

Seznam příloh

Příloha č. 1 – Vyjádření Etické komise UK FTVS

Příloha č. 2 – Vzor informovaného souhlasu

Příloha č. 3 – Pozvání k účasti na výzkumném projektu

Příloha č. 4 – Dokument č. 1 k žádosti o vyjádření Etické komise UK FTVS

Příloha č. 5 – Záznamový arch pro testování somatognozie

Příloha č. 6 – Záznamový arch pro Body attitude test

Příloha č. 7 – Záznamový arch pro Beighton skóre

Příloha č. 8 – Y-balance test – Score Sheet

Příloha č. 1 – Vyjádření Etické komise UK FTVS

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Veleslavín

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Porovnání somatognozie a posturální stability mezi sportovními aerobickými a gymnastkami

Forma projektu: Výzkumná práce - diplomová práce

Období realizace: 3/2023-12/2023

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

Předkladatel: Klára Hlásková, Bc., UK FTVS, Katedra fyzioterapie

Hlavní řešitel: Klára Hlásková, Bc., UK FTVS, Katedra fyzioterapie

Místo výzkumu (pracoviště): Tělocvičny sportovních klubů, jógové studio

Spoluřešitel(é): /

Vedoucí práce (v případě studentské práce): PhDr. Tereza Nováková, Ph.D.

Finanční podpora: Projekt není finančně podporován

Popis projektu: Výzkum bude typem observační studie. Celá diplomová práce bude teoreticko-empirického charakteru. V rámci empirické části budou použity kvalitativní i kvantitativní metody. Cílem výzkumu je zhodnotit somatognozii, konstituční hypermobilitu a posturální stabilitu u zkoumaných skupin (tedy skupiny sportovních aerobíček a skupiny sportovních gymnastek) a jejich následné porovnání mezi sebou. Dále je cílem zjistit, zda existuje korelace mezi zkoumanými modalitami (viz Sběr dat), tedy somatognozii, konstituční hypermobilitou, posturální stabilitou, schopností vyhodnocovat senzorní podněty a tělesným sebepojetím. Při sběru dat budou použity tyto metody: test dle Petrie (test hodnotící senzorní podněty, bez zrakové kontroly účastník ohmatá pravou rukou testovací blok, poté se snaží levou rukou nalézt na dalším testovacím bloku stejnou šíři jako má blok předchozí); vyplnění 20bodového dotazníku hodnotícího tělesné sebepojetí Body attitude test (v češtině), za využití Linkertovy škály přiřazení bodů 0-5 dle míry souhlasu účastníka s tvrzením v dotazníku; test délky chodidla, test šíře ramen a pánve (účastník bez zrakové kontroly ukáže mezi dlaněmi jím předpokládaný rozměr dané části těla, reálné i účastníkem ukazované rozměry budou změřeny a porovnány); vyšetření propriocepce horních a dolních končetin (bez zrakové kontroly bude končetina pasivně nastavena do určité polohy, ta poté bude změněna a účastník se pokusí znovu zaujmout polohu původní, rozdíl bude změřen, postupně budou změřeny všechny končetiny); 9bodové Beighton skóre hodnotící konstituční hypermobilitu (bude sledován rozsah pasivní apozice palců k předloktí, hyperextenze loktů nad 10°, kolen nad 10°, malíčků nad 90° a aktivní flexe trupu s propnutými koleny a s dlaněmi plně na zemi); hodnocení posturální stability dolních končetin Y balance testem. Sběr dat proběhne ve výše uvedeném pořadí. Mezi jednotlivými oblastmi testování (somatognozie, konstituční hypermobilita, posturální stabilita) bude krátká pauza, která bude určena jak odpočinku, tak vysvětlení průběhu následujícího testování. Pro každého účastníka proběhne sběr dat jednorázově. Předpokládaný čas pro provedení sběru dat u jednoho účastníka je přibližně 40 minut. Sběr dat proběhne vždy v podobnou denní dobu a v podobném prostředí.

