

## **Integrace osob se specifickými potřebami prostřednictvím řízených pohybových aktivit**

**(průvodce studiem)**

**Veronika Chvojková, Tomáš Vyhliďal**

Cílem studijního textu je seznámit studenty s ukázkovými individuálními vzdělávacími plány do předmětu tělesné výchovy. Na základě takto vytvořených individuálních vzdělávacích plánů student pochopí principy a zákonitosti jejich vytváření. Dále studijní texty představují sportovně kompenzační pomůcky využitelné pro osoby se zdravotním postižením nejen v samostatných hodinách TV ale např. i při lyžařském či cyklistickém kurzu, či v rámci jakékoliv formy organizovaného či neorganizovaného volného času.

Individuální vzdělávací plán (IVP) je jedním z podpůrných opatření, které slouží k podpoře vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami nebo s mimořádným nadáním. Individuální vzdělávací plán vychází ze školního vzdělávacího programu (ŠVP) příslušné školy a je závazným dokumentem pro zajištění speciálních vzdělávacích potřeb žáka (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR, 2018). Jedním z problematických předmětů při začlenění žáka se speciálními vzdělávacími potřebami je předmět tělesné výchovy. Vzhledem k různým typům zdravotního postižení, specifikům kontraindikací, bezpečnosti a využití sportovně kompenzačních pomůcek vyžaduje začlenění žáka se SVP velmi kvalitně zpracovaný individuální vzdělávací plán.

**V současné době lze nalézt podporu při vytváření IVP do TV v České republice na národní i krajské (Olomoucký kraj) úrovni.**

### **Centrum APA**

Na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci na katedře aplikovaných pohybových aktivit se v současné době řeší národní projekt zaměřený na „Podporu vzdělávání dětí, žáků a studentů prostřednictvím rovného přístupu v oblasti pohybové gramotnosti“

Cílem projektu je podpořit rovný přístup ke vzdělávání v oblasti pohybové gramotnosti a zdravého životního stylu v prostředí škol, školských organizací i mimoškolních aktivit.

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

Prostřednictvím odborných konzultací a zřízením center kolegiální podpory se rozvíjí kompetence pedagogických pracovníků pro odstraňování bariér bránících rovnému přístupu všech jedinců ke vzdělávání. Inovace spočívá zejména v rozšíření postupů, metodik a prostředků na celostátní úroveň do všech regionů ČR. Prohloubení spolupráce se subjekty ve všech regionech. Rozšíření sítě již existujících subjektů zabývajících se vzděláváním osob se zdravotním postižením. Zavedením pozic „konzultantů APA“ přesně v souladu se strategickým materiálem Zdraví 2020. Kromě aktualizace stávajících, avšak pro významnou skupinu odborníků (pedagogických pracovníků) neznámých přístupů, se vytváří úplně nové metodiky a příklady dobré praxe. Projekt zabezpečuje se implementaci zahraničních zkušeností (např. implementace peer tutoringů do integrované TV) díky vlastní iniciativně na evropské i mimoevropské úrovni ([www.apa.upol.cz](http://www.apa.upol.cz))

#### **Regionální centrum APA**

Regionální centrum APA IKAP Olomoucký kraj (<https://www.ikap.cz/regionalni-centrum-apa>)

Činnost regionálního centra APA – IKAP Olomoucký kraj je úzce propojena spoluprací Centra APA FTK UP Olomouc, PPP a SPC Olomouc za podpory Olomouckého kraje a rozšiřuje nabídku intervencí v oblasti školních i mimoškolních pohybových aktivit. Poskytuje vzdělávání a podporu pedagogickým pracovníkům, jak pracovat s dítětem, žákem, studentem se smyslovým, tělesným, mentálním postižením a zdravotním oslabením, nemocí i sociálním znevýhodněním (dále již SVP). Řeší tvorbu a aplikaci Individuálního vzdělávacího plánu (IVP) pro aktivní zapojení do tělesné výchovy, dle individuálních schopností. Spolupracuje s pedagogy, doporučuje jak pracovat s modifikacemi a přizpůsobením v prováděných pohybových aktivitách a realizaci IVP. Podporuje zákonné zástupce při zajištění mimoškolních pohybových aktivit, pořádá pro ně setkání s odborníky v daných oblastech a s rodinami dětí s podobnými problémy. Zapůjčuje kompenzační pomůcky pro školní, volnočasové i sportovní pohybové aktivity. Poskytujeme kontakty na odborníky v oblasti plavání, lyžování, rehabilitace apod.

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

*Ve spolupráci s odborníky na oblast aplikovaných pohybových aktivit a vytváření individuálních vzdělávacích plánů představujeme pro inspiraci a jako příklad dobré praxe ukázkové IVP do předmětu tělesná výchova.*

### INDIVIDUÁLNÍ VZDĚLÁVACÍ PLÁN - TĚLESNÁ VÝCHOVA

OBECNÉ INFORMACE			
Škola:	ZŠ	Adresa:	XXX
Třída:	5.třída	Školní rok:	2018/2019
Jméno žáka:	XXX	Věk:	11 let

PORADENSKÁ ZAŘÍZENÍ	
ŠPZ, které vydalo doporučení pro IVP	XXX
Kontaktní pracovník ŠPZ	XXX
DIAGNOSTIKA	
Diagnóza zdravotního postižení:	H355 Dědičná dystrofie sítnice Epiparoxysmus NS, Dg. G 409
Vnější podmínky:	Chlapec se v rámci svých možností zapojuje do vybraných cvičení jednotky tělesné výchovy. Má k dispozici asistentku pedagoga, se kterou cvičí paralelně. Asistent pedagoga má roční zkušenost se začleněním žáka se SVP do tělesné výchovy dle doporučení a působení konzultanta APA. Tělesná výchova probíhá v budově školy, kde jsou 3 tělocvičny. Žák se dokáže s pomocí asistentky přesunout do tělocvičny a převléct se do cvičebního úboru. K pohybu po škole využívá bílou hůl-orientační.
Diagnostika pohybových dovedností:	Test motorických dovedností
Diagnostika vědomostí a poznatků ohledně pohybového učení a zdraví:	Žák je vzděláván společně s ostatními spolužáky. Má kladný vztah k pohybové aktivitě. Je nutné důsledné dohlížení na správné provedení cviků, asistentka v případě chybného provedení opraví žáka. Je třeba vést žáka k uvědomování si svých limitů v pohybu.

