

## **Abstrakt**

**Název:** Vliv stabilizačních cvičení pletence ramenního na svalovou aktivitu při přímém impaktu u hráčů ragby se subakromiálním impingement syndromem

**Cíle:** Komparace svalové aktivity pomocí amplitudové analýzy EMG při přímém impaktu během skládky do skládacího pytle a do hráče před a po intervenčním programu u hráčů se subakromiálním impingement syndromem (SIS). Aplikování intervenčního programu zahrnujícího stabilizační cvičení pletence ramenního a aktivaci hlubokého stabilizačního systému páteře.

**Metody:** Teoretická část vymezuje problematiku týkající se ramenního pletence, ragby a úrazů v ragby, pozornost je věnována zejména subakromiálnímu impingement syndromu. Zmíněná problematika je do práce začleněna na základě rešerše aktuálních poznatků zejména ze zahraničních zdrojů. Výzkumná část se zabývá aplikací tříměsíčního intervenčního programu pro osm hráčů ragby na reprezentační juniorské úrovni splňující kritéria SIS, kterému předchází a který uzavírá klinické testování a měření amplitudy EMG. Vyhodnocení vstupního a kontrolního testování je provedeno analýzou rozptylu ANOVA.

**Výsledky:** Intervenční program postačil na změnu amplitudy EMG u diagnózy SIS u ragbyových hráčů v případě dvou svalových skupin. Hypotéza týkající se porovnání skládek do pytle a do hráče se nepotvrdila, nenastal zde markantní rozdíl při měření EMG amplitud při skládkách. Hypotézy týkající se zvýšení poměrné EMG amplitudy dynamických stabilizátorů se potvrdily pouze v případech m. pectoralis major a m. trapezius descendens. Ke zlepšení stabilizace ramenního kloubu prokazatelně došlo i z výsledků kineziologických rozborů, zejména z funkčních testů, testů hlubokého stabilizačního systému páteře a klinického hodnocení SIS.

**Klíčová slova:** Ramenní pletenec, Ragby, Subakromiální impingement syndrom, Skládka, Elektromyografie, Stabilizační cvičení.