

TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická



ZÁVĚREČNÁ PRÁCE



TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
Fakulta přírodovědně-humanitní
a pedagogická



Volnočasové aktivity pro žáky s poruchou autistického spektra

Závěrečná práce

Studijní program:

DVPP Další vzdělávání pedagogických pracovníků

Studijní obor:

Studium v oblasti pedagogických věd – vychovatelství

Autor práce:

Jana Pleštilová

Vedoucí práce:

Mgr. Ing. Gabriela Čavojská

Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky





TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
Fakulta přírodovědně-humanitní
a pedagogická

Zadání závěrečné práce

Volnočasové aktivity pro žáky s poruchou autistického spektra

<i>Jméno a příjmení:</i>	Jana Pleštilová
<i>Osobní číslo:</i>	P18C00022
<i>Studijní program:</i>	DVPP Další vzdělávání pedagogických pracovníků
<i>Studijní obor:</i>	Studium v oblasti pedagogických věd – vychovatelství
<i>Zadávající katedra:</i>	Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky
<i>Akademický rok:</i>	2018/2019

Zásady pro vypracování:

Cíl závěrečné práce: Zpracovat pedagogický projekt s názvem Volnočasové aktivity pro žáky s poruchou autistického spektra. Cílem tohoto projektu je prostřednictvím aktivit na sportovním kroužku rozvíjet hru a pohybové schopnosti, sociální dovednosti a komunikaci a podporovat samostatnost žáků.

Požadavky: Formulace teoretických východisek, příprava a zpracování pedagogického projektu, formulace závěrů.

Metoda: Projekt.

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování práce:

Jazyk práce:

tištěná/elektronická

Čeština



Seznam odborné literatury:

BEYER, J., GAMMELTOFT, L., 2006. Autismus a hra. 2. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7367-157-3

MOOR, J., 2010. Hry a zábavné činnosti pro děti s autismem. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-787-9.

PATRICK, J., N., 2011. Rozvíjení sociálních dovedností lidí s poruchami autistického spektra. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-867-8.

RICHMAN, S., 2008. Výchova dětí s autismem. 2. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-424-3.

THOROVÁ, K., 2006. Poruchy autistického spektra. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7367-091-7.

Vedoucí práce:

Mgr. Ing. Gabriela Čavojská

Katedra sociálních studií a speciální pedagogiky

Datum zadání práce:

3. dubna 2019

Předpokládaný termín odevzdání:

20. prosince 2019

prof. RNDr. Jan Píček, CSc.
děkan



Ing. Zuzana Palouňková, Ph.D.
vedoucí katedry

V Liberci dne 3. dubna 2019

Prohlášení

Byla jsem seznámena s tím, že na mou závěrečnou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci nezasahuje do mých autorských práv užitím mé závěrečné práce pro vnitřní potřebu Technické univerzity v Liberci.

Užiji-li závěrečné práce nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti Technickou univerzitu v Liberci; v tomto případě má Technická univerzita v Liberci právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Závěrečnou práci jsem vypracovala samostatně jako původní dílo s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé závěrečné práce a konzultantem.

Současně čestně prohlašuji, že texty tištěné verze práce a elektronické verze práce vložené do IS/STAG se shodují.

10. prosince 2019

Jana Pleštilová

Anotace

Závěrečná práce se zabývá problematikou volnočasových aktivit pro žáky s poruchou autistického spektra. Jejím cílem je přiblížit tuto problematiku, popsat v jakých institucích a volnočasových aktivitách mají možnost děti s poruchou autistického spektra využívat svůj volný čas zábavnou formou, která je bude zajímat. Teoretická část specifikuje projevy, které se vyskytují u dětí s poruchou autistického spektra. Praktická část se zabývá přípravou a realizací projektu, jehož cílem je zorganizování sportovního kroužku pro děti s poruchou autistického spektra.

Klíčová slova

Porucha autistického spektra, volný čas, aktivity, projevy.

Annotation

The final thesis deals with leisure time activities for pupils with autistic spectrum disorder. Its aim is to describe this issue, to describe in which institutions and leisure activities children with autism spectrum disorders have the opportunity to enjoy their free time in a fun way that will interest them. The theoretical part specifies the manifestations that occur in children with autism spectrum disorder. The practical part deals with the preparation and implementation of a project aimed at organizing a sports club for children with autism spectrum disorders.

Keywords

Autism spectrum disorder, leisure time, activities, manifestations.

Obsah

Úvod.....	9
1 Poruch autistického spektra a triáda problémových oblastí společná pro poruchy autistického spektra.....	9
1.1 Triáda problémových oblastí.....	9
1.2 Sociální svět.....	10
1.3 Zvládání problémových situací.....	11
2 Volný čas.....	12
2.1 Trávení volného času pro děti s poruchou autistického spektra.....	13
2.2 Nácviky sociálních dovedností.....	15
Pedagogický projekt.....	17
3 Příprava projektu.....	17
3.1 Organizace.....	17
3.2 Cílová skupina.....	18
3.3 Zajištění projektu.....	18
Pomůcky.....	19
3.4 Harmonogram.....	20
3.5 Popis aktivit.....	20
Rozpis lekcí.....	23
Závěr.....	24
Navrhovaná doporučení.....	25
Seznam použité literatury.....	26

Úvod

Závěrečná práce se zabývá problematikou volnočasových aktivit pro žáky s poruchou autistického spektra. Jejím cílem je přiblížit tuto problematiku, popsat v jakých institucích a volnočasových aktivitách mají možnost děti s poruchou autistického spektra využívat svůj volný čas zábavnou formou, která je bude zajímat.

