

PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Souhlas etické komise

Příloha č. 2: Informovaný souhlas

Příloha č. 3: Seznam obrázků, grafů a tabulek



UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín
tel.: 220 171 111
<http://www.ftvs.cuni.cz/>

Žádost o vyjádření etické komise UK FTVS

k projektu bakalářské práce, zahrnující lidské účastníky

Název: Individuální trénink dívky s Downovým syndromem ve fitness centru

Forma projektu: bakalářská práce

Autor: Kateřina Mihoučová

Školitel: PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D.

Popis projektu

Plánovaný projekt zahrnuje sledování dívky s Downovým syndromem, která bude absolvovat půlroční pohybový program ve fitness centru za účelem zlepšení držení těla. Program bude obsahovat cviky k ovlivnění svalové dysbalance (protahování, posilování), koordinační cvičení, cvičení na labilních plochách, dechová a relaxační cvičení. Jako metoda hodnocení bude využit Mathiassův test.

Metodologie: kvalitativní výzkum, kasuistika

Zajištění bezpečnosti pro posouzení odborníky:

- ve výzkumu nebudou použity invazivní metody,
- způsoby minimalizace rizika: dívka před i v průběhu sledování bude lékařsky sledována, lékař nestanovil omezení pohybové aktivity.

Etické aspekty výzkumu

- Zákonný zástupce (v tomto případě matka dívky) i sledovaná dívka projeví samy zájem o pohybový program řízený trenérem ve fitness centru. Dívce tento program dopomůže ke zlepšení funkce pohybového systému a zvýšení celkové kondice.

Informovaný souhlas (přiložen)

V Praze dne 15.9.2015

Podpis autora:

Vyjádření etické komise UK FTVS

Složení komise: Prof. Ing. Václav Bunc, CSc.
Prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.
Doc. MUDr. Jan Heller, CSc.

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

dne: ^{125/2015}
_{14.9.2015}

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

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu etické komise.

razítko školy

UNIVERZITA KARLOVA v Praze
Fakulta tělesné výchovy a sportu
Josef Martího 31, 162 52, Praha 6

1

podpis předsedy EK

Informovaný souhlas

Souhlasím se zařazením mé dcery do sledování v rámci bakalářské práce studentky UK FTVS Kateřiny Míhoučové pod názvem :

“ Individuální trénink dívky s Downovým syndromem ve fitness centru“

jehož cílem je sledovat možnost ovlivnění funkce pohybového systému a zvýšení fyzické kondice pohybovým programem u jedince se speciálními potřebami.

Byla jsem informována, že:

- v rámci výzkumu se bude má dcera účastnit tréninků ve fitness centru pod dohledem trenérky Kateřiny Míhoučové,
- u tréninkových jednotek bude moci být přítomen rodinný příslušník,
- zvolená pohybová aktivita bude střední intenzity, pro podporu svalové rovnováhy, zvýšení síly, rozsahu a koordinace,
- cvičení bude bezpečné, nicméně nelze zcela vyloučit běžná rizika pohybové aktivity (pozátěžová bolest svalů, únava, zvýšené zatížení srdečně cévního a dýchacího systému),
- při obtížích možno kdykoliv ukončit účast v pohybovém programu,
- celková doba sledování bude asi půl roku,
- ve výzkumu nebudou použity invazivní metodiky,
- konzultace ohledně cvičení bude probíhat s rodinným příslušníkem na každém z tréninků.

Souhlasím s dokumentací sledování (fotografie, testování) s tím, že zveřejněné výsledky budou anonymizovány a osobní údaje nebudou zneužity.

V Ostravě dne.....

