ABSTRAKT

Název: Problematika svalových dysbalancí u starších žáků
The Muscular Dysbalance Problems of Schoolchildren

Cíle práce: Cílem diplomové práce je vyšetření a zhodnocení svalových dysbalancí, zejména zkrácených a oslabených svalů u starších žáků. V práci bude porovnán pohybový systém pravidelně sportujících a nesportujících jedinců.

Metoda: Průzkum byl proveden u starších žáků na ZŠ Habrmanova v České Třebové. Průměrný věk respondentů je 13,5 roku. Vyšetřeno bylo 30 chlapců, z toho jedna polovina navštěvuje normální třídy této školy, druhá polovina chlapců jsou žáci sportovních tříd zaměřených na fotbal.
Pro testování svalových dysbalancí byla použita metodika podle Jandy. Výsledky byly zaznamenány písemnou formou do testu.

Výsledky: Metoda svalového testu potvrdila, že nesportující starší žáci mají větší procento oslabených svalů. U vyšetření zkrácených svalů nebyly výsledky tak jednoznačné.

Klíčová slova: svalové dysbalance, starší žáci, klinické syndromy