

ŐRY ESZTER¹ – KAJTÁR GABRIELLA² – SIMON ISTVÁN ÁGOSTON³

Gyógytestnevelők motivációja a továbbképzések terén

A gyógytestnevelés szemléletében, szakmaiságában megújul, melynek meghatározó eleme az új eljárások, módszerek megismerése, bevezetése, adaptálása. Szükség van olyan kutatásokra, amelyek elősegítik a gyógytestnevelés területén meglévő elméleti tudás bővítését, kiegészítését, az innovatív eszközökkel és módszerekkel kapcsolatos ismeretek elsajátítását, s azok gyakorlati alkalmazhatóságát. Kutatásunk céljaként a gyógytestnevelő tanárok továbbképzési motivációinak felmérését és a tanultak gyógytestnevelésben való alkalmazhatóságának vizsgálatát tűztük ki. Az eredmények alapján elmondható, hogy gyógytestnevelők évente kb. 2-4 napot töltenek továbbképzéssel, rendszeresen részt vesznek országos konferenciákon és helyi szakmai napokon egyaránt. Leginkább szakmai kíváncsiságuk, a megszerezhető tudás gyakorlati alkalmazhatósága motiválja őket a képzéseken való részvételben. Az új eszközök és módszerek közül a gyógyújszás, a fitball és a Schroth terápia képzései a leglátogatottabbak, ezek gyakorlati alkalmazhatósága változó. A későbbiekben a legtöbb gyógytestnevelő a gerincstabilizációs tréning, Schroth terápia, gyógyújszás és TRX képzéseken venne részt. A jövő feladata ezen módszerek és eszközök adaptálása a gyógytestnevelésbe.

Bevezetés

A gyógytestnevelés gyakorlatára jelenleg nagymértékben jellemző a megújulás mind szemléletében, mind szakmaiságában. Ezt bizonyítja számos publikáció, konferencia, valamint az a tény, hogy a pedagógusok sok esetben önszorgalomból bővítik meglévő tudásukat. A megújulási folyamat meghatározó eleme olyan új eljárások, módszerek, eszközök megismerése, amelyeket a kapcsolódó tudományok és szakmák (pl. testnevelés- és sporttudomány, egészségügy) már felfedeztek. Ezeket a módszereket a gyógytestnevelés széles körű gyakorlatába való bevezetés előtt szükséges adaptálni. Igény van olyan kutatásokra, amelyek elősegítik a gyógytestnevelés területén meglévő elméleti tudás bővítését, kiegészítését, az innovatív eszközökkel és módszerekkel kapcsolatos ismeretek elsajátítását, s azok gyakorlati alkalmazhatóságát.

A tanulmányunkban bemutatott kutatás a gyakorlat felől halad az elmélet felé, hogy a gyógytestnevelés jelenlegi gyakorlatát tudományos háttérrel támogathassa, majd lehetőséget

¹ tanársegéd, Eötvös Loránd Tudományegyetem Tanító- és Óvóképző Kar Testnevelés Tanszék; oryeszter@gmail.com

² gyógytestnevelő tanár, Soproni Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Kar Művészeti és Sporttudományi Intézet; aquarazs@gmail.com

³ egyetemi docens, Soproni Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Kar Művészeti és Sporttudományi Intézet; simon.istvan@uni-sopron.hu

adjon a további fejlődésre. Megvizsgáljuk tehát, hogy a gyógytestnevelők milyen gyakorisággal és motivációval vesznek részt továbbképzéseken, mivel és milyen mértékben bővítik módszereik, eszközeik tárházát. További terveink között szerepel ezeknek a módszereknek a mélyreható vizsgálata és a gyógytestnevelésre való adaptálása.