Charakteristika účastníků výzkumu: Výběr účastníků zkoumaných skupin bude záměrný. Předpokládaný minimální počet účastníků je 60, 30 ve skupině sportovních aerobíček a 30 ve skupině sportovních gymnastek. Účastníky studie budou dívky, které se věnují závodně buď sportovnímu aerobiku, nebo sportovní gymnastice, a to na úrovni republikové soutěže. Věkové kategorie budou pro účely tohoto výzkumu rozděleny dle Pravidel sportovního aerobiku pro rok 2021-2023 a to 8-10 let, 11-13 let, 14-16 let, 17 let a více. Toto věkové rozdělení bude použito jak pro sportovní aerobičky, tak pro sportovní gymnastky. Probandky mají platnou zdravotní prohlídku bez omezení způsobilosti k vybraným sportovním aktivitám. V rámci anamnézy budou dívky dotazovány na věk, výšku a váhu, laterální horních končetin. Kontraindikacemi účasti ve výzkumu budou akutní infekční onemocnění, jakékoli jiné onemocnění či omezení pohybového aparátu, rekonvalescence po operaci, úrazu, onemocnění. Proband/zákonný zástupce probanda nepřítomnost kontraindikací stvrdí podpisem informovaného souhlasu před samotným započítáním výzkumu. Somatognostická vyšetření, Beighton skóre a Y balance test nepřináší další specifické kontraindikace. Probandka/zákonný zástupce probandky nepřítomnost kontraindikací stvrdí podpisem informovaného souhlasu před samotným započítáním výzkumu. Probandy do výzkumu bude vybírat Klára Hlásková, Bc. a PhDr. Tereza Nováková, Ph.D. Sportovní kluby budou osloveny e-mailem dopisem přiloženým níže, někteří trenéři a sportovkyně osobně.

Zajištění bezpečnosti: Výzkumu bude vždy přítomna předkladatelka a řešitelka projektu Bc. Klára Hlásková. Se všemi metodami sběru dat bude účastník seznámen v pro něj dostatečné míře, bude vysvětlen průběh měření, budou sděleny nejčastější chyby při měření, budou zodpovězeny dotazy účastníka.

Bezpečnost bude také zabezpečena standardním postupem provedení použitých metod sběru dat (Y balance test). Bude zabezpečen dostatečný klid při měření pro maximální soustředěnost účastníka a vyvarování se možných chyb.

Před provedením Y balance testu, se účastník krátce rozcvičí dle svého uvážení. Nebudou použity žádné invazivní metody. Budou zajištěny adekvátní podmínky prostředí a adekvátní příprava účastníků k provádění aktivit v rámci daného výzkumu. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u aktivit a testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu. Bezpečnost bude zajištěna standardním způsobem.

Etické aspekty výzkumu: Do výzkumu budou zahrnuty nezletilé osoby, jejichž organismus se v tomto věkovém období vyvíjí, mění se např. jejich tělesné proporce. V těchto věkových kategoriích je značný prostor pro včasný záchyt a nápravu některých možných patologií. Zkoumané oblasti, tedy somatognozie, konstituční hypermobilita a posturální stabilita, mohou pomoci odhalit rizika, která s sebou závodní provádění sportovního aerobiku a gymnastiky nese (úraz, přílišný tlak ze strany sportovního prostředí na vzhled), a stanovit potřebná opatření (úprava tréninku, dostatečná regenerace, podpora fyziologického psychomotorického vývoje).

Potenciální střet zájmů: Předkladatel a řešitel výzkum zpracovává za účelem sepsání diplomové práce, která je jedním z předpokladů úspěšného dokončení magisterského studia. Nemá osobní zájem na konkrétním výsledku výzkumu. Integrita a důvěryhodnost výzkumu bude zachována přesným a poctivým postupem sběru dat u každého účastníka studie. 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 výsledků výzkumu mou osobou. S těmito gymnastickými disciplínami mě poji zájem z pohledu fyzioterapie, nejsem v současnosti aktivním účastníkem ani trenérem.

