

Mladá veda

Young Science

Špeciálne vydanie

Mladá veda

Young Science

MEDZINÁRODNÝ VEDECKÝ ČASOPIS MLADÁ VEDA / YOUNG SCIENCE

Číslo 6, ročník 14., špeciálne číslo vydané v októbri 2026

ISSN 1339-3189, EV 167/23/EPP

Kontakt: info@mladaveda.sk, tel.: +421 908 546 716, www.mladaveda.sk

Fotografia na obálke: Analógový Prešov. © Branislav A. Švorc, foto.branisko.at

REDAKČNÁ RADA

prof. Ing. Peter Adamišín, PhD. (Katedra environmentálneho manažmentu, Prešovská univerzita, Prešov)

doc. Dr. Pavel Chromý, PhD. (Katedra sociálnej geografie a regionálneho rozvoje, Univerzita Karlova, Praha)

prof. Dr. Paul Robert Magocsi (Chair of Ukrainian Studies, University of Toronto; Royal Society of Canada)

Ing. Lucia Mikušová, PhD. (Ústav biochémie, výživy a ochrany zdravia, Slovenská technická univerzita, Bratislava)

doc. Ing. Peter Skok, CSc. (Ekomos s. r. o., Prešov)

Mgr. Monika Šavelová, PhD. (Katedra translatológie, Univerzita Konštantína Filozofa, Nitra)

prof. Ing. Róbert Štefko, Ph.D. (Katedra marketingu a medzinárodného obchodu, Prešovská univerzita, Prešov)

prof. PhDr. Peter Švorc, CSc., predseda (Inštitút histórie, Prešovská univerzita, Prešov)

doc. Ing. Petr Tománek, CSc. (Katedra verejnej ekonomiky, Vysoká škola báňská - Technická univerzita, Ostrava)

doc. Mgr. Michal Garaj, PhD. (Katedra politických vied, Univerzita sv. Cyrila a Metoda, Trnava)

REDAKCIA

Mgr. Branislav A. Švorc, PhD., šéfredaktor (Inštitút pre vedu, kultúru a spoločenský rozvoj)

Mgr. Martin Hajduk, PhD. (Banícke múzeum, Rožňava)

PhDr. Magdaléna Keresztesová, PhD. (Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, Praha)

RNDr. Richard Nikischer, Ph.D. (Ministerstvo pro místní rozvoj ČR, Praha)

PhDr. Veronika Trstianska, PhD. (Ústav stredoeurópskych jazykov a kultúr FSŠ UKF, Nitra)

Mgr. Veronika Zuskáčová (Geografický ústav, Masarykova univerzita, Brno)

VYDAVATEĽ

Inštitút pre vedu, kultúru a spoločenský rozvoj

IČO: 57728038, Bajkalská 12B, 080 01 Prešov, Slovensko

v spolupráci s vydavateľstvom UNIVERSUM-EU, spol. s r. o.

PARADIGMA LIMITOV V TELESNEJ A ŠPORTOVEJ VÝCHOVE ŽIAKOV S PORUCHOU AUTISTICKÉHO SPEKTRA V KOMBINÁCII S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM

PARADIGM OF LIMITATIONS IN PHYSICAL AND SPORTS EDUCATION
OF STUDENTS WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER IN COMBINATION
WITH INTELLECTUAL DISABILITY

Martina Magová, Barbora Kováčová¹

Martina Magová pôsobí na Pedagogickej fakulte Katolíckej univerzity v Ružomberku, na Katedre špeciálnej pedagogiky. Vo svojej odbornej a vedecko-výskumnej činnosti sa zameriava na problematiku špecifických vývinových porúch učenia a porúch autistického spektra. Svoje odborné poznatky uplatňuje aj v pedagogickej praxi, v rámci ktorej pôsobí ako pedagogička v triede pre žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím. Barbora Kováčová pôsobí na Pedagogickej fakulte Katolíckej univerzity v Ružomberku, kde je vedúcou Katedry špeciálnej pedagogiky a garantkou študijného programu Špeciálna pedagogika a pedagogika mentálne postihnutých. Vo svojej vedecko-výskumnej a publikačnej činnosti sa orientuje na problematiku expresívnych terapií a terapeutických prístupov v podpore jednotlivcov so zdravotným znevýhodnením, osobitne v kontexte špeciálnopedagogickej intervencie. Jej odborný záujem smeruje k rozvíjaniu prístupov, ktoré prepájajú terapeutický, edukačný a podporný rozmer špeciálnej pedagogiky. Vo svojej práci sa zároveň venuje témam súvisiacim s rozvojom odboru, skvalitňovaním vzdelávania a podpory jednotlivcov s mentálnym postihnutím a prípravou odborníkov pôsobiacich v oblasti ich edukácie a komplexnej podpory.

Martina Magova, is a faculty member at the Department of Special Education, Faculty of Education, Catholic University in Ružomberok. In her professional and scientific research work, she focuses on specific developmental learning disorders and autism spectrum disorders. She also applies her professional knowledge in her teaching practice, where she works as a teacher in a classroom for students with autism spectrum disorder combined with intellectual disabilities. Barbora Kovacova is affiliated with the Faculty of Education at the Catholic University in Ružomberok, where she is a member of the Department of Special

¹Adresa pracoviska: PaedDr. Martina Magová, Ph.D., doc. PaedDr. Barbora Kováčová, PhD., Katolícka univerzita, Katedra špeciálnej pedagogiky, Hrabovská cesta 1, 034 01 Ružomberok
E-mail: martina.magova@ku.sk, barbora.kovacova@ku.sk

Education and serves as the guarantor of the study programme Special Education and Education of Individuals with Intellectual Disabilities. Her research and publication activities focus on expressive therapies and therapeutic approaches in supporting individuals with disabilities, particularly in the context of special educational intervention. Her professional interests include the development of approaches that integrate the therapeutic, educational, and supportive dimensions of special education. Her work also addresses topics related to the advancement of the field, the enhancement of education and support for individuals with intellectual disabilities, and the preparation of professionals involved in their education and comprehensive support.

Abstract

This paper presents the theoretical foundations of the paradigm of limitations faced by students with autism spectrum disorder combined with an intellectual disability in the context of physical education and sports. Attention is focused on the specific characteristics of these students' functioning that may influence their participation in physical and sports activities, the acquisition of motor skills, and the course of their education. The aim of this paper is to theoretically define and systematize the individual areas of limitations and to highlight their interconnections and contextual dependencies. The identified limitations are categorized into specific areas, which include motor and physical, cognitive, communicative, sensory, behavioral, social, and emotional aspects, as well as the areas of attention, independence, and the need for support. Defining these individual areas creates a theoretical framework for a better understanding of students' specific needs and serves as a starting point for the individualization, differentiation, and adaptation of physical education and sports instruction with the goal of supporting their active and meaningful participation.

