

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

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Hodnocení motorické výkonnosti a držení těla u dětí mladšího školního věku

Forma projektu: výzkumná práce - diplomová práce

Období realizace: listopad 2017 – duben 2018

Předkladatel: Bc. Lenka Pinkasová

Hlavní řešitel: Bc. Lenka Pinkasová

Místo výzkumu (pracoviště): ZŠ a MŠ Košetice

Vedoucí práce (v případě studentské práce): Prof. Ing. Václav Bunc, CSc.

Popis projektu: Cílem diplomové práce je zhodnocení motorické výkonnosti a držení těla dětí mladšího školního věku. Probandi vyplní krátkou anketu, která se bude týkat pohlaví, věku, četnosti sportovních aktivit a jejich životního stylu. Motorická výkonnost bude následně zhodnocena pomocí modifikovaného UNIFITTESTU, testové baterie, která se již desítky let používá v praxi. V rámci této diplomové práce je do testování zařazen skok daleký snožmo odrazem z místa, běh na vzdálenost dvou kilometrů, člunkový běh 4x10 m, výdrž ve shybu a hluboký předklon. Držení těla bude hodnoceno krátkým vyšetřením fyzioterapeutem se zaměřením na držení těla (vyšetření bude probíhat u dětí ve spodním prádle – dívky s lambádou). Veškeré testování proběhne na půdě základní školy a proběhne o hodinách tělesné výchovy, nenaruší se tedy výuka.

Charakteristika účastníků výzkumu: Účastníci tohoto výzkumu budou děti ve věku 9-11 let (žáci 3. a 4. třídy základní školy). Předpokládaný počet dětí je 30 (ZŠ a MŠ Košetice). Všechny děti mají splněnou pravidelnou preventivní prohlídku u dětského praktického lékaře.

Zajištění bezpečnosti: Všechny použité metody jsou neinvazivní a bezbolestné. U veškerého testování dětí bude přítomen pedagog. Rizika, která děti podstoupí, nebudou vyšší než při běžné hodině tělesné výchovy. Všechny děti budou vyšetřeny pediatrem, jehož posouzení je rozhodující pro zařazení do studie.

Etické aspekty výzkumu: Měření bude provedeno se souhlasem ředitele školy a písemného souhlasu rodičů. Výzkum má zhodnotit a prozkoumat souvztažnost motorické výkonnosti a držení těla u dětí mladšího školního věku. Měl by přinést poznatek, zda má motorický projev dítěte vliv na držení těla. Získaná data budou zpracovávána a bezpečně uchována v anonymní podobě a publikována v diplomové práci, případně v odborných časopisech. Nikde nebudou uvedeny konkrétní informace o dětech. Po anonymizaci budou osobní data smazána. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Informovaný souhlas: příloha

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: 22.11. 2017

Podpis předkladatele:

Vyjádření Etické komise UK FTVS

Složení komise: Předsedkyně: doc. PhDr. Irena Parry Martínková, Ph.D.

Členové: prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

doc. MUDr. Jan Heller, CSc.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem: 184/2014

dne: 24. 11. 2014

Etická komise UK FTVS zhodnotila předložený projekt a neshledala žádné rozpory s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnici pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise.

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

podpis předsedkyně EK UK FTVS

INFORMOVANÝ SOUHLAS

Vážený pane, vážená paní,

v souladu se Všeobecnou deklarací lidských práv, zákonem č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů 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 biomedicíně č. 96/2001, jsou-li aplikovatelné), Vás žádám o souhlas s účastí Vašeho dítěte ve výzkumném projektu v rámci diplomové práce na UK FTVS s názvem Hodnocení motorické výkonnosti a držení těla u dětí mladšího školního věku prováděné na ZŠ a MŠ Košetice.

Cílem diplomové práce je zhodnocení motorické výkonnosti a držení těla dětí. Děti vyplní krátkou anketu, která se bude týkat pohlaví, věku, četnosti sportovních aktivit a jejich životního stylu. V rámci této diplomové práce je do testování zařazen skok daleký snožmo odrazem z místa, běh na vzdálenost dvou kilometrů, člunkový běh 4x10 m, výdrž ve shybu a hluboký předklon. Motorická výkonnost bude následně zhodnocena pomocí modifikovaného UNIFITTESTU, testové baterie, která se již desítky let používá v praxi. Držení těla bude hodnoceno krátkým vyšetřením fyzioterapeutem se zaměřením na držení těla (vyšetření bude probíhat u dětí ve spodním prádle – dívky s lambádou).

Veškeré testování proběhne na půdě základní školy za přítomnosti pedagoga a proběhne o hodinách tělesné výchovy, nenaruší se tedy výuka. Všechny použité metody jsou neinvazivní a bezbolestné. Nebudou testovány děti s akutním onemocněním a v rekonvalescenci. Do výzkumu nebudou zařazeny děti, které jsou svým praktickým lékařem osvobozeny od tělesné výchovy. Celý výzkum bude probíhat v několika setkáních s dětmi (anketa, motorické testování a vyšetření fyzioterapeutem). Rizika, která děti podstoupí, nebudou vyšší než při běžné hodině tělesné výchovy. Výzkum má zhodnotit a prozkoumat souvztažnost motorické výkonnosti dětí. Měl by přinést poznatek, zda má motorický projev dítěte vliv na držení těla. Účast ve studii je dobrovolná a nebude nijak finančně ohodnocena.

Výsledky diplomové práce budou zveřejněny v rámci UK FTVS v elektronické podobě v repozitáři závěrečných prací UK, originál svazku diplomové práce bude k nahlédnutí ve studovně UK FTVS, eventuálně na vyžádání na emailové adrese pinkasova10@seznam.cz. Získaná data budou zpracovávána a bezpečně uchovávána v anonymní podobě a publikována v diplomové práci, případně v odborných časopisech, monografiích a na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS. Po anonymizaci budou osobní data smazána. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Jméno a příjmení předkladatele a hlavního řešitele Bc. Pinkasová Lenka Podpis:

Jméno a příjmení osoby, která provedla poučení: Podpis:.....

