

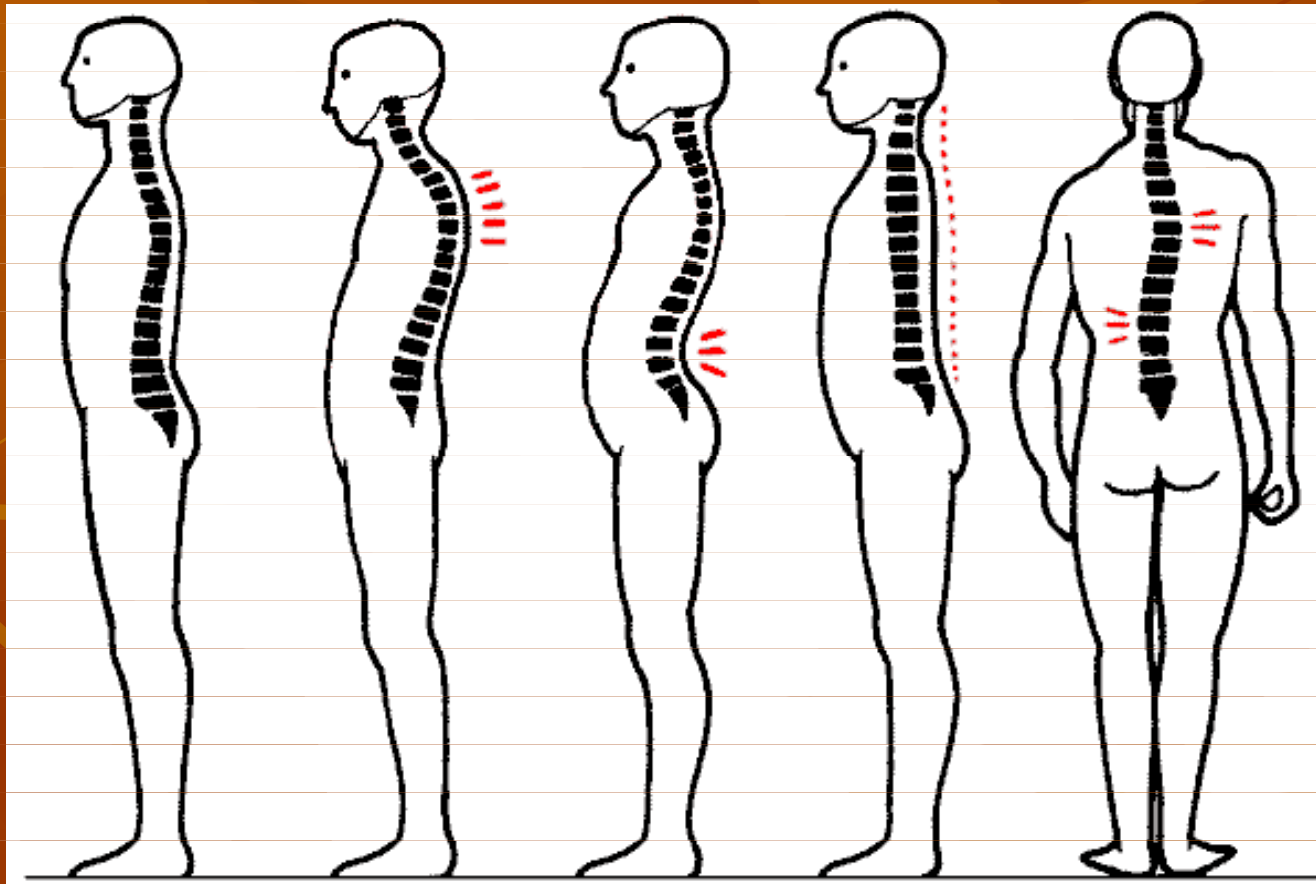
Výukový materiál v rámci projektu OPVK 1.5 Peníze středním školám

- **Číslo projektu:** CZ.1.07/1.5.00/34.0883
- **Název projektu:** Rozvoj vzdělanosti
- **Číslo šablony:** III/2
- **Datum vytvoření:** 3.5. 2013
- **Autor:** Mgr. Barbora Boudová
- **Určeno pro předmět:** Teorie masáží
- **Tematická oblast:** Úvod do měkkých technik III.
- **Obor vzdělání:** Masér sportovní a rekondiční
(69-41-L/02) 2. ročník
- **Název výukového materiálu:** Masážní techniky
- **Popis využití:** výukový materiál s využitím dataprojektoru a notebooku k prohlubování a upevňování učiva
- **Čas:** 30 minut

Klinické hodnocení hybného systému

- Při vyšetření hybného systému nesmíme zapomenout na:
 - Vyšetření stoje
 - Vyšetření chůze
 - Vyšetření svalstva
 - Vyšetření jednoduchých pohybových stereotypů

