A social constructionist perspective of teaching and learning in inclusive physical education. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2006, 23.3: 245-260.

IPC. *Paralympic School Day*. Bonn: International Paralympic Committee, 2006.

IPC. *IPC Handbook, April 2003. Paralympic vision and mission, Section 1, Chapter 1*. Bonn: International Paralympic Committee. 2013.

JANEČKA, Z. Úvod do motorické kompetence jinak zrakově disponovaných dětí mládeže v období prepubescence a pubescence. *Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc*, 2004.

JEŠINA, O., KUDLÁČEK, M., JANEČKA, Z., KUKOLOVÁ, P., & MACHOVÁ, I. *Představení vzdělávacího programu s názvem „Paralympijský školní den“*. In Kudláček, M. & Machová, Ješina, 2008.

JEŠINA, Ondřej; HAMŘÍK, Zdeněk. *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Univerzita Palackého v Olomouci, 2011.

JEŠINA, Ondřej; KUDLÁČEK, Martin. *Aplikovaná tělesná výchova*. Univerzita Palackého v Olomouci, 2011.

JEŠINA, Ondřej; KUDLÁČEK, Martin. *Aplikovaná tělesná výchova. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 180 s*, 2011.

JEŠINA, O. Vzdělávací program Paralympijský školní den. *Tělesná Výchova a Sport Mládeže*. 2017/83/6, str. 22, 2017.

HÁJKOVÁ, V. *Integrativní pedagogika. Praha: IPPP, 2005*. ISBN 80-86856-05-4.

HARTL, P.; HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*, Portál, Praha. 2004.

HRUBEŠOVÁ, S. *Vliv projektu Paralympijský školní den na postoje žáků základní školy k integraci dětí s tělesným postižením do školní tělesné výchovy*. 2006. Bakalářská práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

KINCLOVÁ, E. *Postoje žáků k integrované tělesné výchově*. 2011. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O., MACHOVÁ, I. & TRUKSOVÁ, M. *Paralympijský školní den. Manuál*. UP, Olomouc. 2006.

KUDLÁČEK, et al. *Aplikované pohybové aktivity pro osoby s tělesným postižením*.

Univerzita Palackého, Olomouc. 2007.

KUDLÁČEK, et al. *Paralympijský školní den*. Univerzita Palackého, Olomouc. 2008.

KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O., JANEČKA, Z. *Tělesná kultura. Paralympijské vzdělávací programy*. Univerzita Palackého, Olomouc. 2009.

KUDLÁČEK, Martin. *Aplikovaná tělesná výchova*. Univerzita Palackého v Olomouci. 2011.

KUDLÁČEK, Martin; JEŠINA, Ondřej. *Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport*. Univerzita Palackého v Olomouci, 2013.

KUDLÁČEK, Martin, et al. Structure of a questionnaire on children's attitudes towards inclusive physical education (CAIPE-CZ). *Acta Gymnica*, 2011, 41.4: 43-48.

MCKAY, Cathy; BLOCK, Martin; PARK, Jung Yeon. The impact of Paralympic School Day on student attitudes toward inclusion in physical education. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 2015, 32.4: 331-348.

MORAVCOVÁ, Dagmar. *Zraková terapie slabozrakých a pacientů s nízkým vizem*. Triton, 2004.

NOVÁK, P. Teorie sociálních prezentací. *E-psychologie*, 3.1. 2009.

ORGANISATION FOR ECONOMIC CO-OPERATION AND DEVELOPMENT.

Transforming Disability into Ability: Policies to promote work and income security for disabled people. OECD, 2003.

PANAGIOTOU, Anna K., et al. Attitudes of 5th and 6th grade Greek students toward the inclusion of children with disabilities in physical education classes after a Paralympic education program. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 2008, 1.2.

PETRÁČKOVÁ, Věra, et al. *Akademický slovník cizích slov*. 1. vyd. Praha: Academia, 2001. 834 s. ISBN 80-200-098-5.

POŽÁR, L. Sociálněpsychologická východiska inkluzivní pedagogiky. *Základy inkluzivní pedagogiky: dítě s postižením, narušením a ohrožením ve škole*, 2010, 75-92.

