

11 PŘÍLOHY

Seznam příloh:

Příloha č. 1: Souhlas etické komise.

Příloha č. 2: Informovaný souhlas.

Příloha č. 3: Seznam zkratk.

Příloha č. 4: Seznam obrázků.

Příloha č. 5: Seznam tabulek.

Příloha č. 1: Souhlas etické komise.

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce, zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Akutní vliv statického a dynamického strečinku na výskok

Forma projektu: výzkumná práce - diplomová práce

Období realizace: prosinec 2016

Předkladatel: Anna Dostálová

Hlavní řešitel: Anna Dostálová

Spoluřešitel(é):

Vedoucí práce (v případě studentské práce): Ing. František Lopot

Název grantu:

Popis projektu: Diplomová práce bude zpracovávána pod odborným dohledem školitele. Vybrané osoby se zúčastní měření, při kterém budou provádět výskok na desce Kistler v laboratoři UK FTVS Pomocí měřicího systému Qualisys bude zaznamenáván jejich pohyb. Testované osoby se budou pokoušet o co nejlepší výkon. Následovat bude 12-ti minutový dynamický strečink, poté opět měření výskoku. To samé se bude opakovat s 12-ti minutovým strečinkem statickým a následným měřením výskoku. Výsledky budou zpracovány a porovnány mezi sebou, abychom mohli vyvodit, zda je lepší používat před výkonem statický nebo dynamický strečink.

Zajištění bezpečnosti pro posouzení odborníky: Nebudou použity žádné invazivní techniky. Rizika prováděného testování nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u tohoto typu testování.

Etické aspekty výzkumu: Osobní údaje testovaných osob nebudou zveřejněny. V diplomové práci bude uveden pouze obecný popis skupiny testovaných osob a výsledky jejich naměřených výkonů, avšak zcela anonymně. Všechny testované osoby budou zletilé a způsobilé k testování – budou mít platnou zdravotní prohlídku.

Informovaný souhlas: přiložen

Povinností všech účastníků výzkumu na straně řešitele je chránit život, zdraví, důstojnost, integritu, právo na sebeurčení, soukromí a osobní data zkoumaných subjektů, a podniknout k tomu veškerá preventivní opatření. Odpovědnost za ochranu zkoumaných subjektů leží vždy na účastnících výzkumu na straně řešitele, nikdy na zkoumaných, byť dali svůj souhlas k účasti na výzkumu. Všichni účastníci výzkumu na straně řešitele musí brát v potaz etické, právní a regulační normy a standardy výzkumu na lidských subjektech, které platí v České republice, stejně jako ty, jež platí mezinárodně.

Potvrzuji, že tento popis projektu odpovídá návrhu realizace projektu a že při jakékoli změně projektu, zejména použitých metod, zašlu Etické komisi UK FTVS revidovanou žádost.

V Praze dne: 14.12.2016

Podpis předkladatele:

Vyjádření Etické komise UK FTVS

Složení komise: Předsedkyně: doc. PhDr. Irena Parry Martínková, Ph.D.

Členové: prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

doc. MUDr. Jan Heller, CSc.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem: 162/2016

dne: 15. 12. 2016

Etická komise UK FTVS zhodnotila předložený projekt a **neshledala žádné rozpory** s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směricemi pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise.

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu
Josef Martího 31, 162 52, Praha 6
razítko UK FTVS

- 20 -

podpis předsedkyně EK UK FTVS

Příloha č. 2: Informovaný souhlas.

Vážený pane, vážená paní,

v souladu se Všeobecnou deklarací lidských práv, zákonem č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů a dalšími obecně závaznými právními předpisy (*jakož jsou zejména Helsinská deklarace, přijatá 18. Světovým zdravotnickým shromážděním v roce 1964 ve znění pozdějších změn (Fortaleza, Brazílie, 2013); Zákon o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zejména ustanovení § 28 odst. 1 zákona č. 372/2011 Sb.) a Úmluva o lidských právech a biomedicině č. 96/2001, jsou-li aplikovatelné*), Vás žádám o souhlas s Vaší účastí ve výzkumném projektu v rámci diplomové práce s názvem Akutní vliv statického a dynamického strečinku na výskok.

1. Diplomová práce je bez finanční podpory.
2. Cílem diplomové práce je zjistit, zda je lepší před sportovním výkonem aplikovat statický nebo dynamický strečink.
3. Měření bude prováděno na silových deskách Kistler a půjde o změření času, po který se testovaná osoba bude nacházet ve fázi letu nad podložkou. Pohyb bude zaznamenáván systémem Qualisys.
4. Jedná se o neinvazivní a nebolestivá měření skoku do výšky.
5. Měření bude provedeno během jednoho dne. Prvnímu měření výskoků bude předcházet zahřátí organismu po dobu 7 minut, před druhým měřením provede testovaná osoba 12-ti minutový dynamický strečink a před třetím měření bude testovaná osoba provádět 12-ti minutový strečink statický, vše pod dohledem hlavního řešitele projektu – Bc. Anny Dostálové.
6. Rizika prováděného testování nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u tohoto typu testování.
7. K výzkumu se nevztahují žádné další důležité informace.
8. Přínosem diplomové práce by mělo být zjištění a rozšíření povědomí o tom, jaký typ strečinku by měl jedinec provádět před výkonem, aby dosáhl co nejlepších výsledků. Konkrétně se jedná o skok do výšky po tzv. volejbalovém rozběhu.
9. Za účast nebude nabídnuta odměna.
10. Získaná data budou zpracovávána a uchovávána v anonymní podobě a publikovaná v diplomové práci a v odborných časopisech, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.
11. Osobní data a videa budou po skončení výzkumu smazána.
12. S celkovými výsledky a závěry výzkumu se mohou testované osoby seznámit v Repozitáři závěrečných prací UK.
13. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Jméno a příjmení předkladatele a hlavního řešitele projektu: Anna Dostálová

