

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.

IMPLEMENTÁCIA A ANALÝZA VYUČOVACÍCH METÓD A FORIEM V PREDMETE TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA U ŽIAKOV S PORUCHOU AUTISTICKÉHO SPEKTRA

IMPLEMENTATION AND ANALYSIS OF TEACHING METHODS AND FORMS IN THE
PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS COURSE FOR STUDENTS WITH AUTISM
SPECTRUM DISORDER

Martina Magová¹, Miriam Kavecká²

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. Miriam Kavecká pôsobí ako pedagogička v triede pre žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím. Odborne sa profiluje na rozvíjanie pohybových zručností u detí a žiakov s poruchou autistického spektra.

Martina Magová 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. Miriam Kavecká works as a teacher in a classroom for students with autism spectrum disorder and intellectual disabilities. Her professional focus is on developing motor skills in children and students with autism spectrum disorder.

Abstract

This paper examines the implementation and analysis of appropriate methods and approaches in physical education and sports classes for students with autism spectrum disorder in special

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

² Adresa pracoviska: Mgr. Miriam Kavecká, Spojená škola, Malé Tatry 3, 034 01 Ružomberok
E-mail: miriamkavecka93@gmail.com

elementary schools. The paper focuses on areas that need to be developed in students with autism spectrum disorder to support their physical and mental development. We focus primarily on the specific characteristics of physical education and sports instruction for students with autism combined with intellectual disabilities, in the context of their motor and sensory dysfunctions.

Key words: physical education, autism spectrum disorder, motor skills, sensory dysfunction

