

ABSTRAKT

Cíl: Předmětem této práce je ověřit případný efekt čtyřtýdenního intervenčního programu za využití metodiky senzomotorické stimulace na posturální stabilitu tanečníků street dance.

Metodika: Tato nerandomizovaná intervenční studie byla provedena na 14 probandech, kteří byli rozděleni na kontrolní a experimentální skupinu. Experimentální skupina podstoupila čtyři týdny dlouhý program vytvořený na základě metodiky senzomotorické stimulace. Intervence byla provedena formou domácí autoterapie. Kontrolní skupina se intervenčního programu nezúčastnila. Posturální stabilita byla měřena na tlakové desce Footscan, kde byl konkrétně zaznamenáván parametr celkové délky trajektorie Centre of Pressure (TTW COP) v různých pozicích. Jednalo se o stoj na pravé a levé dolní končetině a úzký bipedální stoj, obojí s otevřenými a zavřenými očima. K dalšímu posouzení posturální stability byly použity klinické testy Triple Single Leg Hop Test, Single Leg Stance Test on Firm Surface a Jarockého test. Výsledky byly porovnávány mezi kontrolní a experimentální skupinou. Došlo také k porovnání probandů se zraněním dolní končetiny v anamnéze a probandů bez úrazu v rámci experimentální skupiny. Statistické hodnocení bylo provedeno pomocí t-testu a neparametrického Wilcoxonova testu. Hladina statistické významnosti byla určena jako $\alpha = 0,05$.

Výsledky: Statisticky významné hodnoty parametru TTW ($p < 0,05$) vyšly u experimentální skupiny ve stoji na pravé dolní končetině při otevřených i zavřených očích a ve stoji na levé dolní končetině při otevřených očích. U ostatních pozic výsledné hodnoty nebyly statisticky signifikantní. Z klinických testů se jako významné ukázaly hodnoty testu Single Leg Stance Test on Firm Surface pro obě dolní končetiny a testu Triple Single Leg Hop Test pro pravou dolní končetinu.

Závěr: Výsledky této studie ukazují, že tréninkový program založený na metodice senzomotorické stimulace může pozitivně ovlivnit posturální stabilitu tanečníků street dance a to primárně u posturálně náročnějších pozic jako je stoj na

jedné dolní končetině se zrakovou kontrolou i bez ní. Tyto výsledky je třeba ověřit na větším počtu probandů.

Klíčová slova: posturální stabilita, street dance, tanec, proprioceptivní cvičení, metodika senzomotorické stimulace