

PODKLADY O ZRAKOVÉM A KOMBINOVANÉM POSTIŽENÍ

Podzim 2020, PhDr. Petra Röderová, Ph.D.

Specifické kompetence – Braillovo písmo a orientace v prostoru a samostatný pohyb

Doporučuji využít podklady na webu školy J. Ježka v Praze – více na:

<http://www.integracezrak.cz/sc/metodiky-pro-praci-s-ditetem-1404042219.html>

1. BRAILLOVO (též Brailleovo) PÍSMO

Základní informace:

- základem je šestibod
- možnost vytvoření až 63(64) kombinací
- systém kombinací dle Braillova klíče
- možnost zápisu písmen, diakritiky, číslic, vzorců, notopisu
- znakové sady pro jednotlivé jazyky
- zkratkopis

Zápis:

- Pichtův psací stroj
 - obouruční, levo-/pravoučn
 - šestibodová/ osmibodová variantaTatrapoint Standard/ Adaptiv (více [www: <http://www.spektra.eu>](http://www.spektra.eu))
- Perkinsův psací stroj aj.
- Tabulka
- Počítač+Braillovský řádek+Braillovská tiskárna

Výuka Braillova písma:

- Základní škola vzdělávající žáky s postižením zraku
 - nutná příprava v předškolním věku
- inkluze - spolupráce se SPC pro zrakově postižené
- Tyfloservis, o.p.s.

Pomůcky pro výuku Braillova písma:

- Příprava – rozvoj hmatu (tvary, orientace v prostoru, materiály, kolíčková kreslenka aj.)
- Figurkový šestibod
- B-kostka
- Kolíčkový šestibod
- Kolíčková písanka

Cílové skupiny:

- osoby s těžkým zrakovým postižením od narození
- osoby se zrakovým postižením s prognózou zhoršení zraku
- osoby s pozdní ztrátou zraku

Výuka u lidí s těžkým vrozeným postižením zraku:

- Cílená příprava v předškolním věku (předbraillská příprava)
- Předslabikářové období
 - září-listopad 1.ročníku ZŠ;rozvoj smyslů; pochopení struktury jazyka; přípravné čtení a psaní (práce s figurkovým šestibodem, kolíčkovou písankou . 1. a 2. velikosti, rozvoj hmatu)
- Slabikářové období
 - práce s písankami a se slabikářem (reliéfní obrázky; běžná metodika)
- Poslabikářové období
 - čtení doplňkových textů

Výuka u lidí s těžkým získaným postižením zraku:

- Příprava hmatu
- Předslabikářové, slabikářové a poslabikářové období
- Výuka dle Slabikářů pro později osleplé
 - dle p. Příborského
 - princip **bezdotykovosti** (nejprve se učí písmena L,A,K,E,R,O.., nedotýkají se jednotlivými body)

Přístup k informacím:

- Knihovny
 - KTN K.E. Macana v Praze více na www: <<http://www.ktn.cz/>>; Mahenova knihovna v Brně
 - Knihy v Braillově písmu, zvukové knihy
 - časopisy – ZORA+ běžné
- Internet
 - Krajská TyfloCentra
 - výuka práce s internetem, internetové kluby
 - Střediska při vysokých školách

2. Prostorová orientace a samostatný pohyb osob se zrakovým postižením

(můžete se setkat se zkratkou POSPZP)

Požadavky na samostatný pohyb:

- bezpečný
- jistý
- plynulý
- esteticky přijatelný

Předpoklady samostatného pohybu

1. Představa o prostoru

- představa prostoru dle popisu, vjemů (čich, hmat, distančně pomocí hole), orientačních bodů a vodicích linií, vnímání pohybujících se objektů a rozpoznání směru jejich pohybu

- u dětí: představy o geom. tvarech, prostoru, seznamování se zvuky, povrchy. Děti je potřeba připravit na to, že bolest při setkání s překážkou patří k životu, přesto podněcujeme chuť poznávat.

Vodící linie: uměle vytvořená dlažbou nebo např. obrubník, zeď apod.

Orientační bod: „Orientační bod je určité místo, které je při pohybu na trase snadno, rychle a zaručeně postizitelné, významným způsobem se odlišuje od všeobecné charakteristiky okolního prostředí a přináší zrakově postiženému novou informaci.“ Wiener

2. Dovednosti

- určit směr (znalost úhlů 180°, 90° i 45°, směry vlevo-vpravo)
- udržet směr (ideálně min. na vzdálenost přechodu vozovky)
- odhad vzdálenosti
- odhad nakloněné roviny
- stáčení trasy, zakřivení dráhy
- lokalizace překážek bez doteku (tzv. echolokace – pomocí zvuku)

Hlavní techniky pohybu

- Samostatný pohyb bez průvodce a bez hole – TRAILING

(prsty zahnuté k dlaní, hřbetem ruky „kloužu“ po vodící linii. Většinou se také drží ochranné držení druhou rukou, kdyby byla v prostoru nějaká překážka.

