

Obsah

1 Úvod	8
2 Cíl publikace	10
3 Teoretická východiska	11
3.1 Vymezení základních pojmů se vztahem k zrakovému postižení	11
3.1.1 Jak chápat člověka se zrakovým postižením	11
3.1.2 Klasifikace postižení zraku s ohledem na uplatňování pohybových aktivit	19
3.2 Vizuální informace a jejich deficit v kultivaci pohybu	23
3.2.1 Pohybová aktivita člověka jako proces interakce s prostředím	23
3.2.2 Nedostatek relevantních informací v zajištění interakce s prostředím	26
3.2.3 Regulace pohybu a vytváření představ o pohybu	28
3.2.4 Důsledky specifických podmínek interakce s prostředím pro jedince se zrakovým postižením	32
3.2.4.1 Problémy v pohybových projevech u člověka se zrakovým postižením	32
3.2.4.2 Důsledek absence vizuálních podnětů v rozvoji motoriky dítěte	33
3.2.4.3 Důsledek omezeného příjmu vizuálních podnětů ve vykonávání pohybových činností	35
3.3 Projevy pohybových schopností a dovedností u osob se zrakovým postižením	36
3.3.1 Terminologie pro účely pohybových aktivit u osob se zrakovým postižením	36
3.3.2 Koordinační pohybové schopnosti ve vazbě na zrakové postižení	39
3.4 Pohybové učení u osob se zrakovým postižením	43
3.4.1 Utváření pohybových dovedností jako průvodního jevu vývoje koordinačních schopností	43
3.4.2 Pohybová dovednost jako výsledek procesů zajišťujících interakci s prostředím	45
3.4.3 Problémy v osvojování a kultivaci pohybových dovedností ve vztahu k motorické kompetenci	47
3.4.4 Proces osvojování pohybových dovedností u osob se zrakovým postižením	50
3.4.4.1 Druhy učení senzomotorickým dovednostem	50
3.4.4.2 Postupy ve fázích pohybového učení u osob se zrakovým postižením	54
3.4.4.3 Pohyb v prostoru jako výsledek optimální regulace pohybu, vnitřní	

	prezentace pohybu a představy o pohybu	57
3.4.4.4	Utváření pohybových představ a jejich uplatnění v pohybových dovednostech	58
3.4.4.5	Úloha jazyka ve vytváření pohybových představ	63
3.5	Důsledky a projevy zrakového postižení v uplatňování pohybových aktivit	66
3.6	Pohyb v prostoru se zrakovým postižením	74
3.6.1	Podstata pohybu v prostoru z hlediska pohybových schopností a dovedností	74
3.6.2	Lokomoce bez kontroly zrakem a prezentace pohybu v prostoru	76
3.6.3	Role vizuálních zkušeností při pohybu v prostoru	79
3.6.4	Řešení lokomočních úloh pomocí nevizuální navigace	82
3.6.5	Orientace v úlohách lokomočního charakteru jako předpoklad uplatnění chodeckých aktivit	85
3.7	Pohybové aktivity jako předpoklad udržení zdraví, zvýšení kvality života a možnosti integrace do společnosti – uvedení do výzkumné části publikace	87
3.7.1	Problém zdraví a životního stylu v moderní společnosti	87
3.7.2	Zájem o pohybové aktivity jako důležité součásti životního stylu	90
3.7.3	K problému uplatňování aktivního životního stylu u osob se zrakovým postižením	94
3.7.3.1	Udržení zdraví u osoby se zrakovým postižením	96
3.7.3.2	Předpoklady nárůstu hypokinezy a rizika nedostatku pohybu	97
3.7.3.3	Specifika transportu a mobility u osob se zrakovým postižením	98
3.7.3.4	Potenciál používaných dovedností a znalostí o pohybu	99
3.7.3.5	Otázky ekonomických a sociálních podmínek, životní úrovně	99
3.7.3.6	Organizační zabezpečení a legislativní rámec k provozování pohybových aktivit účastníky se zrakovým postižením	100
3.7.3.7	Vybraná zdravotní rizika při provozování pohybových aktivit	102
3.7.3.8	Socializační působení provozování pohybových aktivit	103
4	Dílčí studie k vybraným oblastem provozování pohybových aktivit	105
4.1	Studie I	
	Hodnocení uplatňování pohybových aktivit u osob se zrakovým postižením v komparaci s běžnou populací	105
4.1.1	Cíl šetření zaměřeného na uplatňování pohybových aktivit	105