Key words: autism spectrum disorder, intellectual disability, physical and sports education, movement and motor limitations, participation, individualization, educational adaptation

Abstrakt

Príspevok predstavuje teoretické východiská paradigmy limitov žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím v kontexte telesnej a športovej výchovy. Pozornosť je venovaná špecifikám fungovania žiakov, ktoré môžu ovplyvňovať ich participáciu na pohybových a športových aktivitách, osvojovanie pohybových zručností a priebeh edukácie. Cieľom príspevku je teoreticky vymedziť a systematizovať jednotlivé oblasti limitov a poukázať na ich vzájomnú prepojenosť a kontextovú podmienenosť. Identifikované limity sú kategorizované do jednotlivých oblastí, ktoré zahŕňajú motorické a pohybové, kognitívne, komunikačné, senzorické, behaviorálne, sociálne a emocionálne aspekty, ako aj oblasť pozornosti, samostatnosti a potreby podpory. Vymedzenie jednotlivých oblastí vytvára teoretický rámec pre lepšie porozumenie špecifikám žiakov a predstavuje východisko pre individualizáciu, diferenciaciu a adaptáciu telesnej a športovej výchovy s cieľom podporovať ich aktívnu a zmysluplnú participáciu.

Kľúčové slová: porucha autistického spektra, mentálne postihnutie, telesná a športová výchova, pohybové a motorické limity, participácia, individualizácia, adaptácia edukácie

Úvod

Telesná a športová výchova predstavuje v edukácii žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím významný priestor pre rozvoj pohybových kompetencií, funkčnej samostatnosti, sociálnej participácie a celkového osobnostného rozvoja. Jej realizácia v tejto populácii nadobúda špecifický charakter, ktorý súvisí s komplexnosťou prejavov poruchy autistického spektra (Ostatníková et al., 2022). Pohybové aktivity pritom nemusia byť u žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím realizované výhradne v kontexte telesnej a športovej výchovy. Pohyb môže byť zároveň významným prostriedkom psychomotorickej terapie (Fábry Lucká, 2021). V rámci psychomotorickej terapie možno cielene podporovať rozvoj motorických kompetencií, vnímanie vlastného tela, orientáciu v priestore, reguláciu správania, emocionálne prežívanie a sociálnu interakciu (Fábry Lucká, 2018). Zohľadnenie individuálnych limitov žiaka je preto významné nielen pri edukácii v telesnej a športovej výchove, ale aj pri plánovaní a realizácii psychomotoricky orientovaných podporných a terapeutických postupov.

Cieľom teoretického vymedzenia paradigmy limitov je preto poukázať na komplexnosť faktorov, ktoré vstupujú do procesu telesnej a športovej výchovy žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím, a vytvoriť východisko pre ich systematické poznávanie a interpretáciu s ohľadom na individuálnu úroveň a rozvoj pohybových kompetencií. Takto koncipované východisko môže následne podporiť individualizáciu, diferenciaciu a adaptáciu edukačného procesu podľa potrieb konkrétneho žiaka.

Limity v telesnej a športovej výchove

Limity v telesnej a športovej výchove preto nemožno vnímať iba ako individuálne nedostatky v oblasti pohybového výkonu. Predstavujú širší súbor osobných, kognitívnych, motorických, senzorických, komunikačných, behaviorálnych a sociálnych determinantov, ktoré môžu ovplyvňovať porozumenie zadaniu, osvojovanie pohybových zručností, adaptáciu na prostredie, schopnosť reagovať na zmenu či participáciu na spoločných pohybových činnostiach. Ich charakter, intenzita a vzájomná kombinácia pritom môžu významne modifikovať možnosti žiaka učiť sa prostredníctvom pohybu a dosahovať primeranú úroveň úspešnosti (Magová, 2025).

V tomto kontexte je potrebné na limity žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím nazerať komplexne a v širších súvislostiach edukácie. Pozornosť preto nemožno sústreďovať výlučne na to, čo žiak v telesnej a športovej výchove nedokáže, ale aj na podmienky, za ktorých sa konkrétny limit prejavuje, na jeho dynamiku a na možnosti pedagogického pôsobenia. Takéto východisko umožňuje chápať limity nie ako nemennú charakteristiku jednotlivca, ale ako fenomén, ktorý vzniká v interakcii individuálnych osobitostí žiaka, charakteru pohybovej úlohy a edukačného prostredia.

Boucher, McIntyre & Larocci (2022) vo svojej štúdii poukázali na komplexnosť faktorov ovplyvňujúcich participáciu žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia na pohybových aktivitách. Autori (ibidem) identifikovali štyri základné oblasti, ktoré vstupujú do procesu participácie: intrapersonálne bariéry, interpersonálne bariéry, intrapersonálne facilitátory a interpersonálne facilitátory.

Zistenia poukazujú na to, že možnosti zapojenia žiaka nie sú determinované výlučne jeho individuálnymi charakteristikami, ale sú výsledkom pôsobenia viacerých navzájom sa ovplyvňujúcich faktorov. K intrapersonálnym bariéram autori (ibidem) zaradili napríklad náročné správanie, ktoré môže negatívne ovplyvňovať priebeh a mieru zapojenia žiaka do pohybových aktivít. Interpersonálne bariéry súviseli najmä s nedostatočnou podporou zo strany sociálneho a edukačného prostredia, pričom významnú úlohu zohrávali aj sociálne požiadavky spojené s participáciou na pohybových aktivitách. Naopak, medzi významné facilitujúce faktory patrila vnútorná motivácia žiaka rozvíjať svoje pohybové schopnosti a z vonkajších faktorov je to predovšetkým podpora poskytovaná osobami v jeho okolí.

Uvedené zistenia vytvárajú dôležité východisko aj pre chápanie limitov v telesnej a športovej výchove. Limitovanú participáciu žiaka nemožno automaticky interpretovať ako dôsledok jeho individuálneho deficitu či nedostatočných pohybových schopností. Do procesu vstupujú aj sociálne, organizačné a environmentálne podmienky, ktoré môžu konkrétny limit zosilňovať, zmiernovať alebo dokonca vytvárať. Z pohľadu pedagogickej praxe preto nadobúda význam nielen identifikácia konkrétnych bariér, ale aj analýza podmienok, v ktorých sa prejavujú, a následné vytváranie takých foriem podpory, ktoré umožnia žiakovi aktívnejšie participovať na pohybových činnostiach. Práve tento pohľad podporuje potrebu vnímať limity v telesnej a športovej výchove ako dynamický a kontextovo podmienený fenomén, nie ako nemennú vlastnosť samotného žiaka

Konkretizácia limitov u žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím v kontexte telesnej a športovej výchovy v jednotlivých oblastiach

Konkretizácia limitov u žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím v kontexte telesnej a športovej výchovy si vyžaduje ich systematizáciu do jednotlivých oblastí, ktoré môžu ovplyvňovať priebeh, kvalitu a mieru participácie žiaka na pohybových aktivitách. Vychádzajúc z charakteru sledovanej populácie a špecifik telesnej a športovej výchovy možno identifikovať viaceré navzájom prepojené oblasti limitov, ktorých prejavy sa môžu v edukačnom procese vzájomne podmieňovať a zosilňovať. Pre potreby ďalšieho teoretického spracovania sú limity členené do jednotlivých oblastí, ktoré predstavujú samostatné, ale vzájomne prepojené roviny fungovania žiaka. Takto koncipované členenie umožňuje zachytiť nielen samotné individuálne charakteristiky žiaka, ale aj ich prejav v konkrétnej pohybovej a edukačnej situácii. Jednotlivé oblasti sú v príspevku spracované prostredníctvom samostatných koncepčných schém, ktoré znázorňujú základné prejavy limitov a ich možné súvislosti s realizáciou telesnej a športovej výchovy. Schémy zároveň vytvárajú rámec pre následnú podrobnejšiu charakteristiku jednotlivých oblastí a umožňujú komplexnejšie uchopenie problematiky limitov v kontexte edukácie žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím.