Podpis matky:

Příloha č. 3: Seznam obrázků, grafů a tabulek

- Obrázek 1: Downův syndrom - chromozom 21
- Obrázek 2: Incidence Downova syndromu (DS) v ČR
- Obrázek 3: Trisomie 21. chromosomu
- Obrázek 4: Vznik translokace
- Obrázek 5: Makroglosie u miminka
- Obrázek 6: Oko dítěte s Downovým syndromem
- Obrázek 7: 9letá holčička s DS a alopecia areata
- Obrázek 8: Klinodaktylie
- Obrázek 9: Pectus Excavatum u 10leté holčičky
- Obrázek 10: Pterigium colli u muže před operací
- Obrázek 11: Umístění štítné žlázy
- Obrázek 12: Megan se svými rodiči
- Obrázek 13: Angela na shromáždění rady města
- Obrázek 14: Eli v základním táboře na Mount Everestu
- Obrázek 15: Tim před svou restaurací
- Obrázek 16: Madeline na jedné ze svých módních kampaní
- Obrázek 17: Logo Světového dne Downova syndromu
- Obrázek 18: Tabulka Desatera pro pracovníky v oblasti APA
- Obrázek 19: Mathiasův test
- Obrázek 20: Ukázka funkčního testu břišního svalstva
- Obrázek 21: Ukázka funkčního testu hlubokých ohýbačů krku
- Obrázek 22: Thomayerova zkouška (horní) a Lasegueova zkouška
- Obrázek 23: Test šijových svalů

Obrázek 24: Vyšetřovaný pohled zezadu

Obrázek 25: Běžný otisk (vlevo) a otisk ploché nohy

Obrázek 26: Hodnocení posturálního stereotypu dle Kleina, Thomase a Mayera

Obrázek 27: Monika v dílnách stacionáře Žebřík

Obrázek 28: Výsledek Mathiasova testu před intervencí

Obrázek 29: Monika při posilování zádových svalů

Obrázek 30: Monika při posilování s gumovým expanderem

Obrázek 31: Monika při záběru

Obrázky 32 a 33: Monika při posilování s gumovým expandérem s vyšším odporem

Obrázek 34: Monika na FLOWIN

Obrázek 35: Monika při záběru

Obrázek 36: Monika při strečinku se sestrou

Obrázek 37: Monika na konci intervence

Obrázek 38 a 39: Porovnání před a po intervenci v držení těla

Obrázek 40: Monika při posilování břišního svalstva u 1. cviku

Obrázek 41,42, 43: Monika při 2. cviku na břišní svalstvo

Obrázek 44 a 45: Monika při posilování dolní oblasti břicha u 3. cviku

Obrázek 46 a 47: Monika při posilování na CORE

Obrázek 48 a 49: Posilování na CORE boční pohled

Obrázek 50 a 51: Monika při cvičení na balanční čočce

Obrázek 52: Monika při posilování na BOSU

Obrázek 53 a 54: Moniku při posilování na dvou balančních čočkách

Obrázek 55 a 56: Provedení bez zapojení pánve v začátcích

Obrázek 57: Provedení se zapojením pánve na konci intervence

Obrázek 58: Provedení se zapojením pánve s aktivním záběrem

Obrázek 59 a 60: Výsledek Mathiasova testu po intervenci

Obrázek 61: Hodnotící škála pro probandku

Graf 1: Hodnocení intervence Monikou

Graf 2: Hodnocení intervence trenérkou

Tabulka 1: Hodnocení držení těla dle Kleina, Thomase a Mayera

Tabulka 2: Výsledky fyzikálního vyšetření aspekce před intervencí

Tabulka 3: Výsledek Mathiasova testu před intervencí

Tabulka 4: Výsledky hodnocení postury těla dle Kleina, Thomase a Mayera

Tabulka 5: Základní tréninková jednotka se zaměřením na odstranění svalových dysbalancí v oblasti hrudní páteře

Tabulka 6: Pokročilá tréninková jednotka se zaměřením na odstranění svalových dysbalancí v oblasti hrudní páteře

Tabulka 7: Základní tréninková jednotka se zaměřením odstranění svalových dysbalancí v oblasti bederní páteře

Tabulka 8: Pokročilá tréninková jednotka se zaměřením na odstranění svalových dysbalancí v oblasti bederní páteře

Tabulka 9: Základní tréninková jednotka se zaměřením na zlepšení postavení a zapojení pánve

Tabulka 10: Pokročilá tréninková jednotka se zaměřením na zlepšení postavení a zapojení pánve

Tabulka 11: Výsledky fyzikálního vyšetření aspekce po intervenci

Tabulka 12: Výsledek Mathiasova testu po intervenci

Tabulka 13: Výsledky hodnocení po intervenci dle Kleina, Thomase a Mayera

Tabulka 14: Společné hodnocení intervence