

PŘÍLOHY

Příloha č.1: Potvrzený formulář Etickou komisí UK FTVS a vzor IS účastníků výzkumu

Příloha č.2: Rozvrh cvičení

Příloha č. 1: Potvrzený formulář Etickou komisí UK FTVS a vzor IS účastníků výzkumu

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešleslavín

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Vliv zdravotně kompenzačního programu na držení těla u dívek ve věku 14-16 let trénujících sportovní aerobik

Forma projektu: výzkumná práce - bakalářská práce

Období realizace: říjen 2019

Předkladatel: Petra Barthelová

Hlavní řešitel: Petra Barthelová

Místo výzkumu (pracoviště): Václavkova 1040, 293 01 Mladá Boleslav, tělocvična

Vedoucí práce (v případě studentské práce): Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D

Popis projektu: Cílem mé bakalářské práce je zlepšení držení těla u adolescentek, aktivně se věnujících sportovnímu aerobiku. Jedná se o kvalitativní výzkum trvající 6 kalendářních týdnů, založený na kazuistikách. Na začátku a na konci intervence bude provedeno hodnocení držení těla (horní zkřížený syndrom). Pro zlepšení držení těla bude vytvořen cvičební program zaměřený na ovlivnění horního zkříženého syndromu, který bude trvat 20 minut dvakrát týdně a bude se skládat z vyrovnávacích a dechových cviků. V průběhu každého cvičení budu pořizovat fotografie.

Charakteristika účastníků výzkumu: Výzkumu se bude účastnit 6 adolescentních dívek ve věku 14-16 let, které jsou zdravé a zdravotně způsobilé daným cvikům. Tyto dívky se aktivně a vrcholově věnují sportovnímu aerobiku. Dívky mají platnou lékařskou prohlídku. Do projektu nemůže být zařazena dívka, která bude mít zranění, akutní onemocnění či omezením pohybového aparátu nebo bude rekonvalescenci po onemocnění či úrazu.

Zajištění bezpečnosti: Bude prováděna pohybová intervence, kdy budou dívky cvičit převážně v nízkých polohách na zemi. Dívky budou cvičit na podložkách, aby se jim povrch neklouzal a byl měkčí, když budou provádět cviky na zádech. Cvičení bude probíhat v tělocvičně, kde budou otevřená okna, aby byl dostatek kyslíku. Cvičení bude probíhat v měsících říjen 2019 a listopad 2019, tudíž by nemělo hrozit nachlazení děvčat. Budou zajištěny adekvátní podmínky prostředí a adekvátní přípravy účastníků k provádění aktivit v rámci daného výzkumu. Před cvičením se řádně rozcvičíte. Hlavní řešitelka a vedoucí práce bude zabezpečovat bezpečnost a kontrolu při cvičení. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu.

Etické aspekty výzkumu: Adolescentní dívky ve věku 14-16 let mají čtyřikrát týdně trénink sportovního aerobiku, tudíž lze předpokládat, že jsou děvčata přetížená a mají nesprávné držení těla. Budu se snažit toto držení těla zlepšit, jelikož to může být i velmi přínosná věc do budoucna. Budu se snažit zlepšit jejich techniku, provedení, jak ve sportu, tak v normálním životě. Cvičení může mít i dobrý přínos do budoucna jako prevence proti bolesti přetíženého svalového aparátu.

Získaná data budou zpracovávána a bezpečně uchována v anonymní podobě a publikována v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS. Neanonymizované údaje bezpečně uchovány na heslem zajištěném počítači v uzamčeném prostoru. Anonymizace osobních dat bude provedena do jednoho dne po testování.

Po anonymizaci budou osobní data smazána. Anonymizace osob na fotografiích bude provedena rozmazáním obličejů a částí těla či znaků, které by mohly vést k identifikaci dívek. Neanonymizované fotografie budou bezpečně uchovány na heslem zajištěném počítači v uzamčeném prostoru. Neanonymizované fotografie budou bezprostředně po skončení výzkumu smazány. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Text informovaného souhlasu: příložen

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.

Potvrzuji, 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: 15.9.2019

Podpis předkladatele: 

Vyjádření Etické komise UK FTVS

Složení komise: Předsedkyně: doc. PhDr. Irena Parry Martinková, 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:


dne: 18.9.2019

UNIVERZITA KARLOVA

Fakulta tělesné výchovy a sportu, Etická komise UK FTVS, předložil projekt a neshledala žádné rozpory s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnici pro provádění práce zahrnující lidské účastníky.