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí mého syna/mé dcery ve výše uvedeném projektu a 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. 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.

Místo, datum

Jméno a příjmení účastníka (dítěte) Podpis:

Jméno a příjmení zákonného zástupce

Vztah zákonného zástupce k účastníkovi Podpis:

PŘÍLOHA Č. 3 – POPIS A NORMY VYBRANÝCH TESTŮ

Skok daleký z místa odrazem snožmo (T1)

Tento test se provádí na rovné, pevné ploše (zajištěné před posouváním), jako pomůcka je zapotřebí měřicí pásmo. Testovaná osoba (dále jen TO) ze stoje mírně rozkročného (chodidla přibližně v šíři ramen, rovnoběžně) těsně před odrazovou čarou provede podřep a předklon, zapaží a odrazí se snožmo se současným švihnutím paží vpřed a skočí co nejdále. Povoleny jsou přípravné pohyby paží a trupu, případné poskočení před odrazem je zakázáno stejně tak jako opora (např. o pevný kraj doskočiště) nebo použití treter (Měkota et al. 2002).

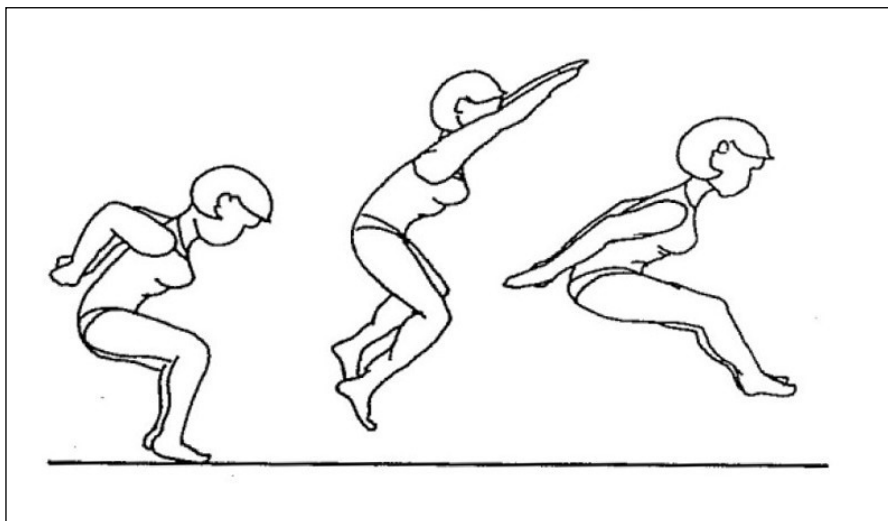
Hodnotí se délka v centimetrech, kdy přesnost měření je 1 cm. Zaznamenává se nejlepší ze tří pokusů. Měřena je vzdálenost od čáry odrazu ke stopě dopadu (zadní okraj). Normy pro skok daleký z místa odrazem snožmo jsou uvedeny v Tab. č. 1 (Měkota et al. 2002).

	Podprůměr	Průměr	Nadprůměr
Věk chlapci (roky)	Skok daleký z místa odrazem snožmo (cm)		
8	150,1 (<=150,1)	158 (150,1-165,9)	165,9 (>=165,9)
9	158,7 (<=158,7)	167 (158,7-175,4)	175,4 (>=175,4)
10	167,2 (<=167,2)	176 (167,2-184,8)	184,8 (>=184,8)
11	171 (<=171)	180 (171-189)	189 (>=189)

Tab. č. 1: Normy skoku dalekého z místa pro chlapce 8-11 let (Bunc 2017).

	Podprůměr	Průměr	Nadprůměr
Věk dívky (roky)	Skok daleký z místa odrazem snožmo (cm)		
8	144,4 (<=144,4)	152 (144,4-159,6)	159,6 (>=159,6)
9	153 (<=153)	161 (153-169,1)	169,1 (>=169,1)
10	161,5 (<=161,5)	170 (161,5-178,5)	178,5 (>=178,5)
11	171 (<=171)	180 (171-189)	189 (>=189)

Tab. č. 2: Normy skoku dalekého z místa pro dívky 8-11 let (Bunc 2017).



Obr. č. 1: Skok daleký z místa s odrazem snožmo (Měkota et al. 2002).

Běh po dobu 12 minut (T3-a) modifikován na běh na vzdálenost 2 km

Tento test má celostní charakter, z fyziologického hlediska hodnotí především aerobní možnosti organismu. Vhodným místem pro konání tohoto testu je atletická dráha a potřebné jsou stopky, měřicí pásmo a startovní pistole/píšťalka. Start probíhá z vysokého postoje a úkolem je uběhnout v požadované době co nejdelší dráhu. Povoleno je střídat běh s chůzí, pokud TO není schopna běhu po celou dobu. Měří se uběhnutá vzdálenost v metrech. Během testu se hlásí dosavadní čas běhu, po ukončení zůstanou všichni testovaní jedinci na místech a vyčkají na změření vzdálenosti. Test se provádí jednou (Měkota et al. 2002).

Pro účely své práce jsem tento test použila v modifikované. Cílem bylo uběhnout dvoukilometrovou vzdálenost v co nejkratším čase. Pomůckou byly tedy pouze stopky.

