

SOUHRN

Název práce: Vliv kinestetických počitků na kvalitu řízení vzpřímeného stoje a rovnovážové schopnosti u osob se zrakovým postižením

Cíl práce: Objektivizovat pomocí přístroje Footscan vliv pohybového programu na stabilizaci polohy ve vzpřímeném držení a rovnovážové schopnosti u osob se zrakovým postižením.

Metodika: Experimentu se zúčastnilo deset zrakově postižených probandů, jeden proband se zrakovým a vestibulárním postižením a jedna zcela zdravá probandka. Pohybový program probíhal jedenkrát týdně po dobu jedenácti týdnů a sestával se z cviků balančních, koordinačních, vyrovnávajících svalové dysbalance, byly využity i přístupy k rozvoji tělesného sebeuvědomění a schopnosti relaxace. K ověření vlivu pohybového programu na kvalitu řízení vzpřímeného stoje a rovnovážové schopnosti zrakově postižených probandů byl využit přístroj Footscan. Testování bylo provedeno před zahájením a po skočení pohybového programu, následně byly výsledky vstupního a výstupního měření porovnány mezi sebou. Probandi zhodnotili vliv absolvovaného pohybového programu v závěrečném dotazníku.

Výsledky: Vlivem intervence došlo ke zlepšení stabilizace ve vzpřímeném držení těla u pěti z celkového počtu devíti probandů, kteří absolvovali vstupní i výstupní měření. Z celkového počtu čtyřiceti osmi proběhlých testů, probandi zaznamenali ve dvaceti dvou testech zlepšení, ve dvanácti testech zhoršení a ve čtrnácti testech byly výsledky vstupního i výstupního vyšetření srovnatelné. Při výstupním měření došlo k výraznému zkrácení součtu celkových drah COP všech probandů ve všech testovaných pozicích oproti celkové vstupní hodnotě. Vlivem intervence došlo ke zlepšení kvality stoje na levé dolní končetině u šesti probandů. Subjektivní hodnocení intervence probandy ukázalo přínos v zlepšení rovnovážových schopností.

Klíčová slova: posturální stabilita, rovnováha, balanční cvičení, zrakově postižený, stabilometrie, Footscan