– 20 – Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise.

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 biomedicině č. 96/2001, jsou-li aplikovatelné), Vás žádám o souhlas s Vaší účastí ve výzkumném projektu v rámci bakalářské práce s názvem: Vliv zdravotně kompenzačního programu na držení těla u dívek 14-16 let trénujících sportovní aerobik prováděné na Václavkova 1040, 293 01 Mladá Boleslav.

1. Cílem mé bakalářské práce je pokusit se napravit a zlepšit držení těla a horní zkřížený syndrom u adolescentek, které se aktivně věnují sportovnímu aerobiku.
2. Během cvičení bude využita metoda aspekce, kdy se budu zaměřovat na držení těla. Budu aplikovat intervenci, která je bezpečná. Jedná se o kompenzační cviky, které budou prováděny na zemi a na které budu dohlížet. Do práce budou zahrnuty fotografie pořízené před začátkem cvičení, v průběhu cvičení a na konci cvičení. Na fotografiích budou rozmazané obličejy, aby nebyla možná identifikace osob. Vědeckou metodou bude kvalitativní výzkum založený na kazuistikách.
3. Cvičení se bude skládat z kompenzačních a dechových cviků prováděných většinou v nízkých polohách na zemi. Dívky budou na podložkách.
4. Celý výzkum se bude skládat z aktivního 20minutového cvičení, které bude prováděno 2x týdně po dobu 6 kalendářních týdnů.
5. Možná rizika, nepříjemné pocity, případná bolest by se v průběhu cvičení neměly objevit. Kompenzační cvičení jsou bezpečná, tudíž by měl probíhat bezbolestný zásah. Pokud by se dívka zranila, tak je možná vhodná kompenzace a léčba, v případě utrpení škody při účasti na výzkumu.
6. Očekávaný přínos výzkumného projektu je zlepšení držení těla, zlepšení horního zkříženého syndromu, která může sloužit i jako dobrá prevence do budoucna.
7. Nebude poskytnuta žádná finanční ani jiná odměna.
8. Cvičení slouží jako projekt k mé bakalářské práci. Data a fotografie z práce budou dostupná pouze u mě.
9. Účastníky seznámím s celkovými výsledky po ukončení cvičení osobně. Dívky dostanou výsledek práce vytištěné do ruky.
10. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita

Jméno a příjmení předkladatele projektu: Petra Barthelová Podpis:

Jméno a příjmení hlavního řešitele a spoluřešitelů Petra Barthelová

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí ve výše uvedeném projektu a že jsem měl(a) možnost si řádně a v dostatečném čase zvážít 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: Podpis:

Jméno a příjmení zákonného zástupce (Uved'te pouze, je-li to nutné)

Vztah zákonného zástupce k účastníkovi Podpis:

Příloha č. 2: Rozvrh cvičení

1. cvičení – 1. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 1	cvik č. 1	cvik č. 6
cvik č. 2	cvik č. 2	cvik č. 7

2. cvičení – 1. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 6	cvik č. 6	cvik č. 1
cvik č. 7	cvik č. 7	cvik č. 2

3. cvičení – 2. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 3	cvik č. 3	cvik č. 8
cvik č. 4	cvik č. 4	cvik č. 9

4. cvičení – 2. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 8	cvik č. 8	cvik č. 3
cvik č. 9	cvik č. 9	cvik č. 4

5. cvičení – 3. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 5	cvik č. 5	cvik č. 10
cvik č. 3	cvik č. 3	cvik č. 11

6. cvičení – 3. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 10	cvik č. 10	cvik č. 5
cvik č. 11	cvik č. 11	cvik č. 3

7. cvičení – 4. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 1	cvik č. 1	cvik č. 6
cvik č. 2	cvik č. 2	cvik č. 7

8. cvičení – 4. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 6	cvik č. 6	cvik č. 1
cvik č. 7	cvik č. 7	cvik č. 2

9. cvičení – 5. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 3	cvik č. 3	cvik č. 8
cvik č. 4	cvik č. 4	cvik č. 9

10. cvičení – 5. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 8	cvik č. 8	cvik č. 3
cvik č. 9	cvik č. 9	cvik č. 4

11. cvičení – 6. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 5	cvik č. 5	cvik č. 10
cvik č. 3	cvik č. 3	cvik č. 11

12. cvičení – 6. týden		
Probandka č. 4	Probandka č. 5	Probandka č. 6
cvik č. 10	cvik č. 10	cvik č. 5
cvik č. 11	cvik č. 11	cvik č. 3