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

#### VÝUKA TĚLESNÉ VÝCHOVY

<b>Organizace výuky:</b>	Žák má k dispozici asistentku pedagoga, jak v jednotce tělesné výchovy, tak u všech ostatních předmětů.
<b>Speciální pomůcky:</b>	Ozvučený míč, psychomotorické pomůcky, balanční plošky, kin ball – zapůjčený Centrem APA
<b>Učební osnovy:</b>	Dle ŠVP, modifikované dle diagnózy a doporučení lékaře, fyzioterapeuta.
<b>Kontraindikace:</b>	Vyvarovat se otřesům hlavy, přímým úderům do oka nebo jeho okolí (rukou, míčem), překrvením hlavy (omezit stoje na rukou, na hlavě, visy hlavou dolů).
<b>Cíle v TV dle tematického plánu pro TV:</b>	<p><b>Vzdělávací:</b> Osvojit si základní pojmosloví, zásady a pravidla aplikované v TV. Rozvíjet základní pohybové schopnosti a dovednosti. Základní pojmy ve sportovních hrách (basketbal, florbal, přehazovaná). Znalost atletických disciplín (hod kriketovým míčkem, běhy). Teoretická znalost základních gymnastických cviků a jejich zvládnutí v rámci možností žáka. Zvládat v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikovat je ve hře, soutěži i rekreačních činnostech.</p> <p><b>Výchovný:</b> Je nutné dbát na bezpečí při pohybu. Snaha o samostatnost a provádění co nejvíce cviků bez dopomoci. Akceptovat pokyny, povely a pravidla aplikované v TV. Dodržovat zásady hygieny. Rozlišovat a uplatňovat práva a povinnosti vyplývající z role žáka, hráče a rozhodčího i diváka.</p> <p><b>Zdravotní:</b> Posílení a protažení svalových skupin, které jsou méně zatěžovány/přetíženy. Zlepšení tělesné i psychické zdatnosti. Rozvoj posturálních mechanismů a zabránit vzniku dalších svalových dysbalancí. Zlepšit posturální mechanismy a koordinaci tělesných segmentů při pohybových aktivitách. Využívat intervalového zatížení, které vede k postupnému posílení oběhového a respiračního systému.</p> <p><b>Specifické cíle:</b> Posílení sociální interakce se spolužáky a vrstevníky - zařazení osvětové akce "Paralympijský školní den" realizovaný Centrem APA. Rozvíjet orientaci v prostoru a znalost vlastního těla, správné pohybové stereotypy. Využití rehabilitačních a kompenzačních cvičení dle publikace Zdravotní tělesná výchova (Iva Dostálová)</p>
<b>Učivo dle RVP ZV:</b>	V souladu s již schváleným ŠVP pro 5. třídu. Úpravy ve vztahu k intenzitě zatížení a typu aktivity.
<b>Výstupy dle RVP ZV:</b>	Dle RVP ZV, ŠVP, Učebních osnov – kurikula vzdělávacího oboru tělesná výchova. Uplatňovat správné způsoby držení těla v různých polohách a pracovních činnostech. Zvládat jednoduchá pohybově koordinační cvičení. Získat kladný postoj k motorickému učení a pohybovým aktivitám.
<b>Časový plán:</b>	<b>Modifikace činností:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zvládá základní přípravu organismu před pohybovou aktivitou</li> <li>● Zná protahovací a napínací cviky, cviky pro zahřátí a uvolnění</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dle možností se účastní veškerého pohybového programu v tělesné výchově, vždy s asistentem pedagoga nebo se spolužáky-peer tutoring, bude upřesněno v</li> </ul>

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

<ul style="list-style-type: none"> <li>● příprava ke sportovnímu výkonu – příprava organismu, zdravotně zaměřené činnosti</li> <li>● Podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu</li> <li>● Zařazuje do pohybového režimu korektivní cvičení, především v souvislosti s jednostrannou zátěží nebo vlastním svalovým oslabením</li> </ul>	<p>průběhu školního roku v rámci působení konzultanta APA ve výuce</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Zařazení cvičení uvolňovacích, protahovacích a posilovacích – zásobník cviků v příloze (Zdravotní tělesná výchova, Iva Dostálová, doporučení: str. 133-170)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zvládne základní kroky lidových tanců, seznámí se s dětským aerobikem a kondičním cvičením s hudbou</li> <li>● Dbá na správné držení těla při různých činnostech i provádění cviků, projevuje přiměřenou samostatnost a vůli po zlepšení úrovně své zdatnosti, dbá na správné dýchání</li> <li>● Zná kompenzační a relaxační cviky</li> <li>● Uplatňuje zásady pohybové hygieny             <ul style="list-style-type: none"> <li>- cvičení během dne</li> <li>- rytmické a kondiční formy cvičení pro děti</li> <li>- tanečky, základy estetického pohybu</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zaměřit se na správnou práci všech svalů. Správné protahování a posilování svalstva celého těla.</li> <li>● Řadíme cvičení a posilování, které má doporučené od své fyzioterapeutky a jsou zvyklé cvičit s asistentkou pedagoga</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zná a užívá základní tělocvičné pojmy – názvy pohybových činností, tělocvičného nářadí a náčiní             <ul style="list-style-type: none"> <li>- tělocvičné pojmy - komunikace v TV</li> </ul> </li> <li>● Zná pojmy z pravidel sportů a soutěží</li> <li>● Rozumí povelům pořadových cvičení a správně na ně reaguje, cvičí podle jednoduchého nákresu, popisu cvičení (pokyny pořadových cvičení)</li> <li>● Používá vhodné sportovní oblečení a sportovní obuv</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Důležité je zaměřit se na správné vysvětlení každé aktivity, vždy slovní výklad s pasivním provedením (nastavit postavení tělesných segmentů ke správnému provedení pohybu).</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Jedná v duchu fair-play, respektuje při pohybových činnostech opačné pohlaví</li> <li>● Spolupracuje při jednoduchých týmových a pohybových činnostech a soutěžích, vytváří varianty osvojených pohybových her</li> <li>● Zorganizuje nenáročné pohybové činnosti a soutěže na úrovni třídy, zhodnotí kvalitu pohybové činnosti spolužáka a reaguje na pokyny k vlastnímu provedení pohybové činnosti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zapojí se do organizace nenáročné pohybové činnosti a soutěže na úrovni třídy</li> </ul>