RUČOVÁ, V. *Postoje žáků základní školy k integraci žáka s tělesným postižením do hodin tělesné výchovy*. 2007. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

REISMÜLLER, Roman; PARRY, Jim. The Kladruby Games, the Paralympics, and the pre-history of disability sport. *Acta Universitatis Carolinae: Kinanthropologica*, 2017, 53.1: 79-89.

ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie*. Paido, 1998.

SIPERSTEIN, Gary N. *Instruments for measuring children's attitudes toward the handicapped*. University of Massachusetts, 1980.

SPOLEČNOST – Smallfish. *Lidé s postižením – máme se jich bát?* [online] [cit. 2017-8-21]. Dostupné z : < www. <http://xpress.cz/7730>>

SPURNÁ, M.; RYBOVÁ, L.; KUDLÁČEK, M. Participace žáků s tělesným postižením v integrované školní tělesné výchově. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*, 2010, 1.1: 33-38.

SRDEČNÝ, V. Vývoj organizace a úspěchy tělesně postižených sportovců u nás (1961–2000). In: *Národní konference: „Sport v české republice na začátku nového tisíciletí*. 2001. p. 4.

STRAKA, V. *Postoje žáků k integrované tělesné výchově*. 2007. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

ŠERÁNKOVÁ, P. *Integrace žáků s tělesným postižením do běžných škol se zaměřením na tělesnou výchovu*. 2006. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

TRIPP, April; FRENCH, Ron; SHERRILL, Claudine. Contact theory and attitudes of children in physical education programs toward peers with disabilities. *Adapted physical activity quarterly*, 1995, 12.4: 323-332.

VÁGNEROVÁ, Marie; HADJ-MOUSSOVÁ, Zuzana; ŠTECH, Stanislav. *Psychologie handicapu. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2004. ISBN 80-7184-929-4, 1999.*

VÝROST, Jozef, et al. *Sociální psychologie*. ISV. 1997.

WORLD HEALTH ORGANIZATION, et al. International classification of impairments, disabilities, and handicaps: a manual of classification relating to the consequences of disease, published in accordance with resolution WHA29. 35 of the Twenty-ninth World Health Assembly, May 1976. 1980.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *International Classification of Functioning, Disability and Health: ICF*. World Health Organization, 2001.

ZELENKA, Tomáš; KUDLÁČEK, Martin. Paralympijský sport jako společenský fenomén Paralympic sport as a social phenomenon. *STUDIA SPORTIVA*, 2016, 34.

Internetové zdroje

[Sport osob se zdravotním postižením](http://publi.cz)[online] [cit. 2017-6-11]. Dostupné z: <<http://publi.cz>>
[Participativní pozorování](http://wiki.knihovna.cz/index.php?title=Z%C3%BA%C4%8Dastn%C4%9Bn%C3%A9_pozorov%C3%A1n%C3%AD) [online] [cit. 2017-12-10]. Dostupné z:
<wiki.knihovna.cz/index.php?title=Z%C3%BA%C4%8Dastn%C4%9Bn%C3%A9_pozorov%C3%A1n%C3%AD>

Portál IPC [online] [cit. 12.12. 2017]. Dostupné z:

< <https://www.paralympic.org/sports/winter>
<https://www.paralympic.org/sports/summer>>

10. Přílohy


10.1. Vyjádření etické komise

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

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: 27. 6. 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: 157/2014

dne: 30. 6. 2014


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

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu
Josef Martího 31, 162 52, Praha 6

- 20 -


podpis předsedkyně EK UK FTVS

10.2. Žádost o informovaný souhlas

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

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Paralympijský školní den

Forma projektu: výzkumná práce - diplomová práce

Období realizace: červen – září 2017

Předkladatel: Bc. Marek Bulandr (UK FTVS, Katedra zdravotní TV a tělovýchovného lékařství)

Hlavní řešitel: Bc. Marek Bulandr (UK FTVS, Katedra zdravotní TV a tělovýchovného lékařství)

Místo výzkumu (pracoviště): ZŠ Chvaletická, Chvaletická 918/3, 198 00 Praha 14

Vedoucí práce (v případě studentské práce): PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D.

Popis projektu : PŠD je vzdělávací jednodenní program, jehož cílem je seznámit děti, žáky, studenty a pedagogické pracovníky s problematikou osob se speciálními potřebami. Jedná se o program vytvořený v rámci mezinárodního rozvojového projektu (Belgie, Česká republika, Německo, Řecko, Litva a Švédsko), který byl v letech 2005 a 2006 podporován Evropskou komisí.