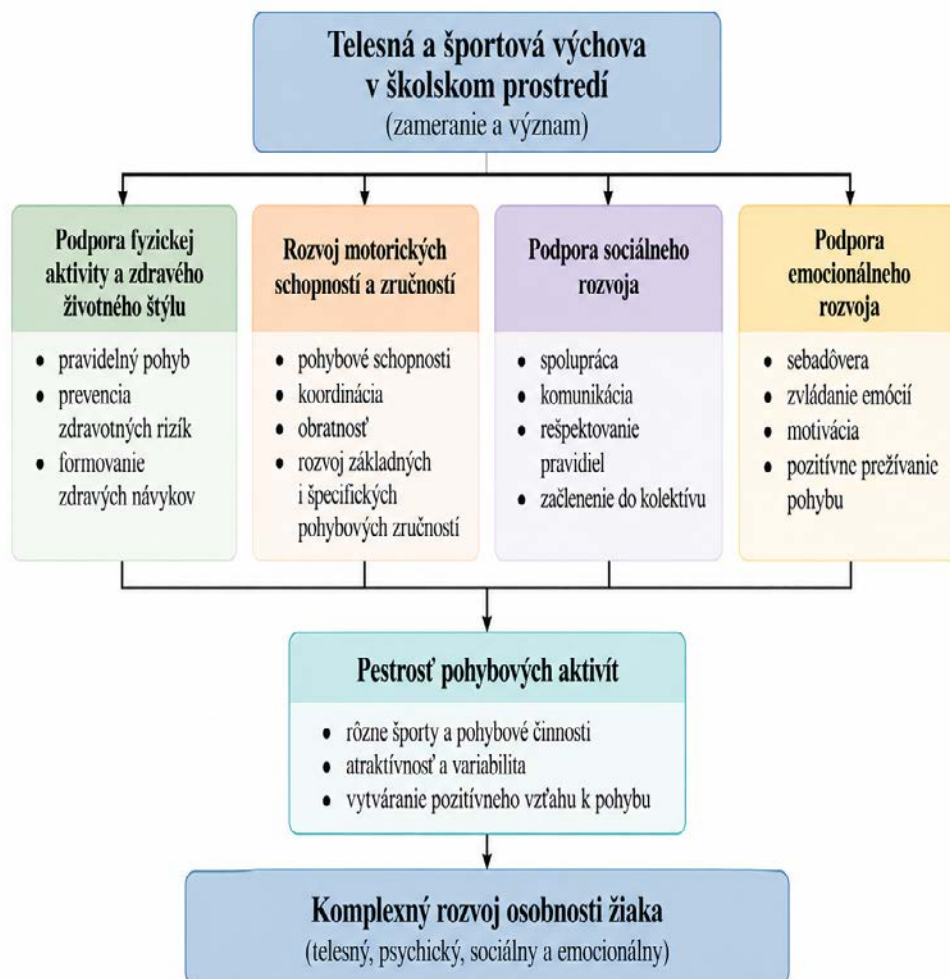
Abstrakt

Predkladaný príspevok sa zaoberá implementáciou a analýzou vhodných metód a foriem v predmete telesná a športová výchova u žiakov s poruchou autistického spektra v špeciálnych základných školách. Príspevok sa zaoberá na oblasti, ktoré je potrebné rozvíjať u žiakov s poruchou autistického spektra v rámci podpory ich fyzického a psychického vývinu. Primárne sa zameriavame na špecifiká predmetu telesná a športová výchova u žiakov s autizmom v kombinácii s mentálnym postihnutím v kontexte ich motorických a senzorických dysfunkcií.

Kľúčové slová: telesná a športová výchova, porucha autistického spektra, motorické zručnosti, senzorické dysfunkcie

Úvod

Podstata telesnej a športovej výchovy spočíva v komplexnom a integrovanom prístupe k vzdelávaniu žiakov prostredníctvom fyzickej aktivity, športu a teoretických poznatkov o pohybe a zdraví (Grenier, 2017). Telesná a športová výchova zahŕňa nielen učenie sa základných športových disciplín a hier, ale zameriava sa aj na širšie ciele. Zameranie a význam implementácie telesnej a športovej výchovy v školskom prostredí možno vnímať z viacerých hľadísk. K jej hlavným úlohám patrí podpora pravidelnej fyzickej aktivity a zdravého životného štýlu, rozvoj motorických schopností a pohybových zručností, ako aj podpora sociálneho a emocionálneho rozvoja žiakov. Významnou súčasťou je tiež vytváranie pestrej ponuky pohybových aktivít, ktoré prispievajú ku komplexnému rozvoju osobnosti žiaka a k vytváraniu pozitívneho vzťahu k pohybu a aktívnemu spôsobu života (Fialová, 2010).



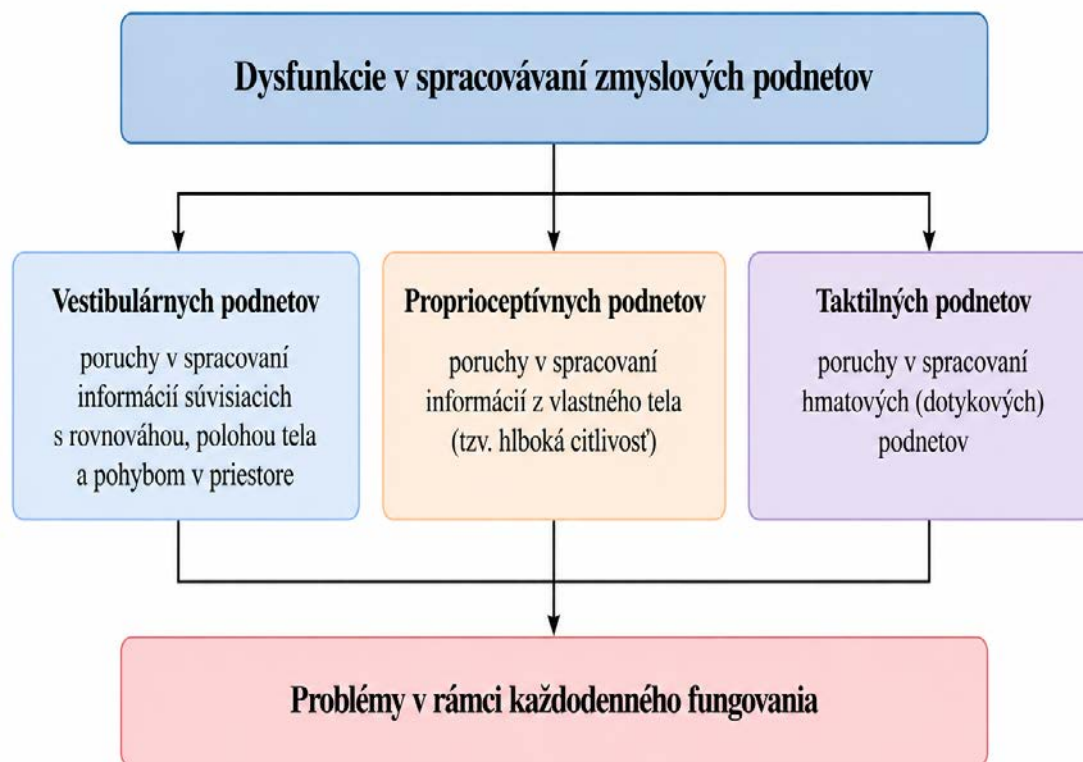
Obr. 1 - Zameranie a význam implementácie telesnej a športovej výchovy v školskom prostredí
Zdroj: Fialová, 2010

