

SPORTOVNĚ ORIENTOVANÉ PŘEDMĚTY PRO STUDENTY SE SPECIÁLNÍMI POTŘEBAMI



Univerzita Karlova Fakulta tělesné výchovy a sportu nabízí od akademického roku 2021/2022 všem studentům se speciálními potřebami napříč fakultami UK možnost účastnit se výuky sportovně orientovaných předmětů realizovaných na UK FTVS a splnit tak své studijní povinnosti nebo získat nové znalosti a dovednosti v oblasti sportu.

V LETNÍM SEMESTRU 2021/22 JE MOŽNÉ SE PŘIHLÁSIT DO TĚCHTO PŘEDMĚTŮ:

Základy atletiky pro OSP

Zdravotní tělesná výchova pro OSP

Kurz turistiky a sportů v přírodě OSP

Základy úpolových sportů pro OSP

Základy plavání

Sportovní hry OSP

Individuální pohybové programy (SSP) - online kurz MOODLE

Více informací

V případě zájmu o účast ve výuce je potřeba kontaktovat garanta předmětu (viz „Kontakt“) – zjistit volnou kapacitu předmětu, pohovořit o případných adaptacích aj. Pro následný zápis do předmětu student dodá garantovi předmětu potvrzení od praktického lékaře o zdravotní způsobilosti. Garant předmětu zašle e-mailem studentovi potvrzení, že je akceptován, a ten si následně na studijním oddělení své fakulty zajistí závazný zápis do předmětu, popř. požádá o asistenci kontaktní osobu pro SSP na své fakultě. Studenti se sluchovým postižením (před zápisem do předmětu se student spojí s vyučujícím a domluví se na způsobu komunikace během výuky; student v této věci může požádat o spolupráci svou fakultní kontaktní osobu pro studenty se spec. potřebami, příp. se může obrátit na dr. Hudakovou (andrea.hudakova@ff.cuni.cz - zde si také může objednat tlumočení nebo přepis).

ZÁKLADY ATLETIKY PRO OSP



Studenti jsou seznamováni se základními atletickými disciplínami a trasováním pro sportovce se zrakovým postižením. U zmíněných atletických disciplín se studenti seznamují s metodickou řadou nácviku. Pokud to podmínky a zdravotní stav studenta vyžadují, je možné nácvik atletických disciplín upravit podle individuálních potřeb. Výuka se odehrává za jakéhokoliv počasí. V případě špatných podmínek (velká zima a déšť) je brán zřetel na studenty na vozíku a výuka probíhá dle domluvy, ostatní studenti bez omezení pokračují ve výuce.

ROZSAH:

1/1; do S/2 1x týdně 90 minut přednášky
od S/2 praxe – atletický stadion FTVS 1x týdně
90 minut

MÍSTO:

UK FTVS, Atletický stadion UK FTVS

VSTUPNÍ ÚROVEŇ DOVEDNOSTÍ:

Základní úroveň dovedností a základní úroveň kondice, tak aby studenti zvládli 90 minut výuky. Kdy běhají, odráží se, skáčou a vrhají. V případě těžšího postižení je třeba zajistit asistenta. Pohyb po stadionu a na vrhačské louce je možný i prostudenty na vozíku a je bezbariérový přístup.

VHODNÉ PRO STUDENTY:

- ▶ se sluchovým postižením
- ▶ se zrakovým postižením (střední slabozrakost – silná slabozrakost ano; studenti nevidomí – pouze s asistentem)
- ▶ s tělesným postižením (amputace HK, DK)
- ▶ na vozíku (schopné samostatného pohybu na mechanickém vozíku)
- ▶ DMO – diparetická a hemiparetická forma (pouze s asistentem) – omezené možnosti zapojení do pohybových aktivit, dle předchozí domluvy

CO SE NAUČÍTE:

Studenti se seznámí se základními atletickými disciplínami (běh, sprint + start z bloků, běžecká abeceda, skok daleký, skok vysoký, vrh koulí) a trasováním pro sportovce se zrakovým postižením (běh, start z bloků a skok daleký).

KONTAKT:

Mgr. Jan Feher (feher@ftvs.cuni.cz)

ASISTENT:

Zvládat dopomoc studentovi se SP běžnými úkony, aby byl schopný zapojit se do dané aktivity. Asistenta si studenti zajistí sami.



