

Abstrakt

Název:

Hodnocení EMG aktivity svalů v oblasti pletence pažního při cvičení s Thera-Bandem ve vodním prostředí a na suchu.

Cíl práce:

Hlavním cílem této diplomové práce bylo porovnat stupeň svalové aktivity horní části m. trapezius a dalších vybraných svalů ve vodním prostředí a na suchu a dané hodnoty porovnat. Dále zjistit, zda se aktivuje m. trapezius horní část ve vodním prostředí později než na suchu, oproti ostatním vybraným svalům.

Metoda:

Jedná se o případovou studii, kde je analyzován a poté hodnocen stupeň svalové aktivity a počátek aktivace horních vláken m. trapezius a dalších vybraných svalů, při provedení abdukce v ramenním kloubu ve dvou prostředích s využitím odporu pružného tahu (žlutý Thera-Band). Jako objektivizační metoda byla zvolena povrchová elektromyografie. Pro zajištění nastavení stejných výchozích podmínek pro obě prostředí bylo měření provedeno v pozici vsedě na stejné židli ve vodě i na suchu. Do výzkumného souboru byly zařazeny 4 ženy.

Výsledky:

Stupeň svalové aktivity m. trapezius horní část se ve vodním prostředí výrazně snížil. Nepotvrdilo se, že by se m. trapezius horní část ve vodě aktivoval později než na suchu. Timing vybraných svalů byl ve vodním prostředí individuální.

Klíčová slova:

m. trapezius horní část, povrchová elektromyografie, podvodní EMG, vodní prostředí