Poradie	Konkretizácia oblasti	Spracovanie v texte príspevku
1.	Motorické a pohybové limity	Schéma 1
2.	Kognitívne limity a limity v oblasti učenia sa	Schéma 2
3.	Limity v oblasti komunikácie	Schéma 3
4.	Limity v senzorickom spracovaní	Schéma 4
5.	Behaviorálne a regulačné limity	Schéma 5
6.	Limity v socializácii	Schéma 6
7.	Emocionálne a psychické limity	Schéma 7
8.	Limity v oblasti pozornosti a regulácie	Schéma 8
9.	Limity v samostatnosti a potrebe podpory	Schéma 9
10.	Limity vyplývajúce z prostredia a organizácie telesnej a športovej výchovy	Tabuľka 2

Tabuľka 1 - Limity v indikovanej skupine v kontexte telesnej a športovej výchovy

Zdroj: vlastné spracovanie

Takto vytvorená systematizácia (Tabuľka 1) predstavuje východisko pre ďalšie teoretické rozpracovanie jednotlivých oblastí limitov, pričom pozornosť je venovaná ich prejavom, možnému vplyvu na participáciu žiaka a implikáciám pre pedagogickú prax v telesnej a športovej výchove.

Motorické a pohybové limity

Porucha autistického spektra môže zasahovať aj do procesov osvojovania a učenia sa nových motorických zručností, pričom charakter a miera motorických ťažkostí sú medzi jednotlivými žiakmi variabilné (Gažová, 2022). V prípade žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím je pritom potrebné uvažovať o motorickom fungovaní v kontexte vzájomného pôsobenia viacerých faktorov, ktoré môžu ovplyvňovať kvalitu pohybového výkonu, tempo osvojovania pohybových zručností aj schopnosť aplikovať naučený pohyb v novej situácii.

V motorickej a pohybovej oblasti sa môžu prejavovať ťažkosti v oblasti hrubej a jemnej motoriky, koordinácie pohybov, dynamickej a statickej rovnováhy, priestorovej orientácie, obratnosti, sily a celkovej motorickej výkonnosti. Limitujúco môže pôsobiť aj znížená schopnosť koordinovať súčasne viacero pohybových komponentov alebo prispôbovať pohyb meniacim sa podmienkam. Pri komplexnejších pohybových činnostiach sa tak môže prejavovať potreba zjednodušenia pohybovej úlohy, jej rozčlenenia na menšie čiastkové kroky alebo zvýšenia počtu opakovaní. *Prehľad najčastejších limitov v oblasti motoriky, ktoré sú špecifické u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím, uvádzame v schematickom spracovaní 1.*

Špecifickú oblasť predstavuje *osvojovanie nových pohybových zručností*. Žiak môže mať ťažkosti s pochopením pohybovej postupnosti, zapamätaním si jednotlivých krokov alebo ich následným prepojením do plynulej pohybovej sekvencie. Problematické môže byť tiež prenesenie osvojenej zručnosti do iného prostredia, pri použití odlišného náčinia alebo pri zmene podmienok pohybovej úlohy. V edukačnom procese sa preto môže ukazovať ako

potrebné poskytovať dostatočný čas na spracovanie pohybového zadania, opakovane využívať názornú demonštráciu a zabezpečiť stabilnú štruktúru nácviku (Magová, 2024).

Motorický limit pritom nemožno vnímať izolovane od spôsobu, akým je pohybová činnosť žiakovi s poruchou autistického spektra s kombinácií s mentálnym postihnutím prezentovaná. Náročnosť verbálneho zadania (inštrukcie), počet požadovaných krokov, rýchlosť realizácie, nepredvídateľnosť situácie či potreba súčasne reagovať na viaceré podnety môžu ovplyvniť výslednú úspešnosť pohybového výkonu. Z tohto pohľadu môže byť rovnaká pohybová úloha pre jedného žiaka zvládnuteľná, zatiaľ čo pre iného predstavuje významnú bariéru participácie. Motorické a pohybové limity tak predstavujú *multidimenzionálnu oblasť*, ktorá zahŕňa nielen samotnú úroveň motorickej výkonnosti, ale aj proces osvojovania, koordinácie, organizácie a adaptácie pohybu. Ich identifikácia má význam pre individualizáciu telesnej a športovej výchovy, pretože umožňuje primerane upravovať náročnosť pohybových úloh, tempo ich realizácie, spôsob zadávania inštrukcie, mieru opakovania a využívanie názorných podnetov.

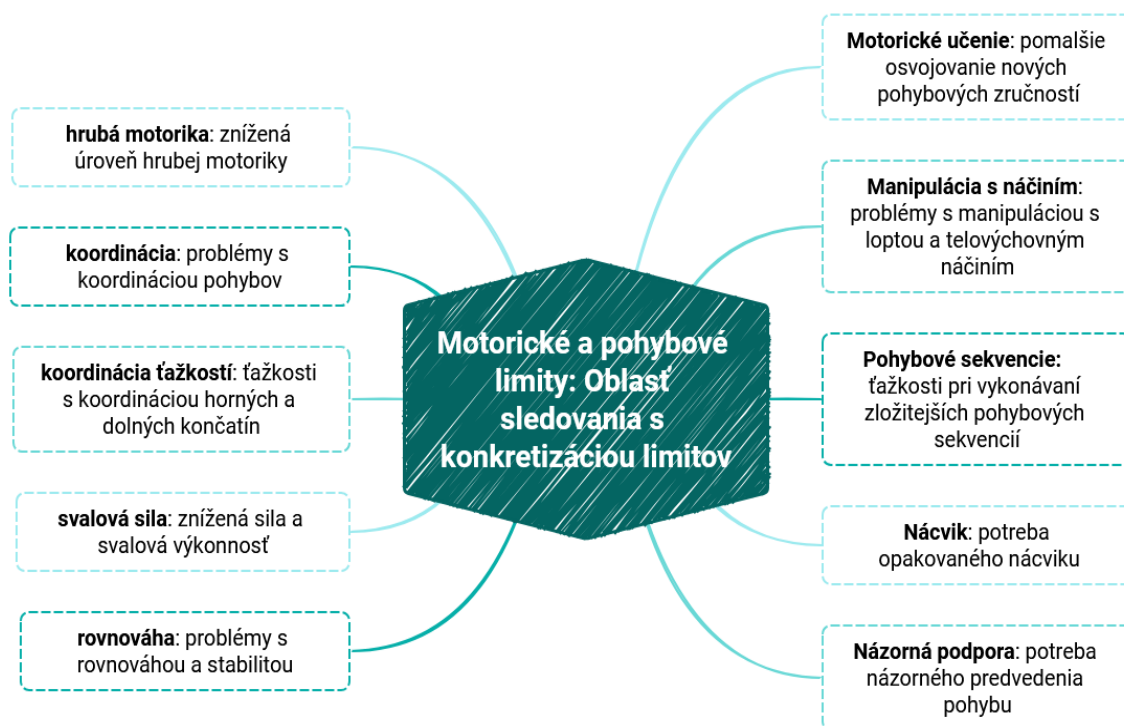


Schéma 1 - Najčastejšie limity v oblasti motoriky u žiakov s PAS
v kombinácii s mentálnym postihnutím v rámci telesnej a športovej výchovy
Zdroj: vlastné spracovanie