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Základy sportovních her             <ul style="list-style-type: none"> <li>- míčové hry a pohybové hry</li> <li>- pohybová tvořivost</li> <li>- využití netradičního náčiní při cvičení</li> <li>- organizace při TV</li> <li>- pravidla zjednodušených osvojovaných pohybových dovedností</li> </ul> </li> <li>● Umí přihrávky jednoruč a obouřuč, driblink rozlišují míč na basketbal a volejbal</li> <li>● Učí se ovládat hru s basketbalovým míčem</li> <li>● Nacvičuje střelbu na koš</li> <li>● Nacvičuje přehazovanou</li> <li>● Zná pravidla sportovních her a řídí se jimi</li> <li>● Zná cviky na zdokonalení obratnosti a pohotovosti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zařazení hry Kreistorball bude vysvětlena konzultantem APA a realizována s celou třídou</li> <li>● Nacvičuje střelbu na koš- modifikace (průpravná cvičení střelby a manipulace s míčem, vyzkouší střelbu z místa na desku basketbalového koše)</li> <li>● Zařadit netradičních hře s využitím míčů na basketbal a volejbal – představení cvičení konzultantem APA (předání zásobníku aktivit)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Míčové hry             <ul style="list-style-type: none"> <li>- košíková (přihrávky, driblink, střelba na koš, týmová spolupráce a taktika)</li> <li>- přehazovaná</li> <li>- malá kopaná</li> <li>- vybíjená</li> <li>- florbal (držení hole, pravidla, bezpečnost)</li> </ul> </li> <li>● Je schopen soutěžit v družstvu, umí se dohodnout na spolupráci a jednoduché taktice družstva a dodržovat ji, je si vědom porušení pravidel a následků pro sebe družstvo, pozná a označí zjevné přestupky proti pravidlům a adekvátně na ně reaguje</li> <li>● Dodržuje pravidla bezpečnosti při sportování v tělocvičně, na hřišti, v přírodě, ve vodě</li> <li>● Adekvátně reaguje v situaci úrazu spolužáka</li> <li>● Zná a reaguje na smluvené povely, gesta, signály pro organizaci činnosti             <ul style="list-style-type: none"> <li>● - bezpečnost při sportování</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Znalost pravidel, bezpečnosti, zapojení do průpravných cvičení dle možností</li> <li>● Zařazení hry kinball bude vysvětlena konzultantem APA a realizována s celou třídou.</li> <li>● Zařadit psychomotorické cvičení – představení cvičení konzultantem APA (předání zásobníku aktivit)</li> <li>● Při samotné hře ostatních hráčů pracuje paralelně s asistentem</li> <li>● Kopaná – průpravná cvičení střelby na cíl- asistent/ozvučená meta a manipulace s míčem, možnost zařazení modifikace „obrácená hodina“– hra goalball.</li> <li>● Vybíjená – průpravná cvičení na chytání a házení s měkkým ozvučeným míčem (molitan, overball)</li> <li>● Florbal – seznamuje se s náčiním a s pravidly. Vyzkouší si manipulaci s florbalovou hokejkou, vedení míčku a odpal míčku na ozvučený cíl.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Základy atletiky             <ul style="list-style-type: none"> <li>- rychlý běh</li> <li>- skok do dálky</li> <li>- hod míčkem</li> <li>- rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly a pohyblivosti a koordinace pohybu</li> </ul> </li> <li>● Zná techniku hodu kriketovým míčkem</li> <li>● Zná princip štafetového běhu, uběhne 400 m a 800 m, zná taktiku při běhu (k metě, sprintu,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Při běhu využití běhu podél napnutého lana, za zvukem, s vodičem – spolužák</li> <li>● Skok do dálky - akusticky navigován do doskočiště (vytleskávání)</li> <li>● Běh k metě – zvuková signalizace</li> <li>● Hod kriketovým míčkem – osvojování si správné držení paže při odhodu a samotného držení kriketového míčku</li> <li>● možnost účastnit se Celostátních her škol pro zrakově postižené</li> </ul>

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

<p>vytrvalostního běhu, při běhu terénem s překážkami)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Umí skákat do dálky, nacvičí správnou techniku skoku z místa</li> <li>● Účastní se atletických závodů</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Základy gymnastiky             <ul style="list-style-type: none"> <li>- cvičení na nářadí a s náčiním odpovídající velikosti a hmotnosti</li> <li>- průpravná cvičení a úpoly činností – her a soutěží</li> <li>- zásady jednání a chování</li> </ul> </li> <li>● Umí šplhat na tyči</li> <li>● Zvládne cvičení na žíněnce – napojované kotouly, kotouly vpřed a vzad s různým zakončením, stoj na hlavě apod.</li> <li>● Provádí přitahování do výše čela na hrazdě, výmyk</li> <li>● Umí správnou techniku odrazu z můstku při cvičení na koze, roznožku, výskok do kleku a dřepu, provádí cvičení na švédské bedně</li> <li>● Zdokonaluje se ve cvičení na ostatním nářadí – kruhy, žebřiny, lavičky apod.</li> <li>● Provádí kondiční cvičení s plnými míči</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Šplh – nechat vyzkoušet a upravit výšku dosahu/nahradit ručkováním na žebřinách</li> <li>● Přeskoky – vynechat, absolvovat přelézáním</li> <li>● Zvládne cvičení na žíněnce – kotouly vpřed a vzad vždy s asistencí</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Projevuje přiměřenou radost z pohybové činnosti, samostatnost, odvalu a vůli pro zlepšení pohybové dovednosti</li> <li>● Respektuje zdravotní handicap</li> <li>● Zná význam sportování pro zdraví</li> <li>● Dovede získat informace o pohybových aktivitách a sportovních akcích ve škole i v místě bydliště</li> <li>● Dokáže objektivně zhodnotit svůj výkon, porovnat ho s předchozími výsledky             <ul style="list-style-type: none"> <li>- vztah ke sportu – zásady jednání a chování</li> <li>- fair play</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zaměřit se na spolupráci celé skupiny žáků ve třídě – komunikace, pomoc ostatním.</li> </ul>

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

<b>Doporučení:</b>	<p>Doporučuji zaměřit se na protahovací a kompenzační cvičení na úpravu držení těla, rovnovážná cvičení bez i s pomůckami, cvičení na prostorovou orientaci a samostatný pohyb. Při všech aktivitách slovní výklad a dopomoc asistenta pro správné provedení pohybu. Možné zapojení spolužáků do spolupráce se žákem v plnění úkolů. Zlepšit fyzickou kondici, posílit svalstvo celého těla. Častěji poskytovat pozitivní zpětnou vazbu.</p> <p>Zadávat kratší úkoly, delší doba na procvičování cviků. Kontraindikace (doporučení k omezení) k pohybovým aktivitám: prudké pohyby hlavy, prudké změny poloh, dlouhé setrvání hlavou dolů.</p>
<b>Způsob hodnocení a kvalifikace. Kritéria hodnocení:</b>	Hodnocení bude aplikováno dle ŠVP = s přihlédnutím k modifikacím v IVP a schopnostem žáka, kritériem je spíše kvalitativní stránka.
<b>Kontrola plnění IVP:</b>	<p>Pracovník PPP, SPC Olomouckého kraje, Regionální konzultant APA, Krajský metodik APA Olomouckého kraje dle plánu.</p> <p>Pozorování a diagnostika v průběhu roku.</p>
<b>Časové období plnění IVP:</b>	<p>Školní rok 2018/2019, platnost od 1.11.2018</p> <p>V pololetí a na konci školního roku (v průběhu daného období může dojít, vyžaduje-li to situace, ke změnám v IVP).</p>