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: pohlaví, e-mail, věk a data získaná měřením, které budou bezpečně uchovány na heslem zajištěném soukromém počítači řešitele, v této podobě budou uchovány do úspěšného obhájení diplomové práce, potom budou neodkladně smazány. Přístup k nim bude mít také vedoucí diplomové práce. Osobní údaje účastníků výzkumu nebudou předávány k dalšímu zpracování jinou osobou. Veškerá osobní data získaná od účastníků výzkumu budou anonymizována již při zápisu hodnot v průběhu měření, místo jména budou použity číslice, identifikace dat s osobou účastníka nebude možná. 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.

Požítování fotografií/vidéi/audio nahrávek účastníků:

Během výzkumu nebudou požítovány žádné fotografie, videa ani audio nahrávky.

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. Potvrzují, 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 : 13. 3. 2023

Podpis předkladatele: *Jela'sova!*

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. Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc. Mgr. Tomáš Ruda, Ph.D.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D. MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem: *148/2023*

dne: *15. 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.

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu
razítko UK FTVS
Josef Martího 31, 162 52, Praha 6

IPM
podpis předsedkyně EK UK FTVS

Příloha č. 2 – Vzor informovaného souhlasu

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

INFORMOVANÝ SOUHLAS k žádosti 278/2022

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 biomedicině č. 96/2001, jsou-li aplikovatelné), Vás žádám o souhlas s Vaší účastí / účastí Vaší dcery ve výzkumném projektu Bc. Kláry Hláskové (řešitel) na UK FTVS v rámci diplomové práce s názvem „Porovnání somatognozie a posturální stability mezi sportovními aerobičkami a gymnastkami“. Výzkum bude prováděn v tělocvičnách klubů, v jógovém studiu.

Projekt bude probíhat v období 3/2023-12/2023.

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

Cílem projektu je zhodnocení somatognozie, konstituční hypermobility a posturální stability u zkoumaných skupin (tedy skupiny sportovních aerobiček a skupiny sportovních gymnastek) a jejich následné porovnání mezi sebou.

Vaše účast / účast Vaší dcery bude spočívat ve vyplnění 20bodového dotazníku hodnotícího tělesné sebepojetí *Body attitude test*, ohodnotíte body 0-5 dle míry Vašeho souhlasu s tvrzením v dotazníku. Dále v absolvování několika krátkých fyzioterapeutických testů hodnotících somatognozii (vnímání vlastního těla), a to *test dle Petrie* (hodnotí senzorické vnímání podnětů; bez zrakové kontroly ohmatáte pravou rukou testovací blok, poté se pokusíte levou rukou nalézt na dalším testovacím bloku stejnou šíři jako měl blok předchozí), *test délky chodidla*, *test šíře ramen a pánve* (bez zrakové kontroly ukážete mezi dlaněmi Vámi předpokládaný rozměr dané části těla, reálné i Vámi ukazované rozměry budou změřeny a porovnány), *vyšetření propriocepce horních a dolních končetin* (vnímání polohy, bez zrakové kontroly Vám bude končetina pasivně nastavena do určité polohy, ta bude následně změněna a Vy se pokusíte znovu zaujmout polohu původní, rozdíl bude změřen, postupně budou změřeny všechny končetiny). Nakonec podstoupíte *Beighton skóre* (které zjišťuje přítomnost konstituční hypermobility, zvýšený rozsah pohybu v kloubech vlivem zvýšené laxicity vaziva, např. v oblasti loktů či kolen) a *Y balance test* (zjišťuje posturální stabilitu dolních končetin). Mezi jednotlivými měřeními bude krátká pauza, která bude určena jak odpočinku, tak vysvětlení průběhu následujícího. Nebudou použity žádné invazivní metody. Během celého měření bude vhodný lehký sportovní oděv, obuv nebude nutná.

Měření proběhne jednorázově, nebude nutné opakování, bude trvat přibližně 40 minut. Při standardním postupu provedení měření, projekt nenesé významně vysoká rizika. Bezpečnost bude zajištěna přítomností řešitele diplomové práce, Vaším dostatečným seznámením a vysvětlením průběhu měření, sdělením nejčastějších chyb, zodpovězením Vašich dotazů a zabezpečení klidného prostředí pro průběh měření. Před provedením Y balance testu budete požádáni o krátké rozcvičení dle Vašeho uvážení, toto měření bude vyžadovat lehkou míru fyzické aktivity. Všechny testy jsou neinvazivní, nepůsobící bolest. Budou zajištěny adekvátní podmínky prostředí a adekvátní příprava účastníků k provádění aktivit v rámci daného výzkumu. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u aktivit a testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu. Bezpečnost bude zajištěna standardním způsobem.

