

Abstrakt

Název: Zranění a jejich prevence u hráčů a hráček volejbalu a plážového volejbalu

Cíle: Hlavním cílem této diplomové práce je porovnání nejčastějších druhů zranění u vrcholových hráčů a hráček v šestkovém a plážovém volejbalu v České republice a zmatování zkušeností s následující rekonvalescencí. Dalším cílem je zjistit jaké formy preventivního opatření sportovci používají před poškozením pohybového aparátu a jaké mají zkušenosti s fyzioterapií.

Metody: K vypracování diplomové práce byla použita data získaná z nestandardizovaného dotazníku, který vyplnili čeští hráči a hráčky plážového a šestkového volejbalu. Získaná data byla zpracována pomocí tabulkového softwaru Microsoft Excel do tabulek a grafů. Dotazník celkem vyplnilo 102 probandů.

Výsledky: U českých hráčů a hráček šestkového volejbalu nacházíme nejvyšší četnost zranění v oblasti hlezenních, kolenních kloubů a prstců. Naopak u plážových hráčů a hráček je vyšší podíl poranění v oblasti bederní páteře a ramenních kloubů. Z kompenzačních pomůcek nejčastěji používají tejpovací pásky a z forem regenerace je nejoblíbenější masáž.

Klíčová slova: úrazy, dotazník, fyzioterapie, Česká republika