

## **ABSTRAKT**

### **Název práce:**

**Posturální hodnocení volejbalistů v mladším školním věku**

### **Vymezení problému:**

Otázka proč hodnotit posturální zralost dětí po jednom roce života je čím dál častější. Přibývá dětí, jejichž rodiče z nich touží mít vrcholové sportovce, ale ne vždy je časná cílená sportovní aktivita ku prospěchu. V této otázce by mohlo pomoci hodnocení posturální zralosti a provádění specifických testů k posouzení vhodnosti začátku cílené sportovní aktivity. Práce se zabývá hodnocením posturální zralosti dětí mladšího školního věku, které se věnují volejbalu, použitím sady jednoduchých motorických testů, jejich vyhodnocením a srovnáním s výkonností ve fyzických testech a s hodnocením dle trenérů.

### **Cíle práce:**

Předložená práce má za cíl zhodnotit posturální zralost skupiny dětí mladšího školního věku, které se pravidelně, minimálně rok, věnují volejbalu. Hodnocení proběhne pomocí baterie jednoduchých klinických testů. Zároveň má za cíl zhodnotit fyzickou zdatnost dětí a porovnat výsledky fyzických testů s testy posturální zralosti a s výkonnostním rozdělením dle trenérů.

### **Metody práce:**

Bylo provedeno testování vybrané skupiny dětí pomocí baterie 7 klinických testů hodnotících posturální zralost. Následovalo testování stejné skupiny pomocí testů hodnotících sílu, rychlost, vytrvalost, obratnost, ohebnost a techniku. Porovnání výsledků vzhledem k věku, pohlaví, fyzické zdatnosti a zařazení do výkonnostní skupiny dle trenérů. Testy posturální zralosti byly provedeny dvakrát a byly hodnoceny dvěma hodnotiteli nezávisle na sobě, testy fyzické zdatnosti byly také provedeny dvakrát s časovým odstupem 4 měsíce. Pro všechna z hodnocených kritérií byla vytvořena hodnotící škála 1-5 (příčemž 1 nejlepší, 5 nejhorší).

## **Výsledky:**

V subjektivním hodnocení dle trenéra, ani v první testové baterii, hodnotící posturální zralost, nebyl žádný z probandů hodnocen stupněm 5, nicméně stupně 1 většina probandů nedosáhla, v nejvyšší míře byl vyjádřen stupeň 2 a 3, což hovoří o určitém stupni posturální zralosti testovaných probandů. Z testové baterie hodnotící posturální zralost byl nejhůře hodnoceným testem poskoky dle Raševa, nejlépe hodnoceným testem byla chůze po čáře. Z testové baterie hodnotící fyzickou zdatnost byl nejlépe hodnoceným testem přeskoky přes švihadlo, nejhůře hodnoceným předklon. Mezi prvním a druhým měřením došlo ke zlepšení všech probandů v testech posturální zralosti, v testech fyzické zdatnosti došlo ke zlepšení 38% testovaných probandů. Výsledky chlapců a dívek se výrazně nelišily, v testech posturální zralosti byly lépe hodnoceny dívky, v testech fyzické zdatnosti naopak chlapci. Shoda dvou hodnotitelů v hodnocení testů posturální zralosti byla poměrně vysoká. Dle porovnání hodnocení I. a II. testové baterie je zřejmé, že výsledky I. testové baterie (hodnocení posturální zralosti) dosahují lepších hodnot (na škále 1-5) oproti výsledkům II. testové baterie (hodnocení fyzické zdatnosti). Nepotvrdilo se tedy, že míra fyzické zdatnosti bude odrazem míry posturální zralosti.

## **Závěr:**

Touto diplomovou prací jsem chtěla navázat na již publikované diplomové práce hodnotící posturální zralost. Zároveň jsem chtěla aplikovat testy, které v předchozích pracích byly použity pro děti předškolního věku, na děti mladšího školního věku. Testovou baterii jsem rozšířila o testy specifické pro konkrétní sportovní odvětví (volejbal). Pro tuto věkovou skupinu by bylo vhodné zvolit vyšší obtížnost testů posturální zralosti, případně porovnat se skupinou věnující se jinému sportovnímu odvětví.

## **Klíčová slova:**

posturální zralost, motorické testy, mladší školní věk, vývojová kineziologie, fyzická zdatnost