Podpis:

Jméno a příjmení osoby, která provedla poučení:

Podpis:.....

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím se svojí účastí ve výše uvedeném projektu a že jsem měl(a) možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se mé účasti ve výzkumu a že jsem dostal(a) jasné a srozumitelné odpovědi na své dotazy. Byl(a) jsem poučen(a) o právu odmítnout účast ve výzkumném

projektu nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS, která bude následně informovat předkladatele projektu.

Místo, datum

Jméno a příjmení účastníka

Podpis:

Příloha č. 3: Seznam zkratk.

DS – dynamický strečink

SMODCH – směrodatná odchylka

SS – statický strečink

TO – testovaná osoba

Příloha č. 4: Seznam obrázků.

Obrázek č. 1: Kelvinův model

Obrázek č. 2: Creep

Obrázek č. 3: Opakované vnešení zátěže do svalu

Obrázek č. 4: Smečářský rozběh

Obrázek č. 5: Pracoviště

Obrázek č. 6: Knee hug

Obrázek č. 7: Knee flexion

Obrázek č. 8: Inverted hamstring stretch

Obrázek č. 9: Spiderman

Obrázek č. 10: Walking lungs

Obrázek č. 11: Lateral lungs

Obrázek č. 12: Hand walking

Obrázek č. 13: Sumo squats

Obrázek č. 14: Lateral walking

Obrázek č. 15: Trail leg

Obrázek č. 16: Hacky sack

Obrázek č. 17: Squat and jump

Obrázek č. 18: Protahování SS 1

Obrázek č. 19: Protahování SS 2

Obrázek č. 20: Protahování SS 3
Obrázek č. 21: Protahování SS 4
Obrázek č. 22: Protahování SS 5
Obrázek č. 23: Protahování SS 6
Obrázek č. 24: Protahování SS 7
Obrázek č. 25: Protahování SS 8
Obrázek č. 26: Protahování SS 9
Obrázek č. 27: Protahování SS 10
Obrázek č. 28: Záznam kontaktních sil na deskách Kistler (příklad)
Obrázek č. 29: Identifikace okamžiků odrazu a dopadu
Obrázek č. 30: Určení celkové doby letu
Obrázek č. 31: Záznam odrazu a dopadu realizovaných na jedné desce
Obrázek č. 32: Záznam odrazu a dopadu realizovaných na rozhraní desek
Obrázek č. 33: Histogram – příklad (rozložení výkonů před strečkem)

Příloha č. 5: Seznam tabulek.

Tabulka č. 1: Výsledky TO 1
Tabulka č. 2: Statistické zhodnocení výsledků měření TO 1
Tabulka č. 3: Výsledky TO 2
Tabulka č. 4: Statistické zhodnocení výsledků měření TO 2
Tabulka č. 5: Výsledky TO 3
Tabulka č. 6: Statistické zhodnocení výsledků měření TO 3
Tabulka č. 7: Výsledky TO 4
Tabulka č. 8: Statistické zhodnocení výsledků měření TO 4
Tabulka č. 9: Výsledky TO 5
Tabulka č. 10: Statistické zhodnocení výsledků měření TO 5

Tabulka č. 11: Výsledky TO 6

Tabulka č. 12: Statistické zhodnocení výsledků měření TO 6

Tabulka č. 13: Výsledky TO 7

Tabulka č. 14: Statistické zhodnocení výsledků měření TO 7

Tabulka č. 15: Výsledky TO 8

Tabulka č. 16: Statistické zhodnocení výsledků měření TO 8

Tabulka č. 17: Výsledky TO 9

Tabulka č. 18: Statistické zhodnocení výsledků měření TO 9

Tabulka č. 19: Výsledky TO 10

Tabulka č. 20: Statistické zhodnocení výsledků měření TO 10

Tabulka č. 21: Shrnutí středních hodnot pro jednotlivé TO po DS a hodnocené fáze měření

Tabulka č. 22: Shrnutí středních hodnot pro jednotlivé TO po SS a hodnocené fáze měření

Tabulka č. 23: Shrnutí středních hodnot

Tabulka č. 24: Výstupy dotazníkového šetření

Tabulka č. 25: Statistické zhodnocení výsledků dotazníkového šetření

Tabulka č. 26: Zkoumání vlivu SS a DS na výkon ve vertikálním výskoku

Tabulka č. 27: Výkony TO seřazené sestupně

Tabulka č. 27: Porovnání SMODCH u jednotlivých TO

Tabulka č. 28: Porovnání výkonu dvou sester v měření