

## **Abstrakt**

**Název:** Zhodnocení vlivu cvičení dle konceptu Propriofoot a metodikou senzomotorické stimulace dle Jandy a Vávrové na rozložení tlaků chodidla

**Cíle:** V diplomové práci jsou stanoveny tři cíle, a sice zjistit zda a jak se ve stoji po čtyřtýdenním cvičení metodikou senzomotorické stimulace dle Jandy a Vávrové nebo dle konceptu Propriofoot změní procentuální rozložení tlaků mezi pravým a levým chodidlem, zda a jak se změní segmentální zatížení chodidel probandů a zda se případné změny zatížení chodidel probandů budou při porovnání skupin shodovat či lišit.

**Metody:** Jedná se o pilotní studii pro kvantitativní výzkum využívající experimentální vědeckou metodu a pracující se dvěma desetičlennými skupinami probandů ve věku třicet až padesát let, u kterých bylo diagnostikováno plochonoží. Členové obou skupin podstoupili na začátku výzkumného šetření diagnostické měření na přístroji Plantograf V10 a následně absolvovali individuální čtyřtýdenní terapii jednou ze zkoumaných metod dle vypracovaného cvičebního plánu. Na závěr byli probandi opět změřeni stejným přístrojem. Vstupní a kontrolní výsledky měření byly pro každého účastníka i skupinu vyhodnoceny, porovnány a statisticky zpracovány.

**Výsledky:** Analýzou naměřených dat bylo zjištěno, že ani jedna z výše uvedených metodik nemá při čtyřtýdenním cvičení statisticky významný vliv na segmentální zatížení chodidla. Naopak procentuální rozložení tlaků mezi pravým a levým chodidlem obě metody ovlivňují. Nebylo ovšem potvrzeno, že by Propriofoot koncept dosahoval lepších výsledků. Ze stanovených pěti hypotéz tedy byly potvrzeny tři. Subjektivně považovali probandi z obou skupin metody za účinné, protože došlo ke zmírnění či úplnému vymizení bolestí nohou a dolních končetin.

**Klíčová slova:** Propriofoot, senzomotorická stimulace, klenba nožní, propioceptor, segmentální aktivace nohy, předonoží, zánoží, nestabilní plošina