

Abstrakt

Název práce:

Porovnání stability horního a dolního kvadrantu pomocí Y-balance testu u dívek, které se věnují sportovnímu aerobiku

Cíle práce:

Cílem této diplomové práce je zjistit funkční vývoj dívek, věnující se sportovnímu aerobiku na vrcholové úrovni, porovnat asymetrie a dynamickou stabilitu dolního a horního kvadrantu pomocí Y-balance testu napříč věkovými kategoriemi. Vedle hlavního cíle se práce věnuje monitoraci výskytu muskuloskeletálních obtíží pomocí krátkého anamnestického dotazníku a prostřednictvím Beightonova skóre se hodnotila přítomnost hypermobility. Vedlejším cílem tedy je zjistit, jestli a jak tyto další aspekty ovlivňují dynamickou stabilitu dívek.

Metodika práce:

Výzkumu se zúčastnilo celkem 44 dívek ve věku od 8 do 25 let čili ze všech věkových kategorií sportovního aerobiku. Probandky byly vybrány z devíti klubů v rámci České republiky a v tělocvičnách šesti z nich probíhal samotný výzkum. Měření bylo realizováno během závodní sezóny v období od února 2023 do října 2023. Data byla získávána anamnestickým dotazníkem, Y-balance testem a Beightonovým skórem. V tomto časovém úseku byla děvčata měřena celkem 3x – na začátku sezóny, v půlce a ke konci. Data byla zanesena do formulářů a následně zpracována v programech Microsoft Excel a softwaru R. Vyhodnocení analýzou rozptylu (ANOVA), testem významnosti (Tuckey), Chí-kvadrát testem nezávislosti, Spearmanovým korelačním koeficientem a lineárním regresním modelem dle vhodnosti testu. Všechny testy statistické analýzy byly provedeny na hladině významnosti 0,05.

Výsledek:

Výsledky přináší informace o proměnlivém composite skóre na horních končetinách jak v průběhu sportovní sezóny, tak v rámci dospívání, kdy se koeficient zvyšoval. Dolní končetiny pak vykazovaly spíše konstantní výsledky v rámci věku i fázi roku. Je tedy vidno, že dolní končetiny zachovávají konzistentní úroveň posturální stability, zatímco horní končetiny jsou velmi ovlivnitelné tréninkem. Dále jsem došla k dílčím výsledkům dle stanovených možných faktorů ovlivňující posturální zajištění.

Klíčová slova:

Y-balance test, posturální stabilita, hypermobilita, posturální funkce, raná specializace, trénink žen, aerobik, Beightonovo skóre.