Kognitívne limity a limity v oblasti učenia sa

Kognitívne limity sa môžu prejavovať najmä v náročnejšom porozumení zložitejším alebo viacstupňovým pokynom a v spracovaní informácií potrebných na realizáciu pohybovej úlohy. Žiak môže potrebovať jednoduché, jednoznačné a opakovane poskytované inštrukcie, názornú demonštráciu pohybu a postupné vedenie jednotlivými krokmi. Ťažkosti sa môžu objavovať pri zapamätaní, vybavení a usporiadaní jednotlivých fáz pohybovej činnosti, čo môže ovplyvňovať plynulosť a správnosť jej realizácie. Komplikovanejšie môže byť aj osvojovanie pravidiel pohybových hier, porozumenie zmenám v ich priebehu a pružné

reagovanie na nové alebo nepredvídateľné pohybové situácie. Kognitívne limity môžu zároveň ovplyvňovať transfer už osvojenej pohybovej zručnosti do nového prostredia alebo situácie, čo sa môže premietat' do variability úrovne pohybových kompetencií žiaka (Magová, 2024).

Vzťah medzi kognitívnym fungovaním a pohybovými kompetenciami sa tak prejavuje najmä v schopnosti žiaka porozumieť pohybovej úlohe, osvojiť si jej postup, aplikovať získanú zručnosť v rôznych podmienkach a primerane reagovať na zmenu pohybovej situácie (Kováčová, Magová, 2025). Kognitívny limit preto nemusí predstavovať priamu prekážku samotnej realizácie pohybu, ale môže ovplyvňovať spôsob, akým si žiak pohybovú kompetenciu osvojuje, upevňuje a následne ju využíva. Pre rozvoj pohybových kompetencií je preto významné prispôsobenie spôsobu zadávania, rozsahu a náročnosti pohybových úloh individuálnym možnostiam žiaka. Využívanie názornosti, opakovania, štruktúrovania úloh a postupného zvyšovania ich náročnosti môže podporovať nielen porozumenie pohybovej činnosti, ale aj jej stabilnejšie osvojenie a následné funkčné využitie. *Prehľad najčastejších limitov v oblasti kognície a učenia sa, ktoré sú špecifické u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím, uvádzame v schematickom spracovaní 2.*

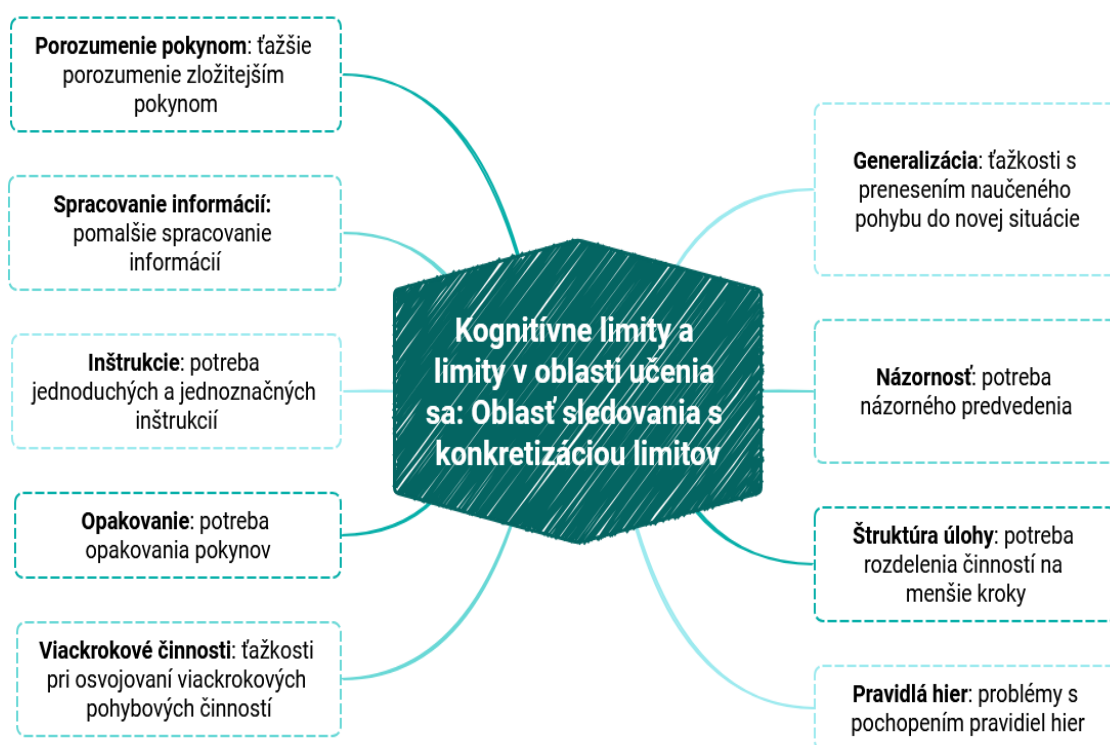


Schéma 2 - Najčastejšie kognitívne limity u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím v rámci telesnej a športovej výchovy
Zdroj: vlastné spracovanie

Limity v oblasti komunikácie

Komunikačné špecifiká môžu ovplyvňovať schopnosť žiaka porozumieť verbálnym pokynom a primerane na ne reagovať počas pohybovej aktivity. Ťažkosti sa môžu prejaviť aj pri vyjadrovaní potreby pomoci, neporozumenia zadaniu, únavy či diskomfortu, ako aj pri komunikácii s učiteľom a rovesníkmi. V kontexte telesnej a športovej výchovy môže byť

komunikačný limit významný najmä v situáciách, v ktorých je potrebné rýchlo reagovať na pokyn, zmenu pravidiel alebo aktuálnu situáciu v pohybovej hre. Obmedzená schopnosť prijímať a spracovávať verbálne informácie podľa Kršku et al. (2026) môže následne ovplyvňovať spôsob osvojovania pohybových zručností, presnosť ich realizácie a schopnosť reagovať na korekciu pohybového výkonu. *Prehľad najčastejších limitov v oblasti komunikácie, ktoré sú špecifické u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím, uvádzame v schematickom spracovaní 3.*

Vzťah komunikačných limitov k pohybovým kompetenciám sa tak prejavuje predovšetkým v schopnosti žiaka porozumieť pohybovej úlohe, reagovať na inštrukciu, prijímať spätnú väzbu a funkčne komunikovať v priebehu pohybovej činnosti (Kováčová, Magová, 2025). Komunikačný limit pritom nemusí priamo determinovať úroveň pohybovej kompetencie, ale môže významne ovplyvňovať podmienky, za ktorých si žiak danú kompetenciu osvojuje a uplatňuje. Z tohto dôvodu môže byť potrebné využívanie vizuálnej podpory, gest, názorného predvedenia, jednoduchých a konzistentných pokynov alebo iných foriem podpornej a alternatívnej komunikácie. Primeraná forma komunikácie môže uľahčiť porozumenie pohybovej úlohe, podporiť aktívne zapojenie žiaka a vytvoriť podmienky na stabilnejšie osvojovanie a praktické využívanie pohybových kompetencií.