Osoby odpovědné za vzdělávání a odbornou péči o žáka	Jméno a příjmení	Podpis
Třídní učitel	XXX	
Učitel TV	XXX	
Ředitel/ka	XXX	
Školský poradenský pracovník	XXX	
Zákonný zástupce	XXX	



## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ  
NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

**INDIVIDUÁLNÍ VZDĚLÁVACÍ PLÁN - TĚLESNÁ VÝCHOVA**

OBECNÉ INFORMACE			
Škola:	ZŠ	Adresa:	XXX
Třída:	5.třída	Školní rok:	2018/2019
Jméno žáka:	XXX	Věk:	11 let

PORADENSKÁ ZAŘÍZENÍ	
ŠPZ, které vydalo doporučení pro IVP	XXX
Kontaktní pracovník ŠPZ	XXX
DIAGNOSTIKA	
Diagnóza zdravotního postižení:	H355 Dědičná dystrofie sítnice Epiparoxysmus NS, Dg. G 409
Vnější podmínky:	Chlapec se v rámci svých možností zapojuje do vybraných cvičení jednotky tělesné výchovy. Má k dispozici asistentku pedagoga, se kterou cvičí paralelně. Asistent pedagoga má roční zkušenost se začleněním žáka se SVP do tělesné výchovy dle doporučení a působení konzultanta APA. Tělesná výchova probíhá v budově školy, kde jsou 3 tělocvičny. Žák se dokáže s pomocí asistentky přesunout do tělocvičny a převléct se do cvičebního úboru. K pohybu po škole využívá bílou hůl-orientační.
Diagnostika pohybových dovedností:	Test motorických dovedností
Diagnostika vědomostí a poznatků ohledně pohybového učení a zdraví:	Žák je vzděláván společně s ostatními spolužáky. Má kladný vztah k pohybové aktivitě. Je nutné důsledné dohlížení na správné provedení cviků, asistentka v případě chybného provedení opraví žáka. Je třeba vést žáka k uvědomování si svých limitů v pohybu.

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

#### VÝUKA TĚLESNÉ VÝCHOVY

<b>Organizace výuky:</b>	Žák má k dispozici asistentku pedagoga, jak v jednotce tělesné výchovy, tak u všech ostatních předmětů.
<b>Speciální pomůcky:</b>	Ozvučený míč, psychomotorické pomůcky, balanční plošky, kin ball – zapůjčený Centrem APA
<b>Učební osnovy:</b>	Dle ŠVP, modifikované dle diagnózy a doporučení lékaře, fyzioterapeuta.
<b>Kontraindikace:</b>	Vyvarovat se otřesům hlavy, přímým úderům do oka nebo jeho okolí (rukou, míčem), překrvením hlavy (omezit stoje na rukou, na hlavě, visy hlavou dolů).
<b>Cíle v TV dle tematického plánu pro TV:</b>	<p><b>Vzdělávací:</b> Osvojit si základní pojmosloví, zásady a pravidla aplikované v TV. Rozvíjet základní pohybové schopnosti a dovednosti. Základní pojmy ve sportovních hrách (basketbal, florbal, přehazovaná). Znalost atletických disciplín (hod kriketovým míčkem, běhy). Teoretická znalost základních gymnastických cviků a jejich zvládnutí v rámci možností žáka. Zvládnutí v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikovat je ve hře, soutěži i rekreačních činnostech.</p> <p><b>Výchovný:</b> Je nutné dbát na bezpečí při pohybu. Snaha o samostatnost a provádění co nejvíce cviků bez dopomoci. Akceptovat pokyny, povely a pravidla aplikované v TV. Dodržovat zásady hygieny. Rozlišovat a uplatňovat práva a povinnosti vyplývající z role žáka, hráče a rozhodčího i diváka.</p> <p><b>Zdravotní:</b> Posílení a protažení svalových skupin, které jsou méně zatěžovány/přetíženy. Zlepšení tělesné i psychické zdatnosti. Rozvoj posturálních mechanismů a zabránit vzniku dalších svalových dysbalancí. Zlepšit posturální mechanismy a koordinaci tělesných segmentů při pohybových aktivitách. Využívat intervalového zatížení, které vede k postupnému posílení oběhového a respiračního systému.</p> <p><b>Specifické cíle:</b> Posílení sociální interakce se spolužáky a vrstevníky - zařazení osvětové akce "Paralympijský školní den" realizovaný Centrem APA. Rozvíjet orientaci v prostoru a znalost vlastního těla, správné pohybové stereotypy. Využití rehabilitačních a kompenzačních cvičení dle publikace Zdravotní tělesná výchova (Iva Dostálová)</p>
<b>Učivo dle RVP ZV:</b>	V souladu s již schváleným ŠVP pro 5. třídu. Úpravy ve vztahu k intenzitě zatížení a typu aktivity.
<b>Výstupy dle RVP ZV:</b>	Dle RVP ZV, ŠVP, Učebních osnov – kurikula vzdělávacího oboru tělesná výchova. Uplatňovat správné způsoby držení těla v různých polohách a pracovních činnostech. Zvládnutí jednoduchá pohybově koordinační cvičení. Získat kladný postoj k motorickému učení a pohybovým aktivitám.
<b>Časový plán:</b>	<b>Modifikace činností:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zvládá základní přípravu organismu před pohybovou aktivitou</li> <li>● Zná protahovací a napínací cviky, cviky pro zahřátí a uvolnění</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dle možností se účastní veškerého pohybového programu v tělesné výchově, vždy s asistentem pedagoga nebo se spolužáky-peer tutoring, bude upřesněno v</li> </ul>