1. Irodalmi áttekintés

Nemessúri (1965, p. 7.) szerint a „*gyógytestnevelés az a tudományág, amely a testnevelés módszereinek felhasználásával betegségek megelőzésére és gyógyítására alkalmas.*” Gárdos és Mónus (2003, p. 30.) kiegészíti ezt azzal, hogy a gyógytestnevelésnek nem csupán a rehabilitációban, az egészség helyreállításában van szerepe, hanem rá hárul a „*testi képességek fejlesztésének, a mozgásműveltség fejlesztésének és a sportolási igény felkeltésének feladata is.*”

Simon (2015, p. 43.) még pontosabban és korszerűbben fogalmazza meg a gyógytestnevelés célját:

„A gyógytestnevelés célja, a testnevelés céljait figyelembe véve a megváltozott egészségi állapotú tanulók teljesítőképességének és egészségi állapotának minél nagyobb százalékban való helyreállítása, a rendszeres testedzés megszerettetése, beépítése a mindennapi életükbe, a minőségi élet esélyének megteremtése, az egészséges életmódra fogékony pozitív szemlélet kialakítása.”

Simon (2018) a gyógytestnevelés megújulásának szükségességét és lehetőségeit is hangsúlyozza. Egyik megújulási terület a gyógytestnevelők szemléletváltása, melynek fontos szempontja, hogy hosszú távú célokat is szem előtt tartsunk, a gyógytestnevelés során a tanulók képessé váljanak arra, hogy „*a felnőtt korokban végezhető, az elváltozásuk, betegségük javítását, tünetmentességét és egészségük fejlesztését szolgáló mozgásformákat, edzésformákat ki tudják választani*” (Simon, 2018, p. 41)

Az új szemlélet alapján a gyógytestnevelésnek az a feladata, hogy megismertesse a tanulókat a különféle, az egészségük megtartása és fejlesztése szempontjából hasznos mozgásformákkal, lehetőségekkel. Az önálló egészségfejlesztéshez és az egészségtudatos magatartás kialakításához, a mozgásformák kiválasztásához és gyakorlásához pedig feltétlenül szükséges megfelelő elméleti ismeretekkel is ellátni a tanulókat.

Néhány betegségtípus esetében szűkebb a javasolt edzésformák köre, így mindenképpen előnyös, ha a gyógytestnevelés órákon a lehető legtöbb mozgásanyaggal megismerkedhetnek a diákok, hogy a választás lehetősége fennálljon számukra.

A gyógytestnevelés igen szoros kapcsolatban van a testneveléssel, annak mozgásanyagával dolgozik, külön tanterve jelenleg nincs. A testnevelés mozgásanyagát azonban érdemes és szükséges a gyógytestnevelésre jellemző speciális mozgásanyagokkal is kiegészíteni. Csider és Kráznitz (1972) említi például a korrekciót, a mozgások egyénre szabott adaptációját, a gerincmobilizációt, a kontraktúrák oldását. Ezek a feladatok a testnevelés tanterveiben nem szerepelnek külön, a gyógytestnevelés gyakorlatának viszont alapvető elemei.

A mozgásanyag bővítésének fő oka, hogy a gyógytestnevelésnek a testneveléshez képest speciális céljai megvalósulhassanak, a tanulók motivációs bázisa bővüljön, a gyógytestnevelés óra hatékonysága növekedjen. Ezek a törekvések nem újkeletűek, hiszen Gárdos és Mónus (2003) könyvében említést tesz a relaxációról, az autogén tréningről, a jógáról, és az úszásról, vízi gyakorlatokról, Érdi-Krausz (1995) a stretching gyógytestnevelésbeli szerepével is foglalkozik. Az utóbbi időben azonban a sport területén megjelentek olyan új módszerek, eljárások, eszközök, edzéstípusok, melyeknek a gyógytestnevelés gyakorlatába való beépítése szintén elősegíti a célok megvalósulását. A gyógytestnevelés és a gyógytorna közös gyökerekkel rendelkeznek, ebből kifolyólag vannak közös céljaik. A gyógytorna területén kifejlesztett és alkalmazott módszerekkel a gyógytestnevelő tanároknak érdemes megismerkedni, hogy azokat adaptálva a gyógytestnevelés színesítése illetve hatékonyabbá tétele érdekében beépítsék a tanórák anyagába.