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešslavín

Projektu není možné se účastnit při akutním infekčním onemocnění, onemocnění či omezení pohybového aparátu, rekonvalescenci po operaci, úrazu, onemocnění. Posouzení zdravotní způsobilosti pro účast v projektu lékařem není nutné.

Přínosem pro Vás / Vaši dceru bude zhodnocení somatognozie, posturální stability, konstituční hypermobility, tedy informace o zdravotním stavu, které Vám / Vaší dceři budou sděleny osobně již v průběhu měření. Také seznámení se s některými fyzioterapeutickými diagnostickými nástroji.

Vaše účast / účast Vaší dcery v projektu je dobrovolná a nebude finančně ohodnocena.

Získaná 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: *pohlaví, věk, výška, váha, dominance horní končetiny a data získaná měřením*, které budou bezpečně uchovány na heslem zajištěném soukromém počítači řešitele, v této podobě budou uchovány do úspěšného obhájení diplomové práce, potom budou neodkladně smazány. Přístup k nim bude mít mimo řešitele také vedoucí diplomové práce. Vaše osobní údaje nebudou předávány k dalšímu zpracování jinou osobou. Veškerá osobní data budou anonymizována již při zápisu hodnot v průběhu měření, místo jména budou použity číslice, identifikace dat s Vaší osobou / s osobou Vaší dcery nebude možná. 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. Během výzkumu nebudou pořizovány žádné fotografie, videa ani audio nahrávky.

S celkovými výsledky a závěry výzkumného projektu se můžete na vyžádání seznámit prostřednictvím e-mailové adresy hlaskova.klara@seznam.cz.

V maximální možné míře bude zajištěno, aby získaná data nebyla zneužita.

Jméno a příjmení předkladatele a hlavního řešitele projektu: Bc. Klára Hlásková

Podpis:

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí / s účastí své dcery ve výše uvedeném projektu, že se u mne / mé dcery neobjevují žádné kontraindikace, které by nedovolily účast v projektu, 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 mám / moje dcera 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 (v případě nezletilých)

Vztah zákonného zástupce k účastníkovi Podpis:

Příloha č. 3 – Pozvání k účasti na výzkumném projektu

Pozvání k účasti organizacím, které budou pozváni předávat účastníkům výzkumu

Vážený pane/Vážená paní,

jmenuji se Klára Hlásková a jsem studentkou oboru fyzioterapie na Fakultě tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy (UK FTVS). Obracím se na Vás s žádostí o pomoc při oslovování účastníků mého výzkumu s názvem „Porovnání somatognozie a posturální stability mezi sportovními aerobičkami a gymnastkami“.

Cílem výzkumného práce je zhodnocení somatognozie, konstituční hypermobility a posturální stability u sportovních aerobiček a sportovních gymnastek a jejich následné porovnání mezi sebou.

Výzkum bude probíhat v průběhu roku 2023, v případě souhlasu přímo v prostorech účastnících se klubů, či prostorech jógového studia Hvězda, Křenova 11, Petřiny, 162 00 . Je určen všem dívkám, které se závodně zabývají sportovním aerobikem nebo gymnastikou na úrovni republikové soutěže, od 8 let věku až po dospělé, a mají zájem nahlédnout do fyzioterapeutické diagnostiky, či se dozvědět informace o svém zdravotním stavu.

Jména všech účastníků budou anonymizována. Názvy klubů budou anonymizovány v případě, kdy o anonymizování klubu výslovně požádá ať už klub, či sportovkyně. Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována, publikována (ve výzkumných pracích, případně v odborných časopisech, monografiích), prezentována (na konferencích) a případně dále využita při další výzkumné práci na UK FTVS v anonymní podobě.