ZDRAVOTNÍ TĚLESNÁ VÝCHOVA (PRO OSP)

Předmět je zaměřen na praktické seznámení se s metodickými a organizačními formami zdravotní tělesné výchovy pro jedince se zdravotním znevýhodněním. Studenti se seznámí s pohybovým obsahem pro jednotlivé druhy zdravotního oslabení nebo postižení. Jedná se především o cvičení zaměřená na kompenzaci svalové nerovnováhy a s ní souvisejícími odchylkami od správného držení těla. Dále budou studenti vést vyučovací jednotku na zvolené téma (oslabení, znevýhodnění).

ROZSAH:

1/2 (přednášky a praktické lekce)

Přednášky: od 18.2. vždy v pátek od 13,00–14,30 hod.

Praktické cvičení: od 15.2. od 11,00 do 12,30 hodin

MÍSTO:

Přednášky: FTVS, posluchárna P1

Praktické lekce: FTVS, tělocvična ZTV

VSTUPNÍ ÚROVEŇ DOVEDNOSTÍ:

bez požadavku na specifické dovednosti

VHODNÉ PRO STUDENTY:

- ▶ se sluchovým postižením
- ▶ studenti se zrakovým postižením (střední slabozrakost – silná slabozrakost ano; studenti nevidomí – pouze s asistentem)
- ▶ s tělesným postižením (amputace HK, DK)
- ▶ na vozíku (schopné samostatného pohybu na mechanickém vozíku)
- ▶ DMO – diparetická a hemiparetická forma (pouze s asistentem)

CO SE NAUČÍTE:

Studenti se seznámí s teoretickými základy zdravotních oslabení a dále si osvojí základní principy při tvorbě zdravotního cvičení (vyrovnávací, dechová, relaxační cvičení), které je možné využít při korekci tělesného znevýhodnění.

KONTAKT:

Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D.

panovakova@ftvs.cuni.cz

ASISTENT:

Zvládat dopomoc studentovi se SP s běžnými úkony, aby byl schopný zapojit se do dané aktivity. Asistenta si studenti zajistí sami.



KURZ TURISTIKY A SPORTŮ V PŘÍRODĚ OSP

Předmět/kurz je zaměřen na aplikaci vybraných sportů v přírodě, druhů turistiky, her a cvičení v přírodě pro studenty oboru Aplikovaná tělesná výchova a sport osob se specifickými potřebami a pro studenty se specifickými potřebami.

ROZSAH:

6 denní kurz

MÍSTO:

Výcvikové středisko FTVS UK Ovčín,
Stráž nad Nežárkou

VSTUPNÍ ÚROVEŇ DOVEDNOSTÍ:

- ▶ samostatnost při zvládání běžných denních činností
- ▶ základní zkušenost s jakoukoliv formou cyklistiky

VHODNÉ PRO STUDENTY:

- ▶ se sluchovým postižením
- ▶ se zrakovým postižením
- ▶ s tělesným postižením (amputace HK, DK, studenti na vozíku)
- ▶ DMO – lehčí formy

CO SE NAUČÍTE:

Studenti se naučí aplikovat sportovní a pohybové aktivity v přírodním prostředí pro konkrétní skupiny osob se specifickými potřebami. Zvláštní pozornost je věnována cyklistice. Účastníci kurzu se naučí připravit a vést programové celky.

POZNÁMKY:

Možnost přítomnosti asistenta a jeho aktivní zapojení. Asistenta si studenti zajistí sami.

KONTAKT:

Mgr. Tomáš Brtník
e-mail : tbrtnik@ftvs.cuni.cz

ZÁKLADY ÚPOLOVÝCH SPORTŮ PRO OSP

Předmět je zaměřen na praktické osvojení úpolových dovedností založené na znalostech funkční anatomie včetně základů sebeobranu osob se zdravotním oslabením a postižením. Student si osvojí širokou škálu úpolových her, mobilizačních cvičení souvisejících s úpolovou přípravou vhodných pro aplikace v tréninku osob s různým zdravotním oslabením a postižením.



ROZSAH:

0/2 (28 praktických lekcí)

MÍSTO:

UK FTVS

VSTUPNÍ ÚROVEŇ DOVEDNOSTÍ:

► Náplň předmětu je praktická, proto student nemusí mít žádnou předchozí zkušenost, pouze by měl mít chuť sportovat.