Úkol: Zapište do tabulky důležité parametry hodnocení držení těla zepředu a zezadu



Řešení úkolu

Držení těla ze zadu	Držení těla ze předu
<ul style="list-style-type: none">-Postavení ramen – symetrie-Zakřivení páteře-Výška boků-Glutální rýhy-Postavení dolních končetin	<ul style="list-style-type: none">-Postavení hlavy-Postavení ramen-Tvar hrudníku-Prominence břicha-Postavení dolních končetin

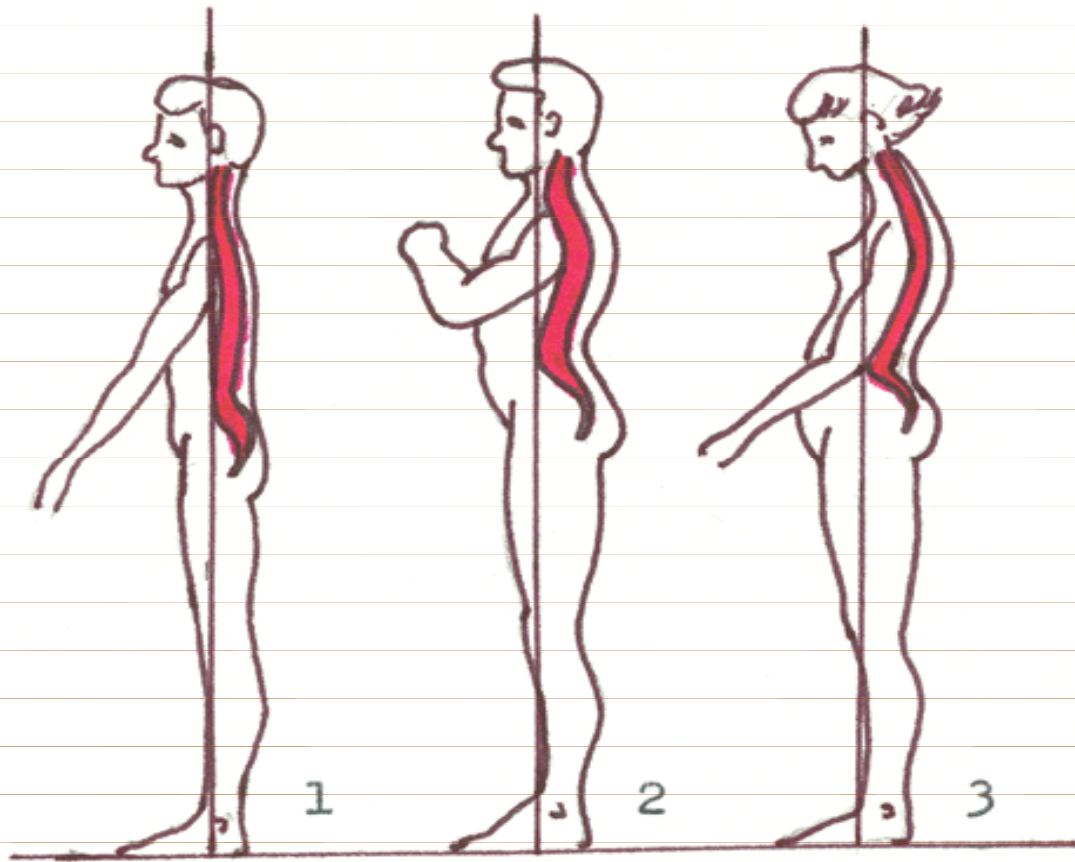
Vyšetření pánve

- Pánev je křižovatkou pohybu a promítají se zde veškeré odchylky pohybového systému
- Správné postavené pánve ovlivňuje funkci centrálních regulačních mechanismů a svalového systému

Možné odchylky postavení pánve

- Anteverze
- Retroverze
- Laterální poszn
- Sešikmení
- Rotace
- Torse

Úkol: Zamyslete se, jaké svalové dysbalance ovlivňují zvýšenou anteverzi pánve a co způsobuje retroverzi pánve?



Řešení úkolu

- Na zvýšené antverzi pánve se podílí zkrácené paravertebrální svalstvo, flexory kyčelního kloubu a oslabení břišního a gluteálního svalstva
- Retroverze pánve je stav, kdy dochází ke snížení bederní lordózy a dochází k její kyfotizaci

Odkaz

- Obrázek č. 1
http://www.cvicime.cz/cviceni-praha/obrazky/pater/krive_zada.gif
- Obrázek č. 2
http://www.kdekdyjak.cz/data/postoje_drzeni.png
- Lewit K., Manipulační léčba v rámci léčebné rehabilitace NADAS 1990