

Evidenční list

Souhlasím se zapůjčením své diplomové práce ke studijním účelům. Uživatel svým podpisem stvrzuje, že tuto diplomovou práci použil ke studiu a prohlašuje, že ji uvede mezi použitými prameny.

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

ABSTRAKT

Název:

Zhodnocení vlivu sportovního lezení na pohybový aparát se zaměřením na bederní páteř

Cíle práce:

Cílem práce je zhodnotit vliv sportovního lezení na pohybový aparát člověka s užším zaměřením na oblast bederní páteře pomocí předem stanovených testů a vyšetření orientujících se na bederní část axiálního systému u skupiny lezců a nelezců. Dílčím cílem je teoretické zpracování problematiky sportovního lezení, bederní páteře a shrnutí vlivu sportovního lezení na pohybový aparát.

Metoda řešení:

Nejprve byla provedena rešerše literatury týkající se problematiky sportovního lezení a bederní páteře. Poté byla na skupině dvaceti lezců a kontrolní skupině dvaceti nelezců provedena komparativní studie, během které bylo provedeno funkční vyšetření bederní páteře pomocí PBU („pressure biofeedback unit“) dle konceptu Spinální segmentální stabilizace a vyšetření pohybových stereotypů a zkrácených svalů dle Jandy. Výsledky byly statisticky zhodnoceny pomocí programu Microsoft Excel a UNISTAT.

Výsledky:

U skupiny lezců se v bederní části axiálního systému potvrdil menší výskyt svalových dysbalancí. Při vyšetření pohybových stereotypů byl prokázán zjevný rozdíl ve stereotypu abdukce v kyčelním kloubu, kde u skupiny lezců převažoval tensorový mechanismus abdukce, zatímco u skupiny nelezců quadrátový mechanismus abdukce. Při vyšetření segmentální stabilizace pomocí „PBU“ nebyl prokázán rozdíl mezi skupinou lezců a nelezců ve schopnosti aktivace m. transversus abdominis. Viditelný rozdíl byl ale ve způsobu provedení pohybu, kdy u skupiny lezců lze předpokládat převažující aktivaci m. rectus abdominis, zatímco u skupiny nelezců m. iliopsoas.

Klíčová slova:

Sportovní lezení, bederní páteř, pressure biofeedback unit, zkrácené svaly, pohybové stereotypy