Teoretická část specifikuje projevy, které se vyskytují u dětí s poruchou autistického spektra. Tyto projevy se nazývají triáda problémových oblastí, kdy vývoj je narušen hlavně v oblasti komunikace, představivosti a sociální interakce. Narušení těchto oblastí ovlivňuje vývoj hry a způsob trávení volného času. Dále teoretická část popisuje volný čas, specifické funkce výchovy ve volném čase, trávení volného času dětí s poruchou autistického spektra a nácviky sociálních dovedností.

Praktická část se zabývá přípravou a realizací projektu, jehož cílem je zorganizování sportovního kroužku pro děti s poruchou autistického spektra. Cílem kroužku je naučit a vést k podpoře samostatnosti, rozvoji hry, dovedností a komunikace, rozvoji sociální dovednosti, zájem o volnočasové aktivity a posouvání dál v sociálním vývoji.

Teoretická východiska projektu

1 Porucha autistického spektra a triáda problémových oblastí společná pro poruchy autistického spektra

Porucha autistického spektra je jednou z nejzávažnějších poruch dětského mentálního vývoje. Jedná se o vrozenou poruchu některých mozkových funkcí. Důsledkem poruchy je, že dítě dobře nerozumí tomu, co vidí, slyší a prožívá. Jeho duševní vývoj je narušen hlavně v oblasti komunikace, sociální interakce a představitivosti (triáda problémových oblastí). Narušení těchto oblastí podstatně ovlivňuje vývoj hry a způsob trávení volného času.

1.1 Triáda problémových oblastí

Charakteristické rysy postižení se projeví ve třech oblastech vývoje:

Sociální interakce a sociální chování

Porucha sociální interakce se hloubkou postižení u jednotlivých dětí s poruchou autistického spektra výrazně liší. Některé děti mají potíže se základními sociálními dovednostmi, které jsou vlastní dětem v kojeneckém věku, u jiných sociální chování odpovídá tříletému dítěti a někteří lidé s mírnější variantou handicapu chápou sociální problémy na úrovni dětí šestiletých. Sociální intelekt je vždy vůči mentálním schopnostem člověka s poruchou autistického spektra v hlubokém deficitu. V současné době se rozlišují čtyři typy sociální interakce. Typ osamělý, pasivní, aktivní – zvláštní a formální. U dětí se setkáváme s celou škálou sociálního chování, která má dva extrémní póly. Pól osamělý, kdy se dítě při každé snaze o sociální kontakt odvrátí, protestuje, stáhne se do koutku nebo zaleze pod stůl, zakrývá si oči nebo uši, hučí a třepe rukama před obličejem nebo se věnuje manipulaci s nějakým předmětem. Protikladem je pól extrémní, nepřiměřené sociální aktivity, kdy se dítě snaží navázat sociální kontakt všude a s každým, nectí vůbec sociální normu, dotýká se lidí, upřeně jim hledí do obličeje a hodiny jim dokáže vyprávět o věcech, které je nezajímají či obtěžují (Thorová 2006, s. 61-63).

Komunikace

Poruchy autistického spektra jsou primárně poruchami komunikace. Děti, které si řeč osvojí, zaznamenáváme nápadně odchylný vývoj řeči s četnými abnormitami. Porucha komunikace se projevuje na úrovni receptivní (porozumění) i expresivní (vyjadřování), verbální i neverbální. Deficity v komunikaci a jejich kombinace jsou velmi různorodé. Liší se pestrostí

projevů i celkovou mírou komunikačního handicapu. Řeč u dětí s poruchou autistického spektra nemusí být poškozena, v komplexním řečovém vývoji však nalezneme abnormalitu vždy. Z poruch autistického spektra mají řeč nejméně narušenou děti s Aspergerovým syndromem, pasivní slovní zásoba bývá bohatá, v testech verbálního myšlení obvykle dosahují průměrných či nadprůměrných výsledků. Potíže se objevují hlavně v sociálním a praktickém využívání komunikace (Thorová 2006, s. 98).

Komunikační dovednosti

Je to soubor schopností, které využíváme k jasné a přesné výměně informací, myšlenek, stanovisek, nápadů a pocitů. Komunikace se skládá ze slov, které používáme, ze způsobu, jak je používáme, a z neverbální komunikace. Slova, která používáme, vycházejí z našeho jazyka, způsob používání slov je dán jeho pravidly a neverbální komunikaci tvoří bezeslovné signály, které vysíláme pomocí našeho těla. Komunikace potřebuje posluchače a řečníka. Role řečníka spočívá v jasném a výstižném předání vzkazu. Posluchač přijímá a správně interpretuje informaci vyslanou řečníkem (Patrick 2011, s. 41).

