

Na životě je pozoruhodné to, že obsahuje mnoho možností, jak jej prožívat. Je asi věcí tradice, které ze zdrojů života jsou člověku přístupny, jak je dokáže využívat a kombinovat a na jaké hodnoty je zaměří. Jednou z lidských radostí je sjíždění svahů na lyžích. Lyžování je velké dobrodružství pohybu, přírody, kamarádství, odvahy a strachu, dobrodružství úspěchu a nezdaru, rytmu a síly. Z těchto důvodů si tento sport oblíbili lidé s tělesným postižením, neboť jim dává pocit volnosti a zároveň je integruje do společenství zdravých lidí. Monoski zlepšuje psychickou a fyzickou kondici paraplegiků. Josef Kábele ve své knize Sport vozíčkářů (1992) uvádí : jakákoliv sportovní činnost vede jak k udržení tělesné kondice, tak zároveň přispívá ke zvýšení soběstačnosti.

Měla jsem možnost vyzkoušet si jízdu na monoski a účastnit se výcvikového kurzu jako nestranný pozorovatel. Natolik mě monoski zaujalo, že jsem si ho zvolila jako téma bakalářské práce. Dalším podnětem pro moji volbu byla přednáška paní Čákové v rámci výuky o vývojové kineziologii, kde jsme mimo jiné řešili v jaké fázi je sport ještě prospěšný pro tělesně handicapované. V této práci jsem se zaměřila na svalstvo ramenního pletence a trupu, které je nepostradatelné pro paraplegiky při jízdě na monoski.

Bakalářská práce je rozdělena do dvou částí. První část je teoretická, kde se snažím vysvětlit co znamená lyžování na monoski a co všechno tento sport vyžaduje.

V druhé praktické části popisují vyšetření, která jsem provedla u dvou pacientů. Dále uvádím příklady kompenzačního cvičení, které by se mělo usnadnit jízdu na monoski