	Podprůměr	Průměr	Nadprůměr
Věk chlapci (roky)	Běh po dobu 2 km (s); přepočítáno na dobu potřebnou k překonání vzdálenosti 1 km		
8	286,7 ($\geq 286,7$)	273 (286,7-259,4)	259,4 ($\leq 259,4$)
9	276,2 ($\geq 276,2$)	263 (276,2-249,9)	249,9 ($\leq 249,9$)
10	264,6 ($\geq 264,6$)	252 (264,6-239,4)	239,4 ($\leq 239,4$)
11	276,2 ($\geq 276,2$)	263 (276,2-249,9)	249,9 ($\leq 249,9$)

Tab. č. 3: Normy běhu na vzdálenost 2 km pro chlapce 8-11 let, přepočítáno na dobu potřebnou k překonání vzdálenosti 1 km (Bunc 2017).

	Podprůměr	Průměr	Nadprůměr
Věk dívky (roky)	Běh po dobu 2 km (s); přepočítáno na dobu potřebnou k překonání vzdálenosti 1 km		
8	340,2 ($\geq 340,2$)	324 (340,2-307,8)	307,8 ($\leq 307,8$)
9	320,3 ($\geq 320,3$)	305 (320,3-289,8)	289,8 ($\leq 289,8$)
10	309,8 ($\geq 309,8$)	295 (309,8-280,3)	280,3 ($\leq 280,3$)
11	305,6 ($\geq 305,6$)	291 (305,6-276,5)	276,5 ($\leq 276,5$)

Tab. č. 4: Normy běhu na vzdálenost 2 km pro dívky 8-11 let, přepočítáno na dobu potřebnou k překonání vzdálenosti 1 km (Bunc 2017).

Člunkový běh 4x10 m (T4-1)

Člunkový běh se provádí na rovném terénu, kde jsou ve vzdálenosti 10 metrů od sebe umístěny dvě mety (maximálně 20 cm vysoké), které jsou součástí desetimetrové vzdálenosti. První meta se nachází na startovní čáře dlouhé nejméně 1 metr. Jako pomůcky se užívají pásmo a stopky. Člunkový běh se provádí tak, že TO zaujme postavení (polovysoký start) těsně před startovní čarou, následně se na povely „Připravte se – pozor – vpřed“ rozběhne k metě vzdálené 10 metrů, kterou oběhne a vrací se zpět k první metě. První metu oběhne tak, aby dráha mezi druhým a třetím úsekem dráhy tvořila osmičku a opět běží k druhé metě, nyní se jí však již pouze dotkne rukou a poté se vrací co nejrychleji do cíle k první metě, které se povinně opět dotkne rukou (Měkota et al. 2002), v tuto chvíli test končí. Celý test se provádí dvakrát, zaznamenává se lepší výsledek. Mezi pokusy musí být minimálně pětiminutová pauza (Měkota et al. 2002).

	Podprůměr	Průměr	Nadprůměr
Věk chlapci (roky)	Člunkový běh 4x10 m (s)		
8	12,3 ($\geq 12,3$)	11,7 (12,3-11,1)	11,1 ($\leq 11,1$)
9	12,2 ($\geq 12,2$)	11,6 (12,2-11)	11 (≤ 11)
10	11,8 ($\geq 11,8$)	11,2 (11,8-10,6)	10,6 ($\leq 10,6$)
11	11,6 ($\geq 11,6$)	11 (11,6-10,5)	10,5 ($\leq 10,5$)

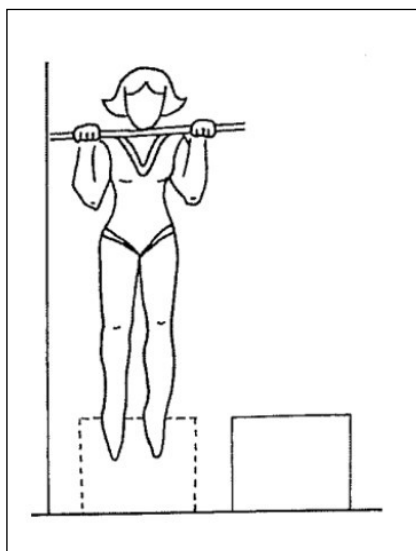
Tab. č. 5: Normy člunkového běhu pro chlapce 8-11 let (Bunc 2017).

	Podprůměr	Průměr	Nadprůměr
Věk dívky (roky)	Člunkový běh 4x10 m (s)		
8	12,8 ($\geq 12,8$)	12,2 (12,8-11,6)	11,6 ($\leq 11,6$)
9	12,4 ($\geq 12,4$)	11,8 (12,4-11,2)	11,2 ($\leq 11,2$)
10	12,3 ($\geq 12,3$)	11,7 (12,3-11,1)	11,1 ($\leq 11,1$)
11	11,8 ($\geq 11,8$)	11,2 (11,8-10,6)	10,6 ($\leq 10,6$)

Tab. č. 6: Normy člunkového běhu pro dívky 8-11 let (Bunc 2017).

Výdrž ve shybu (T4-2)

Výdrž ve shybu je testem statické, vytrvalostně silové schopnosti horních končetin a pletence ramenního. Hlavní pomůckou je zde doskočná hrazda s průměrem žerdi 2-4 cm, dále je zapotřebí stopek a popřípadě stoličky. TO zaujme výchozí polohu na hrazdě – držení nadhmatem, brada nad žerdí a nohy nad podložkou, eventuální dopomoc je možná. TO se snaží v této poloze vydržet co nejdélní dobu. Test je ukončen poklesem brady pod úroveň žerdě. Výdrž se hodnotí v sekundách, kdy přesnost záznamu je 1 s (Měkota et al. 2002).



Obr. č. 2: Výdrž ve shybu (Měkota et al. 2002).