A testnevelő, gyógytestnevelő tanárképzés során a hallgatók elsajátítják a testnevelés módszertanát, testgyakorlatait, a funkcionális gimnasztika tárgy keretei között megismerkednek a különböző elváltozások korrekciós lehetőségeivel. Az új módszerek, eszközök gyógytestnevelésre való adaptációjáról viszont legfeljebb érdekesség szintjén hallhatnak a képzés során, ezek tudományos háttérét még nem dolgozták ki, így a gyakorlatban is inkább kurióznak, innovációnak tekinthetők. A gyakorló pedagógusok különféle továbbképzéseken ismerkedhetnek az új módszerekkel, eszközökkel, és ezáltal bővíthetik módszertani tudásukat. Fontos megjegyezni, hogy a továbbképzésen tanultak átdolgozása, adaptációja a gyógytestnevelésre feltétlenül szükséges.

Az elmúlt évek tapasztalatai illetve az előzetes interjúk alapján a gyógytestnevelő tanárok több módszer, mozgásforma és eszköz adaptált változatáról gondolják, hogy azok beépítésével színesíthetik a munkájukat. A teljesség igénye nélkül néhányat felsorolunk:

- Új eszközök: TRX, BOSU, D-Bands,
- Pedagógiai módszerek: projekt módszer (H. Ekler, 2018), kéttanáros modell (Vezér, 2018)
- Gyógytornász módszerek: Schroth terápia, core stabilizáció, funkcionális fascia tréning

- Fitness irányzatok: crossfit, street workout, pilates.

A fent említett innovációkkal kapcsolatos tudás elsajátítása iránti igény a gyógytestnevelő tanároknak megtalálható, a megvalósítás lehetőségeit kell feltárni. A tanulmányunk ehhez kíván segítséget nyújtani.

2. A kutatás

2.1. A kutatás célja

A gyógytestnevelés szakma megújulásának első lépcsőfoka a pedagógusok szakmai-pedagógiai megújulása, ezért kutatásunk céljaként határoztuk meg annak vizsgálatát, hogy milyen mértékű a gyógytestnevelő tanárok szándéka a meglévő ismereteik kiegészítésére, bővítésére, valamint új eszközök, eljárások, módszerek megismerésére, adaptálására és bevezetésére. Célunk volt továbbá felmérni, hogy a pedagógusok szerint az új módszerek milyen mértékben alkalmazhatóak a gyakorlatban.

2.2. Kutatási kérdések, hipotézisek

A kutatási célokat elérendő az alábbi kutatási kérdéseket fogalmaztuk meg:

- Milyen gyakran vesznek részt továbbképzéseken a gyógytestnevelő tanárok?
- Mi motiválja és mi gátolja őket a továbbképzéseken való részvételben?
- Milyen innovatív eszközöket és módszereket szándékoznak megismerni? Melyek a gyógytestnevelő tanárok körében legnépszerűbb továbbképzések?
- A képzéseken megszerzett új tudás milyen mértékben alkalmazható a gyakorlatban?

A kérdésekre az alábbi hipotézisek vizsgálatával válaszoltunk:

- A gyógytestnevelő tanárok gyakran (évente több alkalommal) vesznek részt továbbképzéseken, elsősorban a rövidebb időtartamúakon.
- Elsősorban az motiválja a gyógytestnevelőket a képzéseken való részvételben, hogy a gyakorlatban alkalmazható tudást szerezzenek, legjobban az időhiány és az anyagi okok hátráltatják őket.
- A legnépszerűbb képzések a Schroth-terápia és a gyógyúszás.
- A gyógytestnevelők úgy gondolják, hogy a képzéseken megszerzett tudás nagymértékben beépíthető a gyakorlati munkába.