PŠD má tři základní cíle:

1. změna postojů k osobám se speciálními potřebami
2. seznámení se životem a volnočasovými aktivitami osob se speciálními potřebami se zaměřením na participaci v pohybových programech
3. plnění obsahu a cílů rámcových vzdělávacích programů

Plánované aktivity v zamýšleném diplomovém projektu vybrané z portfolia aktivit PŠD:

- Teoretická přednáška o sportech osob se speciálními potřebami.
- Beseda se sportovcem s postižením.
- Základní mobilita bez zrakové kontroly.
- Základní mobilita na vozíku.
- Sporty osob se zrakovým postižením - goalball.
- Sportovní hry osob s tělesným postižením - basketbal a florbal na vozíku.
- Boccia

Typ studie: observační studie zaměřená na porovnání postojů před a po realizaci PŠD.

Sběr dat: 2x dotazník CAIPE-CZ (česká verze normovaného mezinárodního dotazníku vypracovaná pro potřeby PŠD v ČR doc. Kudláčkem)

Charakteristika účastníků výzkumu:

cca. 30 dětí ve věku 9-11 let (5. ročník ZŠ), zdravotní předpoklady a zkušenost pro účast – nejsou relevantní, kontraindikace nejsou žádné.

Zajištění bezpečnosti:

Diplomový projekt proběhne v rámci běžné školní hodiny tělesné výchovy za přítomnosti pedagoga. Pro zajištění bezpečnosti při praktických hrách a pohybu s využitím pomůcek pro osoby se specifickými potřebami budou v tělocvičně k dispozici 2 proškolení asistenti – studenti oboru APTV. U vyplňování dotazníků bude po celou dobu přítomen pedagog třídy. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u aktivit a testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu.

Etické aspekty výzkumu:

Odůvodnění výzkumu: Práce se zabývá změnami postoje k osobám se specifickými potřebami na základě osobní zkušenosti. Cílem je prozkoumat přístupy vedoucí vyšší míře akceptace osob se specifickými potřebami ze strany školních dětí a k integraci OSP do společnosti. Ochrana osobních dat: Získaná data budou zpracována a uchována v anonymizované podobě. Publikována budou pouze ve formě číselného vyhodnocení výstupů na základě srovnání anonymizovaných dat, a to v diplomové práci a při další výzkumné práci na UK FTVS. Po anonymizaci budou osobní data smazána. Případné fotografie budou publikovány v anonymní podobě pouze v diplomové práci a se souhlasem všech zúčastněných a rodičů dětí na základě informovaného souhlasu. Neanonymizované fotografie budou po ukončení výzkumu smazány. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Informovaný souhlas: Příložen

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.

10.3. 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 dítěte ve výzkumném projektu v rámci diplomové práce „Paralympijský školní den“, který se uskuteční v rámci výuky na ZŠ Chvaletická.** Diplomová práce vzniká na katedře zdravotní tělovýchovy a zdravotního lékařství UK FTVS.

Cílem výzkumného projektu je zjistit postoje dětí k začlenění žáka se zdravotním postižením do běžné hodiny tělesné výchovy.

Děti vyplní dva stručné a jednoduché dotazníky – první před besedou s tělesně postiženou sportovkyní a praktickou ukázkou sportování s pomůckami, jako je např. ozvučený míč, vozík atp., a druhý po besedě.

Vaše dítě si bude moci vyzkoušet některé aktivity - pro zajištění bezpečnosti při praktických hrách a pohybu s využitím pomůcek pro osoby se specifickými potřebami budou v tělocvičně k dispozici 2 proškolení asistenti – studenti oboru APTV.

Celá akce vč. vyplnění dotazníků proběhne v rámci jediného školního dne.

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

Přínosem výzkumného projektu je prozkoumat možnosti pedagogické práce s dětmi, která by vedla k pozitivnímu přijímání osob postiženými dětským kolektivem.

Získaná data budou zpracovávána a bezpečně uchována v anonymní podobě a publikována v diplomové 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. Fotografie probandů budou upraveny tak, aby nebyla možná jejich identifikace. Neanonymizované fotografie budou po ukončení výzkumu smazány. Po vyhodnocení budou dotazníky s osobními údaji zlikvidovány.