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

<ul style="list-style-type: none"> <li>● příprava ke sportovnímu výkonu – příprava organismu, zdravotně zaměřené činnosti</li> <li>● Podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu</li> <li>● Zařazuje do pohybového režimu korektivní cvičení, především v souvislosti s jednostrannou zátěží nebo vlastním svalovým oslabením</li> </ul>	<p>průběhu školního roku v rámci působení konzultanta APA ve výuce</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Zařazení cvičení uvolňovacích, protahovacích a posilovacích – zásobník cviků v příloze (Zdravotní tělesná výchova, Iva Dostálová, doporučení: str. 133-170)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zvládne základní kroky lidových tanců, seznámí se s dětským aerobikem a kondičním cvičením s hudbou</li> <li>● Dbá na správné držení těla při různých činnostech i provádění cviků, projevuje přiměřenou samostatnost a vůli po zlepšení úrovně své zdatnosti, dbá na správné dýchání</li> <li>● Zná kompenzační a relaxační cviky</li> <li>● Uplatňuje zásady pohybové hygieny             <ul style="list-style-type: none"> <li>- cvičení během dne</li> <li>- rytmické a kondiční formy cvičení pro děti</li> <li>- tanečky, základy estetického pohybu</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zaměřit se na správnou práci všech svalů. Správné protahování a posilování svalstva celého těla.</li> <li>● Řadíme cvičení a posilování, které má doporučené od své fyzioterapeutky a jsou zvyklé cvičit s asistentkou pedagoga</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zná a užívá základní tělocvičné pojmy – názvy pohybových činností, tělocvičného nářadí a náčiní             <ul style="list-style-type: none"> <li>- tělocvičné pojmy - komunikace v TV</li> </ul> </li> <li>● Zná pojmy z pravidel sportů a soutěží</li> <li>● Rozumí povelům pořadových cvičení a správně na ně reaguje, cvičí podle jednoduchého nákresu, popisu cvičení (pokyny pořadových cvičení)</li> <li>● Používá vhodné sportovní oblečení a sportovní obuv</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Důležité je zaměřit se na správné vysvětlení každé aktivity, vždy slovní výklad s pasivním provedením (nastavit postavení tělesných segmentů ke správnému provedení pohybu).</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Jedná v duchu fair-play, respektuje při pohybových činnostech opačné pohlaví</li> <li>● Spolupracuje při jednoduchých týmových a pohybových činnostech a soutěžích, vytváří varianty osvojených pohybových her</li> <li>● Zorganizuje nenáročnou pohybovou činnost a soutěže na úrovni třídy, zhodnotí kvalitu pohybové činnosti spolužáka a reaguje na pokyny k vlastnímu provedení pohybové činnosti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zapojí se do organizace nenáročných pohybových činností a soutěží na úrovni třídy</li> </ul>

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Základy sportovních her             <ul style="list-style-type: none"> <li>- míčové hry a pohybové hry</li> <li>- pohybová tvořivost</li> <li>- využití netradičního náčiní při cvičení</li> <li>- organizace při TV</li> <li>- pravidla zjednodušených osvojovaných pohybových dovedností</li> </ul> </li> <li>● Umí přihrávky jednoruč a obouřuč, driblink rozlišují míč na basketbal a volejbal</li> <li>● Učí se ovládat hru s basketbalovým míčem</li> <li>● Nacvičuje střelbu na koš</li> <li>● Nacvičuje přehazovanou</li> <li>● Zná pravidla sportovních her a řídí se jimi</li> <li>● Zná cviky na zdokonalení obratnosti a pohotovosti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zařazení hry Kreistorball bude vysvětlena konzultantem APA a realizována s celou třídou</li> <li>● Nacvičuje střelbu na koš- modifikace (průpravná cvičení střelby a manipulace s míčem, vyzkouší střelbu z místa na desku basketbalového koše)</li> <li>● Zařadí netradičních hře s využitím míčů na basketbal a volejbal – představení cvičení konzultantem APA (předání zásobníku aktivit)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Míčové hry             <ul style="list-style-type: none"> <li>- košíková (přihrávky, driblink, střelba na koš, týmová spolupráce a taktika)</li> <li>- přehazovaná</li> <li>- malá kopaná</li> <li>- vybíjená</li> <li>- florbal (držení hole, pravidla, bezpečnost)</li> </ul> </li> <li>● Je schopen soutěžit v družstvu, umí se dohodnout na spolupráci a jednoduché taktice družstva a dodržovat ji, je si vědom porušení pravidel a následků pro sebe družstvo, pozná a označí zjevné přestupky proti pravidlům a adekvátně na ně reaguje</li> <li>● Dodržuje pravidla bezpečnosti při sportování v tělocvičně, na hřišti, v přírodě, ve vodě</li> <li>● Adekvátně reaguje v situaci úrazu spolužáka</li> <li>● Zná a reaguje na smluvené povely, gesta, signály pro organizaci činnosti             <ul style="list-style-type: none"> <li>● - bezpečnost při sportování</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Znalost pravidel, bezpečnosti, zapojení do průpravných cvičení dle možností</li> <li>● Zařazení hry kinball bude vysvětlena konzultantem APA a realizována s celou třídou.</li> <li>● Zařadí psychomotorické cvičení – představení cvičení konzultantem APA (předání zásobníku aktivit)</li> <li>● Při samotné hře ostatních hráčů pracuje paralelně s asistentem</li> <li>● Kopaná – průpravná cvičení střelby na cíl- asistent/ozvučená meta a manipulace s míčem, možnost zařazení modifikace „obrácená hodina“– hra goalball.</li> <li>● Vybíjená – průpravná cvičení na chytání a házení s měkkým ozvučeným míčem (molitan, overball)</li> <li>● Florbal – seznamuje se s náčiním a s pravidly. Vyzkouší si manipulaci s florbalovou hokejkou, vedení míčku a odpal míčku na ozvučený cíl.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Základy atletiky             <ul style="list-style-type: none"> <li>- rychlý běh</li> <li>- skok do dálky</li> <li>- hod míčkem</li> <li>- rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly a pohyblivosti a koordinace pohybu</li> </ul> </li> <li>● Zná techniku hodu kriketovým míčkem</li> <li>● Zná princip štafetového běhu, uběhne 400 m a 800 m, zná taktiku při běhu (k metě, sprintu,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Při běhu využití běhu podél napnutého lana, za zvukem, s vodičem – spolužák</li> <li>● Skok do dálky - akusticky navigován do doskočiště (vytleskávání)</li> <li>● Běh k metě – zvuková signalizace</li> <li>● Hod kriketovým míčkem – osvojování si správné držení paže při odhodu a samotného držení kriketového míčku</li> <li>● možnost účastnit se Celostátních her škol pro zrakově postižené</li> </ul>