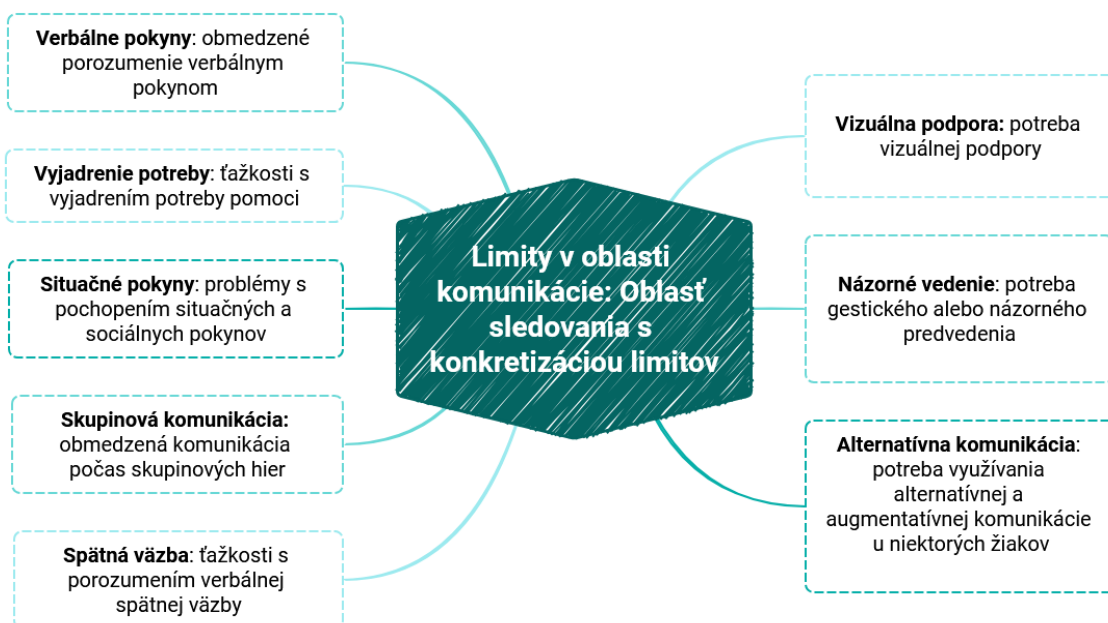


Schéma 3 - Najčastejšie limity v oblasti komunikácie u žiakov s PAS
v kombinácii s mentálnym postihnutím v rámci telesnej a športovej výchovy
Zdroj: vlastné spracovanie

Limity v oblasti senzorického spracovania

Senzorické osobitosti môžu významne ovplyvňovať správanie, reguláciu a participáciu žiaka počas telesnej a športovej výchovy. Problém môže predstavovať nadmerný hluk, dotyk, intenzita pohybu, množstvo súčasne pôsobiacich podnetov alebo špecifické vlastnosti telovýchovného prostredia. Žiak môže na určité podnety reagovať zvýšenou citlivosťou, ich odmietaním alebo naopak ich vyhľadávaním, čo môže ovplyvňovať jeho schopnosť zapojiť sa do konkrétnej pohybovej aktivity. Ako uvádza Gažová (2022, s. 323), dieťa s poruchou

autistického spektra „vzhľadom na poruchy zmyslového vnímania spracováva podnety pomalšie a pomalšie presúva pozornosť na nové podnety“.

V kontexte pohybových kompetencií môžu senzorické osobitosti ovplyvňovať najmä schopnosť orientovať sa v priestore, reagovať na zmyslové podnety súvisiace s pohybovou úlohou a prispôbovať pohyb aktuálnym podmienkam prostredia. Pri nadmernom množstve podnetov môže byť pre žiaka náročnejšie sústrediť pozornosť na podstatné informácie a koordinovať pohyb podľa zadania. Senzorická precitlivosť môže zároveň viesť k vyhýbaniu sa určitým pohybovým činnostiam, náčiniu alebo formám fyzického kontaktu, čím sa môže obmedzovať príležitosť na osvojovanie a upevňovanie pohybových zručností. Naopak, vhodne zvolené a predvídateľné senzorické podmienky môžu vytvárať priaznivejší priestor na učenie sa pohybu a aktívnu participáciu. *Prehľad najčastejších limitov v oblasti senzorického spracovania, ktoré sú špecifické u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím, uvádzame v schematickom spracovaní 4.*

Senzorický limit teda nemusí predstavovať priamu charakteristiku úrovne pohybovej kompetencie, ale môže významne ovplyvňovať podmienky, v ktorých sa pohybová kompetencia rozvíja a uplatňuje. Z pedagogického hľadiska je preto významné sledovať individuálnu senzorickú reaktivitu žiaka a podľa nej upravovať prostredie, intenzitu a množstvo podnetov, spôsob realizácie pohybovej úlohy či mieru fyzického kontaktu. Takáto adaptácia môže podporiť lepšiu reguláciu žiaka, jeho sústredenie na pohybovú úlohu a vytvoriť podmienky na postupné rozvíjanie a funkčné využívanie jeho pohybových kompetencií.

