

ABSTRAKT:

Diplomová práce se zabývá problematikou vzniku nejčastějších zranění pohybového aparátu hráčů volejbalu všech výkonnostních a věkových skupin. Cílem diplomové práce je analyzovat zranění, která hráči prodělali během tréninků či utkání, jaká je jejich závažnost, jak se zotavují a jak předchází jejich opětovnému vzniku.

Teoretická část práce je především zaměřena na popis celků pohybového aparátu člověka náchylných ke zranění při hře v návaznosti na jejich diagnostiku. Praktická část práce se zabývá analýzou jednotlivých zranění ve vztahu k výkonnostním a věkovým skupinám a preventivním a regeneračním opatřením. Pro získání těchto dat je využita metoda expertního dotazníkového šetření. Získaná data jsou zpracována na základě prostudované české i zahraniční literatury a porovnána s obdobnými studiemi zabývajícími se problematikou úrazovosti ve vztahu prevence a regenerace.

Výsledky práce udávají jako nejzraněvanější část pohybového aparátu prsty a herní specializaci nejnáchylnější ke zraněním je post libera. Dalším zjištěním je mnohonásobně větší úrazovost u mladých skupin hráčů a obecně nedostatečná příprava na pohybovou činnost u většiny volejbalistů, která neodpovídá teoretickým východiskům.

KLÍČOVÁ SLOVA:

Zranění, volejbal, pohybový aparát, zátěž, prevence, regenerace