

Abstrakt

Název

Analýza a prevence nejčastějších úrazů u hráčů futsalu FIFA v České republice.

Cíle

Cílem této diplomové práce je představit jednu z dynamicky se rozvíjejících modifikací fotbalu - futsal FIFA a ohodnotit úrazovost hráčů v České republice. V neposlední řadě bych také ráda poukázala na důležitost využití preventivních opatření.

Metody

V této diplomové práci je použita metoda rešerše dostupných českých i zahraničních zdrojů a metoda písemného dotazování. Metoda písemného dotazování pomocí nestandardizovaného dotazníku je využita k analýze nejčastějších úrazů, míry prevence zranění a k získání informací o dosavadních zkušenostech hráčů s fyzioterapií. Dotazník byl distribuován do 27 futsalových klubů hrajících 1. a 2. ligu a nižší soutěže v České republice. Celkem bylo osloveno 400 hráčů, přičemž zpracována byla data od 236 hráčů (59% návratnost) v průměrném věku 23,8 let. Pro analýzu dat byl použit software Microsoft Excel® for Mac 2011.

Výsledky

Během základní soutěžní sezóny 2015/2016 utrpělo zranění 136 z 236 hráčů, což odpovídá 42% incidenci úrazů v rámci výzkumného vzorku. Získaná data ukazují, že nejčastější lokalitou poranění hráčů futsalu FIFA v České republice je oblast dolní končetiny (66 %). Z detailnější analýzy vyplývá, že nejčastějším poraněným segmentem je hlezenní kloub, který zaujímá 49% podíl zranění z oblasti celé dolní končetiny. Nejběžnějším mechanismem vzniku úrazu je kontakt s hráčem, na který připadá 27 % odpovědí. Výsledky ukazují, že 49 % dotazovaných hráčů praktikuje kompenzační cvičení v rámci prevence úrazů. Vliv preventivních opatření, především strečinku, byl na výskytu zranění prokázán. Hráči, absolvující strečink před zátěží zaznamenali nižší výskyt úrazů než jedinci, kteří ho neabsolvují. Více než polovina hráčů (55 %) má dosavadní zkušenosti s fyzioterapií.

Klíčová slova: futsal, sport, úraz, prevence, regenerace, fyzioterapie