

STRESZCZENIE

Celem pracy jest próba identyfikacji związku pomiędzy napięciem posturalnym a sprawnością motoryczną dzieci i młodzieży.

Badaniami objęto 202 uczniów w tym 94 dziewczęta (DZ) i 108 chłopców (CH) Szkoły Podstawowej nr 7 i Gimnazjalnej nr 1 w Czeladzi. Dobór grupy do badań był celowy przyjmując następujące kryteria włączenia i wyłączenia: wiek 11-15 lat, zgoda badanego i jego rodziców/opiekunów na uczestnictwo w badaniach, ogólny dobry stan zdrowia i brak przeciwwskazań medycznych do przeprowadzenia badań.

Oceniono poziom wielkości napięcia posturalnego (WWN) przez: ocenę metodą punktową wg skali T. Kasperczyka wybranych cech posturalnych (8 spośród 10); oceniono dodatkowe cechy posturalne: przejście szyjno-piersiowe kręgosłupa; poddano ocenie długości wybranych grup mięśniowych biorących udział w kompensacyjnej stabilizacji ciała i oceniono subiektywną kontrolę miednicy w pozycji siedzącej. Do oceny poziomu sprawności fizycznej wykorzystano Indeks Sprawności Fizycznej K. Zuchory.

W dostępnym piśmiennictwie zauważalny jest brak empirycznych doniesień ukazujących relacje między wielkością napięcia posturalnego a sprawnością motoryczną bądź fizyczną. Większość publikacji dotyczy związku przyczynowo - skutkowego pomiędzy występującymi u dzieci wadami postawy a aktywnością i sprawnością fizyczną. Dokonując analizy piśmiennictwa można zauważyć, iż zarówno napięcie posturalne jak i sprawność fizyczna są bardzo ważnymi czynnikami wpływającymi na prawidłowy rozwój dziecka. Zarówno wielkość i rozkład napięcia posturalnego jak i sprawność fizyczna mają wpływ na kształtowanie się postawy ciała. Podawane przez różnych autorów odsetki występowania wad postawy u dzieci i młodzieży są rozbieżne, gdyż wahają się od 36,5% do 76,3%. Panuje jednak powszechna zgoda, że wady postawy ciała są zaburzeniem destrukcyjnie wpływającym na stan zdrowia, samopoczucie, a w konsekwencji na jakość i długość życia.

Abstract

The goal of this dissertation is to identify the relationship between postural tone and motor efficiency in children and adolescents

The research covered 202 students, including 94 girls (DZ) and 108 boys (CH) of Primary School No. 7 and Junior High School No. 1 in Czeladź. The selection of the research group was intentional, adopting the following inclusion and exclusion criteria: age 11-15, consent of the respondent and their parents / carers to participate in the research, general good health and no medical contraindications to conduct the tests. The level of postural tone (WWN) was assessed by: the point method according to T. Kasperczyk's scale of selected postural features (8 out of 10); additional postural features were estimated: the cervicothoracic junction the length of selected muscle groups participating in compensatory body stabilization were evaluated as well as and the subjective pelvis control in sitting. The Physical Fitness Index by K. Zuchora was used to assess the level of physical fitness. In the available literature, there is a lack of empirical reports showing relations between the magnitude of postural tone and motor or physical efficiency.

Most publications deal with the cause -and -effect relationship between the postural faults appearing in children and physical activity and fitness. Analysing the literature, it can be noticed that both postural tone as well as physical fitness are key factors influencing the proper development of the child. Both the size and distribution of postural tone as well as physical fitness affect the shaping of body posture. The rates of postural faults in children and adolescents reported by various authors are divergent, ranging from 36.5% to 76.3%. However, there is a general consensus that the faults of body posture are disorders destructively affecting the state of health, well-being and, consequently, the quality and life expectancy.