2.3. A kutatás módszere és mintája

A kutatás hipotéziseinek vizsgálatára zárt és nyílt végű kérdéseket tartalmazó, Qualtrics programban összeállított kérdőívet alkalmaztunk. Az adatgyűjtés online történt. Az adatok feldolgozásához szintén a Qualtrics programot használtuk.

A kutatás mintáját a Magyarországon dolgozó gyógytestnevelők alapsokaságából véletlen mintavétel alapján kiválasztott gyógytestnevelők adták (n=138), a válaszadók 12,1%-a férfi, 87,9%-a nő volt. A vizsgálati személyek 10,3%-a főiskolai, 29,3%-a főiskola után egyetemi, 59,5%-a egyetemi végzettségű, és 0,9%-uk szerzett doktori fokozatot. (1. táblázat)

Végzettség	Arány (%)
Főiskolai	10,3
Főiskolai után egyetemi	29,3
Egyetemi	59,5
PhD	0,9

1.táblázat: A vizsgálati személyek végzettsége

A pályán eltöltött időt tekintve 1,7%-nak volt 1 évnél kevesebb gyakorlati tapasztalata, 7,8%-uk kezdő pedagógus (1-5 éve van a pályán). A legnagyobb részük, több mint 90%-uk rutinos gyógytestnevelő (32,8%-uk 6-15 évet, 23,3%-uk 16-25 évet, 34,4%-uk 26 évnél többet töltött a pályán). (2. táblázat)

Pályán eltöltött idő	Arány (%)
0-1 év	1,7
1 – 5 év	7,8
6 – 15 év	32,8
16 – 25 év	23,3
26 – nál több év	34,4

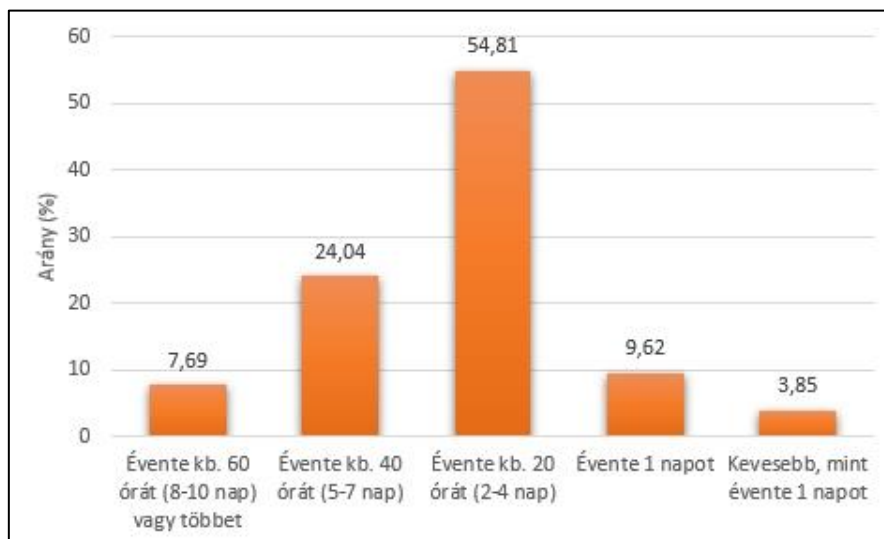
2. táblázat: A vizsgálati személyek gyógytestnevelői pályán eltöltött ideje

2.4. Eredmények

2.4.1. Gyógytestnevelő tanárok továbbképzéseken való részvételének gyakorisága

A pedagógusok szakma iránti elkötelezettségét, folyamatos szakmai megújulását, pedagógiai frissességének fenntartását szolgálják a különböző továbbképzések. A gyógytestnevelő tanárok elhivatottságát bizonyítja, hogy szívesen bővítik a tudásukat különféle képzéseken. Legtöbbjük a munkája mellett évente több napot szán a tanulásra. 55% évente kb. 20 órát (2-4 nap) tölt

szakmai képzéseken, 32% ennél is többet. Figyelemre méltó, hogy azoknak a gyógytestnevelő tanároknak az aránya, akiknél nem éri el az évi egy napot a továbbképzéseken való részvétel, alig 5 % (1. ábra).