Výsledky výzkumu budou součástí mé diplomové práce, která bude v souladu se zákonem uložena v knihovně FTVS UK a na e-mail adrese: bulandrm@seznam.cz

V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Jméno a příjmení předkladatele a hlavního řešitele projektu: Marek Bulandr, Bc.

Jméno a příjmení osoby, která provedla poučení:

Podpis:

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí svého dítěte 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:

10.4. Životopis Terezy Diepoldové

Sestaveno pro účely uvedení diskuse, na základě vlastních informací T. Diepoldové:

Tereze Diepoldové z Pardubic, se v jednom okamžiku jejího života vyhnulo štěstí velkým obloukem. Bylo to na cestě autobusem do Španělska k moři, kam se v den svých desátých narozenin vypravila s prarodiči a bratrem. Když nad ránem příštího dne projížděli Francií, stačil okamžik - a všechno bylo najednou jinak. Řidič upadl do mikrospánku a autobus havaroval. Nehodu nepřežil. Tereza měla silně pohmožděnou nohu, její babička přišla o ruku, děda o část lýtkového svalu. V nemocnici skončil i její o sedm let starší bratr s dvěma prasklými obratli.

Za pár dnů převezli Terezku z Francie do pražského Motola, kde však nastaly komplikace. Do ran se dostala sněť. Lékařům zbylo nakonec jen jediné řešení - obětovat nohu, a zachránit jí tak život. "Pomohla mi psychologka, která mě na to připravila," vypravuje Tereza. "V mé situaci bylo lepší být bez nohy a žít, než kdybych měla obě nohy a zemřela."

Tereza Diepoldová strávila v nemocnici téměř tři měsíce. Když se vrátila domů, hodně jí podporovali rodiče a bratr. Už na podzim se tak mohla vrátit zpátky do školy. Kamarádi jí zůstali, jen někteří se s její proměnou neuměli dlouho vyrovnat a nevěděli, jak se k ní mají chovat. Po čase ale pochopili, že to půjde naprosto normálně. "Pár změn ale nastalo," přiznává Tereza. "Dřív jsem hrávala aktivně basketbal, tancovala jsem. I když si basket ráda zahraju i teď, s jednou nohou už to není ono. Po úrazu jsem začala hodně plavat. Nejvíc mi dala zabrat prsa. Chybějící noha totiž zcela změnila těžiště těla, a abych udržela stabilitu a nepřevracela se na bok, musela jsem při plavání ze sebe vydávat hodně síly. Ale i to se časem poddalo."

Na konci základní školy navrhl trenér Tereze, aby pokračovala dál ve studiu na pardubickém sportovním gymnáziu. Handicapovaná plavkyně ani na chvíli nezaváhala. Když začala v bazénu závodit, rychle získávala i ocenění. K těm nejvýznamnějším patřilo například čtvrté místo v dálkovém závodě na pět kilometrů, kterého dosáhla na mistrovství světa v roce 2005, a desáté místo na letních paralympijských hrách v Aténách v závodě na čtyři sta metrů volný způsob.

V čase mezi Aténami a Pekingem si Tereza Diepoldová velmi přála, aby si znovu zaplavala v olympijském bazénu. Sen se jí naplnil, když se letošními skvělými výkony kvalifikovala na paralympiádu v čínské metropoli v disciplíně čtyři sta metrů volný způsob. Sportovní znalci ji současně označili za jednu z nejlepších plavkyň na světě a také za favoritku na jednu z medailí.

"Za mými výsledky jsou stovky uplavaných tréninkových kilometrů i hodiny strávené v posilovně," zdůrazňuje Tereza Diepoldová. "V bazénu jsem dvakrát denně a naplavu pět kilometrů. Chodím ráda i do posilovny, protože se tam hýbu jinak než v bazénu. Před závody už jen ladím formu a odstraňuji s trenéry technické nedostatky. Jestli je plavání víc o technice, nebo o síle? Nutné je obojí, ale asi vás překvapím, nejdůležitější ze všeho je psychika."

Právě ta podle jejího otce Miloše Diepolda, bývalého plavce, měla vliv na pekingský závod, když nadějná sportovkyně nepostoupila z kvalifikační rozplavby do finálového klání. "Tereza je nervák," tvrdí. "Psychika má u ní přinejmenším z padesáti procent vliv na výkon v bazénu. Ale... nejde o tragédii, nakonec není všem dnům konec."

