

10. Přílohová část

Příloha č. 1: Potvrzený formulář Etickou komisí UK FTVS

Příloha č. 2: Vzor IS účastníků výzkumu

Příloha č. 2: Tabulka s fyzioterapeutickým vyšetřením experimentální skupiny

Příloha č. 3: Tabulka s fyzioterapeutickým vyšetřením kontrolní skupiny

Příloha č. 1: Potvrzený formulář Etickou komisí UK FTVS

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Vliv kompenzačních cvičení na typické svalové dysbalance baseballistů mladšího školního věku

Forma projektu: výzkumná práce - diplomová práce

Období realizace: březen/2023 – květen /2023

Výzkum bude realizován v souladu s platnými epidemiologickými opatřeními Ministerstva zdravotnictví ČR.

Předkladatel: Jana Opršalová, Bc. UK FTVS, katedra zdravotní tělesné výchovy

Hlavní řešitel: UK FTVS, katedra zdravotní tělesné výchovy

Místo výzkumu (pracoviště): Baseballový klub v Praze Kotlářka Praha, a SaBaT PRAHA

Vedoucí práce (v případě studentské práce): Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D.

Popis projektu: Diplomová práce na téma Vliv kompenzačních cvičení na typické svalové dysbalance baseballistů mladšího školního věku bude probíhat v baseballovém klubu v Praze. Cílem této práce bude prokázat vliv kompenzačních cvičení na typické svalové dysbalance. Práce bude rozdělena na dvě hlavní části – teoretickou a praktickou. Praktická část diplomové práce bude založena na aplikaci kompenzačních cvičení do probíhajícího klasického baseballového tréninku. Jedná se o kvalitativní empirický výzkum, kde metoda sběru dat bude uskutečněna pomocí kvaziexperimentu. Před zahájením kompenzačních cvičení do pohybových jednotek budou probandi naměřeni pomocí fyzioterapeutických testů, a následně i ohodnoceni po uplynutí doby 3 měsíců. Naměřené hodnoty budou mezi sebou hodnotit a porovnávat. Součástí této diplomové práce bude i hodnocena kontrolní skupina z jiného baseballového klubu v Praze. Toto měření proběhne v březnu a za tři měsíce v květnu opět to samé měření v klubu SaBaT. Stejně jako experimentální bude naměřena ve stejný čas a následně po uplynutí doby třech měsíců. Fyzioterapeutické vyšetření bude složeno z těchto testů – vyšetření zkrácených svalů dle Jandy (prsni svaly, lýtkové svaly, flexory kyčelního a kolenního kloubu, flexory krční páteře), vyšetření dechových svalů a HSSp dle Koláře, Test hloubky předklonu, Adamsův test, vyšetření plochonoží, vyšetření stoje dle Rhomberga, test hloubky předklonu).

Charakteristika účastníků výzkumu: Předpokládaný počet probandů bude v experimentální skupině 20, stejně tak v kontrolních. Probandi budou chlapci mladšího školního věku 12 let a starší školního věku s předchozí 3letou baseballovou praxí, kteří mají platnou zdravotní prohlídku bez omezení způsobilosti k vybraným sportovním aktivitám. Do projektu nemůže být zařazen proband, který bude mít zranění, akutní zejména infekční onemocnění nebo proband s jakýmkoliv onemocněním či omezením pohybového aparátu a v rekonvalescenci po onemocnění či úrazu. Probandy do výzkumu bude vybírat Jana Opršalová s Mgr. Pavlínou Novákovou, Ph.D. z dvou výše uvedených klubů.

Zajištění bezpečnosti: Cvičební jednotky budou probíhat současně se stálými trenérskými jednotkami 3x týdně po dobu 3 měsíců. Kompenzační jednotka bude trvat 15 minut v závěrečné části tréninkové jednotky. Realizovaná kompenzační jednotka v závěrečné části bude vycházet z odborného konceptu paní docentky Hoškové-protažení, posílení a uvolnění. Součástí cvičebních jednotek bude práce s hlezenními klouby, zejména důraz na plochonoží, i zapojení hlubokého stabilizačního systému, jehož neaktivita vede v pozdějším věku k nežádoucím obtížím, bolestem a fyziologickým patologiím. Vše bude přizpůsobeno individuálním možnostem a potřeb dětí. Cviky budou vybrány pomocí knižní předlohy a validních odborných článků. Cvičení bude první 2 týdny prováděno pod mým vedením a zároveň pod dozorem hlavního trenéra, dále pak vždy 1x týdně. Pokud nebudu přítomna osobně, trenér probandů bude cvičební jednotku provádět také, jedná se o magistra z UK FTVS. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika v rámci cvičení, na které jsou testovaní zvyklí vykonávat pravidelně v rámci běžného tréninku. Bezpečnost bude zajištěna standartním způsobem.

Etické aspekty výzkumu: Výzkum zahrnuje vulnerabilní skupinu nezletilých osob. Přínosem tohoto výzkumného projektu je možné využití pro trenéry baseballových pohybových jednotek či učitelů v základních školách, kteří by tyto cviky mohli aplikovat v hodinách tělesné výchovy nebo v přímo v zájmových kroužcích nebo pohybových aktivit jako prevenci vadného držení těla a zejména prevenci špatných pohybových návyků.