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

<p>vytrvalostního běhu, při běhu terénem s překážkami)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Umí skákat do dálky, nacvičí správnou techniku skoku z místa</li> <li>● Účastní se atletických závodů</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Základy gymnastiky             <ul style="list-style-type: none"> <li>- cvičení na nářadí a s náčiním odpovídající velikosti a hmotnosti</li> <li>- průpravná cvičení a úpoly činností – her a soutěží</li> <li>- zásady jednání a chování</li> </ul> </li> <li>● Umí šplhat na tyči</li> <li>● Zvládne cvičení na žíněnce – napojované kotouly, kotouly vpřed a vzad s různým zakončením, stoj na hlavě apod.</li> <li>● Provádí přitahování do výše čela na hrazdě, výmyk</li> <li>● Umí správnou techniku odrazu z můstku při cvičení na koze, roznožku, výskok do kleku a dřepu, provádí cvičení na švédské bedně</li> <li>● Zdokonaluje se ve cvičení na ostatním nářadí – kruhy, žebřiny, lavičky apod.</li> <li>● Provádí kondiční cvičení s plnými míči</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Šplh – nechat vyzkoušet a upravit výšku dosahu/nahradit ručkováním na žebřinách</li> <li>● Přeskoky – vynechat, absolvovat přelézáním</li> <li>● Zvládne cvičení na žíněnce – kotouly vpřed a vzad vždy s asistencí</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Projevuje přiměřenou radost z pohybové činnosti, samostatnost, odvalu a vůli pro zlepšení pohybové dovednosti</li> <li>● Respektuje zdravotní handicap</li> <li>● Zná význam sportování pro zdraví</li> <li>● Dovede získat informace o pohybových aktivitách a sportovních akcích ve škole i v místě bydliště</li> <li>● Dokáže objektivně zhodnotit svůj výkon, porovnat ho s předchozími výsledky             <ul style="list-style-type: none"> <li>- vztah ke sportu – zásady jednání a chování</li> <li>- fair play</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zaměřit se na spolupráci celé skupiny žáků ve třídě – komunikace, pomoc ostatním.</li> </ul>

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

<b>Doporučení:</b>	<p>Doporučuji zaměřit se na protahovací a kompenzační cvičení na úpravu držení těla, rovnovážná cvičení bez i s pomůckami, cvičení na prostorovou orientaci a samostatný pohyb. Při všech aktivitách slovní výklad a dopomoc asistenta pro správné provedení pohybu. Možné zapojení spolužáků do spolupráce se žákem v plnění úkolů. Zlepšit fyzickou kondici, posílit svalstvo celého těla. Častěji poskytovat pozitivní zpětnou vazbu.</p> <p>Zadávat kratší úkoly, delší doba na procvičování cviků. Kontraindikace (doporučení k omezení) k pohybovým aktivitám: prudké pohyby hlavy, prudké změny poloh, dlouhé setrvání hlavou dolů.</p>
<b>Způsob hodnocení a kvalifikace. Kritéria hodnocení:</b>	Hodnocení bude aplikováno dle ŠVP = s přihlédnutím k modifikacím v IVP a schopnostem žáka, kritériem je spíše kvalitativní stránka.
<b>Kontrola plnění IVP:</b>	<p>Pracovník PPP, SPC Olomouckého kraje, Regionální konzultant APA, Krajský metodik APA Olomouckého kraje dle plánu.</p> <p>Pozorování a diagnostika v průběhu roku.</p>
<b>Časové období plnění IVP:</b>	<p>Školní rok 2018/2019, platnost od 1.11.2018</p> <p>V pololetí a na konci školního roku (v průběhu daného období může dojít, vyžaduje-li to situace, ke změnám v IVP).</p>

Osoby odpovědné za vzdělávání a odbornou péči o žáka	Jméno a příjmení	Podpis
Třídní učitel	XXX	
Učitel TV	XXX	
Ředitel/ka	XXX	
Školský poradenský pracovník	XXX	
Zákonný zástupce	XXX	

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

**MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ  
NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI**

### INDIVIDUÁLNÍ VZDĚLÁVACÍ PLÁN

#### TĚLESNÁ VÝCHOVA

OBECNÉ INFORMACE			
Škola:	ZŠ	Adresa:	XXX
Třída:	1.třída	Školní rok:	2018/2019
Jméno žáka:	XXX	Věk:	7 let

PORADENSKÁ ZAŘÍZENÍ	
ŠPZ, které vydalo doporučení pro IVP	XXX
Kontaktní pracovník ŠPZ	XXX
DIAGNOSTIKA	
Diagnóza zdravotního postižení:	Kongenitální myopatie projevující se svalovou slabostí, rigiditou páteře, aktuálně zhoršující se skolióza a zrak.
Vnější podmínky:	Žákyně má k dispozici asistentku pedagoga, která nemá zkušenost ze začleněním žáka se SVP do tělesné výchovy. Je zde velký zájem ze strany rodičů. Žákyně se v rámci svých možností zapojuje maximálně do jednotky tělesné výchovy. Tělesná výchova probíhá v budově školy nebo na venkovním hřišti. Chůze je pomalejší, v nerovném terénu nebo do schodů žákyně vyžaduje držení za ruku, často zakopává, hrozí pády. Na větší vzdálenosti využívá trojkolku. Z důvodu dalších dílčích potíží má omezení při provádění některých cviků zaměřených na rozvoj hrubé motoriky (předklony, záklony, zákaz kotoulů, nezvedne se z lehu, neměla by skákat). Kvůli zhoršující se stavu zařazuje s asistentkou častější malé procházky po chodbě i mimo přestávky. Pravidelně dochází na rehabilitace k fyzioterapeutce Mgr. XXX.
Diagnostika pohybových dovedností:	Test motorických dovedností
Diagnostika vědomostí a poznatků ohledně pohybového učení a zdraví:	Žákyně je vzdělávána společně s ostatními spolužáky. Má kladný vztah k pohybové aktivitě. Pravidelně rehabilituje, provádí posilovací a protahovací cvičení celého těla, jezdí do lázní a absolvuje hipoterapii. Je nutné důsledně dohlížet na správné provedení cviků. Je třeba vést žáka k uvědomování si svých limitů v pohybových aktivitách a dodržování kontraindikací.