Představivost, zájmy, hra

Narušení představivosti (imaginace) má na mentální vývoj dítěte negativní vliv v několika směrech. Narušená schopnost imitace a symbolického myšlení způsobuje, že se u dítěte nerozvíjí hra, tedy jeden ze základních stavebních kamenů učení a poté celého vývoje. Nedostatečná představivost způsobuje, že dítě upřednostňuje činnosti a aktivity, které obvykle preferují podstatně mladší děti, vyhledává předvídatelnost činnostech a upíná se tak na jednoduché stereotypní činnosti. Hra a trávení volného času se stávají nápadně odlišnými od vrstevníků. Vývoj hry a její kvalita závisí na schopnosti představivosti (zapojení fantazie), motoriky, úrovni myšlení a sociálních dovednostech (nápodoba, sdílení pozornosti). Kvalita hry, její spontánnost, pestrost, radost ze sociální interakce, míra zapojení dítěte a schopnost se na ni soustředit se odvíjí od tíže symptomatiky (Thorová 2006, s. 117-118).

1.2 Sociální svět

Sociální dovednosti jsou schopnosti, kterých využíváme při styku s jinými lidmi ve společnosti (Patrick 2011, s. 37).

Skládají se ze tří základních prvků:

- Sociální přijímání
- Vnitřního zpracování
- Sociálního výstupu (Patrick 2011, s. 37)

Sociální přijímání se týká způsobu, jakým vnímáme řeč a hlasovou modulaci, řeč těla, oční kontakt, postoje, gesta a jiné kulturní projevy, které doprovázejí každé nám říkané sociální sdělení. Vnitřní zpracování se týká naší vlastní interpretace předávaného vzkazu s cílem poznat a zvládnout naše vlastní emoce a reakce. Sociální výstup se týká naší reakce na přijatelné sdělení, kterou vyjádříme vlastními slovy, zabarvením hlasu, řečí těla, očním kontaktem, postoji, gesty a kulturním chováním (Patrick 2011, s. 37-38).

Sociální dovednosti jsou naučené chování. Nejprve se učí v rodině a později je posilováno ve škole a ve společnosti. Sociální dovednosti se učí různými metodami včetně stanovení pravidel a standardů pro přijatelné chování, modelováním a pozorováním sociálního chování druhých lidí a přímým nácvikem sociálních dovedností. Jejich užíváním učíme děti reagovat přijatelným způsobem na obtížné situace. Upevňují se pomocí podpory a posilování, oslabují se ignorováním a tresty. Základní sociální dovednosti se učí pomocí přímých instrukcí, které je třeba po velmi dlouhou dobu doplňovat praktickými příklady (Patrick 2011, s. 38).

1.3 Zvládání problémových situací

U dětí s poruchou autistického spektra je nápadná méně bohatá emoční reaktivita. Některé děti projevují jen velmi omezenou škálu emocí, v některých případech neprojevují emoce vůbec. Většina dětí reaguje na příjemné a nepříjemné podněty. Odlišná může být intenzita reakce i způsob, jakým dítě reaguje. Frustrační tolerance, tedy schopnost snášet nepříjemné podněty, bývá extrémně nízká. Dítě může reagovat extrémním výbuchem i na běžné situace, jako je přerušení činnosti, požadavek spolupráce nebo nevyhovění požadavku, a to zcela nepřiměřeně svému věku. Afektivní labilita se projevuje častým střídáním nálad někdy i bez vnějšího podnětu. Dítě může projevovat opačné emoce, než by odpovídalo vnějším podnětům. Celkově mají děti s poruchou autistického spektra potíže s emoční reaktivitou na obou pólech senzitivity. Hypersenzitivita se projevuje příliš silnými reakcemi, které nejsou přiměřené situaci a podnětům (záchvaty smíchu, pláče, vzteku, strachu, vysoká úzkostnost). Hyposenzitivita způsobuje malou schopnost reagovat na emoční podněty a situace vyžadující

emoční reakci. Mimika obličeje není živá, i když může dítě vykazovat základní škálu emocí (Thorová 2006, s. 159-160).

2 Volný čas

Volný čas můžeme chápat jako opak nutné práce a povinností a dobu, kdy si své činnosti můžeme sami vybrat, děláme je dobrovolně, rádi a přináší nám pocit uvolnění a uspokojení. Do tohoto času se zahrnuje odpočinek, zábava, zájmové činnosti, dobrovolné vzdělávání, dobrovolná společensky prospěšná činnost i časové ztráty s těmito činnostmi spojené. Naopak se do volného času nezahrnuje vyučování a činnosti s ním související, sebeobsluha, základní péče o zevnějšek a osobní věci, povinnosti spojené s provozem rodiny, domácnosti, výchovného zařízení i další uložené vzdělání a činnosti zabezpečující biologickou existenci člověka - jídlo, spánek, hygiena (Pávková a kol. 2001, s. 15).

Specifické funkce výchovy ve volném čase

Výchovně-vzdělávací funkce

V této funkci jde o záměrné a cílevědomé ovlivňování osobnosti vychovávaných jedinců. Podmínky ve volném čase dávají možnost působení na psychickou, fyzickou i sociální stránku osobnosti, rozvíjení rozumových schopností, emocí a volných vlastností (Bendl a kolektiv 2015, s. 122).

Zdravotní funkce

Všechny výchovné působení a aktivity ve volném čase podporují zdravý tělesný, duševní i sociální vývoj vychovávaných jedinců (Bendl a kolektiv 2015, s. 122).