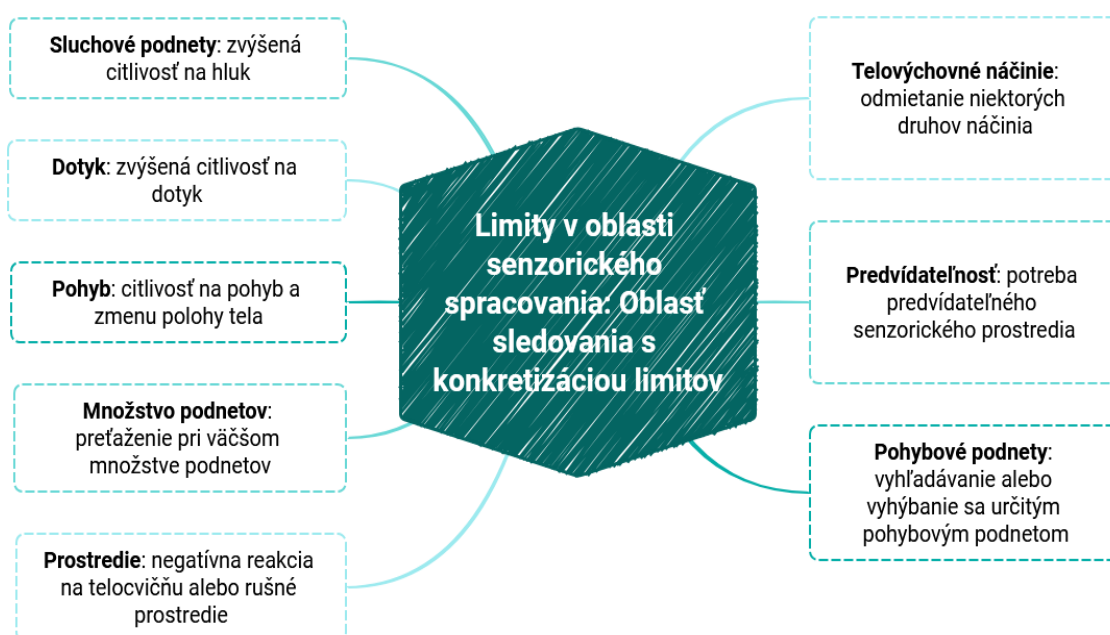


Schéma 4 - Najčastejšie limity v oblasti senzorického spracovania u žiakov s PAS
v kombinácii s mentálnym postihnutím v rámci telesnej a športovej výchovy
Zdroj: vlastné spracovanie

Behaviorálne a regulačné limity

V behaviorálnej oblasti sa môžu objavovať prejavy odmietania činnosti, impulzívne reakcie, stereotypné alebo únikové správanie či ťažkosti s dodržiavaním pravidiel. Náročné správanie

môže byť výraznejšie najmä v situáciách, ktoré sú pre žiaka nepredvídateľné, senzoricky zaťažujúce alebo presahujú jeho aktuálnu úroveň zvládania. V kontexte pohybových kompetencií môžu tieto prejavy ovplyvňovať mieru a kontinuitu zapojenia žiaka do pohybovej činnosti, a tým aj možnosti osvojovania, precvičovania a upevňovania pohybových zručností. Dôležitú úlohu preto zohráva predvídateľnosť, jasná štruktúra činnosti a primeraná podpora pri regulácii správania, ktoré vytvárajú podmienky pre stabilnejšiu participáciu a rozvoj pohybových kompetencií.

Prehľad najčastejších limitov v oblasti behaviorálnych a regulačných limitov, ktoré sú špecifické u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím, uvádzame v schematickom spracovaní 5.

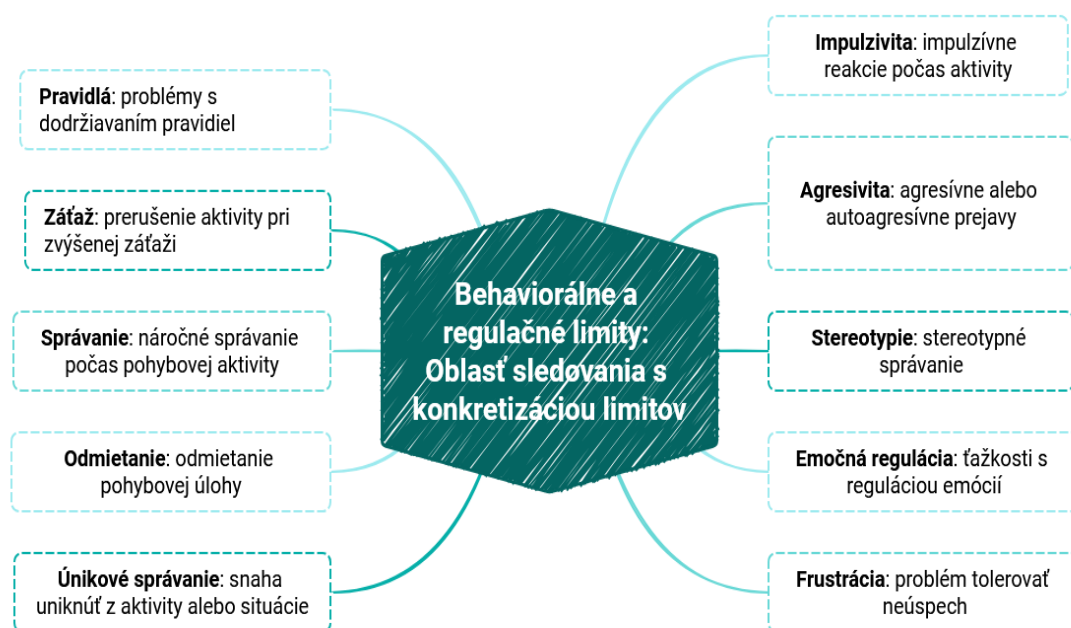


Schéma 5 - Najčastejšie behaviorálne a regulačné limity u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím v rámci telesnej a športovej výchovy
Zdroj: vlastné spracovanie

Limity v oblasti socializácie

Sociálne limity môžu ovplyvňovať schopnosť žiaka spolupracovať s rovesníkmi, striedať sa, rešpektovať pravidlá skupinovej hry a primerane reagovať na spoluhráčov. Ťažkosti sa môžu prejavovať najmä pri kolektívnych a súťaživých aktivitách, ktoré vyžadujú priebežnú sociálnu komunikáciu, zdieľanie priestoru a flexibilnú reakciu na správanie ostatných.

V kontexte pohybových kompetencií môžu sociálne limity ovplyvňovať najmä schopnosť žiaka uplatňovať osvojené pohybové zručnosti v skupinových situáciách, reagovať na spoluhráčov a prispôbiť svoju pohybovú činnosť aktuálnemu priebehu hry. Obmedzené zapojenie do spoločných pohybových aktivít môže zároveň znižovať príležitosti na prirodzené precvičovanie a upevňovanie pohybových kompetencií v sociálnom kontexte. Vhodná podpora učiteľa, jasná štruktúra skupinovej činnosti a postupné zapájanie žiaka do spolupráce s rovesníkmi môžu vytvárať podmienky pre rozvoj sociálnych aj pohybových kompetencií. *Prehľad najčastejších limitov v oblasti socializácie, ktoré sú špecifické u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím, uvádzame v schematickom spracovaní 6.*



Schéma 6 - Najčastejšie limity v oblasti socializácie u žiakov s PAS
v kombinácii s mentálnym postihnutím v rámci telesnej a športovej výchovy
Zdroj: vlastné spracovanie

Emocionálne a psychické limity

V emocionálnej oblasti môže byť problematické zvládanie nových alebo nepredvídateľných situácií, neúspechu a zvýšenej náročnosti pohybovej úlohy. Žiak môže reagovať zvýšenou neistotou, úzkosťou, frustráciou alebo odmietaním činnosti. V kontexte pohybových kompetencií môžu emocionálne a psychické limity ovplyvňovať najmä ochotu žiaka zapojiť sa do pohybovej činnosti, vytrvať pri osvojovaní novej pohybovej zručnosti a opakovane ju precvičovať. Obavy z neúspechu alebo zvýšená frustrácia môžu zároveň obmedzovať možnosti uplatnenia už osvojenej pohybovej kompetencie v náročnejších či menej predvídateľných situáciách. Pozitívna spätná väzba, primerané požiadavky, postupné zvyšovanie náročnosti a predvídateľná štruktúra vyučovania môžu podporovať pocit bezpečia, aktívnu participáciu žiaka a vytvárať priaznivé podmienky na rozvoj a uplatňovanie jeho pohybových kompetencií.