VHODNÉ PRO STUDENTY:

- **se sluchovým postižením**
- **se zrakovým postižením**
(střední slabozrakost – silná slabozrakost ano; nevidomí studenti - pouze s asistentem)
- **s tělesným postižením**
(amputace: do podkolení amputace, exartikulace v loketním kloubu)
- **na vozíku**
pouze s asistentem

CO SE NAUČÍTE:

Student si osvojí široký rejstřík úpolových her, základní obranné techniky a základy sebeobranu a dále základy technik vybraných úpolových sportů – judo, karate, Tai-či a jiné.

KONTAKT:

PhDr. Veronika Holá
hola@ftvs.cuni.cz

ASISTENT:

Asistent bez speciálních znalostí a dovedností. Asistent je nápomocný při realizaci zadaného a vyučujícím popsaného cvičení. Asistenta si studenti zajistí sami, případně s jeho zajištěním může pomoci Cetrum Carolina.



ZÁKLADY PLAVÁNÍ (PRO OSP)

Předmět je zaměřen na praktické osvojení techniky plaveckých způsobů v souladu s pravidly sportovního plavání a na modifikace plaveckých způsobů pro osoby s různým zdravotním oslabením a postižením.

ROZSAH:

0/2 (28 praktických lekcí)

MÍSTO:

Tyršův dům

VSTUPNÍ ÚROVEŇ DOVEDNOSTÍ:

- ▶ adaptace na vodní prostředí (nebojím se vody)
- ▶ osvojené základní plavecké dovednosti (dýchání ústy i nosem do vody)
- ▶ splývání v poloze na břiše i na zádech
- ▶ potápění a orientace pod hladinou.

VHODNÉ PRO STUDENTY:

- ▶ **se sluchovým postižením**
- ▶ **se zrakovým postižením** (střední slabozrakost – silná slabozrakost ano; nevidomí studenti - pouze s asistentem)
- ▶ **s tělesným postižením** (amputace: do podkolení amputace, exartikulace v loketním kloubu)
- ▶ **DMO** – diparetická a hemiparetická forma pouze s asistentem.

CO SE NAUČÍTE:

Studenti si osvojí základní plavecké dovednosti, dále plavecké způsoby – kraul, znak, prsa, základní obrátky a startovní skok. Případně vhodné formy modifikací plaveckých způsobů pro daný typ zdravotního postižení. Vše je podmíněno úrovní daného zdravotního postižení studenta/ studentů.

KONTAKT:

PhDr. Kristýna Hubená, Ph.D.;
hubena@ftvs.cuni.cz

ASISTENT:

Osvojené základní plavecké dovednosti, osvojený minimálně jeden plavecký způsob (modelová technika). Asistenta si studenti zajistí sami, případně s jeho zajištěním může pomoci Centrum Carolina.

SPORTOVNÍ HRY OSP

Předmět je zaměřen na praktické osvojení sportovních her pro OSP. Obsah předmětu tvoří sportovní hry osoby s poruchou zraku (showdown, fotbal nevidomých, goalball) a osoby s tělesným postižením (pro amputované – fotbal amputářů, volejbal sedících, pro ostatní tělesně postižené – basketbal vozíčkářů, florbale vozíčkářů, ragby vozíčkářů)



ROZSAH:

1/2 (7 seminářů + 28 praktických lekcí)

MÍSTO:

UK FTVS

VSTUPNÍ ÚROVEŇ DOVEDNOSTÍ:

- ▶ bez požadavku na specifické dovednosti
- běžně sportující

VHODNÉ PRO STUDENTY:

- ▶ **se sluchovým postižením**
- ▶ **se zrakovým postižením**
(střední slabozrakost – silná slabozrakost ano;
nevidomí studenti - pouze s asistentem)
- ▶ **s tělesným postižením**
(amputace HK, DK)
- ▶ **na vozíku**
(schopní samostatného pohybu
na mechanickém vozíku)

CO SE NAUČÍTE:

Studenti si osvojí základní praktické i teoretické znalosti a dovednosti z daných sportovních her.

KONTAKT:

Mgr. Kristýn Kůtová,
tyna.kutova@gmail.com

ASISTENT:

Zvládat dopomoc studentovi s OSP s běžnými úkony, aby byl schopný zapojit se do dané aktivity. Asistenta si studenti zajistí sami, případně s jeho zajištěním může pomoci Centrum Carolina.