Sociální funkce

Tato funkce spočívá v zajištění bezpečnosti, dohledu nad dětmi, jejich ohlídání v čase mimo vyučování, ale také v možnosti navazovat sociální vztahy, přátelství a kamarádství s jedinci, kteří mají podobné zájmy, setkávat se s novými autoritami, zaujímat ve skupinách postavení a sociální role. Zdokonalují si své dovednosti sociální percepce a komunikace a probíhá nenásilné sociální učení (Bendl a kolektiv 2015, s. 123).

Preventivní funkce

Tato funkce spočívá v předcházení negativních jevů – neukáznenost, lhaní, krádeže, záškoláctví, agresivita, šikana a další jevy. Vhodně volené a dostupné volnočasové aktivity slouží jako nespecifická primární prevence (Bendl a kolektiv 2015, s. 123).

Volný čas dětí a péče o něj má z pedagogického hlediska dva úkoly:

1. Výchova ve volném čase spočívá v bezprostředním naplňování volného času smysluplnými rekreačními i výchovně vzdělávacími aktivitami.
2. Výchovou k volnému času, která děti seznámí s množstvím zájmových aktivit, poskytne mu v nich základní orientaci a na základě zkušeností v různých oborech mu pomůže najít oblast zájmové činnosti, která mu poskytne možnost seberealizace (Pávková a kol. 2001, s. 20).

2.1 Trávení volného času pro děti s poruchou autistického spektra

Všechny děti s poruchou autistického spektra (vzhledem ke svým individuálním potřebám) potřebují strukturu, protože je u všech narušena motivace k interakci, učení a hře (Moor 2010, s. 28).

Strukturovaná hra

Znamená rozdělit herní činnost na jednotlivé komponenty, tak už hra není zamotaná směsice slov, předmětů a činností, jejichž smysl dítě postrádá. Když činnost rozložíme na jednoduché části, dáme dítěti šanci pochopit, co každá část znamená, a hra dostane smysl. Očekává se, že výsledky budou různé a budou odpovídat potenciálu dítěte, ale i sebemenší úspěch potvrzuje správnost naší snahy a je oceněním našeho úsilí. Tento postup se uplatní u jednotlivých činností (Moor 2010, s. 29).

Vrozený nedostatek sociálního porozumění, který je typický pro všechny poruchy autistického spektra, vede k tomu, že jakákoli společenská aktivita, která předpokládá střídání lidí, je pro ně s tímto postižením problematická. Strukturované činnosti mají za úkol posílit schopnost střídavé hry od nejútlejšího věku dítěte. Tyto hry pomáhají výuce a působí kladně na sociální deficit, který se projevuje v mnoha oblastech každodenního života (Moor 2010, s. 96).

Organizace a strukturování volného času je pro dítě důležité z těchto důvodů:

- Vyžaduje to věk dítěte
- Zlepšuje se kontakt s vrstevníky a sourozenci
- Ubývá problémového chování v dětském kolektivu
- Rozvíjí se dovednosti pro aktivity volného času
- Roste možnost začlenění do kolektivu
- Pomáhá vytvářet pozitivní sociální vztahy
- Učí získávat pozornost správným způsobem
- Je to funkční způsob, jak procvičovat získané dovednosti s vrstevníky
- Je to nový způsob zadávání úkolů – lze ji využít k učení základních dovedností a vzdělávání (Richman 2008, s. 30)

Všechny děti na jakékoli vývojové úrovni si rády hrají. Hra je pro ně zdrojem zábavy a napomáhá dalšímu rozvoji. Navzdory velkým rozdílům v kognitivních funkcích a jazykových schopnostech, všechny děti s poruchou autistického spektra potřebují strukturovat volný čas, který využijí pro hru a zábavu. Učíme-li tyto děti herním dovednostem, přináší to určité výhody. Jelikož mají problémy ve vztazích s vrstevníky, cílená hra jim umožňuje naučit se různé aspekty správné interakce s dětmi stejného věku. Je pro ně vždy velmi obtížné účastnit se jakýchkoli setkání s ostatními dětmi. Nedostatek porozumění předem vyloučí dítě z účasti na dětských hrách a sníží možnost naučit se komunikovat a získávat pozornost vhodným způsobem. Jestliže se dítě umí zapojit do hry ostatních, pak je velmi pravděpodobné, že ubude nevhodného chování. Po nácviku hry se zmenší potřeba individuálního dozoru a klesnou nároky na strukturované prostředí. Jestliže volný čas není naplněný vhodnou aktivitou, bývá obtížné zvládat situaci. Narůstá pravděpodobnost záchvatů vzteku, nevhodných projevů, objevuje se frustrace. Děti potřebují trávit volný čas smysluplně a potřebují i čas k odpočinku. Pomocí výuky dovedností volného času lze tento čas lépe využít k prospěchu dítěte. Hra je funkční způsob, jak zvládnout nové dovednosti v přítomnosti jiných dětí. Jestliže procvičujeme dovednosti při hře, pak nemají povahu rutinních činností a přirozeně se upevňují. Jestliže úkoly předkládáme rozličným způsobem, pak je odpor k činnosti menší a učení je zábavnější (Richman 2008, s. 29-30).

Než rozhodneme, která činnost je pro dítě vhodná, musíme zjistit má-li pro tuto činnost potřebné schopnosti a dovednosti. Jestliže dítě tyto dovednosti nemá, nebude schopno tuto aktivitu provádět a špatně zvolená činnost bude pro dítě frustrující. Jestliže víme, že určitá

dovednost je pro hru nutná, není nezbytné učit ji předem. Můžeme se na ni zaměřit a posilovat ji během hry. Tento postup zajišťuje dítěti důležitou zpětnou vazbu a dovednost dítěte se postupně lepší (Richman 2008, s. 32).