Prehľad najčastejších limitov v oblasti emocionalizácie, ktoré sú špecifické u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím, uvádzame v schematickom spracovaní 7.



Schéma 7 - Najčastejšie limity v oblasti emocionalizácie u žiakov s PAS
v kombinácii s mentálnym postihnutím v rámci telesnej a športovej výchovy
Zdroj: vlastné spracovanie

Limity v oblasti pozornosti a regulácie

Ťažkosti v oblasti pozornosti sa môžu prejavovať kratším udržaním pozornosti, ľahkým rozptýlením alebo potrebou opakovaného usmerňovania. Žiak môže mať problém sústrediť sa na podstatné informácie, dokončiť pohybovú úlohu alebo plynulo prechádzať medzi jednotlivými aktivitami.

V kontexte pohybových kompetencií môžu tieto limity ovplyvňovať schopnosť žiaka sústrediť sa na jednotlivé fázy pohybovej činnosti, udržať správny postup a dokončiť zadanú úlohu. Nedostatočná regulácia pozornosti môže zároveň sťažovať stabilné precvičovanie a upevňovanie už osvojenej pohybovej zručnosti. Pri organizácii vyučovania môže byť preto potrebné prispôbiť dĺžku jednotlivých činností, tempo práce, rozsah pokynov a zaradiť primerané prestávky, čím možno vytvárať priaznivejšie podmienky pre rozvoj a uplatňovanie pohybových kompetencií. *Prehľad najčastejších limitov v oblasti pozornosti a regulácie, ktoré sú špecifické u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím, uvádzame v schematickom spracovaní 8.*



Schéma 8 - Najčastejšie limity v oblasti pozornosti a regulácie u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím v rámci telesnej a športovej výchovy

Zdroj: vlastné spracovanie

Limity v oblasti samostatnosti a potrebe podpory

Miera samostatnosti žiaka môže byť v jednotlivých pohybových činnostiach rozdielna. Niektoré úlohy môže zvládnuť samostatne, zatiaľ čo pri náročnejších aktivitách môže potrebovať verbálne usmernenie, názorné vedenie alebo asistenciu.

V kontexte pohybových kompetencií je dôležité sledovať nielen to, či žiak pohybovú úlohu vykoná, ale aj akú mieru podpory pri jej zvládnutí potrebuje a do akej miery dokáže osvojenú zručnosť využívať samostatne. Potreba podpory pritom môže ovplyvňovať spôsob osvojovania, precvičovania a postupného upevňovania pohybových kompetencií. Primerané poskytovanie podpory, jej postupné znižovanie a vytváranie príležitostí na samostatnú realizáciu pohybových úloh môžu prispievať k rozvoju funkčnej samostatnosti a k postupnému uplatňovaniu pohybových kompetencií bez priamej asistencie. *Prehľad najčastejších limitov v oblasti samostatnosti a potrebe podpory, ktoré sú špecifické u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím, uvádzame v schematickom spracovaní 9.*

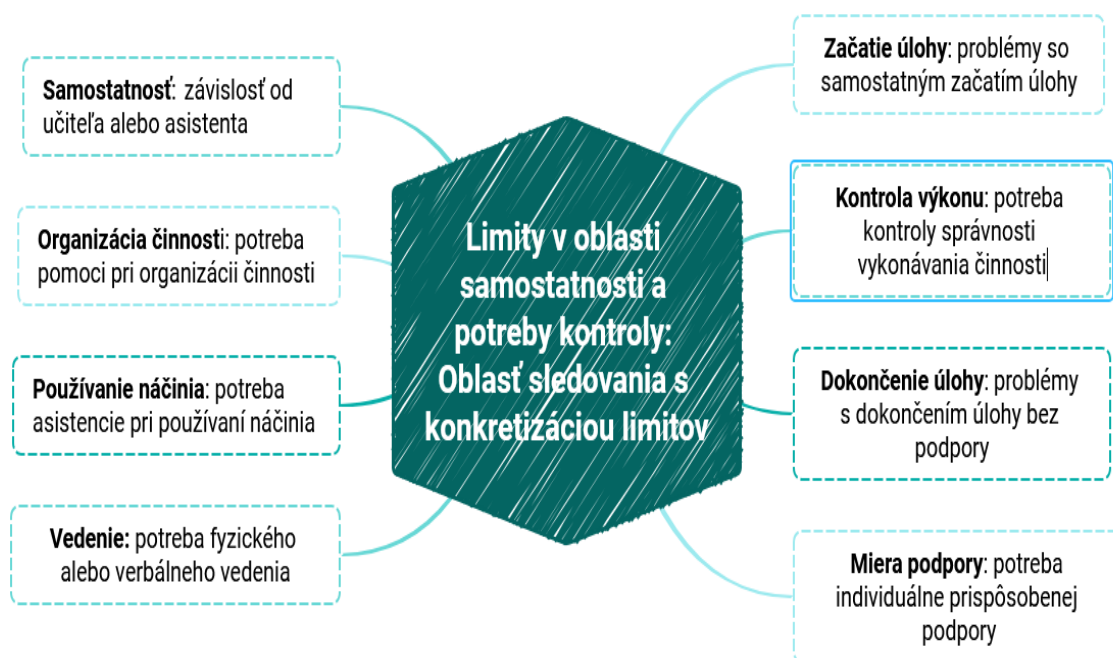


Schéma 9 - Najčastejšie limity v oblasti samostatnosti a potreby podpory u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím v rámci telesnej a športovej výchovy

Zdroj: vlastné spracovanie

Limity vyplývajúce z prostredia a organizácie telesnej a športovej výchovy

Výkon a participáciu žiaka neovplyvňujú iba jeho individuálne charakteristiky, ale aj podmienky, v ktorých telesná a športová výchova prebieha. Bariéru môže predstavovať napríklad nadmerný hluk, veľký počet žiakov, rýchle tempo, nepredvídateľná organizácia hodiny alebo nedostatok vizuálnej podpory. Prispôbenie prostredia, organizácie, pomôcok a náročnosti pohybových úloh môže významne podporiť aktívne zapojenie žiaka.