	Podprůměr	Průměr	Nadprůměr
Věk chlapci (roky)	Výdrž ve shybu (s)		
8	20,9 ($\leq 20,9$)	22 (20,9-23,1)	23,1 ($\geq 23,1$)
9	21,9 ($\leq 21,9$)	23 (21,9-24,2)	24,2 ($\geq 24,2$)
10	22,8 ($\leq 22,8$)	24 (22,8-25,2)	25,2 ($\geq 25,2$)
11	23,6 ($\leq 23,6$)	24,8 (23,6-26)	26 (≥ 26)

Tab. č. 7: Normy výdrže ve shybu pro chlapce 8-11 let (Bunc 2017).

	Podprůměr	Průměr	Nadprůměr
Věk dívky (roky)	Výdrž ve shybu (s)		
8	12,4 ($\leq 12,4$)	13 (12,4-13,7)	13,7 ($\geq 13,7$)
9	13,3 ($\leq 13,3$)	14 (13,3-14,7)	14,7 ($\geq 14,7$)
10	14,3 ($\leq 14,3$)	15 (14,3-15,8)	15,8 ($\geq 15,8$)
11	15,2 ($\leq 15,2$)	16 (15,2-16,8)	16,8 ($\geq 16,8$)

Tab. č. 8: Normy výdrže ve shybu pro dívky 8-11 let (Bunc 2017).

Hluboký předklon v sedu (T4-3)

Test hlubokého předklonu hodnotí kloubní pohyblivost, ohebnost a svalovou pružnost, především v oblasti páteře a kyčelního kloubu. K tomuto testu je zapotřebí měřicí zařízení použité v Eurofittestu pro dospělé. Jedná se o bednu (rozměry: délka 35 cm, šířka 45 cm a výška 32 cm) s vrchní deskou (rozměry: délka 55 cm, šířka 45 cm), která přesahuje o 25 cm stěnu, o níž se opírají chodidla testovaného. Vrchní deska je vybavena stupnicí od 0 do 50, kde 0 je na kraji desky. Testovaný se posadí snožmo k testovacímu zařízení, chodidly se opře o jeho přední stěnu. Dolní končetiny jsou natažené v kolenních kloubech. Testovaný předpaží a postupně se předklání, zároveň se jeho napnuté prsty sunou po délkovém měřítku na svrchní desce co nejdále. Kolenní klouby musí zůstat po celou dobu výkonu natažené, v krajní poloze musí testovaný vydržet 2 vteřiny (Měkota et al. 2002).

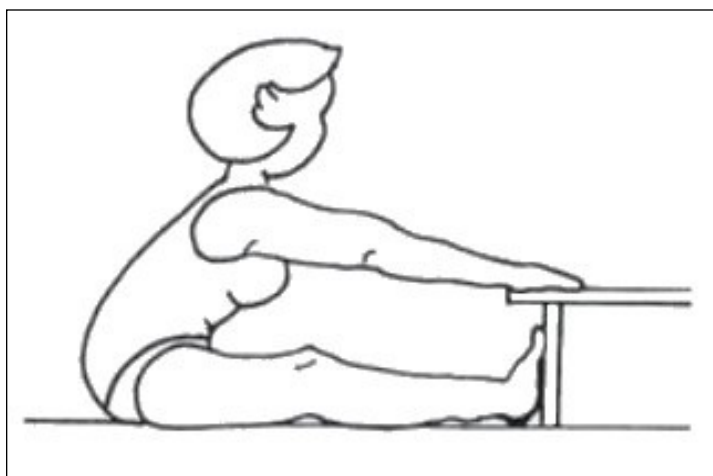
Z testovacího zařízení se odečítá vzdálenost dosahu prostředních prstů na centimetrovém měřidle na svrchní části bedny (pokud jsou vzdálenosti stranově asymetrické, zprůměrují se). Testuje se dvakrát, lepší výsledek se zaznamenává. Test se provádí na boso po standardním rozcvičení, napnutá kolena jsou fixována pomocníkem. Krajní polohy nesmí být dosaženo hmitem, proto je pro platný výsledek nutná výdrž 2 s (Měkota et al. 2002).

	Podprůměr	Průměr	Nadprůměr
Věk chlapci (roky)	Hluboký předklon (cm)		
8	19 (<=19)	20 (19-21)	21 (>=21)
9	18,1 (<=18,1)	19 (18,1-20)	20 (>=20)
10	17,1 (<=17,1)	18 (17,1-18,9)	18,9 (>=18,9)
11	18,1 (<=18,1)	19 (18,1-20)	20 (>=20)

Tab. č. 9: Normy hlubokého předklonu pro chlapce 8-11 let (Bunc 2017).

	Podprůměr	Průměr	Nadprůměr
Věk dívky (roky)	Hluboký předklon (cm)		
8	20,9 ($\leq 20,9$)	22 (20,9-23,1)	23,1 ($\geq 23,1$)
9	22,8 ($\leq 22,8$)	24 (22,8-25,2)	25,2 ($\geq 25,2$)
10	22,8 ($\leq 22,8$)	24 (22,8-25,2)	25,2 ($\geq 25,2$)
11	22,8 ($\leq 22,8$)	24 (22,8-25,2)	25,2 ($\geq 25,2$)

Tab. č. 10: Normy hlubokého předklonu pro dívky 8-11 let (Bunc 2017).



Obr. č. 3: Hluboký předklon v sedu (Měkota et al. 2002).