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

VÝUKA TĚLESNÉ VÝCHOVY	
<b>Organizace výuky:</b>	Žákyně má k dispozici asistentku pedagoga, jak v jednotce tělesné výchovy, tak u všech ostatních předmětů.
<b>Speciální pomůcky:</b>	Psychomotorické pomůcky, balanční plochy, kin ball, Boccia, speciální míče (overball, molitanové/pěnové, gymball, grabball), expander (posilovací guma), bosu.
<b>Učební osnovy:</b>	Dle ŠVP, modifikované dle diagnózy a doporučení lékaře, fyzioterapeuta.
<b>Kontraindikace:</b>	Nemůže dělat předklony, záklony, skákat, zákaz kotoulů. Nadměrná fyzická zátěž, únava, cvičení do plného rozsahu
<b>Cíle v TV dle tematického plánu pro TV:</b>	<p><b>Vzdělávací:</b> Osvojit si základní pojmosloví, zásady a pravidla aplikovaná v TV. Rozvíjet základní pohybové schopnosti a dovednosti. Zdokonalení základní lokomoce. Zvládat v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikovat je ve hře, soutěži i rekreačních činnostech.</p> <p><b>Výchovný:</b> Důležité dbát na bezpečnost při pohybu. Snaha o samostatnost a provádění co nejvíce cviků bez dopomoci. Akceptovat pokyny, povely a pravidla aplikované v TV. Dodržovat zásady hygieny. Rozlišovat a uplatňovat práva a povinnosti vyplývající z role žáka, hráče a rozhodčího i diváka.</p> <p><b>Zdravotní:</b> Protažení svalových skupin, které jsou méně zatěžovány/přetíženy. Udržení pohybových schopností a snaha zamezit zhoršování. Udržení posturálních mechanismů a zabránit vzniku dalších svalových dysbalancí. Využívat intervalového zatížení, které vede k postupnému posílení oběhového a respiračního systému.</p> <p><b>Specifické cíle:</b> Zaměřit se na spolupráci se spolužáky v jednotce tělesné výchovy prostřednictvím psychomotorických a kolektivních her. Dbát na správné držení těla. Využití rehabilitačních a kompenzačních cvičení dle publikace Zdravotní tělesná výchova, Iva Dostálová</p>
<b>Učivo dle RVP ZV:</b>	V souladu, s již schváleným ŠVP pro 1. třídu. Úpravy ve vztahu k intenzitě zatížení a typu aktivity.
<b>Výstupy dle RVP ZV:</b>	Dle RVP ZV, ŠVP, Učebních osnov – kurikula vzdělávacího oboru tělesná výchova. Uplatňovat správné způsoby držení těla v různých polohách a pracovních činnostech. Zvládat jednoduchá pohybově koordinační cvičení. Získat kladný postoj k motorickému učení a pohybovým aktivitám.
<b>Časový plán:</b>	<b>Modifikace činností:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ZDRAVÍ</li> </ul> <p>význam pohybu pro zdraví – pohybový režim žáků, délka a intenzita pohybu příprava organismu – příprava před pohybovou činností, uklidnění po zátěži, napínací a protahovací cvičení zdravotně zaměřené činnosti – správné držení těla, správné zvedání zátěže; průpravná,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dle možností se účastní veškerého pohybového programu v tělesné výchově, dbát na individuální tempo a vyšší unavitelnost</li> <li>• Seznámení spolužáků se správným přístupem k žákyni (nevrážet, dbát na dostatečný prostor, aby se zamezilo pádům, pozor na silné údery míčem)</li> </ul>



## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

<p>kompenzační, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení a jejich praktické využití</p> <p>rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly, pohyblivosti, koordinace pohybu</p> <p>hygiena při TV – hygiena pohybových činností a cvičebního prostředí, vhodné oblečení a obutí pro pohybové aktivity</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bezpečnost při pohybových činnostech – organizace a bezpečnost cvičebního prostoru, bezpečnost v šatnách a umývárkách, bezpečná příprava a ukládání náradí, náčiní a pomůcek, první pomoc v podmínkách TV</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zařazení cvičení uvolňovacích, protahovacích a posilovacích, hlavně záďové svalstvo a břišní stěna– zásobník cviků v příloze (Zdravotní tělesná výchova, Iva Dostálová, doporučení: str. 133-170)</li> <li>• Řadíme cvičení a posilování, které má doporučené od své fyzioterapeutky</li> </ul>
<p><b>ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ÚROVEŇ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pohybové hry – s různým zaměřením; netradiční pohybové hry a aktivity; využití hraček a netradičního náčiní při cvičení; pohybová tvořivost</li> <li>• základy gymnastiky – průpravná cvičení, akrobacie, cvičení s náčiním a na náradí odpovídající velikosti a hmotnosti</li> <li>• rytmické a kondiční formy cvičení pro děti – kondiční cvičení s hudbou nebo rytmickým doprovodem, základy estetického pohybu, vyjádření melodie a rytmu pohybem, jednoduché tance</li> <li>• průpravné úpoly – přetahy a přetlaky</li> <li>• základy atletiky – rychlý běh, motivovaný vytrvalý běh, skok do dálky nebo do výšky, hod míčkem</li> <li>• základy sportovních her – manipulace s míčem, pálkou či jiným herním náčiním odpovídající velikosti a hmotnosti, herní činnosti jednotlivce, spolupráce ve hře, průpravné hry, utkání podle zjednodušených pravidel minisportů</li> <li>• turistika a pobyt v přírodě – přesun do terénu a chování v dopravních prostředcích při přesunu, chůze v terénu, táboření, ochrana přírody</li> <li>• plavání – (základní plavecká výuka) hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob (plavecká technika), prvky sebezáchrany a bezpečnosti</li> <li>• lyžování, bruslení (podle podmínek školy) – hry na sněhu a na ledě, základní techniky pohybu na lyžích a bruslích</li> <li>• další pohybové činnosti (podle podmínek školy a zájmu žáků)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pohybové hry             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zařadit netradiční hry – fuli-fuli, hra kin ball, různé druhy honiček, přihrávky- představení pohybových aktivit konzultantem APA (předání zásobníku aktivit)</li> <li>• Zařadit psychomotorické cvičení – s využitím psychomotorického padáku, víčka od pet lahví, noviny dle intervence konzultanta APA (zásobník her)</li> </ul> </li> <li>• Základy gymnastiky             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Akrobacie - modifikace dle kontraindikací nebo řadíme cvičení a posilování, které má doporučené od své fyzioterapeutky a jsou zvyklé cvičit s asistentkou pedagoga</li> <li>• Cvičení a posilování na zemi s využitím různých druhů náčiní (gymball, overball, balanční cviky na bossu)</li> <li>• Místo kotoulů – válení sudů, mezi nohy vložit předmět, aby udržela nohy u sebe</li> </ul> </li> <li>• Pohybové hry úpolové - modifikované dle typu, bez velkého úsilí, (vhodný výběr typu hráče), snížená doba herní činnosti, seznámení se s pravidly, role rozhodčího dle intervencí konzultanta APA</li> <li>• Základy atletiky             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Běhy nahradit rychlou chůzí nebo indiánský běh (možnost zpomalení a odpočinku)</li> </ul> </li> </ul>