Význam predmetu telesná a športová výchova

Hlavným cieľom telesnej a športovej výchovy na školách je podporovať aktivitu žiakov a ich zdravý životný štýl. Tento predmet poskytuje možnosti pre prax a učí žiakov o význame pohybu pre ich celkové zdravie a pohodu (Kohl, Cook, 2013). Telesná a športová výchova rovnako pomáha rozvíjať a zdokonaľovať motorické schopnosti a zručnosti žiakov. Tieto zručnosti sú potrebné pre správne vykonávanie rôznych športových aktivít a zlepšujú koordináciu a pohybovú kontrolu. V oblasti sociálneho a emocionálneho rozvoja poskytuje uvedený predmet priestor na učenie sa spolupráci, komunikácii, tímovej práci a zaciľuje sa na riešenie konfliktov v kolektívnych športoch (Dvořáková, 2012). Buková (2016) ďalej uvádza, že žiakom taktiež pomáha porozumieť hodnotám fair play, disciplíny a rešpektu. Výchova žiakov v danej oblasti poskytuje implementáciu širokého spektra aktivít, prostredníctvom ktorých môžu žiaci objavovať a skúšať rôzne hry a športy a môžu nájsť tie, ktoré im najlepšie vyhovujú a prinášajú radosť.

Žiaci s poruchou autistického spektra môžu často zlyhávať v predmete telesná a športová výchova, nakoľko majú problémy v oblasti motoriky a motorického učenia. Niektoré ťažkosti v oblasti motoriky majú východisko v dysfunkciách senzorického spracovania. Ide o dysfunkcie v spracovávaní zmyslových podnetov, ktoré následne vyúsťia

do problémov v rámci každodenného fungovania (sú to najmä poruchy v oblasti spracovania vestibulárnych, proprioceptívnych a taktilných podnetov) (porov. Ayres, 2005; Bundy, Lane 2020, Fábry Lucká, 2021).



Obr. 2 - Najčastejšie dysfunkcie v rámci spracovania zmyslových podnetov v kontexte telesnej a športovej výchovy u žiakov s poruchou autistického spektra
Zdroj: Magová, Kavecká, 2025

V súvislosti s poruchou autistického spektra možno predpokladať zníženú úroveň fyzickej aktivity žiakov. U týchto žiakov sa môžu vyskytovať ťažkosti v oblasti rovnováhy, stability posturálneho držania tela a flexibility kĺbov, čo môže negatívne ovplyvňovať ich celkovú pohybovú výkonnosť. U žiakov s poruchou autistického spektra to má často za následok disharmonický fyzický vývin a nízku úroveň fyzickej zdatnosti (Zhao a Chen, 2018). Znížená fyzická aktivita má v ďalšom vývine vplyv na zvýšený výskyt kardiovaskulárnych ochorení, obezity a inzulínovej rezistencie, ktoré sú dôsledkom sedavého spôsobu života. Žiaci s poruchou autistického spektra reprezentujú osobitnú rizikovú skupinu, v ktorej môže byť optimálne využívaná fyzická aktivita účinným nástrojom na predchádzanie niektorých zdravotných problémov (Bodnar, Pavlova, Khamade, 2020). Využívaním vhodných metód v rámci telesnej a športovej výchovy v prostredí špeciálnej základnej školy môžeme účinným spôsobom znížiť menované riziká a zároveň zvýšiť úroveň fyzickej zdatnosti, ako aj pozitívne ovplyvniť psychický, kognitívny a emocionálny vývin žiaka s poruchou autistického spektra. V súčasnej dobe je už všeobecne známe, že pohybové aktivity majú pozitívny vplyv na ukazovatele fyzického a duševného stavu, ako aj na kondíciu a zdatnosť žiakov. Primerane zvolené a realizované pohybové aktivity môžu pozitívne ovplyvňovať zdravie, intelektové schopnosti, behaviorálne a sociálne zručnosti žiakov s poruchou autistického spektra. Početné metaanalýzy a štúdie poskytli dôkazy, že vhodné cvičenia pôsobia na zlepšenie stavu svalov,