PŘÍLOHA Č. 4 – KONKRÉTNÍ VÝSLEDKY JEDNOTLIVÝCH DĚTÍ

Konkrétní výsledky jednotlivých dětí - modifikovaný UNIFITTEST

<-----výsledky modifikovaného UNIFITTESTu----->

dívky	skok snožmo (cm)	běh (s)	člunkový běh (s)	výdrž ve shybu (s)	hluboký předklon (cm)
8 let					
norma	144,4 - 159,6	307,8-340,2	11,6-12,8	12,4 - 13,7	20,9 - 23,1
dívka č. 1	151	342	11,9	30,4	44
dívka č. 2	110	555	13,8	0	18
dívka č. 3	175	420	11,6	5,4	38

9 let					
norma	153 - 169,1	289,8-320,3	11,2-12,4	13,3 - 14,7	22,8 - 25,2
dívka č. 4	162	450	12,6	10,4	25
dívka č. 5	144	390	13,7	18,6	41
dívka č. 6	151	409	13,8	15,1	35
dívka č. 7	153	335	12,9	5,4	26
dívka č. 8	146	415	11,9	2	35
dívka č. 9	140	382	13	6,4	31
dívka č. 10	156	335	12,1	16,6	36
dívka č. 11	162	531	12,3	3,8	31

chlapci	skok snožmo (cm)	běh (s)	člunkový běh (s)	výdrž ve shybu (s)	hluboký předklon (cm)
8 let					
norma	150,1 - 165,9	259,4-286,7	11,1-12,3	20,9 - 23,1	19 - 21
chlapec č. 1	167	323	11,8	45,2	35
chlapec č. 2	128	419	13,4	6,3	21

9 let					
norma	158,7 - 175,4	249,9-276,2	11-12,2	21,9 - 24,2	18,1 - 20
chlapec č. 3	142	404	12,7	7,1	17
chlapec č. 4	143	368	12,6	3,6	32
chlapec č. 5	121	398	13,1	7,2	19
chlapec č. 6	175	421	11,5	5,8	30
chlapec č. 7	144	381	13	4,8	28
chlapec č. 8	122	425	14,2	4,6	25
chlapec č. 9	122	346	13,8	2	27
chlapec č. 10	166	545	11,5	22,6	42
chlapec č. 11	144	340	12,9	38,5	12
chlapec č. 12	179	355	12,5	19,5	34
chlapec č. 13	128	450	12,5	0	28
chlapec č. 14	129	547	13,3	0	8

10 let					
norma	167,2 - 184,8	239,4-264,6	10,6-11,8	22,8 - 25,2	17,1 - 18,9
chlapec č. 15	148	359	11,9	35,8	34
chlapec č. 16	178	354	12,1	16,5	28
chlapec č. 17	175	493	12,3	3,4	27
chlapec č. 18	125	411	12,1	5,1	37

11 let					
norma	171 - 189	249,9-276,2	10,5-11,6	23,6 - 26	18,1 - 20
chlapec č. 19	130	565	12,6	12,7	16

Konkrétní výsledky jednotlivých dětí - držení těla

<-----výsledky držení těla----->

dívky	test DT dle Matthiase	test DT dle J. a L. *	Adamsův test
8 let			
norma			
dívka č. 1	1/1	7	OK
dívka č. 2	2/1	7	OK
dívka č. 3	2/1	11	ASYM

9 let			
norma			
dívka č. 4	2/1	9	OK
dívka č. 5	2/1	9	ASYM
dívka č. 6	1/1	7	ASYM
dívka č. 7	2/2	8	ASYM
dívka č. 8	2/1	8	ASYM
dívka č. 9	2/1	9	OK
dívka č. 10	1/1	7	ASYM
dívka č. 11	2/2	13	ASYM

chlapci			
8 let			
norma			
chlapec č. 1	1/1	8	OK
chlapec č. 2	2/2	10	OK

9 let			
norma			
chlapec č. 3	2/1	14	ASYM
chlapec č. 4	2/1	14	ASYM
chlapec č. 5	2/1	7	OK
chlapec č. 6	1/1	8	ASYM
chlapec č. 7	2/1	10	ASYM
chlapec č. 8	1/1	8	OK
chlapec č. 9	2/2	9	OK
chlapec č. 10	2/2	14	OK
chlapec č. 11	2/2	9	ASYM
chlapec č. 12	2/1	10	ASYM
chlapec č. 13	2/2	10	OK
chlapec č. 14	2/1	11	OK

10 let			
norma			
chlapec č. 15	2/1	14	OK
chlapec č. 16	2/2	9	ASYM
chlapec č. 17	2/2	10	ASYM
chlapec č. 18	2/1	12	ASYM

11 let			
norma			
chlapec č. 19	3/3	16	ASYM

* test držení těla dle Jaroše a Lomníčka

Konkrétní výsledky jednotlivých dětí - pořadí

dívky	dívky	pořadí UNIFITTEST	pořadí držení těla	*	pořadí OPZ**
8 let	8 let				
K. Z.	dívka č. 1	2,5	3,5	1	10,5
S. V.	dívka č. 2	28,5	10,5	18	26
VL. A.	dívka č. 3	4	21	17	10,5
9 let	9 let				
F. K.	dívka č. 4	15	10,5	4,5	29,5
H. KAM.	dívka č. 5	9,5	10,5	1	10,5
H. KAR.	dívka č. 6	9,5	3,5	6	26
J. J.	dívka č. 7	20,5	21	0,5	10,5
VO. A.	dívka č. 8	13	10,5	2,5	22
Č. L.	dívka č. 9	20,5	10,5	10	26
K. V.	dívka č. 10	2,5	3,5	1	10,5
Š. N.	dívka č. 11	6,5	28,5	22	10,5
chlapci	chlapci				
8 let	8 let				
U. J.	chlapec č. 1	1	3,5	2,5	10,5
Ž. A.	chlapec č. 2	20,5	21	0,5	29,5
9 let	9 let				
B. N.	chlapec č. 3	28,5	21	7,5	10,5
H. M.	chlapec č. 4	20,5	21	0,5	10,5
J. M.	chlapec č. 5	26	10,5	15,5	10,5
K. Š.	chlapec č. 6	6,5	3,5	3	22
M. D.	chlapec č. 7	20,5	10,5	10	10,5
R. M.	chlapec č. 8	20,5	3,5	17	26
B. A. Q. - T.	chlapec č. 9	20,5	21	0,5	10,5
B. V.	chlapec č. 10	5	28,5	23,5	10,5
B. O.	chlapec č. 11	20,5	21	0,5	10,5
H. J.	chlapec č. 12	9,5	10,5	1	22
Ř. M.	chlapec č. 13	20,5	21	0,5	10,5
Š. O.	chlapec č. 14	28,5	21	7,5	10,5
10 let	10 let				
B. T.	chlapec č. 15	9,5	21	11,5	10,5
K. D.	chlapec č. 16	13	21	8	10,5
Š. K.	chlapec č. 17	13	21	8	10,5
H. E.	chlapec č. 18	20,5	21	0,5	26
11 let	11 let				
D. P.	chlapec č. 19	28,5	30	1,5	1,5

