

Abstrakt

Název: Účinnost cvičení vycházejícího z vývojové kineziologie v porovnání se strečinkem u funkčních poruch dětí mladšího školního věku

Cíl: Cílem práce bylo zhodnotit a porovnat účinnost cvičení vycházejícího z vývojové kineziologie a strečinku u dětí mladšího školního věku s posturální odchylkou.

Metodologie: Tato diplomová práce je empiricko-teoretického charakteru s použitím experimentálního výzkumu a byla zpracována kvalitativně za využití kazuistik. Sledovaný soubor představovalo 14 žáků mladšího školního věku s přítomnou funkční poruchou pohybového aparátu. Žáci byli náhodně rozděleni do 2 zkoumaných skupin. Výzkumná část práce spočívala v cvičebních intervencích pro jednotlivé skupiny, kdy u jedné ze skupin bylo využito cvičení dle prvků vývojové kineziologie a u druhé prostého strečinku. Intervence probíhaly ve frekvenci 2x týdně pod odborným dohledem a 1x týdně doma pod dozorem rodičů, to vše po dobu 5 měsíců. Ke sběru dat do výzkumu byly využity následující metody: aspekce, vyšetření zkrácených svalů, vybrané testy dle Koláře a testy rovnováhy vycházející z testovací baterie MABC-2.

Výsledky: Výsledky ukázaly, že u první skupiny, která prováděla cvičení vycházející z vývojové kineziologie, došlo ve větší míře ke zlepšení funkčních posturálních odchylek u 6 ze 7 probandů, jeden proband se zlepšil minimálně. Ke zlepšení rovnováhy došlo také výrazněji u 6 zmiňovaných probandů. Zlepšení posturálních odchylek bylo zaznamenáno i u všech 7 probandů druhé skupiny, která cvičila dle strečinku. V porovnání s první skupinou bylo zlepšení výrazně menší, a to jak u funkčních poruch, tak u rovnováhy. Cvičení dle vývojové kineziologie bylo z hlediska pozitivního vlivu na posturální odchylky vyhodnoceno jako účinnější, strečink byl vyhodnocen jako metoda, která je v praxi dětmi lépe uchopitelná ve smyslu porozumění a jednoduchosti provedení.

Klíčová slova: posturální poruchy, vývojová kineziologie, strečink, rovnováha, mladší školní věk