vytrvalosti a kardiovaskulárneho systému, ďalej zvyšujú fyzickú silu a flexibilitu žiakov s poruchou autistického spektra (Wong a kol., 2015; Zeng a kol., 2017; Bodnar, Pavlova, Khamade, 2020). Z výsledkov štúdií vyplýva, že pohybová aktivita môže pozitívne ovplyvňovať zvládanie náročného správania u žiakov s poruchou autistického spektra, najmä z hľadiska znižovania agresívneho a deštruktívneho správania. Medzi ďalšie oblasti patrí rozvoj motorických zručností, sily a vytrvalosti, pričom vhodne zvolená stimulácia môže zároveň prispievať k redukcii rušivého a stereotypného správania. Autori Bodnar, Pavlova, Khamade (2020) a Zhao a Chen (2018) poukazujú na význam vhodne zvolenej pohybovej aktivity pri podpore psychického a fyzického vývinu žiakov s poruchou autistického spektra, ako aj pri rozvoji ich sociálnych zručností. Významnými aktivitami v rámci rozvoja kondície a motorických zručností u žiakov s poruchou autistického spektra je beh, plávanie, gymnastické cvičenia a skateboarding. Tyler, MacDonald, Menear (2014) poukazujú na význam skupinového tréningu a komplexnú koordináciu pohybov pri skupinovom tanci. Z výsledkov štúdií je ešte potrebné zmieniť, že intenzívna fyzická aktivita priniesla významnejšie účinky ako tréningové programy s nízkou úrovňou fyzickej aktivity. Implementácia individuálnych a skupinových foriem fyzickej aktivity je náročnou úlohou pre každého špeciálneho pedagóga, avšak výsledky a pozitívne účinky sú obrovským prínosom pre žiaka s poruchou autistického spektra. Štúdie autorov priniesli dôkazy o tom, že fyzická aktivita zlepšuje maladaptívne správanie, komunikačné schopnosti, sebaovládanie a zapojenie do vzdelávania (Memari a kol., 2015).

Metódy a formy využívanie v predmete telesná a športová výchova u žiakov s poruchou autistického spektra

Obsah a forma vzdelávania v predmete telesná a športová výchova u žiakov s poruchou autistického spektra vychádza z potrieb a individuálnych špecifik každého žiaka. V rámci vyučovania telesnej a športovej výchovy sa uplatňujú najmä nasledujúce prístupy: individualizácia, podpora senzorického spracovania, vizualizácia, podpora komunikácie, štruktúra a predvídateľnosť, vhodné prostredie, primerané rozvíjanie motorických zručností, spolupráca s terapeutmi a inými odborníkmi (Grenier, 2017). Športové aktivity pre žiakov s poruchou autistického spektra v rámci hodín telesnej a športovej výchovy v špeciálnej základnej škole zahŕňajú individuálne prispôbené aktivity, v rámci ktorých sa využívajú metódy, ktoré pomáhajú týmto žiakom rozvíjať motorické zručnosti, senzorické vnímanie a sociálne interakcie (Schwager, 2012). Keďže každý žiak s poruchou autistického spektra disponuje individuálnymi potrebami a schopnosťami, je nevyhnutné prispôbiť vyučovací proces jeho špecifickým požiadavkám. Takýto individuálny prístup umožňuje poskytovať primeranú podporu a vytvárať vhodné podmienky na rozvoj fyzickej aktivity, motorických a koordinačných schopností, ako aj na komplexný rozvoj osobnosti žiaka.

Na základe analýzy foriem realizácie telesnej a športovej výchovy u žiakov s poruchou autistického spektra možno pohybové aktivity v základnom členení rozdeliť na individuálne a skupinové (Memari a kol., 2015). V rámci vyučovania telesnej a športovej výchovy v špeciálnych základných školách možno využívať rôzne metódy zamerané na rozvoj fyzickej zdatnosti, motorických schopností, sociálnej interakcie, komunikácie a správania žiakov s poruchou autistického spektra. Základom implementácie metód je spôsob, akým sú

realizované s ohľadom na žiaka v kontexte jeho individuálnych potrieb. Aktivitu realizované v špeciálnych základných školách budú vo väčšej miere individualizované a zároveň budú charakteristické jasne definovanou štruktúrou, pravidlami a cieľmi, ktoré zohľadňujú zámery individualizovaného vzdelávacieho plánu.

