

Abstrakt

Název práce: Program pro podporu správného držení těla u dětí mezi 5-6 rokem.

Cíle práce: Sestavení programu, který povede ke správnému držení těla a tím prevence proti poranění páteře.

Metoda: Pro účely této práce budeme pracovat s metodami: analýza odborné literatury a metoda dotazování.

Analýza literatury z oblasti fyzioterapie, pedagogiky, lékařství a anatomie, mi pomohla k realizaci sestavení pohybového cvičebního programu.

Metoda dotazování byla použita, když jsem zjišťoval zda vůbec je o tento program zájem.

Klíčová slova: držení těla, páteř, svaly.