1. ábra: A továbbképzéseken való részvétel gyakorisága

A hosszabb idejű képzések közé tartoznak a min. 2 féléves szakirányú továbbképzések és a szakvizsga megszerzése, a válaszadók 55%-a vett részt ilyen jellegű képzéseken. Rövidebb, min. 30 órás pedagógiai vagy gyógytestnevelés témájú képzésen a gyógytestnevelők 41%-a vett részt.

A különböző egyetemek, egyesületek és civil szervezetek szervezésében megvalósuló országos konferenciák és a pedagógiai szakszolgálati, illetve helyi szakmai napok népszerűsége magas. A megkérdezettek 94%-a részt vett már ilyen eseményen, ahol sok korábban kifejtett innovatív módszerrel és eszközzel találkozhattak a résztvevők.

2.4.2. Gyógytestnevelő tanárok motivációja a továbbképzések terén

A továbbképzéseken való részvételt számos motiváló illetve hátráltató tényező befolyásolja, szakmai előrelépés, álláshely megtartása, szakmai tudás bővítése, stb. Kutatásunkban a válaszadókat elsősorban a szakmai tudásuk bővítése motiválta, ugyanis elsősorban ezeket a képzéseket részesítették előnyben.

A motiváló tényezők terén az alábbi sorrend állt fel:

- (1) A képzéseknek konkrét, gyakorlati hasznuk van. (A gyógytestnevelők 88%-át teljes mértékben motiválja.)
- (2) Elméleti frissítést, gyarapodást hoznak a résztvevő számára. (74%)
- (3) A gyógytestnevelők szívesen tanulnak. (70%)

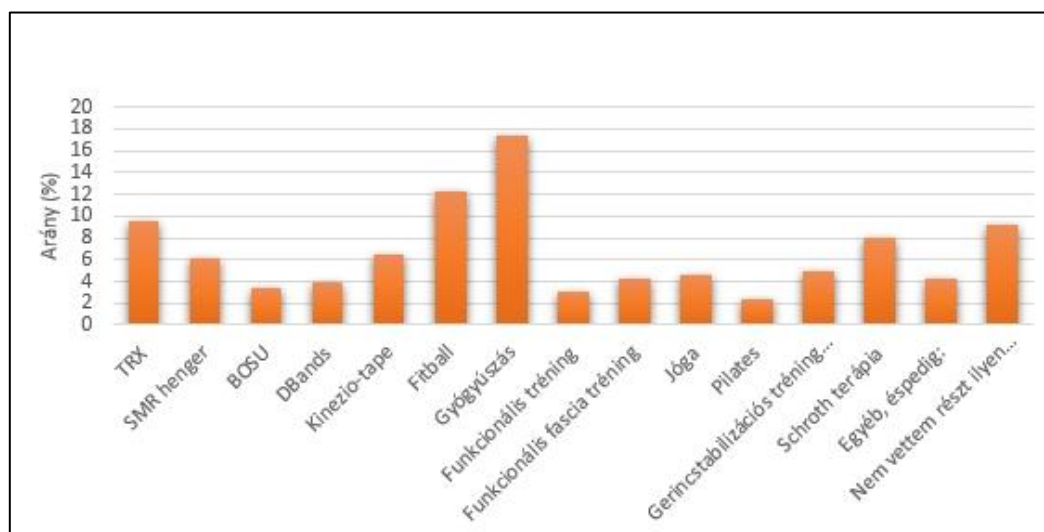
A hátráltató tényezők sorrendben:

- (1) Anyagi okok
- (2) Időhiány
- (3) Munkahelyi elfoglaltságok

Az eredmények arra a gyakorlatban is tapasztalt tényre engednek következtetni, hogy a gyógytestnevelő tanárok rendkívül elhivatottak, szívesen tanulnak, keresik a munkájukat közvetlenül támogató, fejlesztő háttérrel a komoly hátráltató tényezők ellenére.