Potenciální střet zájmů: O střet zájmů se v této práci nejedná, jelikož je vše směřováno s objektivním zájmem o výsledky z výzkumu, které mohou sloužit jako materiál k problematice. Nikdo kolem mé osoby, včetně mě, nemá soukromý zájem na výsledcích výzkumu a nevede to k žádnému osobnímu prospěchu. Výzkum není prováděn pro žádnou instituci či organizaci. Nejsem v pracovním právním (ani rodinném) vztahu k žádnému účastníkovi výzkumu. Neexistuje žádná skutečnost, která by mohla ovlivnit objektivitu výzkumu.

Vedoucí práce bude dohlížet nad korektností a nestranností posuzování výsledů výzkumu mou osobou. Neexistuje žádná skutečnost, která by mohla ohrozit integritu a důvěryhodnost výzkumu. Vztah k oběma klubům mám neutrální, sama jsem softball nikdy nehrála a v žádném z uvedených klubů nikdy nepracovala.

Ochrana osobních dat: Data budou shromažďována a zpracována v souladu s pravidly vymezeným i nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů. Budou získávány následující osobní údaje: věk, data získaná výše uvedenými metodami - které budou bezpečně uchovány na heslem zajištěném počítači v uzamčeném prostoru, přístup k nim bude mít pouze Bc. Jana Opršalová. Evidence probandů bude pomocí přiřazeného čísla na začátku a na konci projektu. Uvědomuji si, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby – budu dbát na to, aby jednotliví účastníci nebyli rozpoznatelní v textu práce. Osobní data, která by vedla k identifikaci účastníků výzkumu, budou do 1 dne po testování anonymizována. Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v diplomové práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.

Pořizování fotografií/videí/audio nahrávek účastníků: Během výzkumu nebudou pořizovány žádné fotografie, audionahrávky ani videozáznamy.
V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Text informovaného souhlasu (IS): příložen

Povinností všech účastníků výzkumu na straně řešitele je chránit život, zdraví, důstojnost, integritu, právo na sebeurčení, soukromí a osobní data zkoumaných subjektů, a podniknout k tomu veškerá preventivní opatření. Odpovědnost za ochranu zkoumaných subjektů leží vždy na účastnících výzkumu na straně řešitele, nikdy na zkoumaných, byť dali svůj souhlas k účasti na výzkumu. Všichni účastníci výzkumu na straně řešitele musí brát v potaz etické, právní a regulační normy a standardy výzkumu na lidských subjektech, které platí v České republice, stejně jako ty, jež platí mezinárodně.
Potvrzuji, že tento popis projektu odpovídá návrhu realizace projektu a že při jakékoli změně projektu, zejména použitých metod, zašlu Etické komisi UK FTVS revidovanou žádost.

V Praze dne: 15. 3. 2023

Podpis předkladatele:

Datum a podpis odpovědného pracovníka z místa výzkumu:

Vyjádření Etické komise UK FTVS

Složení komise: Předsedkyně: doc. PhDr. Irena Parry Martínková, Ph.D.

Členové: prof. MUDr. Jan Heller, CSc.

prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

Mgr. Tomáš Ruda, Ph.D.

MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem: 284/2023

dne: 10. 3. 2023

Etická komise UK FTVS zhodnotila předložený projekt a neshledala rozpory s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnici pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise UK FTVS.

Příloha č. 2: Vzor IS účastníků výzkumu

INFORMOVANÝ SOUHLAS k žádosti 274/2022

Vážený pane, vážená paní,

v souladu se Všeobecnou deklarací lidských práv, nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů a dalšími obecně závaznými právními předpisy (*jakož jsou zejména Helsinská deklarace, přijatá 18. Světovým zdravotnickým shromážděním v roce 1964 ve znění pozdějších změn (Fortaleza, Brazílie, 2013); Zákon o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zejména ustanovení § 28 odst. 1 zákona č. 372/2011 Sb.) a Úmluva o lidských právech a biomedicíně č. 96/2001, jsou-li aplikovatelné*), Vás žádám o souhlas s účastí Vašeho syna ve výzkumném projektu na UK FTVS v rámci *diplomové práce* s názvem Vliv kompenzačních cvičení na typické svalové dysbalance baseballistů mladšího školního věku, který bude proveden v baseballovém klubu Kotlářka Praha a SaBaT Praha 7.

Projekt bude probíhat v období: březen 2023 – květen 2023.

Výzkum bude realizován v souladu s platnými epidemiologickými opatřeními Ministerstva zdravotnictví ČR. Projekt není financován.

Cílem výzkumného projektu je zjistit vliv vybraných kompenzačních cvičení na typické svalové dysbalance. Kompenzační cvičení bude probíhat na baseballovém tréninku vždy 15 min jako součást závěrečné fáze strečinku.

Způsob zásahu bude neinvazivní. Vaše dítě se bude účastnit pohybového programu vycházejícího z konceptu protažení, posílení a uvolnění. Dále z obecně platných vycházejících pohybových jednotek na kompenzační cvičení. Důraz bude kladen na posílení hlubokého stabilizačního systému, který je základ pro fyziologické a symetrické zapojování svalstva a často bývá opomíjen. V neposlední řadě se chlapci naučí aktivovat klenbu nohy, která tvoří základ pro celý opěrný systém a je v neustálém kontaktu mezi zemí a celým nervovým systémem.