Tím, že výše uvedené informace v tomto e-mailu přepošlete trenérům, přímo sportovkyním, či jejich rodičům, potvrzujete, že dobrovolně souhlasíte s realizací výzkumu ve Vašem klubu, o kterém jste byl/a informován/a, jakož i o právu odmítnout účast nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS.

Prosím, aby mě zájemci kontaktovali na níže uvedeném e-mailu. Účast jednotlivců je zcela dobrovolná a každý z nich může účast odmítnout, případně z účasti kdykoliv během vyplňování odstoupit.

Výzkum byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod číslem: 278/2022.

S výsledky výzkumu se poté můžete seznámit skrze emailovou adresu: hlaskova.klara@seznam.cz

Děkuji Vám za spolupráci

Příloha č. 4 – Dokument č. 1 k žádosti o vyjádření Etické komise UK FTVS

UNIVERZITA KÁRLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

Dokument č. 1 k žádosti o vyjádření Etické komise UK FTVS:

Potvrzení pracoviště o možnosti realizace výzkumného projektu z hlediska bezpečnosti účastníků projektu a o možnosti publikace názvu pracoviště

Dokument pro Etickou komisi UK FTVS

Název pracoviště/obchodní firma:

Odpovědná osoba na pracovišti/statutární zástupce:

Funkce odpovědné osoby:

Svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že na výše uvedeném pracovišti lze realizovat projekt s názvem „*Porovnání somatotypie a posturální stability mezi sportovními aerobickými a gymnastkami*“, jemuž bylo Etickou komisí UK FTVS přiděleno j. č. 278/22 a jehož hlavním řešitelem je Bc. Klára Hlásková, přičemž tento projekt lze na výše uvedeném pracovišti provést s adekvátním zajištěním bezpečnosti pro všechny účastníky projektu, neboť dané pracoviště bude v průběhu realizace projektu adekvátně vybaveno jak po materiální, tak po odborné stránce, a dále zajistí, aby byly dodrženy etické aspekty výzkumu během realizace výzkumu. Dále potvrzuji, že **souhlasím/nesouhlasím (nehodí se škrtněte)** s tím, aby byl název pracoviště/obchodní firmy zveřejněn v rámci publikování výsledků tohoto výzkumu a to i v případě, pokud by měl výsledek výzkumu negativní dopad na pověst pracoviště/obchodní firmy.

V, dne

Podpis odpovědné osoby/statutárního orgánu na pracovišti:

Razítko:

Příloha č. 5 – Záznamový arch pro testování somatognozie

Zkoumaná skupina: aerobičky X gymnastky
Proband č.:
Věk:
Výška (cm):
Váha (kg):
Lateralita: PHK X LHK PDK X LDK

Test dle Petrie: nadhodnocuje X podhodnocuje

Test šíře ramen (cm):
1/ odchylka:
2/ odchylka:
3/ odchylka:
_____ Ø odchylka:

Reálný rozměr:

Test šíře pánve (cm):
1/ odchylka:
2/ odchylka:
3/ odchylka:
_____ Ø odchylka:

Reálný rozměr:

Test délky chodidla (cm):
1/ odchylka:
2/ odchylka:
3/ odchylka:
_____ Ø odchylka:

Reálný rozměr:

Propriocepce HKK (cm):

PHK		LHK	
1/	odchylka:	1/	odchylka:
2/	odchylka:	2/	odchylka:
3/	odchylka:	3/	odchylka:
_____ Ø odchylka:		_____ Ø odchylka:	

Propriocepce DKK (cm):

PDK		LDK	
1/	odchylka:	1/	odchylka:
2/	odchylka:	2/	odchylka:
3/	odchylka:	3/	odchylka:
_____ Ø odchylka:		_____ Ø odchylka:	

(vytvořeno autorkou)

Příloha č. 6 – Záznamový arch pro Body attitude test

Body attitude test (Papežová, 2010)