Jednou z vhodných vyučovacích metód využívaných v telesnej a športovej výchove u žiakov s poruchou autistického spektra je **metóda analýzy úloh**. Metóda analýzy úloh je založená na rozčlenení komplexnej pohybovej činnosti na menšie, jednoduchšie a na seba nadväzujúce kroky, ktoré si žiak postupne osvojuje až do zvládnutia celej pohybovej aktivity. Pri jej aplikácii je potrebné zohľadňovať individuálne schopnosti žiaka, náročnosť zadanej úlohy a podmienky, v ktorých je pohybová činnosť realizovaná. Špeciálny pedagóg skúma interakciu troch základných faktorov: žiaka, prostredia a úlohy. Na získanie optimálneho porozumenia by mal špeciálny pedagóg posúdiť spôsob komunikácie žiaka a venovať dostatočný čas spoločnej interakcii a vzájomnému poznaniu (Winnick, Potter, 2016). Na začiatku je potrebné implementovať jednoduché úlohy, ktorým žiak rozumie a je schopný ich realizovať. Následne môže špeciálny pedagóg prejsť na náročnejšie úlohy. Rovnako je potrebné pochopiť a analyzovať faktory, ktoré u žiaka limitujú alebo zvyšujú jeho výkon (Blocka, 2016). V rámci telesnej a športovej výchovy je možné u žiakov s poruchou autistického spektra v kombinácii s mentálnym postihnutím využívať viaceré metódy, ktoré zohľadňujú ich individuálne potreby, schopnosti a špecifiká v oblasti učenia. Jednou z nich je **metóda postupných krokov**. Vychádza zo skutočnosti, že pohybová aktivita, ktorú si má žiak osvojiť, môže byť vzhľadom na jej komplexnosť a náročnosť príliš zložitá. Z tohto dôvodu je vhodné rozdeliť ju na menšie, na seba nadväzujúce časti alebo kroky. Žiak si tak najskôr osvojuje jednotlivé časti pohybovej aktivity a následne ich spája do komplexného pohybového výkonu. Tempo osvojovania jednotlivých krokov môže byť u každého žiaka odlišné. Pri niektorých žiakoch s poruchou autistického spektra môže pedagóg niekedy očakávať rýchlejšie nadobudnutie určitej schopnosti alebo porozumenie inštrukcie v rámci nácviku pohybových aktivít. Takéto očakávanie však nemusí byť opodstatnené, pretože žiak môže mať oslabené schopnosti potrebné na osvojenie konkrétnej zručnosti alebo zvládnutie danej situácie. Môže ísť napríklad o oblasť motorického plánovania, regulačných mechanizmov alebo exekutívnych funkcií. V rámci telesnej a športovej výchovy možno využiť aj **metódu náznakov a vedenia**. Jej cieľom je poskytnúť žiakovi primeranú podporu tak, aby mohol úspešne dokončiť pohybovú činnosť alebo si osvojiť konkrétnu pohybovú zručnosť. Dôležité je, aby pedagóg poskytoval pomoc v primeranej miere a nenechával žiaka v situácii, v ktorej si nevie poradiť. Adekvátne vedenie môže zároveň prispieť k predchádzaniu problémovému správaniu alebo odmietaniu pohybovej činnosti. Pri kolektívnych športových aktivitách je možné aplikovať **metódu vytvárania pravidiel**, ktorá žiakovi s poruchou autistického spektra uľahčuje orientáciu a porozumenie jednotlivým situáciám. Žiak s poruchou autistického spektra potrebuje mať pravidlá stanovené jasne, jednoznačne a zrozumiteľne. Pravidlá by mali byť zároveň logické a primerané jeho schopnostiam, aby im žiak dokázal porozumieť a následne ich uplatniť v konkrétnej pohybovej situácii. Významné postavenie má aj **metóda demonštrácie**, ktorá spočíva v predvedení pohybovej činnosti učiteľom s následným očakávaním, že ju žiak napodobní a vykoná. Ak sa žiak na predvádzanú činnosť dostatočne nesústredí, je možné demonštráciu

