

ABSTRAKT

Cílem této diplomové práce je zjistit, zdali se u dětí mladšího školního věku vyskytuje vadné držení těla, resp. svalové dysbalance. Děti se aktivně věnují sportovním činnostem a dlouhodobě působí v lyžařském oddílu, jehož náplň je dána celoročním tréninkovým plánem. Fyzioterapeutické vyšetření diagnostikovalo pozorováním statických funkcí a svalovou aktivitou ve fyziologickém postavení vadné držení těla, resp. svalové dysbalance. Na základě tohoto vyšetření byla doporučena kompenzační cvičení, jejichž pomocí se zjištěné svalové dysbalance dají korigovat, resp. odstranit. Cvičení se stalo v malé míře součástí tréninkového procesu, hlavní náplň však probíhala v domácím prostředí. Na základě vstupního a výstupního fyzioterapeutického vyšetření jsme mohli vyhodnotit, zda kompenzační cvičení u sledovaných probandů pozitivně ovlivňovalo svalové dysbalance a pohybový aparát dítěte. S ohledem na výsledky práce jsme schopni konstatovat, zda při dlouhodobém působení individuálního cvičení je možné úplné odstranění svalových dysbalancí. Přínos této práce má nezastupitelný význam pro samotnou praxi s dětmi v lyžařském oddílu.