Časová náročnost projektu: Výzkum bude trvat 3 měsíce. Dohromady bude obsahovat dvě kineziologická vyšetření, která obsahují fyzioterapeutické vyšetření složeno z následujících testů – vyšetření zkrácených svalů dle Jandy (prsni svaly, lýtkové svaly, flexory kyčelního a kolenního kloubu, flexory krční páteře), vyšetření dechových svalů a HSSP dle Koláře, Test hloubky předklonu, Adamsův test, vyšetření plochonoží, vyšetření stoje dle Rhomberga, test hloubky předklonu). Jedno vyšetření bude probíhat na první hodině baseballového tréninku a druhé na poslední hodině v rámci prováděného výzkumu. Doba jednoho vyšetření bude cca 10 minut. Testování bude probíhat neinvazivní metodou.

Intervence: Jednotlivá kompenzační cvičení budou trvat 15 minut v rámci závěrečné fáze tréninkové jednotky, vždy třikrát týdně po dobu 3 měsíců, v rámci tréninků. Cviky budou vybírány mnou na základě knižní předlohy a zkušeností s cvičením s mladistvými, dále tato vybraná cvičení a dodržení bezpečnosti bude vždy prokonzultováno a schváleno odborníkem na kompenzační cvičení, tedy Mgr. Pavlínou Novákovou, Ph.D. Cvičení bude probíhat pod mým vedením a zároveň pod dozorem baseballového trenéra Mgr. Ivana Aubrechta. Předchozí trénink týmu není součástí výzkumu, probíhal by i mimo něj.

Druhý tým, kontrolní skupina probíhá bez intervence, měření bude probíhat v jejich sportovním zázemí SaBaT Praha 7. Během 3 měsíců budou pokračovat ve svém nastaveném tréninku bez jakékoliv změny z mé strany. Trénink není součástí výzkumu, probíhal by i mimo něj.

Rizika výzkumného projektu budou minimalizována vlivem odborné konzultace jednotlivých probandů a individuálního přístupu. Žádné další testování, kromě výše uvedeného, probíhat nebude.

Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u aktivit a testování prováděných v rámci tohoto

typu výzkumu. Bezpečnost bude zajištěna standardním způsobem. Testování se nezúčastní dítě s akutním (zejména s infekčním) onemocněním či v úrazu a v rekonvalescenci po onemocnění či úrazu.

Účast Vašeho dítěte v projektu je dobrovolná a nebude finančně ohodnocená. Odměna za účast bude poskytnutí metodiky cviků, která bude volně přístupná na webových stránkách UK v rámci mé diplomové práce (repositář diplomových prací) a odborné zhodnocení posturálního postavení Vašeho dítěte a možnost s ním na všem pracovat. Přínosem tohoto výzkumného projektu bude možné využití pro učitele základních škol nebo instruktory pohybových aktivit, kteří by tyto cviky mohli zařadit do hodin tělesné výchovy nebo zájmových pohybových aktivit v rámci prevence v rozvoji návyku špatného, vadného držení těla pro děti hrající aktivně baseball.

S celkovými výsledky a závěry výzkumného projektu se můžete seznámit na emailové adrese:

jana.oprsalova.247@seznam.cz

Ochrana osobních dat: Data budou shromažďována a zpracovávána v souladu s pravidly vymezenými nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů. Budou získávány následující osobní údaje: věk, data získaná z vyšetření v rámci výzkumu. Tyto informace budou bezpečně uchovány na heslem zajištěném počítači v uzamčeném prostoru, přístup k nim bude mít pouze Bc. Jana Opršalová. Uvědomuji si, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby – budu dbát na to, aby jednotliví účastníci nebyli rozpoznatelní v textu práce. Osobní data, která by vedla k identifikaci účastníků výzkumu, budou do 1 dne po testování anonymizována. Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v magisterské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.

Pořizování fotografií/vidéí/audio nahrávek účastníků: Během výzkumu nebudou pořizovány žádné fotografie, audionahrávky ani videozáznam.

V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Jméno a příjmení předkladatele a hlavního řešitele projektu: Jana Opršalová, Bc

Jméno a příjmení osoby, která provedla poučení: Jana Opršalová, Bc Podpis:

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí ve výše uvedeném projektu a že jsem měl(a) možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu a že jsem dostal(a) jasné a srozumitelné odpovědi na své dotazy. **Potvrzuji, že můj syn má platnou zdravotní prohlídku bez omezení způsobilosti k vybraným sportovním aktivitám.** Byl(a) jsem poučen(a) o právu odmítnout účast ve výzkumném projektu nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS, která bude následně informovat předkladatele projektu. Dále potvrzuji, že mi byl předán jeden originál vyhotovení tohoto informovaného souhlasu.

Místo, datum

Jméno a příjmení účastníka Podpis:

Jméno a příjmení zákonného zástupce

Vztah zákonného zástupce k účastníkovi Podpis:

Příloha č. 3: Tabulka s fyzioterapeutickým vyšetřením experimentální skupiny

Jméno: J.H.	12 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-0 L: 0-0-0	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2+ L: 2+	P: 2 citlivé L: 2 citlivé
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	M. trapezius	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní
Vyšetření dechových stereotypů		Horní hrudní, povrchové, silně viditelná diastasis recti, po celé délce	Horní hrudní, povrchové, silně viditelná diastasis recti, po celé délce
Adamsův test		Negativní	Negativní
Vyšetření plochonoží		Propadlá podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	SA po celé délce pohybu Pohyb začíná m. Trapézium, viditelně přitažena ramena ke krku, patologické pohyby	SA po celé délce pohybu Pohyb začíná m. Trapézium, viditelně přitažena ramena ke krku, patologické pohyby