Jak se dnes ona sama dívá na svůj handicap?

"Jsem ráda, že mám aspoň jednu zdravou nohu," říká. "Spousta mých kamarádů je na tom hůř. Všude je tolik bariér, přes které se s vozíkem nedostanou. Mám velkou výhodu, že můžu chodit s holemi a skákat. Sice se nadřu, ale schody pro mě nejsou překážkou. Mám vlastně nejlehčí postižení. I proto bych se ráda chtěla naučit lyžovat. Doufám, že mi to letos v zimě už vyjde."

Faktické údaje:

V roce 2000 začala s plaváním, kterému se věnovala dlouhých 10 let. Mezi nejvýraznější úspěchy její plavecké kariéry patřila účast na letních Paralympijských hrách v roce 2004 v Athénách a v roce 2008 v Pekingu, dále pak účasti na Mistrovství světa, Mistrovství Evropy a získání několika titulů mistra ČR.

V roce 2010 se rozhodla ukončit plaveckou kariéru a začala se věnovat cyklistice, ve které se velmi rychle dostala na vrchol nejenom u nás, ale i ve světě! Od roku 2011 je reprezentantkou ČR, v roce 2012 se stala celkovou vítězkou Světového poháru a vrcholem její sportovní kariéry byly letní Paralympijské hry 2012 v Londýně, kde získala stříbrnou olympijskou medaili v časovce jednotlivců.

10.5. Konkrétní průběh akce a pohybových aktivit v rámci PŠD Chvaletická

Citace připravovaného článku autora projektu PŠD Chvaletická (M. Bulandra) do časopisu *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi*, vyd. Centrum APA, FTK UP Olomouc:

Studenti oboru aplikovaná tělesná výchova FTVS UK se inspirovali mezinárodním projektem Paralympijský školní den (tak jak jej v českých podmínkách provádí FTK UPOL) a rozhodli se v červnu 2017 přiblížit žákům 5. ročníku ZŠ Chvaletická v Praze problematiku sportování zdravotně postižených osob.

Cílem Paralympijského školního dne je dosáhnout u žáků porozumění specifickým potřebám osob se zdravotním postižením a seznámení se s paralympijskými sporty. Cílovou skupinou, na niž se jednotlivé aktivity tohoto vzdělávacího projektu iniciovaného Mezinárodním paralympijským výborem zaměřují, jsou děti mezi 6 až 12 lety. Prvořadým cílem je zlepšení jejich postojů k osobám se zdravotním postižením. V rámci programu PŠD se děti např. setkávají a besedují s paralympioniky a vyzkoušejí si paralympijské sporty. PŠD je zamýšlen jako součást dlouhodobého výchovně vzdělávacího procesu. Olomoucký tým autorů pod vedením PaedDr. Janečka, PhD. vypracoval pro české podmínky Manuál PŠD, který detailně popisuje záměry i provádění projektu v praxi. Odborné studie FTK ÚPOL prokázaly pomocí mezinárodních dotazníků CAIPE, které žáci vyplňovali před realizací PŠD na své škole a po ní, že projekt skutečně dokáže pozitivně ovlivnit postoje žáků k osobám se zdravotním postižením.

Studenti FTVS UK v Praze se rozhodli rámci magisterské diplomové práce zjistit, zda k pozitivní změně postojů může vést i realizačně výrazně skromnější varianta projektu PŠD. Rozhodli se v malém realizačním týmu 3 osob uspořádat pouze tříhodinový program pro jedinou třídu – na rozdíl od obvyklého PŠD v rozsahu celého dne a organizovaného týmem cca. 20 osob pro celý stupeň ZŠ. V ostatních bodech se však po konzultaci s kolegy z FTK přidrželi Manuálu PŠD.

Projekt se ZŠ Chvaletická měl tři realizační fáze:

1. příprava projektu
2. vlastní realizace
3. setkání se žáky po projektu a vyhodnocení jejich postojů s odstupem 1 týdnem, na něž navazuje zpracování výstupů projektu do podoby magisterské práce.