viackrát zopakovať. V priebehu demonštrácie sa od žiaka primárne očakáva pozorovanie predvádzanej činnosti. Ak žiak ani po opakovanom predvedení na činnosť nereaguje alebo ju nedokáže vykonať, je možné na podporu úspešného nácviku využiť metódu náznakov a vedenia. **Metóda povzbudzovania** prispieva k aktivizácii žiaka a k posilňovaniu jeho pozitívnych reakcií počas telesnej a športovej výchovy. Pod povzbudením možno rozumieť rôzne formy podpory zo strany učiteľa, ktoré žiakovi pomáhajú zvládnuť zadanú pohybovú úlohu. Môže ísť o povzbudenie verbálne, neverbálne, fyzické alebo materiálne. Pri využívaní tejto metódy je významné poznanie konkrétneho žiaka a jeho individuálnych potrieb. Pedagóg by mal vedieť posúdiť, ktorá forma povzbudenia je pre daného žiaka najvhodnejšia a ktorá môže podporiť jeho aktivizáciu a zapojenie do pohybovej činnosti. Pri **metóde inštrukcie** poskytujeme žiakovi pomoc prostredníctvom rôznych signálov, ktoré ho usmerňujú pri plnení zadanej pohybovej úlohy. Môže ísť o signály verbálne, neverbálne alebo vizualizované. Inštrukcie by mali byť jasné, stručné a zrozumiteľné a mali by žiakovi poskytovať konkrétnu informáciu o tom, čo má v rámci pohybovej aktivity vykonať. Ich intenzita a forma by mali vždy zodpovedať individuálnym schopnostiam a potrebám žiaka. **Metódu vysvetľovania** je možné využívať najmä u žiakov, ktorí dostatočne rozumejú hovorenej reči, čo môže jej uplatnenie u niektorých žiakov s poruchou autistického spektra významne obmedzovať. Pri jej aplikácii je preto potrebné používať jednoduché a zrozumiteľné slová alebo krátke vety, ktorým žiak rozumie a dokáže ich následne prakticky uplatniť. Verbálnu inštrukciu je vhodné podľa potreby doplniť vizuálnou podporou. Tá môže mať podobu farebného značenia, obrázkov, symbolov. Vizuálna podpora tak môže žiakovi uľahčiť porozumenie zadanej pohybovej úlohy a podporiť jeho samostatnosť pri jej vykonávaní (Magová, 2024; porov. Čadilová, Žampachová, 2008; Adamus, Vančová, Löfflerová, 2017; Schopler, Reicher, Lansing, 2011). Výber vhodnej metódy v rámci vyučovania telesnej a športovej výchovy musí zohľadňovať možnosti, schopnosti, zručnosti a potreby žiakov s poruchou autistického spektra. Pri voľbe optimálnej metódy je potrebné zvážiť, aká je zadaná úloha náročná, či je primeraná schopnostiam a veku žiaka, či je funkčná z hľadiska výchovy a vzdelávania. Ďalej sa zameriavame na to, či spĺňa ciele a zámery individualizovaného vzdelávacieho programu, či môže pomôcť k zlepšeniu fyzickej úrovne a zdatnosti z dlhodobého hľadiska, či ju je možné implementovať z hľadiska podmienok špeciálnej školy. Posledným dôležitým hľadiskom pri výbere vhodnej vyučovacej metódy je prostredie. Špeciálny pedagóg musí mať na pamäti, že žiaci s poruchou autistického spektra môžu byť hypersenzitívni na viacnásobné podnety, preto by im mal poskytnúť prostredie so zníženým množstvom podnetov a mal by sa zamerať v určitom čase iba na jednu úlohu (Winnick, Potter, 2016). Pri výbere pohybových aktivít pre žiakov s poruchou autistického spektra je potrebné zohľadniť aj funkčnú hodnotu jednotlivých činností. Aktivity s vyššou pravdepodobnosťou úspešného zvládnutia žiakmi s poruchou autistického spektra majú spravidla individuálny charakter, pričom medzi ne možno zaradiť napríklad beh, plávanie alebo gymnastické cvičenia. Napriek tomu nie je vhodné predpokladať, že obmedzenia v oblasti sociálnych zručností automaticky vylučujú žiakov s poruchou autistického spektra z účasti na kolektívnych športových aktivitách. Lima (2023) podporuje význam kolektívnych športov a skupinových tréningov ako funkčnej metódy fyzickej zdatnosti u žiakov s poruchou autistického spektra. Kolektívne športy u žiakov s poruchou autistického spektra si však môžu vyžadovať viac úprav na zvýšenie ich úspechu.

Všetkým žiakom by mala byť umožnená možnosť oboznámiť sa s rôznymi dostupnými aktivitami v rámci telesnej a športovej výchovy. Pri výbere aktivít je potrebné vždy brať do úvahy primeranosť veku a vývinovú úroveň. Rovnako je potrebné poznať a akceptovať záujmy žiaka. Zohľadňovanie uvedených faktorov prispieva k výberu vhodných aktivít, ktoré podporujú lepšie fungovanie žiaka s poruchou autistického spektra v rámci kolektívu (Green a kol., 2009).

