

ABSTRAKT

Název: Výuka lyžování dětí s lehkou mentální retardací

Cíl práce: Ověření vhodnosti běžeckých nebo sjezdových lyží pro všeobecnou lyžařskou přípravu v návaznosti na sjezdové lyžování žáků s lehkou mentální retardací.

Metoda: Jedná se o experimentální výzkum. Práce se skládá ze dvou částí.

Pro potřeby práce byli žáci rozděleni do dvou družstev s přibližně stejnými pohybovými schopnostmi a s přibližně stejnou úrovní lehké mentální retardace.

Jedno družstvo absolvovalo všeobecnou lyžařskou přípravu na sjezdových a druhé na běžeckých lyžích.

Obě družstva jsme pozorovali a vyhodnotili jejich dovednosti.

Vyhodnotili jsme specializovanou přípravu na sjezdových lyžích u obou družstev.

Výsledky: Ve všeobecné lyžařské přípravě dosahovalo mírně lepších výsledků družstvo na sjezdových lyžích. Pouze u pádů a vstávání a u pohybů lyží na rovině dosáhlo lepších výsledků družstvo na běžeckých lyžích. Po převedení výsledků na průměry a porovnání jejich rozdílu t-testem nám vyšel tento rozdíl jako nevýznamný.

Ve specializované lyžařské přípravě na sjezdových lyžích ve dvou dovednostech dosáhlo lepších výsledků družstvo, které absolvovalo všeobecnou lyžařskou přípravu na sjezdových lyžích. Ve dvou dovednostech dosáhla družstva stejných výsledků. Mezi výslednými průměry družstev byl minimální rozdíl. Po porovnání t-testem, nám vyšel tento rozdíl jako nevýznamný.

Klíčová slova: mentální retardace, sjezdové lyžování, všeobecná lyžařská příprava