2.2 Nácviky sociálních dovedností

Zaměření pozornosti

Nácvik pozornosti je důležitý při skupinových aktivitách, dítě se lépe soustředí a více se naučí, jestliže udrží pozornost i v tak rozptylujících situacích, jako jsou skupinové hry a činnosti (Richman 2008, s. 32-33).

Manipulace s předměty (rozvoj motorických dovedností)

S rozvojem motorických dovedností se pro dítě otevře mnoho dalších možností v oblasti her (Richman 2008, s. 33).

Střídavá hra

Vrozený nedostatek sociálního porozumění, který je typický pro všechny poruchy autistického spektra, vede k tomu, že jakákoli společenská aktivita, která předpokládá střídání partnerů, je pro děti s tímto postižením problematická. Strukturované činnosti mají za úkol posílit schopnost střídavé hry (Moor 2010, s. 96).

Napodobování

Dítě potřebuje k tomu, aby se učilo pozorováním a tak zvyšovalo svou nezávislost. Dítě, které je schopno učit se pozorováním okolí, nevyžaduje tolik pozornosti od dospělé osoby. Dítě, které umí napodobovat, se snáze zapojí mezi vrstevníky v kolektivních zařízeních (Richman 2008, s. 33).

Plnění pokynů

Plnění pokynů rozvíjí spolupráci a kognitivní dovednosti. Jestliže tuto dovednost nacvičujeme při hře, pak si dítě užije spoustu legrace a má k nácviku menší odpor. Kognitivně náročnější je podmíněné plnění pokynů (Richman 2008, s. 34).

Schopnost výběru

Tuto schopnost můžeme procvičovat při jakékoli hře, která vyžaduje umět si vybrat. Návik výběru zvyšuje nezávislost a rozvíjí individualitu (Richman 2008, s. 34).

Sdílení

Schopnost pobavit kamarády, udělat něco pro ostatní, půjčovat hračky nebo pomůcky jsou vlastnosti, které se mezi dětmi cení. Základní krok je porozumět, umět se vcítit do citů někoho jiného, umožnit dětem hrát si s jinými dětmi, půjčovat si hračky a spolupracovat mezi sebou (Richman 2008, s. 34).

Sportovní duch

Můžeme rozvíjet při celé řadě pohybových her, s výhodou využijeme hudbu (Richman 2008, s. 34).

Schopnost iniciovat hru

Nacvičujeme u takových aktivit nebo her, které už dítě dobře zvládá. Schopnost iniciovat nějakou činnost pomáhá dítěti být při sociálních kontaktech průbojnější a umožňuje mu být při hře méně závislé. Dále tato schopnost dovoluje dítěti být aktivní při rozvíjení přátelství (Richman 2008, s. 35).

Sociální komunikace

Pro mluvící děti je schopnost správně komunikovat velmi důležitá. Mezi dovednosti sociální komunikace patří schopnost správně reagovat na dotazy, přání nebo schopnost začít konverzaci. Návik konverzačních dovedností musí obsahovat nabídky, upozornění, pochvaly, pozdravy, návrhy a upozornění na sebe (Richman 2008, s. 35).

Generalizace

Je nejdůležitější aspekt všech dovedností, které nacvičujeme. Děti musí být schopny využít svých dovedností v různých skupinách nebo situacích a s různými dětmi. Jen tak se naučená dovednost stane funkční součástí (Richman 2008, s. 35).

Pedagogický projekt

V praktické části je rozpracován projekt volnočasové aktivity pro děti s poruchou autistického spektra, jehož cílem je zorganizování kroužku sportovních aktivit.

V kroužku sportovních aktivit budou děti s poruchou autistického spektra aktivně trávit volný čas a upevňovat si radost z pohybu. Během kroužku si budou děti s poruchou autistického spektra rozvíjet pohybové schopnosti a dovednosti a hrubou a jemnou motoriku. Budou si zde také upevňovat komunikační a sociální dovednosti, rozvíjet svou hru a učit se dodržovat pravidla, spolupracovat s vrstevníky a přijímat výhru i porážku.

Cíle projektu:

- Podpora samostatnosti
- Rozvoj hry, dovedností a komunikace
- Rozvoj sociální dovednosti
- Zájem o volnočasové aktivity
- Posouvání dál v sociálním vývoji

3 Příprava projektu

3.1 Organizace

Do kroužku sportovních aktivit budou přijati děti s poruchou autistického spektra, pro které bude kroužek zábavný, zajímavý a bude je motivovat. Ke každému dítěti budeme přistupovat individuálně. Děti budou rozděleny do skupin se stejným druhem poruchy autistického spektra.

V tomto kroužku bude skupina dětí se stejným druhem poruchy autistického spektra. Bude probíhat jednou týdně, ve stejný den středu i stejném čase od 16:00 hodin do 17:00 hodin, v délce 60 minut, vždy po dobu 3. měsíců. Kroužek bude probíhat v základní škole v pronajaté tělocvičně, která se nachází na okraji města, kde je dobrá dostupnost městskou hromadnou dopravou i automobilem. Pár metrů od základní školy je dostupné parkoviště. U tělocvičny se dále nachází dámské a pánské toalety a umývárna. Doprovod od dětí bude předávat dítě pedagogickému pracovníkovi a následně odejde. Pro dítě si přijde doprovod na konci kroužku a dítě bude pedagogickým pracovníkem nebo asistentem předáno jeho doprovodu.