Oblasť sledovania	Prejavy/limity
Individualizácia	nedostatočná individualizácia pohybových úloh
Pravidlá	príliš zložité pravidlá
Tempo	príliš rýchle tempo vyučovania
Počet žiakov	veľký počet žiakov v skupine
Hluk	nadmerný hluk v telocvični
Organizácia hodiny	nepredvídateľná organizácia hodiny
Vizuálna podpora	nedostatok vizuálnej podpory
Čas	nedostatok času na nácvik
Výber aktivity	nevhodne zvolená pohybová aktivita
Pedagogická podpora	nedostatočná pripravenosť pedagogického pracovníka
Prostredie	nedostatočné prispôbenie prostredia
Pomôcky	nedostupnosť vhodných špecifických pomôcok alebo programov

Tabuľka 2 - Najčastejšie limity vyplývajúce z prostredia a organizácie u žiakov s PAS v kombinácii s mentálnym postihnutím v rámci telesnej a športovej výchovy

Zdroj: vlastné spracovanie

Záver

Z uvedených teoretických východísk vyplýva, že problematiku pohybovej aktivity a športovej participácie žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím nemožno redukovať iba na úroveň ich pohybového výkonu alebo schopnosti zapojiť sa do konkrétnej pohybovej činnosti. Aktuálne zahraničné poznatky poukazujú na nižšiu mieru zapojenia do pravidelnej pohybovej aktivity a organizovaného športu u mladých ľudí s PAS a/alebo mentálnym postihnutím, pričom osobitnú pozornosť si vyžaduje skupina s kombináciou oboch charakteristík (Lidstone, 2026). Významným zistením je zároveň skutočnosť, že participáciu neovplyvňujú iba individuálne charakteristiky jednotlivca, ale aj podmienky, v ktorých sa pohybová aktivita realizuje. Významným východiskom je zároveň skutočnosť, že žiaci s poruchou autistického spektra a mentálnym postihnutím nepredstavujú homogénnu skupinu. Miera a charakter ich zapojenia do pohybových aktivít sa môžu odlišovať v závislosti od individuálnych potrieb, úrovne pohybových kompetencií, spôsobu spracovania podnetov, komunikačných možností, schopnosti regulácie správania, miery samostatnosti a dostupnosti primeranej podpory. Výskum Taylor et al. (2024) zároveň poukazuje na to, že vzťah medzi motorickou kompetenciou a úrovňou pohybovej aktivity nemusí byť jednoznačný, čo podporuje potrebu vnímať pohybové kompetencie a samotnú participáciu v širšom kontexte.

Z tohto pohľadu nemožno jednotlivé limity chápať ako univerzálne charakteristiky celej populácie, ale ako individuálne sa prejavujúce determinanty, ktorých význam je potrebné posudzovať v konkrétnom edukačnom a pohybovom kontexte. Limit pritom nemusí predstavovať priamu charakteristiku úrovne pohybovej kompetencie, ale môže významne ovplyvňovať podmienky, v ktorých sa pohybová kompetencia rozvíja a uplatňuje. Identifikácia a systematizácia jednotlivých oblastí limitov preto predstavuje významné teoretické východisko pre individualizáciu, diferenciaciu a adaptáciu telesnej a športovej výchovy.

Takto chápaná paradigma limitov vytvára priestor na posun od vnímania limitu ako pevne stanovenej prekážky k jeho chápaniu ako dynamického javu, ktorého prejav môže byť ovplyvnený charakterom pohybovej úlohy, spôsobom pedagogického vedenia, úpravou prostredia a mierou poskytovanej podpory. Cieľom preto nie je iba identifikovať, čo môže žiaka s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím v pohybovej činnosti limitovať, ale predovšetkým porozumieť podmienkam, za ktorých môže svoju pohybovú kompetenciu rozvíjať, uplatňovať a postupne využívať v širších kontextoch.

*Tento článok odporúčal na publikovanie vo vedeckom časopise Mladá veda:
doc. Mgr. Zuzana Fábry Lucká, PhD.*

Príspevok bol vydaný s podporou projektu KEGA 007KU-4/2024.

Použitá literatúra

1. OSTATNÍKOVÁ, D. 2022. *Autizmus od A po S*. Bratislava: Ikar. ISBN 978-80-551-8129-5.
2. FÁBRY LUCKÁ, Z. 2021. *Psychomotorická terapia v detskom veku*. Bratislava (Slovensko) : Univerzita Komenského v Bratislave, 2021. 103 s. ISBN 978-80-223-5202-4.
3. BOUCHER, T. Q., MCINTYRE, C. L., & IAROCCI, G. 2022. Facilitators and Barriers to Physical Activity Involvement as Described by Autistic Youth with Mild Intellectual Disability. *Advances in Neurodevelopmental Disorders*, 6, 1–13. <https://doi.org/10.1007/s41252-022-00310-5>.
4. KRŠKA, P.; KOVÁČOVÁ, B.; HUBINÁK, A. 2026. Limitations of Proprioception in a Child with a Sensory-Based Motor Disorder = Obmedzenia v oblasti propriocepcie u dieťaťa so senzoricky podmienenou motorickou poruchou. In: *Disputationes scientificae : Universitatis Catholicae in Ružomberok*. Ružomberok: Katolícka univerzita v Ružomberku. VERBUM - vydavateľstvo KU. ISSN 1335-9185. Roč. 26, č. 2 (2026), s. 18-28.
5. FÁBRY LUCKÁ, Z. 2018. Pohyb ako súčasť budovania vlastného "ja" = Movement as the part of the building of the autonomous "self". In: *Expresivita vo výchove 2*. vedecký zborník monotematicky orientovaný na fenomén expresivity. Banská Bystrica : Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici, 2018. ISBN 978-80-557-1506-3, s. 107-115.
6. GAŽOVÁ, E. 2022. Športovanie detí s poruchami autistického spektra. In: OSTATNÍKOVÁ, D. *Autizmus od A po S*. Bratislava: Ikar. 2022. S. 320 -339. ISBN 978-80-551-8129-5.
7. KOVÁČOVÁ, B.; MAGOVÁ, M. 2025. Programovaný pohybový tréning v prospech jednotlivcov s dyspraxiou = Programmed strength training for the benefit of individuals with dyspraxia. In: *Pohyb v špeciálnej a liečebnej výchove*. Ružomberok: Katolícka univerzita v Ružomberku. VERBUM - vydavateľstvo KU, 2025. s. 42-53. ISBN 978-80-561-1221-2.
8. LIDSTONE, D. E. 2026. Disparities in Physical Activity and Sport Participation Among Transition-Age Youth With Autism and Intellectual Disability. In: *Autism Research* 19, no. 6: e70277. <https://doi.org/10.1002/aur.70277>.
9. TAYLOR, S. L., DOWNS, S. J.; RUDD, J. R.; MCGRANE, B.; MELVILLE, C. A.; MCGARTY, A. M.; BODDY, L. M.; FOWEATHER, L. 2024. Associations between motor competence and physical activity levels of children with intellectual disabilities and/or autism spectrum disorder: Movement matters. In: *Journal of Intellectual Disabilities*, 2024 Dec;28(4):976-993. doi: 10.1177/17446295231203764.
10. MAGOVÁ, M. 2024. *Metodický materiál zameraný na vyučovanie telesnej a športovej výchovy v špeciálnej základnej škole*. Nepublikovaný materiál.
11. MAGOVÁ, M. 2025. *Metodický materiál zameraný na vyučovanie telesnej a športovej výchovy v špeciálnej základnej škole*. Aktualizovaný nepublikovaný materiál.

Mladá veda

Young Science

ISSN 1339-3189