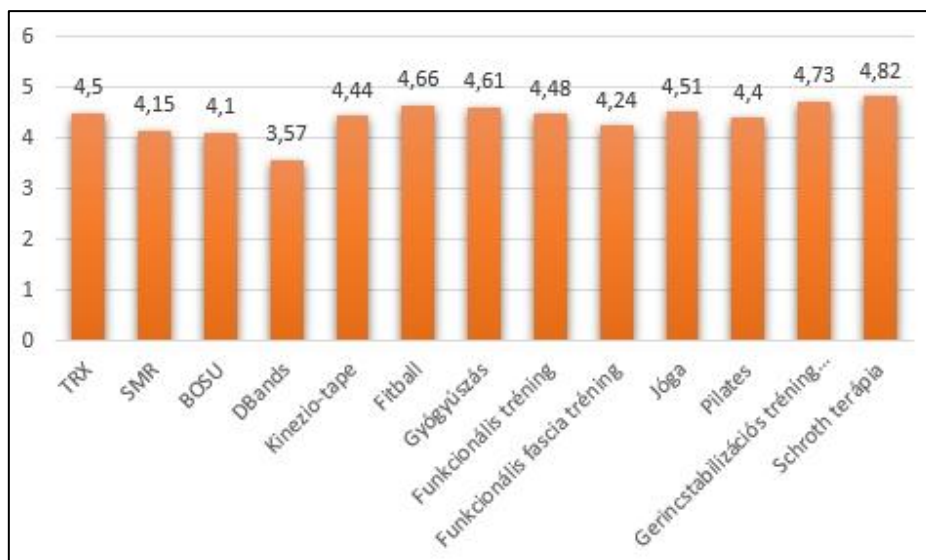
2.4.3. A legnépszerűbb továbbképzések

A gyógytestnevelők között vannak népszerűbb és még csak kevés kolléga által ismert rövidebb képzések, melyek a gyakorlathoz kapcsolódhatnak. A 2. ábrán látható, hogy a pedagógusok milyen rövidebb, innovatív eszközökkel, edzés- és rehabilitációs módszerekkel kapcsolatos képzéseken vettek részt. A legtöbben (17%) gyógyúszást tanultak, majd a fitball (12%), a TRX (10%) és a Schroth terápia (8%) a legnépszerűbb képzés.



2. ábra: Innovatív eszközökkel és módszerekkel kapcsolatos képzéseken való részvétel

A kutatás során vizsgáltuk, hogy mely képzéseken vennének legszívesebben részt a gyógytestnevelők. A 3. ábrán jól látható, hogy a legpreferáltabb képzés, sorrendben, a Schroth terápia, a gerincstabilizáló tréning, a fitball és a gyógyúszás. Ez egyben jelzi, hogy a gyógytestnevelők azokat a képzéseket részesítik előnyben, amelyek a leggyakrabban előforduló egészségügyi problémák javításában nyújtanak segítséget, és kicsi a beruházási igényük.



3. ábra: Mennyire szívesen vennének részt a gyógytestnevelők az alábbi képzéseken?

2.4.4. Gyakorlati alkalmazhatóság

Tapasztalataink alapján feltételeztük, hogy a gyógytestnevelők a képzések után a tanultakat adaptálják, majd a saját óráikon legalább részben alkalmazzák. A különféle innovatív eszközzel vagy módszerrel kapcsolatos képzésen résztvevők körében vizsgáltuk, hogy az ott megszerzett elméleti és gyakorlati tudást milyen mértékben tudták az óráikon alkalmazni.