Jelikož je hra pro dítě s poruchou autistického spektra obtížná, protože má problémy s komunikací, sociální interakcí a představivostí, budeme zavádět v kroužku sportovních aktivit strukturovanou hru. Každou sportovní aktivitu budeme rozkládat na jednotlivé a jednoduché části. Tyto části budeme děti učit jednotlivě po sobě. Rozložením na části aktivitu budou děti lépe chápat a budou vědět, co mají dělat. Komunikace bude probíhat různými formami, vzhledem k individuálním potřebám dítěte. Vždy budeme volit takovou formu komunikace, aby nám dítě dobře rozumělo a pochopilo význam. Komunikace bude probíhat pomocí slov, znaků a komunikačního obrázkového systému. Na kroužku se bude používat motivační systém a za každou splněnou aktivitu děti odměníme. Dále budeme potřebovat vhodné sportovní náčiní, potřeby a pomůcky. V tělocvičně budeme dodržovat bezpečnostní ustanovení a při každé sportovní činnosti budeme dbát bezpečnostních opatření. Před každým použitím sportovního nářadí pedagogický pracovník nebo asistent bude osobně kontrolovat jeho stav a u každého nářadí bude podávána záchrana. Při cvičení budeme dbát na rozestupy dětí od sebe.

3.2 Cílová skupina

Kroužek sportovních aktivit bude pro děti (chlapce a dívky) s poruchou autistického spektra ve věku od 6 let do 10 let v počtu 5 – 10 dětí. Tato skupina dětí bude zaměřena na stejný druh poruchy autistického spektra.

3.3 Zajištění projektu

Personální zabezpečení

U této skupiny dětí se stejným druhem poruchy autistického spektra bude zajištěn pedagogický pracovník se zkušenostmi s dětmi s poruchou autistického spektra. Ke každému dítěti bude zajištěn asistent. Možné bude i zajistit dobrovolníky.

Materiální zabezpečení

Na kroužek sportovních aktivit budeme potřebovat pomůcky, které nám budou usnadňovat práci s dítětem s poruchou autistického spektra – vizualizovaný režim a procesuální schéma a také pomůcky ke cvičení.

Pomůcky

Radiomagnetofon

Tato pomůcka bude používána pro děti na pouštění hudby, písniček při sportovních aktivitách a při relaxaci.

Minutka (píšťalka)

Tuto pomůcku budeme využívat u sportovních aktivit, kde není určen přesný konec. Časový signál pípání určí konec aktivity a děti budou vědět, kdy je konec.

Vizualizovaný režim

Tento režim bude na každou hodinu kroužku sportovních aktivit vypracovávat pedagogický pracovník nebo asistenti a bude tam každá činnost, která se bude vykonávat. Tento režim bude dítěti pomáhat předvídat a určovat jaká činnost se bude vykonávat další.

Procesuální schémata

Schémata bude vypracovávat pedagogický pracovník nebo asistenti. Tyto schémata budou pomáhat dětem s běžnými denními činnostmi, jako jsou hygiena, toaleta, oblékání a obouvání. Na schématech bude přesný popis činností, jak jdou po sobě.

Sportovní pomůcky

Sportovní pomůcky se budou využívat při jednotlivých aktivitách. Bude to například žíněnka, míč, kroužky, obruč, trampolína, švihadlo a další.

Finanční zajištění

Kroužek sportovních aktivit bude probíhat v základní škole v pronajaté tělocvičně. Pronájem tělocvičny budou částečně hradit rodiče, kteří budou mít dvě možnosti, jak budou tuto platbu hradit. První možnost bude platba rozložena 150 Kč měsíčně po dobu tří měsíců. Rodiče tuto částku budou platit vždy na začátku každého měsíce. Druhá možnost je platba celková 450 Kč za tři měsíce. Rodiče tuto platbu uhradí na začátku kroužku sportovních aktivit. Platba se uhradí na kroužku sportovních aktivit pedagogovi, před zahájením kroužku. Po uhrazení platby bude rodičům vystaven doklad o zaplacení.

3.4 Harmonogram

Kroužek sportovních aktivit bude probíhat vždy po dobu 3. měsíců, jednou týdně ve středu od 16:00 hodin do 17:00 hodin. Vždy bude probíhat příchod dětí na kroužek, převlékání v šatně do sportovního oblečení a obuvi. Po převléknutí budou děti přecházet ze šatny do tělocvičny. Ke každému dítěti bude přidělený asistent, který bude po celou hodinu kroužku podle individuální potřeby pomáhat dítěti. Asistenti dohlíží na děti ihned po příchodu do tělocvičny. Na začátku kroužku se pedagogický pracovník a asistenti s dětmi pozdraví a představí se jim. Poté bude pedagogický pracovník přesně říkat, jak bude hodina kroužku sportovních aktivit probíhat a které aktivity se budou vykonávat. V kroužku sportovních aktivit se budou v jednotlivých hodinách vykonávat dvě vybrané vlastní činnosti a následně relaxace. Sportovní činnosti se budou volit podle individuálních potřeb dítěte.