* rozdíl pořadí UNIFITTEST a držení těla

** objem pohybového zatížení

Konkrétní výsledky jednotlivých dětí - anketa

dívky										
8 let	otázka č. 1	otázka č. 2	otázka č. 3	otázka č. 4	otázka č. 5	otázka č. 6	otázka č. 7	otázka č. 8	otázka č. 9	otázka č. 10
dívka č. 1	7x	i ve volném čase	7x	běh	pěšky	více	méně	ne	ano	ano
dívka č. 2	3-4x	i ve volném čase	7x	běh	autem	více	stejně často	ne	ano	ano
dívka č. 3	7x	i ve volném čase	5-6x	tenis	pěšky	více	více	ano	ano	ano

9 let	otázka č. 1	otázka č. 2	otázka č. 3	otázka č. 4	otázka č. 5	otázka č. 6	otázka č. 7	otázka č. 8	otázka č. 9	otázka č. 10
dívka č. 4	1-2x	pouze TV	3-4x	běh	autem	více	stejně často	ne	ano	ano
dívka č. 5	7x	i ve volném čase	7x	jezdectví	autobus a pěšky	stejně často	méně	ano	ano	ano
dívka č. 6	3-4x	i ve volném čase	5-6x	jezdectví	autobus a pěšky	více	méně	ano	ano	ano
dívka č. 7	7x	i ve volném čase	7x	běh	autobus a pěšky	více	méně	ano	ano	ano
dívka č. 8	5-6x	i ve volném čase	7x	běh	autem	více	stejně často	ano	ano	ano
dívka č. 9	3-4x	i ve volném čase	5-6x	tanec	autem	více	méně	ne	ano	ano
dívka č. 10	7x	i sport. kroužek	7x	běh	autem	více	stejně často	ano	ano	ano
dívka č. 11	7x	i ve volném čase	7x	běh	pěšky	více	stejně často	ne	ano	ano

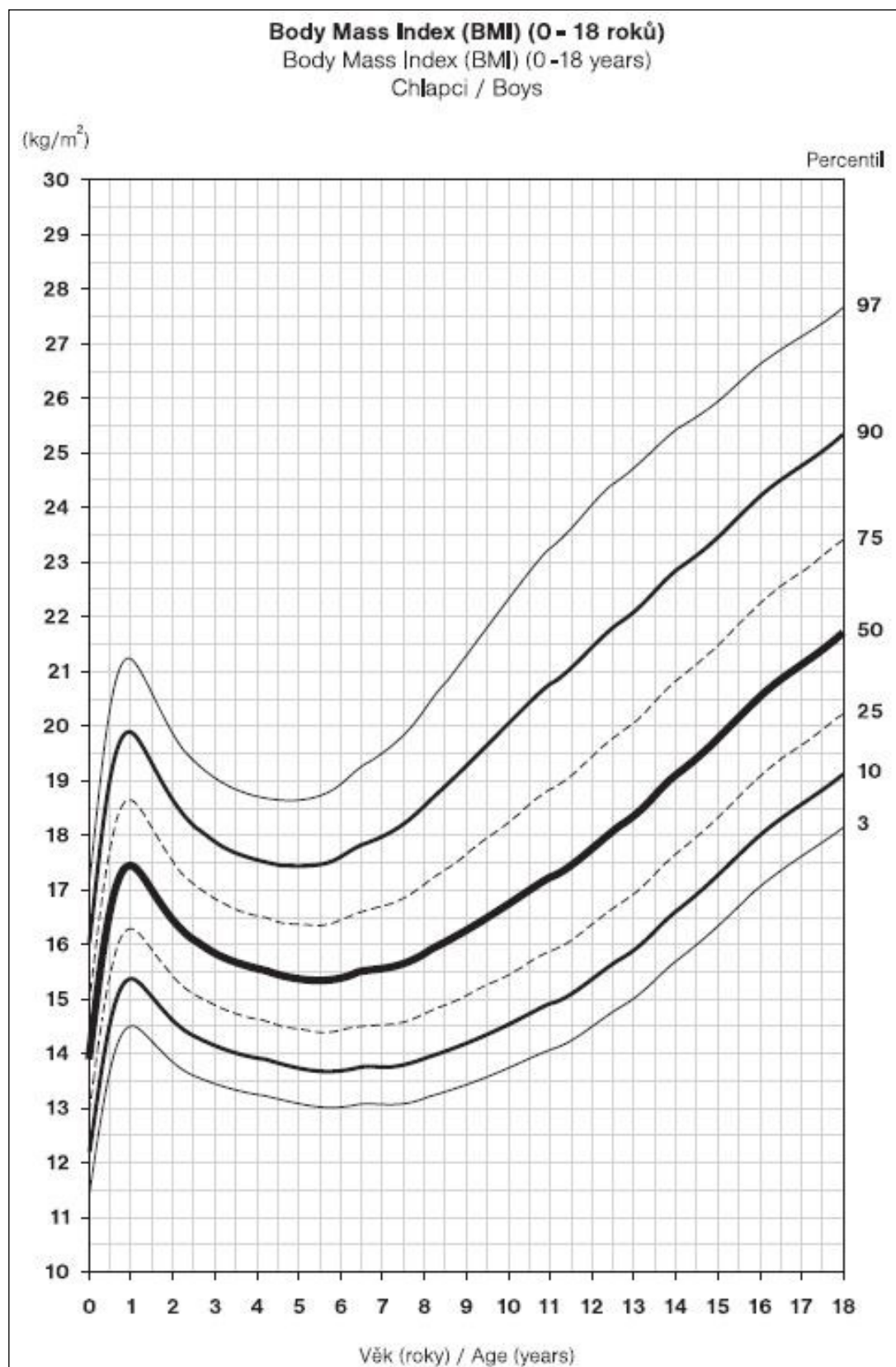
chlapci										
8 let	otázka č. 1	otázka č. 2	otázka č. 3	otázka č. 4	otázka č. 5	otázka č. 6	otázka č. 7	otázka č. 8	otázka č. 9	otázka č. 10
chlapec č. 1	7x	i ve volném čase	7x	běh	autem	více	stejně často	ano	ano	ano
chlapec č. 2	1-2x	i sport. kroužek	1-2x	běh	autem	stejně často	méně	ne	ano	ano