A három legnépszerűbb képzés közül a Schroth terápia képzésen résztvevők 90%-a nagyrészt új ismereteket szerzett, melynek a gyógytestnevelés órai alkalmazhatóságáról megosztottak a vélemények. Mindenki (!) nagyrészt vagy teljesen új gyakorlati tudáshoz jutott, amelyet különböző mértékben heti rendszerességgel tudtak az óráikba beépíteni. A képzésen szerzett ismeretek tanórai beépítésének mértékével kapcsolatban az egyéni vélemények igen sokszínűek voltak. A kutatásban résztvevők szerint a Schroth terápia gyakorlatainak adaptációját nehezíti, hogy az alapvetően egyéni terápia, és megfelelő alkalmazásához bizonyos idejű gyakorlat szükséges, így a gyógytestnevelésben való alkalmazása nehezített.

A gyógyúszás a legtöbb gyógytestnevelő tanári képzés része, ez indokolhatja, hogy a válszadók tudását a képzés csak kis mértékben egészítette ki, viszont a kapott tudás több mint fele használható fel a gyógytestnevelésben. A gyógyúszás képzésen kapott tudás felhasználhatósága nagyon változó, ugyanis az ország több területén nincs lehetőség úszoda használatára, szervezési nehézségek léphetnek fel, valamint a gyerekek előképzettsége, az úszni tudás előfeltétel.

A fitball képzésen kapott elméleti tudás a résztvevő gyógytestnevelők 62%-a szerint a meglévő tudásukat kis mértékben egészítette ki, 30%-uk számára nagyrészt új információk hangoz-

tak el. A képzés elméletének tartalma jól hasznosítható a gyógytestnevelésben. A fitball képzésen többségében új gyakorlatokat sajátítottak el a gyógytestnevelők (50%), illetve meglévő tudásukat kis mértékben egészítette ki a képzés (39%). A gyógytestnevelők 2/3-a heti vagy havi rendszerességgel tudja alkalmazni a megszerzett tudást. A legnagyobb hátráltató erő az eszközhiány.

3. Összegzés

A gyógytestnevelés szakmailag és szemléletében is megújulási folyamaton megy keresztül. A korábban alkalmazott eszközök és módszerek kiegészülnek a testnevelés- és sporttudományban, illetve az egészségügyben használatos innovációkkal. Ezek az újdonságok megfelelő adaptációval a gyógytestnevelés céljainak elérését, hatékonyságának növelését szolgálhatják. Kutatásunkban vizsgáltuk, hogy a gyógytestnevelő pedagógusok milyen képzéseken vettek részt, mi motiválja őket a tanulásban, az általuk preferált képzéseken mely eszközökkel és módszerekkel ismerkedtek meg, és ezek milyen mértékben adaptálhatók szerintük.

A gyógytestnevelők átlagosan évente több mint 2-4 alkalommal vesznek részt továbbképzéseken, elsősorban rövidebb időtartamúakon. Figyelemre méltó a szakvizsgázott pedagógusok és a min. 2 féléves szakirányú továbbképzésen részt vettek aránya (55%). Ezek alapján az első hipotézisünk, mely szerint a gyógytestnevelő tanárok gyakran (évente több napon) vesznek részt továbbképzéseken, elsősorban rövidebb időtartamúakon, részben igazolódott, ugyanis a hosszabb időtartamú képzések is látogatottak.

A pedagógusok elsősorban azért járnak továbbképzésekre, mert szívesen tanulnak, valamint a képzéseknek konkrét, gyakorlati hasznuk van, ami által frissíthetik elméleti tudásukat. Sajnos legtöbb esetben a pedagógusok továbbképzéseit nem támogatják anyagilag, így nem meglepő, hogy ez megnehezíti a dolgukat. Az a feltételezésünk tehát, hogy a fő motiváló tényező, hogy konkrét, gyakorlatban alkalmazható tudást szerezzenek, és a leginkább anyagi okok hátráltatják őket, beigazolódott.