4.1.2	Metodika sběru dat o uplatňování pohybových aktivit v kontextu podmínek života běžné populace a osob se zrakovým postižením	105
4.1.3	Oblast šetření – charakteristika regionu realizace šetření	106
4.1.4	Popis šetření za pomoci dotazníků IPAQ-short	109
4.1.4.1	Popis dotazníku IPAQ-short	110
4.1.4.2	Způsob hodnocení položek dotazníku	110
4.1.5	Výsledky šetření z aplikace IPAQ-short	111
4.1.6	Věcná analýza výzkumného šetření s IPAQ-short	135
4.1.7	Závěry z šetření s IPAQ-short	139
4.2	Studie II	
	Význam běžných lokomočních aktivit pro osoby se zrakovým postižením	142
4.2.1	Úvod do problému uplatňování lokomočních aktivit	142
4.2.2	Problémové okruhy aplikace chůze u osob se zrakovým postižením	145
4.2.3	Východiska pro šetření s pedometry u vybraných skupin populace	149
4.2.4	Cíl šetření s uplatněním pedometrů	150
4.2.5	Metodologická konstrukce šetření, použité metody a postupy	151
4.2.6	Výsledky z šetření pedometry	152
4.2.7	Věcná analýza k výsledkům z šetření pedometry	158
4.2.8	Závěry z šetření pedometry	161
4.3	Studie III	
	Problémy participace na pohybových aktivitách u osob se zrakovým postižením	162
4.3.1	Možnosti participace na pohybových aktivitách osobami se zrakovým postižením	162
4.3.2	Potenciální oblasti změn pohledu na možnou participaci na pohybových aktivitách	165
4.3.3	Cíl šetření k okolnostem participace na pohybových aktivitách	168
4.3.4	Metody v šetření okolností participace na pohybových aktivitách	168
4.3.5	Výsledky a diskuse k šetření okolností participace na pohybových aktivitách	170
4.3.5.1	Vztah k pohybovým aktivitám a jejich uplatňování	170
4.3.5.2	Důvody k neprovozování nebo neúčasti na pohybových aktivitách	174
4.3.5.3	Možná řešení a kultivace podmínek	177
4.3.6	Věcná analýza k šetření okolností participace na pohybových aktivitách	180

4.3.7	Závěry šetření okolností participace na pohybových aktivitách	184
4.4	Studie IV	
	Možnosti participovat na pohybových programech, případové studie k udržení a realizaci pohybových aktivit	185
4.4.1	Hodnocení vybraných okolností doprovázejících přístup k pohybovým aktivitám žáků se zrakovým postižením	185
4.4.2	Možnosti participace na vybraných pohybových aktivitách	188
4.4.3	Cíl šetření se zaměřením na možnosti realizace vybraných pohybových aktivit účastníky se zrakovým postižením	195
4.4.4	Metodika šetření	195
4.4.5	Šetřené osoby a průběh šetření	197
4.4.6	Výsledky – popis pohybového režimu vybraných osob se zrakovým postižením a prostředí pro utváření jejich životního stylu	198
4.4.7	Kvalitativní analýza k případovým studiím	208
4.4.8	Závěry k případovým studiím	210
5	Závěry	211
5.1	Hlavní závěry studií	211
5.2	Přínos publikace pro praxi a odbornou komunitu	214
5.3	Perspektivy a možná doporučení	214
5.4	Limity studií a jejich omezení	215
	Souhrn	218
	Summary	221
	Zusammenfassung	223
	Referenční seznam	227
	Seznam zkratk	251
	Rejstřík	252
	Přílohy	254