9 let	otázka č. 1	otázka č. 2	otázka č. 3	otázka č. 4	otázka č. 5	otázka č. 6	otázka č. 7	otázka č. 8	otázka č. 9	otázka č. 10
chlapec č. 3	7x	i ve volném čase	7x	jízda na kole	pěšky	více	stejně často	ne	ano	ano
chlapec č. 4	7x	i ve volném čase	7x	hokej	autobus a pěšky	méně	více	ano	ano	ano
chlapec č. 5	7x	i ve volném čase	7x	běh	pěšky	více	více	ne	ano	ano
chlapec č. 6	5-6x	i ve volném čase	7x	fotbal	autobus a pěšky	více	stejně často	ne	ano	ano
chlapec č. 7	7x	i ve volném čase	7x	florbal	autem	více	více	ano	ano	ano
chlapec č. 8	3-4x	i ve volném čase	5-6x	fotbal	pěšky	více	méně	ano	ano	ano
chlapec č. 9	7x	i ve volném čase	7x	fotbal	autobus a pěšky	stejně často	méně	ne	ano	ano
chlapec č. 10	7x	i ve volném čase	5-6x	fotbal	autem	více	stejně často	ne	ano	ano
chlapec č. 11	7x	i ve volném čase	7x	běh	autobus a pěšky	více	stejně často	ano	ano	ano
chlapec č. 12	5-6x	i ve volném čase	7x	běh	pěšky	více	stejně často	ano	ano	ano
chlapec č. 13	7x	i ve volném čase	7x	fotbal	autem	více	méně	ano	ano	ano
chlapec č. 14	7x	i ve volném čase	7x	fotbal	autem	více	méně	ne	ano	ano

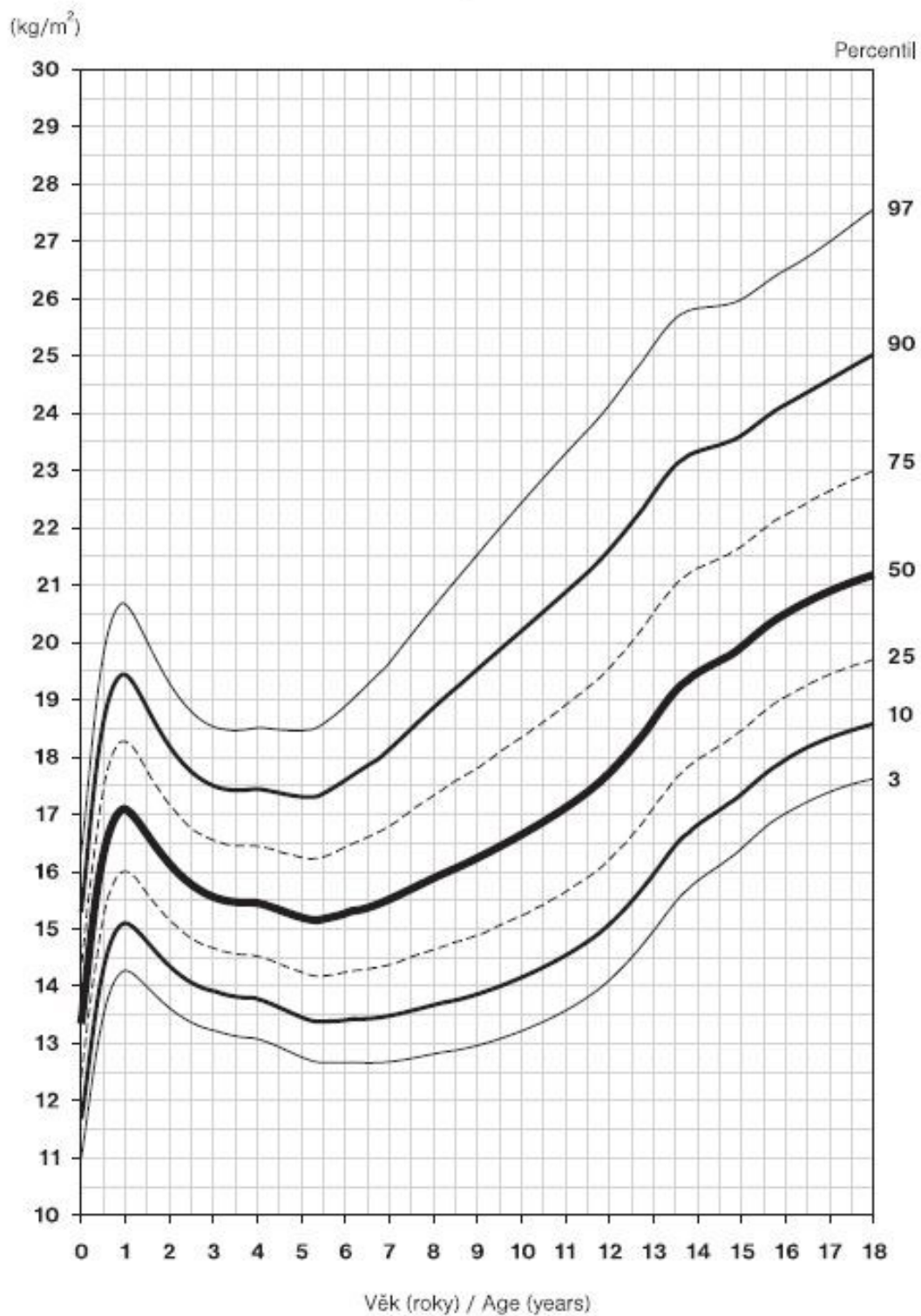
10 let	otázka č. 1	otázka č. 2	otázka č. 3	otázka č. 4	otázka č. 5	otázka č. 6	otázka č. 7	otázka č. 8	otázka č. 9	otázka č. 10
chlapec č. 15	7x	i ve volném čase	7x	běh	pěšky	více	stejně často	ano	ano	ano
chlapec č. 16	7x	i ve volném čase	5-6x	běh	pěšky	více	méně	ano	ne	ano
chlapec č. 17	7x	i ve volném čase	7x	jízda na kole	autem	více	stejně často	ano	ano	ano
chlapec č. 18	3-4x	i sport. kroužek	5-6x	běh	autobus a pěšky	více	méně	ano	ne	ano