Ďalšou formou fyzických aktivít, ktoré môžu byť výrazne prospešné pre žiakov s poruchou autistického spektra sú senzomotorické aktivity. Tieto aktivity sú orientované na stimuláciu zmyslov so zameraním na hmatovú stimuláciu, kinestetické uvedomenie, zrakovo-motorickú koordináciu a sluchové spracovávanie. Príklady kinestetických aktivít zahŕňajú plazenie sa cez tunel, skákanie na trampolíne, kotúľanie sa po šikmej podložke alebo skákanie cez lano. Hmatová stimulácia môže byť posilnená tým, že žiak s poruchou autistického spektra interaguje s predmetmi, ako sú lopty rôznych tvarov, veľkostí a textúr. Sluchové spracovávanie možno podporiť využívaním piesní a hudby, ktoré poskytujú žiakovi podnety a usmernenie pri realizácii pohybových činností. Rozvoj vizuálno-motorickej koordinácie môže špeciálny pedagóg podporovať prostredníctvom pohybových hier vyžadujúcich vizuálne sledovanie priebehu činnosti, ako sú napríklad futbal alebo florbal (Shahrbanian a kol., 2023).

Záver

Vyučovanie telesnej a športovej výchovy u žiakov s poruchou autistického spektra v špeciálnych základných školách si vyžaduje individualizovaný prístup. Títo žiaci majú deficit v rámci komunikačných zručností, motorických zručností, sociálnych interakcií a vyskytuje sa u nich stereotypné správanie, čo ovplyvňuje ich schopnosť zapojiť sa do športových aktivít a kolektívnych športov. Preto je potrebné vytvoriť im bezpečné a predvídateľné prostredie, kde sa minimalizujú neočakávané podnety, aby sa u nich znížila úzkosť a stres. Dôležitou súčasťou vyučovania je dôsledná vizualizácia a štrukturalizácia hodiny. Pedagógovia musia často využívať obrázkové plány, gestá a jasné pokyny, aby žiakom pomohli pri osvojovaní si nových motorických zručností, respektíve pri osvojovaní si pravidiel v kolektívnych športoch. Významnú úlohu zohráva aj opakovanie a rutina, keďže žiaci s poruchou autistického spektra lepšie reagujú na stabilnú štruktúru a predvídateľné situácie. Pri zavádzaní nových pohybových aktivít je potrebné uplatňovať postupný prístup a poskytovať žiakom s poruchou autistického spektra dostatok času na ich osvojenie.

