

Abstrakt

- Název:** Tělesné složení dětí lišících se pohybovým programem
- Cíle:** Hlavním cílem této práce je analyzovat tělesné složení pomocí BIA metody u dětí v mladším školním věku a posoudit rozdíly v zastoupení vybraných tělesných složek vzhledem k lišícímu se pohybovému programu.
- Metody:** Pro diagnostiku tělesného složení byla zvolena metoda bioelektrická impedanční analýza pomocí přístroje Bodystat 1500. Data naměřená Bodystatem byla zpracována a graficky znázorněna pomocí programu Microsoft Excel. Sledované parametry tělesného složení byly: tělesný tuk, tukuprostá hmota a celková tělesná voda. Výzkumu se zúčastnilo celkem 75 probandů ve věku 10–11 let průměrné výšky 147,7 cm a váhy 42,1 kg. Výzkum zahrnuje pravidelně trénujících 25 dětí z klubu RC Mountfield Říčany (trénink 3x týdně + 2x tělesná výchova) s pohybovou aktivitou střední až vysoké intenzity trávající 360 min/týden, pravidelně trénujících 25 dětí z Fight clubu Říčany (2x týdně trénink + 2x tělesná výchova) s pohybovou aktivitou střední až vysoké intenzity trávající 270 min/týden a 25 dětí ze ZŠ Nemo Říčany u kterých je pohybová činnost zastoupena pouze školní tělesnou výchovou 90 min/týden. Výzkumný soubor je tvořen pouze chlapci, protože dívky při srovnatelném množství celkového tělesného tuku disponují vyšším podílem FM než chlapci.
- Výsledky:** Průměrný podíl tělesného tuku u chlapců ze ZŠ Nemo dosahuje $23,7 \pm 7,8$ %. U rugby činí FM $13,8 \pm 3,8$ %. Děti z fight clubu mají průměrné zastoupení tělesného tuku $16,1 \pm 4,2$ %. Chlapci

z klubu rugby mají vyšší průměrné zastoupení FFM. Tyto hodnoty tukuprosté hmoty jsou $85,9 \pm 3,9$ %. Chlapci z fight clubu $83,9 \pm 4,2$ % FFM. Nejmenší podíl tukuprosté hmoty byl naměřen u chlapců ze ZŠ Nemo Říčany – $76,3 \pm 7,8$ %. Průměrné procentuální zastoupení TBW u dětí ze ZŠ Nemo odpovídá 58 %. TBW dětí z klubů rugby a fight dosahuje hodnot $67,2$ % a $61,4$ %.

Klíčová slova: tělesné složení, rugby, bojová umění, tělesná výchova, mladší školní věk, bioimpedance, Bodystat, tělesný tuk, tukuprostá hmota, celková tělesná voda