

Abstrakt

Název: Vliv posturální terapie s využitím posturomedu na výskok v basketbalu.

Cíle:

Cílem této práce je zjistit, jaký vliv má stav posturální stabilizace na výšku výskoku u basketbalistů, zachytit úroveň posturální stabilizace před a po 6ti týdenní posturální proprioceptivní terapii na posturomedu a zjistit, zda se u probandů změnil výška výskoku po této terapii.

Metody:

Do studie se zapojilo celkem 30 probandů – hráček basketbalu. 15 probandů bylo zařazeno do experimentální skupiny a zbylých 15 probandů do kontrolní skupiny. U všech probandů proběhlo počáteční i závěrečné měření výšky výskoku. Na výskok měl každý proband 3 pokusy, z nichž nejvyšší dosažený výkon byl zaznamenán. Probandi experimentální skupiny se zúčastnili 6ti týdenní posturální terapie. Terapie probíhala dle koncepce posturální terapie na posturomedu podle dr. Raševa. Data byla vyhodnocena v programu Microsoft Office Excel. Pro výpočet nepárového t-testu byl využit statistický program SPSS.

Výsledky:

Měření potvrdilo pozitivní vliv terapie na posturomedu na výšku výskoku. Experimentální skupina dosáhla statisticky významného rozdílu ve výšce výskoku oproti kontrolní skupině.

Klíčová slova:

Vertikální výskok, basketbal, posturální stabilizace, posturomed.