	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná m.SCM, následně obloukovitá flexe Pohyb vyšvihnutím se vzhůru, viditelná vypouklá břišní kýla	Pohyb začíná m.SCM, následně obloukovitá flexe, pohyb vyšvihnutím se vzhůru, viditelná vypouklá břišní kýla
Jméno: M. B.	12 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-1 L: 0-0-1	P: 0-0-1 L: 0-0-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 1 L: 2	P: 2 L: 2
	M. trapezius	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní
Vyšetření dechových stereotypů		Břišní styl, hluboké pravidelné dýchání	Břišní styl, povrchové pravidelné dýchání
Adamsův test		Pozitivní, Th 3 dextrokonvexní	Pozitivní, Th 3 dextrokonvexní
Vyšetření plochonoží		Mírné plochonoží podélné a více příčné klenby Bolestivé achillovky bilaterálně, diagnostikována Haglundova pata	Mírné plochonoží podélné a více příčné klenby Bolestivé achillovky bilaterálně, diagnostikována Haglundova pata
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Symetrické, fyziologické Symetrické, tonuzující svaly	Symetrické, fyziologické Symetrické, tonuzující svaly

	Flexe krku Flexe trupu	Obloukovitý, plynulý pohyb	Obloukovitý, plynulý pohyb, mírná diastasis recti 2 cm
Jméno: J. V. 12 let Hodnocení BŘEZEN Hodnocení KVĚTEN			
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-1 L: 0-0-1	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 0	P: 0 L: 0
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	M. trapezius	P: 2+ L: 2+	P: 2 L: 2
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní, silně promínuje mm. scalenni
Vyšetření dechových stereotypů		Silně povrchové horní hrudní	Střední hrudní, prohloubené, po korekci bříšní
Adamsův test		Pozitivní, Th2 sinistrokonvexní	Pozitivní Th 2 sinistrokonvexní
Vyšetření plochonoží		Propadlá podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	SA, viditelnější pravá Pohyb s aktivací m. Trapezius, zvednutím ramen	SA silně dolní úhel, viditelnější pravá Pohyb s aktivací m. Trapezius, zvednutím ramen
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začínající s m. SCM Také m. SCM, následně obloukovitá, plynulá	Pohyb začínající s m. SCM, silně viditelné mm. scalenni Také m. SCM, následně obloukovitá, plynulá

Jméno: V.K.		12 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-1 L: 0-0-1	P: 0-0-1 L: 0-0-1	
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0	
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1	
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1	
	M. trapezius	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1	
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0	
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0	
	M. piriformis	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0	
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní	
Vyšetření dechových stereotypů		Břišní povrchové	Břišní povrchové	
Adamsův test		Pozitivní Th4 vrchol sinistrokonkávní	Pozitivní mírně jen Th4 vrchol sinistrokonkávní	
Vyšetření plochonoží		Propadá podélná i příčná klenba symetricky	Propadá podélná i příčná klenba symetricky	
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Pozitivní	
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Asymetrie pohybu SA, levá dominuje a zrychluje pohyb Výrazná aktivita m. trapezius	Asymetrie pohybu SA, levá dominuje a zrychluje pohyb Výrazná aktivita m. trapezius	
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná m.SCM Nejprve zanoření extenze trupu a následně vyšvihnutí se, převaha povrchových svalů	Pohyb začíná m.SCM Následuje hezký obloukovitý pohyb	
Jméno: M. H.		12 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN

Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-0 L: 0-0-0	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2+ L: 2+	P: 2 L: 2
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	M. trapezius	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Břišní hluboké	Břišní hluboké
Adamsův test		Pozitivní Vrchol Th3 sinistrokonkávně	Pozitivní-mírně, Vrchol Th3 sinistrokonkávně
Vyšetření plochonoží		Propadlá podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	SA, asymetrie pohybu Výrazná aktivita m. trapezius	SA, asymetrie pohybu zvýšená aktivita m. trapezius
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná m.SCM Nejprve zanoření extenze trupu a následně vyšvihnutí se	Pohyb začíná m.SCM Pohyb začíná m. SCM, ale poté pomalý obloukovitý pohyb
Jméno: T.D.	12 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 1-1-1 L: 1-1-1	P: 1-1-1 L: 1-1-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1

	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2+ L: 2+	P: 2 L: 2
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 1 L: 2
	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní Silně vytažené uši u ramen a aktivita m. Trapezius	Pozitivní Silně vytažené uši u ramen a aktivita m. Trapezius
Vyšetření dechových stereotypů		Střední hrudní dýchání, prohloubené	Dolní hrudní dýchání, prohloubené
Adamsův test		Negativní	Negativní
Vyšetření plochonoží		Propadlé podélné i příčné klenby symetricky	Propadlé podélné i příčné klenby symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Mírná asymetrie pohybu lopatek, levá rychlejší, SA Ok, lopatka se hezky přilepí k zádům	Mírná asymetrie pohybu lopatek, levá rychlejší pohyb a více odstátá Ok, lopatka se hezky přilepí k zádům
	Flexe krku Flexe trupu	Obloukovité Mírná patologie, Vyhoupnutí se švihem diastasis recti cca 1,5 cm	Obloukovité, viditelná prominence m. SCM Mírná patologie, Vyhoupnutí se švihem diastasis recti cca 1,5 cm
Jméno: D.P.	12 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-1 L: 0-0-1	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 0 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2 L: 2	P: 1+ L: 1