Č.	Otazka	0	1	2	3	4	5
1.	Jestliže se srovnám se stejně starými, necítím se spokojená se svým tělem.						
2.	Vlastní tělo mi připadá jako předmět bez citu.						
3.	Mé boky se mi zdají příliš široké.						
4.	Cítím se ve svém těle jako doma.						
5.	Velice si přeji být štíhlejší.						
6.	Moje prsa mi připadají příliš velká.						
7.	Mám sklon skrývat své tělo (například ve volném oblečení).						
8.	Když se pozoruji v zrcadle, nejsem se svým tělem spokojená.						
9.	Mohu se po tělesné stránce lehce uvolnit.						
10.	Myslím, že jsem moc tlustá.						
11.	Pocítuji své tělo jako břemeno.						
12.	Zdá se mi, jako by mi mé tělo nepatřilo.						
13.	Některé části mého těla vypadají jako oteklé.						
14.	Mé tělo pro mě představuje ohrožení.						
15.	Můj zevněšek je pro mě velice důležitý.						
16.	Mé břicho vypadá jako bych byla těhotná.						
17.	Ve svém těle se necítím dobře.						
18.	Závidím ostatním jejich zevněšek.						
19.	V mém těle se odhrává něco, co mě děsí.						
20.	Kontroluji svůj vzhled v zrcadle.						

0 - nikdy, 1 - zřídka, 2 - někdy, 3 - často, 4 - většinou, 5 - vždy

PAPEŽOVÁ, Hana. et al. *Spektrum poruch příjmu potravy: interdisciplinární přístup*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-2425-6.

Příloha č. 7 – Záznamový arch pro Beighton skóre

Beighton skóre

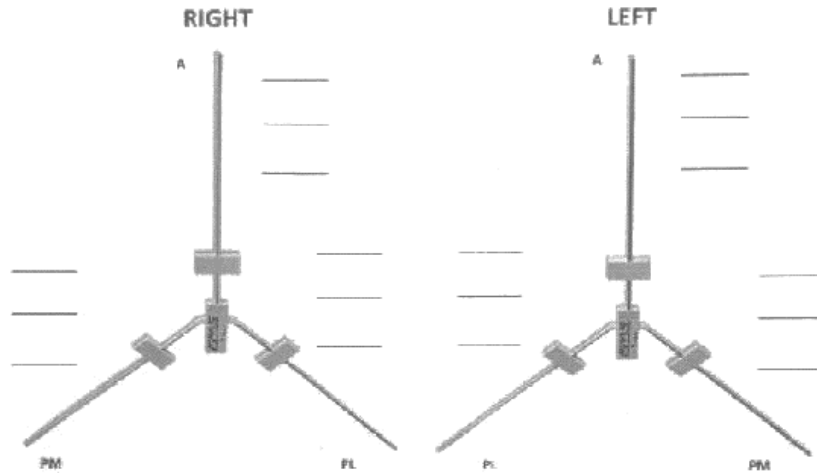
	P	L
Pasivní dorsiflexe a hyperextenze pátého MCP kloubu nad 90°		
Pasivní apozice palce k flexorovému aspektu předloktí		
Pasivní hyperextenze lokte nad 10°		
Pasivní hyperextenze kolena nad 10°		
Aktivní dopředná flexe trupu s koleny plně vysunutými tak, aby dlaně rukou spočívaly rovně na podlaze		
Celkové skóre		

(vytvořeno autorkou)

Příloha č. 8 – Y-balance test – Score Sheet

Y-Balance Test – Score Sheet 

Right limb length in centimeters: _____
 (Measure from right ASIS to right medial malleolus in supine after performing bilateral bridge)



Greatest Successful Reach

	Right	Left	Difference
Anterior (A)			
Posteromedial (PM)			
Posterolateral (PL)			

Composite Score

Right	
Left	

$$\frac{(\text{Anterior} + \text{Posteromedial} + \text{Posterolateral})}{3 \times \text{Right limb Length}} \times 100$$

St. Luke's Sports Medicine. *Y-Balance test – Score Sheet* [online]. 2023 [cit. 2023-08-19]. Dostupné z: <https://www.stlukesonline.org/health-services/specialties/programs/st-lukes-sports-medicine-program/~-/media/5f8cf5633c094c159cd15ea555528135.ashx>.