11 let	otázka č. 1	otázka č. 2	otázka č. 3	otázka č. 4	otázka č. 5	otázka č. 6	otázka č. 7	otázka č. 8	otázka č. 9	otázka č. 10
chlapec č. 19	7x	pouze TV	7x	chůze	autobus a pěšky	více	méně	ano	ano	ano

PŘÍLOHA Č. 5 – RŮSTOVÉ GRAFY SZÚ (Vignerová a kol. 2006)



Body Mass Index (BMI) (0 - 18 roků)
Body Mass Index (BMI) (0 - 18 years)
Dívky / Girls



PŘÍLOHA Č. 6 – ZÁZNAMOVÉ ARCHY

Základní údaje

Záznamový arch - somatické parametry a hodnocení držení těla

Jméno: _____ tělesná výška: _____ cm
Datum narození: _____ tělesná hmotnost: _____ kg
výpočet indexu BMI: _____

Výsledek testu držení těla dle Matthiase: Vstupní postoj: Konečný postoj:
(vyplň)

Výsledek hodnocení těla dle Jaroše a Lomníčka:	známka 1	známka 2	známka 3	známka 4
Hodnocení hlavy a krku	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hodnocení hrudníku	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hodnocení břicha a sklonu pánve	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hodnocení křivky zad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hodnocení držení těla ve frontální	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hodnocení dolních končetin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(vyber možnost)

Výsledek Adamsova testu: Symetrie: Asymetrie
(vyber možnost)

Záznamový arch - motorická výkonnost hodnocená UNIFITTESTem

Jméno	Skok daleký z místa snožmo (cm)			Běh - 2 km (min)	Člunkový běh 4x10 m (s)		Výdrž ve shybu (s)			Hluboký předklon (cm)	
	1. pokus	2. pokus	3. pokus	1. pokus	1. pokus	2. pokus	1. pokus	2. pokus	3. pokus	1. pokus	2. pokus

(vypíší)

PŘÍLOHA Č. 7 – ANKETA

ANKETA pro žáky třetí a čtvrté třídy Základní školy v Košetících

pro účely diplomové práce **Hodnocení motorické výkonnosti a držení těla u dětí mladšího školního věku.**

řešitel: Bc. Pinkasová Lenka

Vyplň následující anketu, zaměřenou na Tvé pohybové aktivity **v jarním období**. Správnou odpověď zakroužkuj, případně doplň. Odpověď je možná pouze jedna (vyber tu nejvíce pravdivou). Osobní údaje budou po anonymizaci odstraněny.

Jmenuji se _____.

Během týdne sportuji

- každý den.
- 5-6x týdně.
- 3-4x týdně.
- 1-2x týdně.
- téměř nikdy.

Sportuji

- pouze o hodinách TV.
- navštěvuji i sportovní kroužek ve škole.
- věnuji se sportu i ve svém volném čase po škole.
- nikdy, jsem omluven z hodin TV.

Venku trávím volný čas

- každý den.
- 5-6x týdně.
- 3-4x týdně.
- 1-2x týdně.
- téměř nikdy.

Mojí nejčastější pohybovou aktivitou je

- běh (atletické aktivity).
- tenis.
- tanec.
- fotbal.
- florbal.
- hokej.
- jízda na kole
- jezdeckví
- chůze

V létě sportuji **MÉNĚ** **STEJNĚ ČASTO** **VÍCE.**

V zimě sportuji **MÉNĚ** **STEJNĚ ČASTO** **VÍCE.**

Do školy se dopravuji nejčastěji

- pěšky.
- autem s rodiči.
- na kole.
- autobusem a pěšky.

Snídám každý den. ANO NE

Ve škole svačím každý den. ANO NE

Ve škole obědvám každý den ve školní jídelně. ANO NE