Trailing se užívá pouze v dobře známém prostředí a téměř výhradně v interiéru, v exteriéru musím také prostor dobře znát a vědět o případných překážkách (např. na dvorku). Nutnost vodící linie, kterou hmatám rukou.)

- Chůze s průvodcem
- Chůze s vodícím psem
- Chůze s bílou holí – techniky dlouhé hole

Funkce bílé hole

- Signalizační
- Ochranná
- Orientační
- Opěrná

Typy bílých holí

1. Dle způsobu použití:

- Orientační – vyrobena pro kontakt s terénem,
- Signalizační – pro cílovou skupinu osob s oslabeným viděním, které potřebují signalizovat okolí, že vidí špatně. Mohou používat jen občas v nepřehledném/nebezpečném terénu (přechod vozovky, místo výskytu mnoha lidí, neznámý terén).
- Opěrná

2. Dle konstrukce:

- Neskládací
- Skládací
- Teleskopická
- Kombinovaná – část skládací+ část teleskopická

Chůze s bílou holí – techniky dlouhé hole

- Kluzná technika (gliding)
 - neustálý kontakt koncovky s terénem, koncovka je otočná a „koulí se“/“klouže“ po podkladu
- Kyvadlová t.
 - „třukání“ ze strany na stranu
- Kombinovaná t./ kluzně kyvadlová
 - sklouzne k vodící linii a třuknu od ní
- Diagonální t. (chůze do/ze schodů)
 - hůl držím šikmo před sebou tužkovým úchopem pod rukojetí

Zásady tvoření tras

Každá trasa je rozdělena na dílčí kratší etapy, které se klient postupně učí a zapamatovává si.

- pohyb **ne** ve směru jízdy aut
- upozorňujeme na změny povrchu dle počasí
- určení vzdálenosti-**ne** pohyblivý cíl
- rozdělení trasy do etap
- kontrola trasy před nácvikem
- vždy stejný popis trasy (stručný, výstižný)
- bezpečnost = č.1 (pozor na vysoké, polovysoké překážky – např. schránka v úrovni hrudníku)

Výuka POSPZP

1. u dětí:

- speciální školy: předmět speciální péče
- inkluze: úloha SPC. Ve společném vzdělávání často doučuje i asistent pedagoga, ale měl by mít kurz instruktora prost. orientace

2. u osob starších 15 let:

- Tyfloservis, o.p.s. (instruktor prostorové orientace)

Trasy vyučuje instruktor prostorové orientace zcela nově u osob se získaným zrak. postižením. U klientů zvyklých na pohyb s oslabeným viděním se většinou učí trasy a prostředí nové (např. při změně školy, zaměstnání, nová trasa k blízkému člověku, k lékaři atd.). Učí se v interiéru i v exteriéru, s bílou holí, příp. s vodícím psem. Toho ale instruktoři necvičí, to je v nabídce škol pro výcvik vodících psů.

Užitečné odkazy k okruhu POSPZP:

Výroba holí – ing. Svárovský, Brno

<https://www.svarovsky.cz/>

Zajímavé podklady a informace Tyfloservisu

<http://www.tyfloservis.cz/nase-publikace.php>

<http://www.tyfloservis.cz/zajimavosti.php>

Doporučené školy pro výcvik vodících psů

Praha:

<http://www.vodicipsi.cz/>

Brno:

<https://www.vycvikvodicichpsu.cz/>

Materiál kolegyně Dr. Růžičkové z Olomouce

<https://uss.upol.cz/wp-content/uploads/2015/01/Prostorov%C3%A1-orientace-osob-se-zrakov%C3%BDm-posti%C5%BEen%C3%ADm-3.pdf>

Podklady kolegy Ing. Karáska

http://www.nipi.cz/assets/File.ashx?id_org=200054&id_dokumenty=1045

V zahraničí je užíván termín

AJ: mobility, Mobility training

NJ: Mobilität, Mobilitätstraining

Z autorů zabývajících se orientací v prostoru osob s postižením zraku můžeme jmenovat:

Ing. Petr Karásek – metodik Tyfloservisu

Dr. Pavlína Šumníková

Dr. Veronika Růžičková

Dr. Pavel Wiener