V rámci přípravy projektu diplomant oslovil pedagogy a vedení školy ZŠ Chvaletická a přiblížil jim projekt PŠD. Vedení školy velmi ochotně podpořilo uskutečnění projektu s 5. ročníkem pod vedením Mgr. Mileny Dlabolové. Už v úvodu vedení školy konstatovalo, že by – pokud bude minimalistická varianta úspěšná – vysloveně přivítalo uspořádání PŠD v plném rozsahu.

Ve fázi realizace měli studenti pro děti připraven následující program:

1. Úvodní slovo o problematice sportování osob se zdravotním postižením a seznámení s programem akce
2. Vyplnění dotazníků CAIPE
3. Vyzkoušení pohybových aktivit s pomůckami pro osoby se zdravotním postižením na stanovištích (ve skupinkách): motorika bez zrakové kontroly (pohyb se slepeckou holí, pexeso pro uši, hra s ozvučenými míči – za využití pomůcek simulujících různé vady zraku vč. úplné ztráty zraku), instruktáž pohybu na vozíku a míčové hry na vozíku, jízda na handbiku.
4. Beseda s paralympioničkou Terezou Diepoldovou (plavání, cyklistika)

S odstupem týdne po vlastní realizaci žáci za přítomnosti třídního učitele a vedoucí projektu znovu vyplnili dotazník CAIPE.

Poznatky a zkušenosti z projektu se ZŠ Chvaletická

Když byl žákům 5. třídy dosud zcela bez zkušenosti s osobami se zdravotním postižením představen program akce, zavládly na jejich straně citelné rozpaky, které se promítly i do atmosféry při úvodním vyplňování dotazníků. Situace se však výrazně změnila, jakmile děti měli možnost si prakticky vyzkoušet pomůcky pro osoby se ZP a vyzkoušet si, jaké to je, být v jejich kůži. Projevila se dětská zvědavost a následně nadšení ze zvládání nových situací. Děti byly překvapené, co všechno leze dělat navzdory zdravotnímu omezení a jak zábavné to je. Např. modifikace fotbalu nevidomých strhla chlapce i děvčata.

Beseda s Terezou Diepoldovou díky tomu už probíhala ve velmi nenucené a uvolněné atmosféře. Děti od začátku kladly velmi otevřené a upřímné otázky, některé přímo navazovaly na jejich čerstvou zkušenost (např. jestli hraje také míčové hry na vozíku; jaké je to, hrát basketbal s protézou apod.) Zazněly i otázky, které se netýkaly pouze sportování, ale i jejího běžného osobního života s postižením. Nutno vyzdvihnout, že Tereza Diepoldová je velmi otevřená a i díky jejímu přístupu celá beseda vyzněla vysloveně pozitivně.

Akce, která probíhala na školním hřišti, ale i v budově školy během dopolední výuky, zaujala i děti a vyučující z jiných tříd, kteří litovali, že se nemohou zúčastnit. Ohlasy ZŠ Chvaletická

byly vysloveně pozitivní a vedení školy navrhlo realizátorům, zda by nebylo možné uspořádat opakování akce a její rozšíření pro větší počet účastníků.

Realizátoři akce se s vedením školy shodli, že na příští akci bude potřeba sestavit početnější organizační tým a akci naplánovat min. na 4 - 5 hodin, aby děti měly víc prostoru na vstřebání nových zkušeností, ale i svačinu a odpočinek.

10.6. Dotazník CAIPE

Postojový dotazník CAIPE – CZ

(Postoje dětí k integrované tělesné výchově – revidovaná forma (CAIPE-R), překlad

(vozičkář – 2. stupeň)

Martin E. Block, Ph.D.

Curry School of Education

Univerzita ve Virginii, 1995

Instrukce pro administrátora (2. stupeň)

Potřebuji od Vás nějaké informace a zabere to asi 15 min.

Nejprve se podívejte na záznamový arch. Tam, kde je napsáno „jméno žáka“, napište své jméno a příjmení. *(chvíli počkejte, než se žáci podepíší)*

Nyní zakroužkujte, jestli jste chlapec nebo dívka. *(pauza)*

Nyní napište, kolik je vám let. *(pauza)*

Nyní napište třídu, do které chodíte. *(pauza)*.