	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 1 L: 2
	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Dolní hrudní, povrchové	Dolní hrudní, povrchové
Adamsův test		Pozitivní, vrchol Th 4 sinistrokonkávní	Pozitivní, vrchol Th 4 sinistrokonkávní
Vyšetření plochonoží		Propadnuté příčné klenby symetrické	Valgózní postavení kotníků, mírné plochonoží podélné i příčné klenby
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	SA, aktivita m. trapezius Patologie pohybu hrudníkem na stranu úklonu k ABD hk	SA, aktivita m. trapezius Patologie pohybu hrudníkem na stranu úklonu k ABD hk
	Flexe krku Flexe trupu	Obloukovitý pohyb Obloukovitý hezký pohyb	Obloukovitý pohyb, mírné zapojení ramen (protrakce)
Jméno: J.J.	12 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-0 (blokáda AC skloubení) L: 0-0-0	P: 0-0-1 (blokáda AC skloubení) L: 0-0-1 (blokáda AC skloubení) Bolestivé
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2

	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Dolní hrudní, prohloubené	Dolní hrudní, prohloubené
Adamsův test		Negativní Cp sinistrokonkávní, Th dextrokonkávní	Pozitivní Cp sinistrokonkávní, Th dextrokonkávní
Vyšetření plochonoží		Propadnuté podélné i příčné klenby symetrické	Propadnuté podélné i příčné klenby symetrické
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Asymetrický pohyb lopatek při pohybu vzhůru Silně viditelná aktivace m. trapezius	Asymetrický pohyb, levá ABD uhýbá trupem do strany
	Flexe krku Flexe trupu	Viditelná aktivace mm. Scalenni, flexe celým napřímením Obloukovitá, patologické zapojení, diastasis recti po celé délce, u pupku 3 cm	Viditelná aktivace mm. Scalenni, flexe celým napřímením Obloukovitá, patologické zapojení, diastasis recti po celé délce, u pupku 2 cm
Jméno: R. Z.		12 let	Hodnocení BŘEZEN
			Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 1-1-1 - bolavé L: 1-1-1 – bolavé	P: 0-0-0 L: 0-1-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2+ L: 2+	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2

	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní
Vyšetření dechových stereotypů		Hrudní dýchání povrchové (nervózní hodně)	Hrudní dýchání povrchové (břišní aktivně jde, není přirozené)
Adamsův test		Pozitivní Vrchol Th7 sinistro- konkávní, navazující Lp sinistrokonvexní	Pozitivní Sinistro konkávní hrudník Bederní sinistrokonvexní
Vyšetření plochonoží		Propadnuté podélné i příčné klenby symetrické	Propadnuté podélné i příčné klenby symetrické
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Silně kyfotické hrudní držení při kliku, asymetrické pohyby lopatek, levá rychlejší Ok, tonuzující, ale už u 2. ABD chvění angulus inferior Celkově v křeči	Celkově lepší, páteř při kliku napříměna, pohyby lopatek symetrický Při ABD výraznější aktivita m. trapezius
	Flexe krku Flexe trupu	Obloukovitá flexe se začátkem SCM Obloukovitá, bez patologií	Obloukovitá flexe se začátkem SCM Obloukovitá, bez patologií
Jméno: M. K.		12 let	Hodnocení BŘEZEN
			Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-0 L: 0-0-0	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1

	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní
Vyšetření dechových stereotypů		Břišní dýchání	Dolní hrudní dýchání, aktivně zapojení břišního dýchání lze
Adamsův test		Pozitivní Cp sinistrokonkávní, Th sinistrokonvexní	Pozitivní Cp sinistrokonkávní Th sinistrokonvexní
Vyšetření plochonoží		Propadnuté podélné i příčné klenby bilaterálně	Mírně propadnuté podélné i příčné klenby bilaterálně
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Hezký symetrický pohyb lopatek ABD patologická m. Trapezius silně stažen, společně se souhybem trupu od středu	Symetrický pohyb, mírně zvýšená aktivita m. Trapezius, při ABD souhyb s trupem od středu těla
	Flexe krku Flexe trupu	Obloukovitá flexe se začátkem SCM Obloukovitá, bez patologií	Obloukovitá flexe se začátkem SCM Obloukovitá, bez patologií
Jméno: V. V.	13 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-1 L: 0-0-1	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	M. trapezius	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0

	Paravertebrální svaly	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní
Vyšetření dechových stereotypů		Dolní hrudní styl Povrchově Žebra viditelná vpředu	Dolní hrudní styl Prohloubené
Adamsův test		Pozitivní Horní hrudní úsek sinistrokonvexní, pod ním sinistrokonkávní	Pozitivní Horní hrudní úsek sinistrokonvexní, pod ním sinistrokonkávní
Vyšetření plochonoží		Mírně snížena klenba podélná i příčná symetricky	Mírně snížena klenba podélná i příčná symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Scapula adlata mírně dolní úhel při začátku pohybu Pohyb aktivací m. Trapezius (výrazně)	Fyziologický pohyb směrem nahoru i dolů s aktivací mezilopatkových svalů Mírná aktivace m. trapezius
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná m.SCM, následně obloukovitá flexe OK, obloukovitá, plynulá	Pohyb začíná m.SCM, následně obloukovitá flexe OK, obloukovitá, plynulá
Jméno: K. H.	13 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis	P: 0-0-1 L: 0-0-1	P: 0-0-1 L: 0-0-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 2	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2+ L: 2+	P: 2 L: 2
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	M. trapezius	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1