A kutatás során megállapíthattuk, hogy a leginkább preferált képzések: a Schroth terápia, a gyógyúszás, a fitball, a TRX és a gerincstabilizációs tréning. Ez egybe esik a harmadik hipotézisünk állításával.

A három legnépszerűbb képzés résztvevői szerint a képzéseken szerzett tudás változó mértékben, de beépíthető a gyakorlati munkába. Nehézséget okozhat az eszközhiány, a létesítményhiány, illetve a módszertani sajátosságok, a különbségek. A feltételezésünk, miszerint a megszerzett tudás nagymértékben beépíthető a gyógytestnevelés gyakorlatába, részben igazolódott.

A gyógytestnevelés gyakorlatának további segítése céljából kutatásunkat a leginkább előtérbe helyezett képzések vizsgálatával, módszereik és eszközeik gyógytestnevelésbe való adaptálásával, valamint az alkalmazás eredményeinek vizsgálatával tervezzük folytatni. Bízunk abban, hogy a kutatással segíteni tudjuk a gyógytestnevelés szakmai, pedagógiai megújulását.

BIBLIOGRÁFIA

- Csider Tibor – Kránitz Istvánné (1972.). *Gyógyító testmozgás*. Budapest, Sport.
- Érdi-Krausz Zs. (1995). *Mindenki gyógytestnevelése*. Budapest, Fővárosi Pedagógiai Intézet.
- Gárdos M, Mónus A. (2003). *Gyógytestnevelés*. Budapest, Testnevelési Főiskola.
- H. Ekler J. (2018). Tananyag feldolgozás a testnevelésben projekt módszerrel – a projektesi. *Sport és Egészségtudományi Füzetek*, 2. évf. 4. sz. pp. 15–28.
- Nemessúri M. (1965). *Gyógytestnevelés*. Budapest, Tankönyvkiadó.
- Simon I. Á. (2015). *A gyógytestnevelés elmélete és módszertana*. Nyugat-magyarországi Egyetem, Szombathely
- Simon I. Á., Kajtár G. (2018). A gyógytestnevelés jelentősége a szekunder rehabilitáció és egészségfejlesztés folyamatában – A megújulás szükségessége és irányai. *Egészségfejlesztés*, 59. évf. 1. sz. pp. 37–44.
- Vezér K., Andikné Sch. K., Korbélyné T. M. (2018): Jógyakorlat, avagy „Kéttanáros Modell” a mindennapos testnevelés rendszerében. *Sport és Egészségtudományi Füzetek*, 2. évf. 4. sz. pp. 47–53.

ÓRY, ESZTER – KAJTÁR, GABRIELLA – SIMON, ISTVÁN ÁGOSTON
MOTIVATION OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS TOWARDS
POSTGRADUATE TRAININGS

It has been demonstrated through multiple publications and conferences that views and professional approaches of Adapted Physical Education (APE) are changing in Hungary. Key components of the reform process are information, implementation and adaptation of the new methods. It is necessary to run research projects that can assist in broadening and supplementing the existing knowledge; assist with theoretical and practical implementation of new, innovative tools and methods. Our aim is to support this requirement through the present research project. Our goal is to get a full picture of experiences and motivation towards postgraduate education of Hungarian Adaptive Physical Educators. Adaptive Physical Educators spend 2-4 days a year in further education, regularly attend national conferences and local professional gatherings. They are motivated by professional curiosity and practical benefits of the acquired knowledge. Hydrotherapy, Fitball and Schroth therapy are the most popular choices amongst the latest tools and methods. Their practical adaptability is varied. Most Adaptive Physical Educators are interested in gaining further training in topics of spinal stabilisation, Schroth therapy, hydrotherapy and TRX. It is important to find a way to integrate these methods and tools to the day to day APE actions.