Vizualizovaný režim s daným průběhem, jednotlivými aktivitami s danými časy bude vytvořený na každou hodinu kroužku. Tento režim bude dětem pomáhat předvídat a určovat v jaký čas a jaké aktivity se budou vykonávat další. Před zahájením každé aktivity (hry) s pravidly se bude dětem popisovat a ukazovat. Děti budeme na každou činnost motivovat, po každé aktivitě děti pochválíme. Odměnu budeme volit po každé aktivitě nebo až na konci kroužku podle individuálních potřeb dítěte.

3.5 Popis aktivit

Při všech sportovních aktivitách budeme dbát bezpečnostních opatření a dbát na individuální potřeby dětí.

Na kroužku sportovních aktivit se budou vykonávat tyto jednotlivé aktivity:

Prevlékání v šatně

Po příchodu do základní školy, se budou děti odebírat do šatny, kde se budou převlékat do pohodlného sportovního oblečení (tepláky, triko) a přezouvat do sportovní obuvi se světlou podrážkou určené do tělocvičny. Děti budou moci cvičit pouze ve vhodném oblečení a obutí. V šatně si dále budou děti sundávat z bezpečnostních důvodů všechny ozdobné předměty (náramky, řetízky, prstýnky). Děvčata budou mít delší vlasy svázané gumičkou. Do tělocvičny si budou brát jen lahev s pitím.

Běhání

Sportovní aktivitu běhání budeme v kroužku vždy vykonávat jako první činnost. Pedagogický pracovník se postaví před děti a bude jim popisovat jednotlivé činnosti v této aktivitě. Asistent dětem vše ukazuje. Budeme dbát na to, aby děti všemu rozuměli a věděli, co mají vykonávat.

Děti se postaví do řady za sebou a mezi sebou budou mít rozestupy. Budou běhat v kroužku v tělocvičně po dobu 3 minut. Tento čas budeme určovat pomocí minutky, na které si nastavíme čas 3 minuty. Konec času nám označí zvukový signál pípání. Na tento signál děti přestanou běhat.

Cvičení

Na sportovní aktivitě cvičení budeme dbát individuálních potřeb dítěte a vykonávat činnosti, které děti pochopí a dokáží vykonat. Bude se jednat o lehké a jednoduché cvičení. Pedagogický pracovník bude stát uprostřed tělocvičny a děti s asistenty se rozestaví kolem pedagoga. Děti budou mít mezi sebou dostatek prostoru na cvičení z bezpečnostních důvodů. Všichni budou vidět na pedagoga, který bude jednotlivé lehké a jednoduché cviky ukazovat. Děti budou po pedagogovi cviky opakovat. Pokud bude potřeba, asistent dítěti bude pomáhat s jednotlivými cviky. Cviky, které se dítě bude bát cvičit, vykonávat nebude.

Aktivita s míči

Na sportovní aktivitě s míči se děti budou učit jednoduché a lehké cviky s míči. Budou to dvě činnosti. První činnost bude kutálení a druhá činnost bude házení a chytání. Pedagog bude stát před dětmi a popisovat jim jednotlivé činnosti. Asistent jim bude vše ukazovat. Budeme dbát na to, aby děti vše pochopili a věděli, co mají vykonávat. Nejdříve budeme děti rozdělovat do dvojic. Děti si vyberou činnost s míčem, kterou budou chtít vykonávat. Asistenti dvojici dětem činnost předvedou. Poté bude tuto činnost dvojice dětí vykonávat. Při první činnosti kutálení budou děti sedět ve dvojici naproti sobě a budou si navzájem kutálet míč. Při druhé činnosti házení a chytání budou děti stát naproti sobě. První dítě míč hodí druhému dítěti a druhé dítě míč chytí. Pokud bude potřeba, asistent dítěti bude pomáhat.

Překážková (opičí) dráha

Na sportovní aktivitě překážková (opičí) dráha se děti budou učit různé činnosti, které budou po sobě vykonávat s různým náčiním. Tato aktivita bude pro děti zajímavá a budou si při ní zkoušet různé druhy činností. Nejdříve tuto dráhu bude připravovat pedagog s asistenty. Po

tělocvičně bude rozmístěné různé sportovní náčiní, které budou děti podlézat, přelézat, prolézat a přeskakovat. Poté pedagog dráhu ukáže dětem a jednotlivé činnosti popíše. Asistent na dráze vše dětem ukáže. Děti budou na dráze všechny činnosti vykonávat a podle potřeby asistent pomůže.

Aktivita na trampolíně

V kroužku budou děti vykonávat různé aktivity na trampolíně. Bude se jednat o lehké a jednoduché cviky a skákání. Jelikož pro děti s poruchou autistického spektra je velmi oblíbená činnost trampolína, budeme ji využívat i jako odměnu pro děti za vykonanou činnost. Pedagogický pracovník bude dětem popisovat cviky a asistent je bude na trampolíně ukazovat. Budeme dbát na to, aby děti vše pochopili a věděli, co budou na trampolíně cvičit. Na trampolíně se budou děti po cvičení střídát a asistent bude dbát zvýšené pozornosti a bezpečnosti.