	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Horní hrudní styl dýchání	Střední hrudní styl dýchání, po korekci břišní prohloubené
Adamsův test		Pozitivní Dolní hrudní sinistrokekavní, bederní konvexní	Pozitivní Dolní hrudní sinistrokekavní, bederní konvexní
Vyšetření plochonoží		Silně valgózní postavení kotníků, bez plochonoží symetricky	Silně valgózní postavení kotníků, bez plochonoží symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Asymetrie pohybu lopatek, pravá více pohybu, SA bilaterálně, silný pohyb m. trapézius	Asymetrie pohybu lopatek, pravá více pohybu, SA bilaterálně, silný pohyb m. trapézius
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb se silnou převahou m. SCM Nejprve zanoření extenze trupu a následně vyšvihnutí se, převaha přímého břišního svalstva	Pohyb se silnou převahou m. SCM Nejprve zanoření extenze trupu a následně vyšvihnutí se, převaha přímého břišního svalstva
Jméno: S. P.	13 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-0 L: 0-0-0	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2 L: 2+	P: 1 L: 1+
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 2 L: 1
	M. trapezius	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0

Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní, Th/L přechod
Vyšetření dechových stereotypů		Břišní povrchové	Břišní povrchové
Adamsův test		Pozitivní Sinistrokonkávní Th/L přechod	Pozitivní Sinistrokonkávní Th/L přechod
Vyšetření plochonoží		Propadlá příčná klenba a mírně podélná symetricky	Propadlá mírně příčná i podélná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Praví více SA, lehceasymetrie pohybu Zvýšená aktivita m. Trapezius, asymetrie	Pravá více SA dolního úhlu Zvýšená aktivita m. Trapezius, asymetrie
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná m. SCM, následně OK Obloukovitá, plynulá flexe	Pohyb začíná m. SCM, následně OK Obloukovitá, plynulá flexe
Jméno: O.P.	13 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-0 L: 0-0-0	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 1 L: 0	P: 1 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Střední hrudní typ, povrchové	Střední hrudní typ, povrchové

Adamsův test		Pozitivní, hrudní sinistrokonkávní s vrcholem Th7	Pozitivní, hrudní sinistrokonkávní s vrcholem Th7
Vyšetření plochonoží		Propadlá podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá mírně podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Levá lopatka se nehýbe, asymetrický pohyb, jinak hezky se přilepí Mírně zvýšená aktivita m. trapezius	Levá lopatka se nehýbe, asymetrický pohyb, jinak hezky se přilepí Mírně zvýšená aktivita m. trapezius
	Flexe krku Flexe trupu	Obloukovitá se začátkem SCM Obloukovitá pohyb, Diastasis recti po celé délce u pupku 3 cm, zbytek menší	Obloukovitá se začátkem SCM Obloukovitá pohyb, Diastasis recti po celé délce u pupku 2 cm, zbytek menší
Jméno: M.C.		13 let	Hodnocení BŘEZEN
			Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 1-1-1 - bolavé L: 1-1-1 – bolavé	P: 1-1-1 L: 1-1-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2+ L: 2+	P: 2 L: 2
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní
Vyšetření dechových stereotypů		Břišní typ, povrchové velmi	Břišní typ, povrchové velmi
Adamsův test		Negativní	Negativní

Vyšetření plochonoží		Propadnuté podélné i příčné klenby symetrické, valgózní postavení kotníků	Propadnuté mírně podélné i příčné klenby symetrické, valgózní postavení kotníků
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Asymetrie pohybu lopatek, SA oběma Ok, minimálně viditelná aktivace m. trapezius	Asymetrie pohybu lopatek, SA oběma Ok, minimálně viditelná aktivace m. trapezius
	Flexe krku Flexe trupu	Jen začátek pohybu m. SCM poté obloukovitý pohyb Začíná m. SCM následně obloukovitá flexe trupu	Jen začátek pohybu m. SCM poté obloukovitý pohyb Začíná m. SCM následně obloukovitá flexe trupu

Příloha č. 4: Tabulka s fyzioterapeutickým vyšetřením kontrolní skupiny

Jméno: M.Š.	12 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 1-1-1 L: 0-0-0	P: 1-1-1 L: 1-1-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2+ L: 2+	P: 2+ L: 2+
	Flexory kolenního kloubu	P: 2+ L: 2+	P: 2+ L: 2+
	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. piriformis	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní, silná elevace ramen	Pozitivní, silná elevace ramen

Vyšetření dechových stereotypů		Dolní hrudní, povrchové	Dolní hrudní, povrchové
Adamsův test		Pozitivní Horní hrudní sinistro- konkávní Th/L přechod dextro- konvexní	Pozitivní Horní hrudní sinistro- konkávní Th/L přechod dextro- konvexní
Vyšetření plochonoží		Propadlá příčná klenba a mírně podélná symetricky	Propadlá příčná klenba a mírně podélná symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Fyziologický, plynulý pohyb Bez známek patologií	Fyziologický, plynulý pohyb Bez známek patologií
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná m. SCM, následně OK Pohyb začíná extenzí trupu zanořením se, pohyb veden přes pravou stranu páteře	Pohyb začíná m. SCM, následně OK Pohyb začíná extenzí trupu zanořením se, pohyb veden přes pravou stranu páteře
Jméno: M.W.		12 let	Hodnocení BŘEZEN
			Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-0 L: 0-0-0	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 1 L: 2	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0

	M. piriformis	P: 1 L: 0	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní
Vyšetření dechových stereotypů		Břišní, hluboké dýchání	Břišní, hluboké dýchání
Adamsův test		Negativní	Negativní
Vyšetření plochonoží		Propadlá podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	SA po celé délce pohybu Pohyb začíná m. Trapézius	SA po celé délce pohybu Pohyb začíná m. Trapézius
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná m.SCM, následně obloukovitá flexe Plynulá, obloukovitá flexe	Pohyb začíná m.SCM, následně obloukovitá flexe Plynulá, obloukovitá flexe
Jméno: T. V.	12 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-0 L: 0-0-0	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0