Teď zakroužkuj, jestli někdo z vaší rodiny, nebo nějaký váš kamarád či známý má nebo nemá nějaké postižení. Např. tvůj bratr, nebo bratranec, sestřenice, nebo někdo, kdo bydlí blízko vás,

používá invalidní vozík, nevidí, nebo neslyší nebo je mentálně postižený. *(pauza)*

Nyní zakroužkujte, zda jste někdy měli v některé z vyučovacích hodin spolužáka s postižením.

(pauza)

Nyní zakroužkujte, jestli s vámi chodil někdy do tělesné výchovy spolužák s postižením.

(pauza)

Nakonec zakroužkujte, jestli si myslíte, že jste:

- velmi soutěživý/á (myslím tím, jestli vždy chceš vyhrávat a jsi smutný/á, když prohraješ),
- trochu soutěživý/á (rád/a vyhráváš a hraješ s nasazením, ale prohrou pro tebe nekončí svět),
- nesoutěživý/á (rád/a hraješ pro zábavu).

Dobře, teď můžete otočit list. Poslechněte si několik otázek, které se týkají chlapce jménem Honza, který by mohl s vámi chodit do tělesné výchovy.

Před sebou máte list s čísly seřazenými pod sebou. U každého čísla je napsáno ANO, SPÍŠE ANO, SPÍŠE NE, NE. Ke každému číslu přečtu nahlas větu. Budete-li s větou souhlasit, zakroužkujte ANO, nebudete-li s ní souhlasit, zakroužkujte NE.

V případě, že s větou souhlasíte, ale nejste si jisti, zakroužkujte SPÍŠE ANO, a v případě, že

nesouhlasíte, ale nejsi si jistí, zakroužkujte SPÍŠE NE.

Nejsou zde žádné správné nebo špatné odpovědi. Vše záleží na tom, co si myslíte o tom, co vám přečtu.

Dám Vám příklad. Když vám přečtu větu: „Basketbal je můj nejoblíbenější sport.“ a vy s ní souhlasíte, zakroužkujte ANO. Jestliže vaším nejoblíbenějším sportem je *fotbal* nebo nějaký jiný sport, měli byste zakroužkovat NE. Když si myslíte, že váš nejoblíbenější sport je basketbal, ale nejste si jistí (možná máte rádi i jiný sport), potom zakroužkujte SPÍŠE ANO. Jestliže si myslíte, že basketbal není váš nejoblíbenější sport, ale nejste si jistí (opravdu máte rádi fotbal, ale máte rádi trochu i basketbal), potom zakroužkujte SPÍŠE NE.

CAIPE-R škála (dítě používající vozík)

Nezapomeňte, že odpověď na každou otázku záleží jen na vás. Vaše odpovědi se mohou lišit od odpovědí ostatních dětí.

Máte někdo nějaké otázky?

Dobře, než začneme, povím vám něco o Petrovi. Petr je stejně starý jako vy. Protože nemůže chodit, používá ortopedický vozík (voziček). Rád hraje stejné hry jako vy, ale není v nich moc dobrý. Přestože může jezdit na vozíku, je pomalejší než vy a snadno se unaví.

Umí házet míčem, ale ne moc daleko. Umí chytit míč, které letí přímo na něho, a dovede odpálit basebalový míček ze stojánku, ale nemůže při basketbalu vystřelit míč tak vysoko, aby dal koš. Protože nemůže používat nohy, nemůže kopnout do míče.

- Když tedy budeš poslouchat věty, které ti budu číst, mysli přitom na Petra.

- Dobře, teď si na záznamovém archu najdi číslo 1 a já ti přečtu první větu.

Začněte. Přečtete vždy číslo a k němu větu a počkejte, dokud všichni nezakroužkují svou odpověď, pak pokračujte. Vždy po několika větách zkontrolujte, zda všichni zakroužkovali u každého čísla odpověď. Nezapomeňte přečíst všechny instrukce, které jsou uvedené v seznamu vět.

1. Bydlím v Olomouci.

2. Obvykle obědváme v 9 hodin ráno.

Teď si vzpomeňte na Petra a zakroužkujte **ANO**, když souhlasíte s následujícími větami, **SPÍŠE**

ANO, když souhlasíte, ale nejste si jistí, **SPÍŠE NE**, jestli si myslíte, že nesouhlasíte, ale nejste si

jistí a **NE**, když nesouhlasíte.

