

ABSTRAKT

Název: Uplatnění metody senzomotorické stimulace v atletickém tréninku mládeže

Zpracovala: Veronika Kladivová

Cíle práce: seznámení se s metodou senzomotorické stimulace; zjištění a popsání stavu využívání metody senzomotorické stimulace v atletickém tréninku mládeže; zachycení typů zranění kategorie mládeže v atletice; upozornění na souvislost mezi výskytem zranění a využíváním balančních pomůcek

Metoda: pro zjištění dat a informací o respondentech byla použita pedagogická výzkumná technika anonymní nestandardizovaný dotazník

Výsledky: u n=39 děvčat a n=26 chlapců, účastníků halového MČR v atletice, bylo zjištěno, že metoda senzomotorické stimulace je v atletickém tréninku v kategorii dorostu a juniorů využívána. Jedná se však spíše o jakousi neucelenou formu využívání metody senzomotorické stimulace pomocí balančních pomůcek. Podstatné je, že se mezi atletickou mládež tato metoda pomalu, ale jistě dostává. Nepodařilo se mi však přesně zjistit, zda-li je metoda SMS více využívána u atletických disciplín s prostorovou orientací nebo koordinací.

Klíčová slova: atletický trénink, zranění, prevence zranění, rekonvalescence, senzomotorika, metoda senzomotorické stimulace, balanční pomůcky, dotazníkové šetření