	Paravertebrální svaly	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. piriformis	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Střední hrudní, povrchové	Střední hrudní, povrchové
Adamsův test		Pozitivní, sinistor-konkávní Th 10	Pozitivní, sinistor-konkávní Th 10
Vyšetření plochonoží		Propadlá mírně podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá mírně podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Hezké, pravá se méně hýbe, ale není odstáto Lehce více trapez, ale pěkné	Hezké, pravá se méně hýbe, ale není odstáto Lehce více trapez, ale pěkné
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začínající s m. SCM Také m. SCM, následně obloukovitá, plynulá	Pohyb začínající s m. SCM Také m. SCM, následně obloukovitá, plynulá
Jméno: K. K.	12 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 1-1-1 L: 1-1-1	P: 1-1-1 L: 1-1-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	Flexory kolenního kloubu	P: 2+ L: 2+	P: 2+ L: 2+
	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 1 L: 1

	Paravertebrální svaly	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Hrudní, povrchové	Hrudní, povrchové
Adamsův test		Negativní	Negativní
Vyšetření plochonoží		Propadlá podélná i příčná klenba symetricky, silná valgozita obou DK	Propadlá podélná i příčná klenba symetricky, silná valgozita obou DK
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Mírná asymetrie, pravé lopatka s menším pohybem Výrazná pohyb m. trapezius	Mírná asymetrie, pravé lopatka s menším pohybem Výrazná pohyb m. trapezius
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začínající s m. SCM a mm. scalenni Patologický rotační pohyb	Pohyb začínající s m. SCM a mm. scalenni Patologický rotační pohyb
Jméno: V. O.	12 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-1 L: 0-0-1	P: 0-0-1 L: 0-0-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 2+ L: 2+

	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Paravertebrální svaly	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. piriformis	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Břišní, hluboké	Břišní, hluboké
Adamsův test		Negativní	Negativní
Vyšetření plochonoží		Propadlá podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Silně nestabilní, asymetrické, SA, silná převaha m. trapezius	Silně nestabilní, asymetrické, SA, silná převaha m. trapezius
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná aktivací m. SCM, následně mm. scalenni Obloukovitá s výrazným odstáváním lopatek	Pohyb začíná aktivací m. SCM, následně mm. scalenni Obloukovitá s výrazným odstáváním lopatek
Jméno: L. V. 12 let Hodnocení BŘEZEN Hodnocení KVĚTEN			
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-0 L: 0-0-0	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1

	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
	M. levator scapulae	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Paravertebrální svaly	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. piriformis	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní
Vyšetření dechových stereotypů		Dolní hrudní, povrchové	Dolní hrudní, povrchové
Adamsův test		Negativní	Negativní
Vyšetření plochonoží		Propadlá mírně podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá mírně podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Scapula adlata dolního úhlu vpravo Pohyb aktivací m. Trapezius, mírně, jinak bez známek patologií	Scapula adlata dolního úhlu vpravo Pohyb aktivací m. Trapezius, mírně, jinak bez známek patologií
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná m.SCM, následně obloukovitá flexe OK, obloukovitá, plynulá, bez patologií	Pohyb začíná m.SCM, následně obloukovitá flexe OK, obloukovitá, plynulá, bez patologií
Jméno: M.H. 12 let Hodnocení BŘEZEN Hodnocení KVĚTEN			
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-0 L: 0-0-0	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2

	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Paravertebrální svaly	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	M. piriformis	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní
Vyšetření dechových stereotypů		Břišní, hluboký styl dýchání	Břišní, hluboký styl dýchání
Adamsův test		Negativní	Negativní
Vyšetření plochonoží		Propadlá podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Symetrické, fyziologické Symetrické, tonuzující svaly, bez známek patologií	Symetrické, fyziologické Symetrické, tonuzující svaly, bez známek patologií
	Flexe krku Flexe trupu	Obloukovitý, plynulý pohyb, po celé své délce	Obloukovitý, plynulý pohyb, po celé své délce
Jméno: M. Z.	13 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-0 L: 0-0-0	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1

	M. levator scapulae	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Paravertebrální svaly	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. piriformis	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Střední hrudní, povrchové	Střední hrudní, povrchové
Adamsův test		Pozitivní, hrudní sinistro-konkávní, bederní dextro-konvexní	Pozitivní, hrudní sinistro-konkávní, bederní dextro-konvexní
Vyšetření plochonoží		Propadlá podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	SA dolního úhlu při celém pohybu, asymetrický pohyb S patologií pohybu trupu do lateroflexe	SA dolního úhlu při celém pohybu, asymetrický pohyb S patologií pohybu trupu do lateroflexe
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná aktivací m. SCM, následně mm. scalenni, poté plynulý pohyb, bez známek patologií	Pohyb začíná aktivací m. SCM, následně mm. scalenni, poté plynulý pohyb, bez známek patologií
Jméno: M. K.	13 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 1-1-1 L: 1-1-1	P: 1-1-1 L: 1-1-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2