Relaxace

Tato aktivita se bude vykonávat jako poslední, po všech vykonaných sportovních aktivitách a bude pro děti odpočinková. Budeme při ní používat pomůcku radiomagnetofon, na kterém se bude pouštět relaxační hudba. Tuto hudbu se bude vybírat podle potřeb dětí a budeme dbát, aby tato hudba dětem nevadila. Pedagog dětem popíše, co budou v této aktivitě vykonávat. Děti budou ležet na žíněnkách a budou poslouchat hudbu po dobu 5 minut. Tento čas (začátek i konec) bude určovat hudba.

Zhodnocení kroužku s dětmi

Závěrečná aktivita s dětmi bude zhodnocení kroužku. Tuto aktivitu budeme vykonávat na konci každé hodiny kroužku a bude po dobu 5 minut. Pedagog, asistenti i děti budou sedět na žíněnkách. Pedagog bude dávat dětem jednoduché otázky, na které budou děti odpovídat. Touto komunikací budeme zjišťovat, co se dětem na hodině kroužku líbilo a nelíbilo. Tím budeme vědět, jaké činnosti budou a naopak nebudou pro děti oblíbené a budeme na další hodiny zařazovat činnosti pro děti oblíbenější.

Rozpis lekcí

Aktivity

1. Převlékání v šatně, přivítání, běh, cvičení – lehké cviky, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi
2. Převlékání v šatně, přivítání, běh, aktivita s míči, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi
3. Převlékání v šatně, přivítání, běh, překážková (opičí) dráha, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi
4. Převlékání v šatně, přivítání, běh, aktivita na trampolíně, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi
5. Převlékání v šatně, přivítání, běh, cvičení se sportovním náčiním – lezení, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi
6. Převlékání v šatně, přivítání, běh, cvičení na žíněnce, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi
7. Převlékání v šatně, přivítání, běh, aktivita s míči, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi
8. Převlékání v šatně, přivítání, běh, překážková (opičí) dráha, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi
9. Převlékání v šatně, přivítání, běh, aktivita na trampolíně, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi
10. Převlékání v šatně, přivítání, běh, cvičení – lehké cviky, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi
11. Převlékání v šatně, přivítání, běh, aktivita s míči, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi
12. Převlékání v šatně, přivítání, běh, cvičení se sportovním náčiním – lezení, relaxace, zhodnocení kroužku s dětmi

Závěr

Závěrečná práce se zabývala problematikou volnočasových aktivit pro žáky s poruchou autistického spektra. Jejím cílem bylo přiblížit problematiku v jakých institucích a volnočasových aktivitách mají možnost děti s poruchou autistického spektra využívat svůj volný čas zábavnou formou na volnočasové aktivitě, která by děti zajímala.

Závěrečná práce byla rozdělena na dvě části. První teoretická část se zabývala specifickými projevy vyskytující se u dětí s poruchou autistického spektra. Tyto projevy velmi ovlivňují u dětí hru a volný čas. Dále se zabývala volným časem, způsobem trávení volného času a nácviky sociálních dovedností u dětí s poruchou autistického spektra. Druhá praktická část se zabývala přípravou a realizací projektu, jehož cílem bylo zorganizování sportovního kroužku pro děti s poruchou autistického spektra. Projekt se povedlo úspěšně realizovat a všechny navrhované sportovní aktivity se uskutečnili podle navrhovaného plánu. Děti se snažili všechny aktivity plnit, pedagog i asistenti je vhodně motivovali a po splnění aktivity dostávali malé odměny. K dětem přistupovali podle jejich individuálních potřeb. Děti neměli na každém kroužku dobrou náladu a ne vždy chtěli vykonávat danou činnost. V této situaci se asistenti přizpůsobili dítěti, dali mu jinou vhodnou činnost, na které se předem domluvili. V případě nevhodného chování asistent odešel s dítětem s tělocvičny do jiné místnosti, kde dítěti vše vysvětlil, a domluvili se, co budou dále vykonávat za činnosti.

Institucí ani volnočasových aktivit pro děti s poruchou autistického spektra není mnoho, aby mohli děti využívat volný čas zábavnou formou na volnočasové aktivitě. Proto se tato závěrečná práce zabývala tímto tématem. Správným přístupem pedagoga a asistenta, výběrem vhodné volnočasové aktivity, bylo zajištěno u dětí využití volného času zajímavou formou. Děti se zábavnou formou naučili nové dovednosti, rozvoj hry a komunikace, podporu samostatnosti a rozvoj sociálních dovedností.

Navrhovaná doporučení

Příprava a realizace projektu, jehož cílem bylo zorganizování kroužku sportovních aktivit pro děti s poruchou autistického spektra se povedlo úspěšně realizovat. V kroužku se vše dařilo splnit, ale pro příští kroužek sportovních aktivit bude lepší zvýšit pozitivní motivaci u dětí, používat více vizualizovaný režim a zlepšit komunikaci mezi asistentem a dítětem.

Seznam použité literatury

BENDL A KOLEKTIV, S., *Vychovatelství, Učebnice teoretických základů oboru*, Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-4248-9.

MOOR, J., *Hry a zábavné činnosti pro děti s autismem: praktické nápady pro každý den*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-787-9.

PÁVKOVÁ A KOL. J., *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-569-5.

PATRICK, J., *Rozvíjení sociálních dovedností lidí s poruchami autistického spektra: tipy a strategie pro každodenní činnost*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-867-8.

RICHMAN, S., *Výchova dětí s autismem*, Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-424-3.

THOROVÁ, K., *Poruchy autistického spektra*, Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-091-7.

