

## **Abstrakt**

**Název:** Vliv esportu na pohybový aparát mužských profesionálních počítačových hráčů v ČR.

**Cíle:** Hlavním cílem práce je zjištění vlivu esportu na pohybový aparát českých profesionálních počítačových hráčů. Mezi sekundární cíle práce patří přiblížení tohoto nového populárního sportovního odvětví, popis nejčastějších poruch pohybového aparátu a jiných zdravotních rizik esportovců, zjištění pohybového režimu a životního stylu českých profesionálních esportovců oproti zahraničním hráčům, popis ergonomie, preventivních a kompenzačních mechanismů v esportu.

**Metody:** Speciální část obsahuje studii, která byla provedena pomocí nestandardizovaného dotazníkového šetření. Elektronický dotazník byl distribuovaný do českých esportových týmů prostřednictvím emailové korespondence a nejpoužívanějších sociálních platform: Instagram a Messenger. Celkem bylo shromážděno 85 odpovědí. Odpovídali profesionální čeští počítačová hráči do věku 35 let. Výsledná analýza dat proběhla pomocí analytických nástrojů a popisné statistiky MS Excel, jednovýběrového a dvouvýběrového T testu a Pearsonova korelačního koeficientu.

**Výsledky:** Nebyla prokázána signifikantní korelace mezi dobou strávenou esportem a výskytem bolesti / diskomfortu pohybového aparátu hráče ( $r = -0,004$ ). Nepodařilo se ani potvrdit nepřímou úměrnost mezi průměrnou týdenní dobou strávenou pohybovou aktivitou a výskytem bolesti / diskomfortu pohybového aparátu ( $P = 0,219$ ). Dle výsledků se více než 50 % hráčů potýká s potížemi pohybového aparátu, kdy nejvíce hráčů trápí bederní páteř - 29 %, zápěstí – 21 %, krční páteř – 15 % a hrudní páteř – 12 %. Čeští esportovci dodržují doporučený počet hodin spánku a výrazně převyšují doporučení WHO pro týdenní dobu strávenou středně intenzivní až intenzivní pohybovou aktivitou.

**Klíčová slova:** esport, prevence, počítač, ergonomie, pomůcky, kompenzace, dotazníkové šetření, fyzioterapie