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

	<ul style="list-style-type: none"><li>● Skok nahradit krokem do dálky (bez letové fáze)</li><li>● Cvičení na posílení břišního a zádového svalstva</li><li>● Základy sportovních her<ul style="list-style-type: none"><li>● Sportovní hry modifikované dle jejich typu, bez dlouhých běhů, skoků (vhodný výběr typu hráče nebo funkce, např. brankář, časoměřič, obránce, nabíječ mimo hrací pole), případně jiná činnost mimo hru, bude upřesněno v průběhu školního roku v rámci působení konzultanta APA ve výuce</li><li>● Přihrávky pomocí speciálních míčů.</li><li>● Zařazení hry Boccia, bude vysvětlena konzultantem APA a realizována s celou třídou.</li><li>● Hody – využijeme speciální míče, které budou zapůjčené centrem APA. Můžeme také změřit vzdálenost, kterou hodí boccia míčkem.</li></ul></li><li>● turistika a pobyt v přírodě<ul style="list-style-type: none"><li>● při přesunech do terénu chůze nejistá, nutná opora dospělého</li><li>● možnost využití trojkolky</li></ul></li><li>● plavání<ul style="list-style-type: none"><li>● s asistentem, vertikální poloha a horizontální poloha na zádech, aplikovat Halliwickovu metodu plavání</li><li>● dbát na vyšší unavitelnost a rychlé prochladnutí - zařadit častěji odpočinek</li></ul></li><li>● lyžování<ul style="list-style-type: none"><li>● modifikace formou jízdy na monoski s instruktorem monoski za dodržení pravidel bezpečnosti, vyvarování se únavy a prochladnutí</li></ul></li><li>● bruslení<ul style="list-style-type: none"><li>● modifikace klouzání (s asistentkou) nebo paralelní cvičení s paní asistentkou zaměřené na rovnovážná cvičení</li></ul></li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>● ČINNOSTI PODPORUJÍCÍ POHYBOVÉ UČENÍ</li></ul>	

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

<p>komunikace v TV – základní tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály</p> <p>organizace při TV – základní organizace prostoru a činností ve známém (běžném) prostředí</p> <p>zásady jednání a chování – fair play, olympijské ideály a symboly</p> <p>pravidla zjednodušených osvojovaných pohybových činností – her, závodů, soutěží</p> <p>měření a posuzování pohybových dovedností měření výkonů, základní pohybové testy</p> <p>zdroje informací o pohybových činnostech</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Důležité je zaměřit se na správné vysvětlení každé aktivity, vždy slovní výklad s názornou ukázkou</li><li>• Zaměřit se na spolupráci celé skupiny žáků ve třídě – komunikace, pomoc ostatním.</li></ul>
---	--

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

<b>Doporučení:</b>	Respektovat pohybová omezení žákyně. Doporučuji zaměřit se na protahovací a kompenzační cvičení na úpravu držení těla, rovnovážná cvičení bez i s pomůckami a samostatný pohyb. Možné zapojení spolužáků do spolupráce se žákem v plnění úkolů. Zlepšit fyzickou kondici, posílit břišní a zádové svalstvo. Častěji poskytovat pozitivní zpětnou vazbu. Dodržovat časté malé procházky i mimo přestávky, zároveň dbát na míru unavitelnosti. Zadávat kratší úkoly, delší doba na procvičování cviků. Kontraindikace (doporučení k omezení) k pohybovým aktivitám: záklony a předklony hlavy, zákaz dělání kotoulů a skoků.
<b>Způsob hodnocení a kvalifikace. Kritéria hodnocení:</b>	Hodnocení bude aplikováno dle ŠVP = s přihlédnutím k modifikacím v IVP a schopnostem žáka, kritériem je spíše kvalitativní stránka.
<b>Kontrola plnění IVP:</b>	Pracovník PPP, SPC Olomouckého kraje, Regionální konzultant APA, Krajský metodik APA Olomouckého kraje dle plánu.  Pozorování a diagnostika v průběhu roku.
<b>Časové období plnění IVP:</b>	Školní rok 2018/2019, platnost od 1.11.2018  V pololetí a na konci školního roku (v průběhu daného období může dojít, vyžaduje-li to situace, ke změnám v IVP).

Osoby odpovědné za vzdělávání a odbornou péči o žáka	Jméno a příjmení	Podpis
Třídní učitel	XXX	
Učitel TV	XXX	
Ředitel/ka	XXX	
Školský poradenský pracovník	XXX	
Zákonný zástupce	XXX	

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

## Sportovně kompenzační pomůcky

Jako vhodnou podporu aplikovaných pohybových aktivit jak v oblasti školní, tak volnočasové uvádíme nejčastěji využívané sportovně kompenzační pomůcky. Vzhledem k tomu, že sportovně kompenzační pomůcky nejsou hrazeny zdravotními pojišťovnami, je velmi problematické je získat, vyzkoušet či zapůjčit. V rámci Centra aplikovaných pohybových aktivit zřízeného na Fakultě tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci funguje půjčovna sportovně kompenzačních pomůcek, kde je možné vše vyzkoušet, popřípadě krátkodobě i dlouhodobě zapůjčit. Odkaz na půjčovnu uvádíme zde: <https://www.apa.upol.cz/novinky-apa#pujcovnakp>

*Obrázek 1 – Adaptér na vozík*



*Obrázek 2 - Biski*



## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ  
NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

*Obrázek 3 - Handbike*



*Obrázek 4 – Terenní handbike*



STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ  
NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

*Obrázek 5 – Goalballový míč*



*Obrázek 6 – Monoski*



*Obrázek 6 – Elektronický ozvučený míč*

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ  
NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI



*Obrázek 7 – Psychomotorický padák*



*Obrázek 8 – Sitski*



## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ  
NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI



*Obrázek 9 – Sportovní vozík*



*Obrázek 10 – Stůl na showdown*

## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ  
NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI



*Obrázek 11 – Tandemové kolo*



*Obrázek 12 – Tříkolka*



## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

*Obrázek 13 – Ozvučená střelba*



## STUDIJNÍ TEXT K PROJEKTU

### MODERNÍ TRENDY VE VZDĚLÁVÁNÍ V PREGRADUÁLNÍ PŘÍPRAVĚ BUDOUCÍCH PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ NA UNIVERZITĚ PALACKÉHO V OLOMOUCI

#### **Základní literatura:**

Bartoňová, R., & Ješina, O. (2012). *Individuální vzdělávací plán ve školní tělesné výchově*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

Ješina, O., Kudláček, M. & kol. (2011). *Aplikovaná tělesná výchova*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

#### **Rozšiřující literatura:**

Janečka, Z. , Bláha, L. & kol. (2013). *Motorické kompetence osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého.

Ješina, O. (2011). Kompetence učitelů aplikované tělesné výchovy. *Tělesná kultura*, 34(2), 19-44.

Ješina, O., Bartoňová, R., Gebauer, A., Rybová, L., Kučera, M., & Vyhlídal, T. (2011). Konzultant aplikovaných pohybových aktivit jako poradenský pracovník pro školní tělesnou výchovu. *Česká kinantropologie*, 15(4), 95-106.

Ješina, O., Hamřík, Z. et al. (2011). *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Olomouc: Vydavatelství UP.

Janečka, Z. & kol. (2012). *Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

Časopis Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi. Olomouc: Vydavatelství UP. - <https://www.apa.upol.cz/novinky-apa#casopisapa>

#### **Internetové zdroje:**

[www.apa.upol.cz](http://www.apa.upol.cz)

[www.mšmt.cz](http://www.mšmt.cz)

<https://www.ikap.cz/regionalni-centrum-apa>