

## ABSTRAKTA

Název práce: Konstituování znakové techniky u osob s vyšší míšní lézí.

Cíl: Cílem bakalářské práce je ověřit metodickou řadu J. Nevrlky a M. Kováře u osob s vyšší míšní lézí ve výuce modifikované techniky znak.

Metody: Bakalářská práce se zabývá jednou ze sportovních aktivit – plavání. Zaměřili jsme se na případovou studii s využitím plavecké metodické řady pro tělesně postižené, sestavenou J. Nevrlkou a M. Kovářem. Z vytvořené plavecké metodické řady jsme si zvolili plavecký způsob znak a jeho modifikace. Jednotlivé plavecké prvky jsme použili u probandů s vyšší míšní lézí. Volili jsme ze současných klientů rehabilitačního ústavu Kladruby, kteří byli po poranění v oblasti krční páteře, měli zájem o plaveckou výuku a jejich aktuální zdravotní stav to dovozoval. Průběh výuky každého z probandů byl písemně zaznamenáván pro pozdější analýzu.

Výsledky: Plavecká metodická řada pro plavecký způsob znak byla použita u pěti probandů s postižením vyšší míšní léze. Všechny pět probandů během výukového programu docílilo plavecké gramotnosti bez užití nadlehčovacích pomůcek a bez pomoci druhé osoby. Soustavným nácvikem dané metodiky jsme dosáhli nejen plavecké gramotnosti probandů, ale působením vodního prostředí na organismus, byla ovlivněna i jejich tělesná kondice a duševní stav.

Závěr: Z výsledků výukového plaveckého programu jsme dospěli k závěru, že plaveckou metodickou řadu vypracovanou J. Nevrlkou a M. Kovářem, lze využívat v rámci hydroterapie u osob s postižením vyšší míšní léze. Handicapovaná osoba je schopna dosáhnout, za určitý časový úsek, plavecké gramotnosti, orientace ve vodním prostředí a pocitu sebezdokonalování. Plavání je tedy vhodná rehabilitační metoda pro jedince v období poutřezových stavů a následném vyplnění volného času v běžném životě.

Klíčová slova: míšní léze, rehabilitace, pohybová aktivita, plavání osob s míšní lézí, plavecká technika znak.