Tento článok odporúča 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. ADAMUS, P., VANČOVÁ, A., LÖFFLEROVÁ, 2017. *Poruchy autistického spektra v kontextu aktuálných interdisciplinárnych poznatkov*. Ostrava : Pedagogická fakulta Ostravskej univerzity, 2017. 168 s. ISBN 978-80-7464-957-8.
2. AYRES, J. 2005. *Sensory integration and the child. Understanding hidden sensory challenges*. 25th. Anniversary Edition. Los Angeles, California : Western Psychological Services. 211 s. ISBN 978-0-87424-437-3.
3. BLOCKA, M. E. 2016. *A Teacher's Guide to Adapted Physical Education: Including Students with Disabilities in Sports and Recreation*. 4. vyd. Baltimore: Brookes Publishing, 448 s. ISBN 978-15-9857-669-0.
4. BUKOVÁ, A. 2015. *Didaktika základnej telesnej výchovy a rekreačného športu*. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, 2015. 92 s. ISBN 978-80-8152-349-6.
5. BUNDY, A. C., LANE, S. J. 2020. *Sensory Integration Theory and Practise*, F. A. DAVIS. 616 s. ISBN 9788083646063.
6. ČADILOVÁ, V. ŽAMPACHOVÁ, Z. 2008. *Strukturované učenie – Vzdelávanie detí s autizmom a jinými vývojovými poruchami*. Praha : Portál. 405 s. ISBN 978- 80-7367-475-5.
7. DVOŘÁKOVÁ, H. 2012. *Školáci v pohybu. Tělesná výchova v praxi*. Praha: Grada, 2012. 144 s. ISBN 978-80-2472-733-1.
8. FÁBRY LUCKÁ, Z. 2021. *Psychomotorická terapia v detskom veku*. Bratislava : Univerzita Komenského v Bratislave, 2021. 103 s. ISBN 978-80-223-5202-4.
9. FIALOVÁ, L. 2010. *Aktuální témata didaktiky. Školní tělesná výchova*. Praha: Karolinum, 2010. 151 s. ISBN 978-80-2461-854-8.
10. GRENIER, M. 2017. *Physical Education for Children with Moderate to Severe Disabilities*. Illinois: Human Kinetics Pub Inc., 2017. 184 s. ISBN 978-14-9254-497-5.
11. KOHL, H. W., COOK, H. D. 2013. *Educating the Student Body. Taking Physical Activity and Physical Education to School*. Washington: National Academy Press, 2013. 503 s. ISBN 978-03-0928-313-7.
12. LIMA, E. J. 2023. *Adapted Physical Education*. Telford: Our Knowledge Publishing, 2023. 60 s. ISBN 978-62-0666-331-7.
13. SCHOPLER, E., REICHLER, R. J., LANSING, M. 2011. *Strategie a metody výuky detí s autizmom a ďalšími vývojovými poruchami*. Praha: Portál. 272 s. ISBN 978-80-7367-898-2.
14. SCHWAGER, S. M. 2012. *Meeting the Physical Education Needs of Children with Autism Spectrum Disorder*. Reston: American Alliance for Health Physical, 2012. 249 s. ISBN 978-08-8314-965-2.
15. WINNICK, J. P., POTTER, D. L. 2016. *Adapted Physical Education and Sport*. 6. vyd. London: Human Kinetic, 2016. 648 s. ISBN 978-14-9251-153-3.
16. BODNAR, I., PAVLOVA, L., KHAMADE, A. 2020. Physical education of children with autism spectrum disorders: a systematic review of structure and effects of interventional programs. In *Physiotherapy Quarterly*, 2020, roč. 28, č. 4, s. 61-70. ISSN 2544-4395.
17. GREEN, D. et al. 2009. Impairment in movement skills of children with autistic spectrum disorders. In *Developmental Medicine & Child Neurology* [online], 2009, roč. 51, č. 4, s. 311-316. DOI: 10.1111/j.1469-8749.2008.03242.x.
18. MAGOVÁ, M., KAVECKÁ, M. 2025. Špecifiká telesnej a športovej výchovy u žiakov s komorbiditou s využitím štruktúrovaného učenia. In: *Studia Scientifica Facultatis Paedagogicae*. Ružomberok: VERBUM. Roč. 24, č. 5. s. 113-120. ISSN 1336-2232. DOI 10.54937/ssf.2025.24.5.113-120.
19. MEMARI, A. H. et al. 2015. Children with Autism Spectrum Disorder and Patterns of Participation in Daily Physical and Play Activities. In *Neurology Research International* [online], 2015, roč. 5, č. 3. DOI: 10.1155/2015/531906.
20. SHAHRBANIAN, S. et al. 2023. Physical activity for children with autism spectrum disorder during COVID-19 pandemic. In *International Journal of Developmental Disabilities* [online], 2023, roč. 69, č. 4, s. 467-471. DOI: 10.1080/20473869.2021.1961205.
21. TYLER, K., MACDONALD M., MENEAR, K. 2014. Physical activity and physical fitness of school-aged children and youth with autism spectrum disorders. In *Autism Research and Treatment* [online], 2014, roč. 31, č. 2. DOI: 10.1155/2014/312163.

22. WONG, C., et al. 2015. Evidence-Based Practices for Children, Youth, and Young Adults with Autism Spectrum Disorder: A Comprehensive Review. In *Journal of Autism and Developmental Disorders* [online], 2015, roč. 45, č. 3, s. 1951-1966. DOI: 10.1007/s10803-014-2351-z.
23. ZENG, N., et al. 2017. Effects of Physical Activity on Motor Skills and Cognitive Development in Early Childhood: A Systematic Review. In *BioMed Research International* [online]. roč. 27, č. 6. DOI: 10.1155/2017/2760716.
24. ZHAO, M., CHEN S. 2018. The Effects of Structured Physical Activity Program on Social Interaction and Communication for Children with Autism. In *Biomed Research International* [online], 2018, roč. 18, č. 2, s. 46. DOI: 10.1155/2018/1825046.
25. MAGOVÁ, M. 2024 . *Metodický materiál zameraný na vyučovanie telesnej a športovej výchovy v špeciálnej základnej škole*. Nepublikovaný materiál.

Mladá veda

Young Science

ISSN 1339-3189