

ABSTRAKT

Název: Lyžařský kurz dětí s mentálním postižením

Cíl práce: Vytvořit soubor individuálních průpravných cvičení pro nácvik techniky sjíždění a zatáčení v alpském lyžování u dětí s MR.

Dílčí cíl popsat u jednotlivě pozorovaných dětí na začátku, uprostřed a na konci zvládnutí jednotlivých prvků lyžařských dovedností a techniky jízdy během týdenního výcviku se zařazením optimalizovaných cvičení APA pro alpské disciplíny.

Metoda: Metoda, kterou použiji ve své práci je, pozorování - empirický postup. Kohortu tvořily čtyři děti s diagnózou dle MKN-10 v rozmezí F70 - 79, které byly podrobeny pozorování celkem třikrát (na začátku, uprostřed a na konci) v průběhu lyžařského kurzu. Děti byly pozorovány u provádění zadaných, předem vysvětlených a ukázaných základních i otevřených lyžařských dovedností.

Výsledky: Metodika byla sestavena. Ukázalo se, že děti s mentálním postižením v rozmezí lehké a středně těžké mentální retardace jsou schopny naučit se a v případě předešlých zkušeností zdokonalit své lyžařské dovednosti. Dítě s těžkou mentální retardací si dovednosti neosvojilo, jelikož nebylo schopné přijmout lyžařské vybavení, tím pádem nedošlo k výuce ani základních lyžařských dovedností. Děti, které podstoupily výuku lyžování a byly pozorovány, si lyžování zjevně užívaly. Na základě aplikace mnou sestavené metodiky v průběhu týdne jsem pozorováním zjistila, že došlo ke zlepšení lyžařských dovedností u všech dětí, které se zapojily. Pozorováním bylo dokázáno zlepšení ve většině dovedností. Mezi hlavní podmínky, které ovlivňovaly zdárnou aplikaci metodiky, patřila únava a počasí. K výraznému zlepšení u všech zúčastněných dětí došlo zejména u jízdy na vleku. Hlavní podmínkou zdárné aplikace metodiky byl individuální přístup k dítěti, přiměřené kladení požadavků a empatie ze strany instruktora, kreativnost výukové jednotky a respektování zásad práce s dětmi s MR.

Klíčová slova: výuka sjezdového lyžování u dětí, mentální retardace, biopsychosociální zdraví rodiny s dítětem s MR