

Omluvenky u tělocvikářky Emmons nefrčí. Dětem pomáhá odbourávat strachy z pohybu

17.11.2024 - Vendula Holková | Česká olympijská

Zkušenosti s učením už nějakou dobu sbírala. „Nejsem vystudovaný učitel, ale asi před šesti lety jsem začala externě učit konverzaci v angličtině,“ líčí Emmons a pokračuje: „Teď se paní ředitelce stalo, že jí odešel tělocvikář a požádala mě, jestli bych to nechtěla vzít. Chvilku jsem přemýšlela, protože je to už větší závazek. Ale pak jsem si řekla, že to nějak zvládnou. První dvě hodiny jsem z toho byla nervózní, ale teď je to super.“

Často se setkává s tím, že děti mají pocit, že na něco nemají. Třeba proto, že nejsou tolik obratné. „Nejsou natolik silné, aby si řekly, že to zvládnou,“ popisuje. Jak tedy k řešení těchto situací přistupuje? „Mluvím s nimi jako s lidmi a na rovinu. Řeknu: ano, máš problém, nejsi tolik obratný, ale to nevadí, já taky nejsem obratná. Tak se podíváme na nějaká cvičení, která ti pomůžou. Nebo jsou jiné způsoby, jak se k tomu dostat. A když budeš chtít, tak to můžeme zkusit,“ vypráví olympionička. „Těší mě, když to posuneme a když to zkusí. Mají pak radost, když vidí, že cesta tam bude, jenom to bude chtít snahu.“

Že se její výuka setkala s úspěchem se jí potvrdilo i na nedávných třídních schůzkách. „Jedna maminka říkala, že její syn chodí na tělocvik rád, protože je pochválený, i když mu předtím něco nešlo,“ říká nejúspěšnější česká sportovní střelkyně s úsměvem.

V rámci hodin se navíc s žáky zapojila i do Olympijského víceboje. „Je to hrozně hezká akce a líbí se mi, že můžeme děti v průběhu let sledovat. A navíc když se řekne něco s přídavným jménem olympijský, tak to děti táhne a jsou z toho nadšené,“ líčí. Že je přitom učí olympijská šampionka však příliš nevnímají. „Malé děti to určitě ani neví a ty větší si mě vygooglily. Berou mě ale jako paní učitelku Emmons, i když mě občas něčím poštouchnou,“ dodává.

Učení je pro ni o předávání. Fyzioterapie ji pak zase nutí přemýšlet o lidském těle. Kombinace různých aktivit jí vyhovuje. „Zjistila jsem, že jsem člověk, co nemůže být na jednom místě a mít dny jednotvárné. Možná je to tím, že jsem byla právě u sportu. Tam není žádný den stejný. A ta potřeba změn ve mně zůstala,“ uzavírá.

<https://www.olympijskytym.cz/article/omluvenky-u-telocvikarky-emmons-nefrci-detem-pomaha-odbou-ravat-strachy-z-pohybu>