	Flexory kolenního kloubu	P: 2+ L: 2+	P: 2+ L: 2+
	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Střední hrudní, povrchové	Střední hrudní, povrchové
Adamsův test		Negativní	Negativní
Vyšetření plochonoží		Propadlá podélná i příčná klenba symetricky výrazně	Propadlá podélná i příčná klenba symetricky výrazně
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Při fázi dolů silně lopatky staženy k sobě Bez známek patologií	Při fázi dolů silně lopatky staženy k sobě Bez známek patologií
	Flexe krku Flexe trupu	Hodně prudké pohyb veden m. SCM Švihem, ale obloukovitě	Hodně prudké pohyb veden m. SCM Obloukovité
Jméno: J.V.	13 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 1-1-1 L: 0-0-1	P: 0-0-0 L: 0-0-0
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2

	Flexory kolenního kloubu	P: 1 L: 1	P: 2 L: 2
	M. trapezius	P: 1 L: 1	P: 0 L: 0
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. piriformis	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní
Vyšetření dechových stereotypů		Dolní hrudní styl, povrchové	Dolní hrudní styl, povrchové
Adamsův test		Pozitivní, Th1 prominuje sinistrokonkávně	Pozitivní, Th1 prominuje sinistrokonkávně
Vyšetření plochonoží		Snížena klenba podélná i příčná symetricky	Snížena klenba podélná i příčná symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Negativní	Negativní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Scapula adlata Pohyb aktivací m. Trapezius (výrazně)	Scapula adlata Pohyb aktivací m. Trapezius (výrazně)
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb s převahou m. SCM Nejprve zanoření extenze trupu a následně vyšvihnutí se, převaha přímého břišního svalstva	Pohyb s převahou m. SCM Nejprve zanoření extenze trupu a následně vyšvihnutí se, převaha přímého břišního svalstva
Jméno: Š. G.	13 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 0-0-1 L: 0-0-1	P: 0-0-1 L: 0-0-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1

	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. trapezius	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	M. levator scapulae	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
	Paravertebrální svaly	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. piriformis	P: 0 L: 0	P: 0 L: 0
Vyšetření dle Mathiase		Negativní	Negativní
Vyšetření dechových stereotypů		Dolní hrudní, povrchové	Dolní hrudní, povrchové
Adamsův test		Negativní	Negativní
Vyšetření plochonoží		Propadlá mírně podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá mírně podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	Fyziologické, v normě Bez viditelných známek patologií	Fyziologické, v normě Bez viditelných známek patologií
	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná m.SCM, následně obloukovitá flexe Obloukovitý pohyb, Diastasis recti po celé délce u pupku 3 cm	Pohyb začíná m.SCM, následně obloukovitá flexe Obloukovitý pohyb, Diastasis recti po celé délce u pupku 3 cm
Jméno: J.B.	13 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P:1-1-1 L: 1-1-1	P:1-1-1 L: 1-1-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1

	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kolenního kloubu	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. trapezius	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	M. levator scapulae	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Paravertebrální svaly	P: 2 L: 2	P: 1 L: 1
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Dolní hrudní, povrchové	Dolní hrudní, povrchové
Adamsův test		Pozitivní Hrudní sinistro- konkávní	Pozitivní Hrudní sinistro- konkávní
Vyšetření plochonoží		Propadlé podélné i příčné klenby symetricky	Propadlé podélné i příčné klenby symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní, silný třes břicha	Pozitivní, silný třes břicha
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	SA po celé délce, asymetrie, přetížení celé páteře Zvýšená aktivita m. trapezius	SA po celé délce, asymetrie, přetížení celé páteře Zvýšená aktivita m. trapezius
	Flexe krku Flexe trupu	Pouze za aktivity m. SCM Patologické pohyby, nejdříve extenze trupu, poté vyšvihnutí se, přes pravou stranu	Pouze za aktivity m. SCM Patologické pohyby, nejdříve extenze trupu, poté vyšvihnutí se, přes pravou stranu

Jméno: M.I.	13 let	Hodnocení BŘEZEN	Hodnocení KVĚTEN
Vyšetření zkrácených svalů	M. pectoralis (3 části)	P: 1-1-1 L: 1-1-1	P: 1-1-1 L: 1-1-1
	M. Triceps surae (plantární flexory)	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	Flexory kyčelního kloubu (M. Iliopsoas)	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	Flexory kolenního kloubu	P: 2+ L: 2+	P: 2+ L: 2+
	M. trapezius	P: 2 L: 2	P: 2 L: 2
	M. levator scapulae	P: 0 L: 1	P: 0 L: 1
	Paravertebrální svaly	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
	M. piriformis	P: 1 L: 1	P: 1 L: 1
Vyšetření dle Mathiase		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření dechových stereotypů		Horní hrudní, povrchové	Horní hrudní, povrchové
Adamsův test		Pozitivní Silná asymetrie lopatek, hrudní sinistro-konkávní	Pozitivní Silná asymetrie lopatek, hrudní sinistro-konkávní
Vyšetření plochonoží		Propadlá podélná i příčná klenba symetricky	Propadlá podélná i příčná klenba symetricky
Vyšetření stoje dle Trendelenburga		Pozitivní	Pozitivní
Vyšetření stereotypů dle Jandy	Stereotyp klik Abdukce HK	SA, po celé délce pohybu Zvýšená aktivita m. Trapezius, symetrické	SA, po celé délce pohybu Zvýšená aktivita m. Trapezius, symetrické

	Flexe krku Flexe trupu	Pohyb začíná m.SCM, následně OK Obloukovitá, plynulá flexe	Pohyb začíná m.SCM, následně OK Obloukovitá, plynulá flexe
--	---------------------------	---	---