3. Bylo by prima, kdyby Petr chodil se mnou na hodiny TV.

4. Protože Petr není ve sportu moc dobrý, zpomaloval by všem hru.

5. Kdybychom hráli skupinovou hru, jako např. basketbal, bylo by fajn mít Petra v družstvu.

6. TV by byla zábavná, kdyby tam byl Petr se mnou.

7. Kdyby byl Petr se mnou na hodině TV, bavil bych se s ním a byl bych jeho kamarád.

8. Kdyby byl Petr se mnou na hodině TV, rád bych mu pomohl cvičit a hrát hry.

Které pravidla basketbalu bychom, podle vás, mohly změnit, kdyby někdo jako PETR hrál s námi? Pamatujte, zakroužkujte **ANO**, když souhlasíte s následujícími větami, **SPÍŠE ANO**, když souhlasíte, ale nejste si jistí, **SPÍŠE NE**, jestli si myslíte, že nesouhlasíte, ale nejste si jistí a **NE**, když nesouhlasíte.

9. Při basketbalu bych byl ochotný nahrát Petrovi.

10. Petrovi bychom mohli dovolit střílet na nižší koš.

11. Při basketbalu by PETR mohl zůstat v prostoru pod košem “hrušky” déle (pět sekund namísto daných tří sekund).

Nezapomeňte myslet na Petra a zakroužkujte **ANO**, když souhlasíte s následujícími větami, **SPÍŠE ANO**, když souhlasíte, ale nejste si jistí, **SPÍŠE NE**, jestli si myslíte, že nesouhlasíte, ale

nejste si jistí, a **NE**, když nesouhlasíte.

12. Bylo by dobré, aby PETROVI nikdo nemohl vzít při přihrávce míč.

13. Kdyby při basketbale PETR získal míč, pomohl bych mu, aby mohl vstřelit koš (PETR je spoluhráčem ve tvém týmu).

ZÁZNAMOVÝ ARCH (2. stupeň)

Škola: _____ Datum: _____

Učitel: _____ Jméno žáka: _____

Věk: _____ Třída: _____

Zakroužkuj (označ):

CHLAPEC DÍVKA

Zakroužkuj (označ) jednu větu:

ANO, někdo v mé rodině nebo blízkém okolí má nějaké postižení.

NE, nikdo v mé rodině ani blízkém okolí nemá žádné postižení.

Zakroužkuj (označ) jednu větu:

ANO, v naší třídě jsme měli spolužáka s postižením.

NE, v naší třídě jsme nikdy neměli spolužáka s postižením.

Zakroužkuj (označ) jednu větu:

ANO, do tělocviku s námi chodil spolužák s postižením.

NE, do tělocviku s námi nikdy nechodil žádný spolužák s postižením.

Zakroužkuj (označ):

VELMI SOUTĚŽIVÝ(Á)

(Rád(a) vyhrávám a jsem smutný(á), když prohrají.)

TROCHU SOUTĚŽIVÝ(Á)

(Rád(a) vyhrávám, ale když prohrají, nekončí tím pro mě svět.)

NE-SOUTĚŽIVÝ(Á)

(Opravdu mi nezáleží na tom, jestli vyhrají či prohrají. Hrají pro zábavu.)

- PROSÍM OTOČTE NA DRUHOU STRANU –

Nyní pozorně poslouchejte a označte odpovědi:

1. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE

2. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE

3. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE

4. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE

5. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE

6. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE

7. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE
 8. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE
 9. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE
 10. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE
 11. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE
 12. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE
 13. ANO PRAVDĚPODOBNĚ ANO PRAVDĚPODOBNĚ NE NE

=====
 "Pokud byste chtěli popsat **PETRA** svým spolužákům, která slova byste použili? V tabulce níže je seznam slov, která můžete použít. Označte všechna (zakroužkujte) slova, kterými byste Petra popsali. Můžete označit, kolik slov chcete."

Zdravý	Poctivý	Znuděný	Nepoctivý
Pomalý	Stydlivý	Nápomocný	Chytrý
Nepořádný	Pohledný	Pitomý	Nešťastný
Inteligentní	Osamělý	Kamarádský	Zlý
Ostražitý	Hezký	Smutný	Ošklivý
Fajn	Krutý	Opatrný	Šťastný
Bláznivý	Hrdý	Potěšený	Hodný
Chtivý	Slabý	Hloupý	
Veselý	Bystrý	Nedbalý	

