



POSUDEK VEDOUcíHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno studenta: Michal Hájek

Název práce: Vliv kompenzačních cvičení na svalové dysbalance u hráčů fotbalu

Oponent práce: Mgr. Dagmar Hrušová, Ph.D.

Cíl práce: Zpracovat problematiku svalových dysbalancí u hráčů fotbalu a zjistit vliv cíleného kompenzačního cvičení.

Povinná kritéria hodnocení práce	Stupeň hodnocení			
	1	2	3	4
Vymezení cíle a jeho naplnění	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Náročnost tématu na teoretické znalosti	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Náročnost tématu na praktické dovednosti	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Adekvátnost použitých metod, způsob jejich použití	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Hloubka a správnost provedené analýzy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Práce s literaturou	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Logická stavba a členění práce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jazyková a terminologická úroveň	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Formální úprava a náležitosti práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vlastní přínos studenta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Využitelnost výsledků práce v teorii (v praxi)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Dílčí připomínky a náměty:

Práce je zaměřena na téma v dnešní době velmi aktuální - vztah pohybové aktivity a funkce pohybového systému. V případě, že zmíněná funkce pohybového systému není optimální, může docházet ke vzniku svalových dysbalancí, které dále mohou ovlivňovat pohybové stereotypy a mohou být dokonce příčinou vzniku nespecifických bolestí, které se velmi často vyskytují v dolní části zad. Z tohoto důvodu by bakalářská práce mohla být v oblasti tréninku přínosem, pokud by ovšem zpracování získaných dat bylo dotaženo do konce. Domnívám se, že autor náročnost zpracování a vyhodnocení dat podcenil. Přitom podrobný kineziologický rozbor každého z vybraných 15 probandů mu mohl poskytnout dostatek informací. Rovněž metodická část by mohla být zpracována podrobněji a hlavně přehledněji. Např. to, že testované svalové skupiny nejsou napříč prací uváděny ve stejném pořadí, značně ztěžuje orientaci (v kap. 2.4.2 je uveden m.

triceps surae, poté hamstringy... ve výsledcích potom flexory kyčelního kloubu, poté adduktory kyčelního kloubu apod.). Dvě tabulky nemají správně uvedený popis a nejsou číslovány (str. 46, 47). U ostatních tabulek by potom měl nadpis být uveden nad tabulkou. Doporučila bych také doplnit legendu k tabulkám, pro rychlejší přehled o prezentovaných datech.

Celkové posouzení práce a zdůvodnění výsledné známky:

Při posouzení logické návaznosti: název práce - cíl práce - použité metody - výsledky a jejich vyhodnocení - závěr práce, musím bohužel konstatovat, že autor se vytčeného cíle v některých částech zcela nedržel. V zadání BP i v anotaci je stanoveno, že hlavním cílem bylo zjistit vliv kompenzačního cvičení... popis intervenčního programu jsem ale v metodice nenalezla. Lze se pouze domnívat, že autor jako intervenci použil cviky, které jsou zmíněny v teoretické části práce v kap. 2.4.3. Rovněž nikde není stanovena frekvence cvičení, forma - individuální/skupinová? Dobu trvání intervence, tedy 4 měsíce, autor zmínil až v samotném závěru práce. Bez frekvence cvičení však toto číslo o ničem nevyovídá. V návaznosti na cíl práce se autor pokusil stanovit výzkumné otázky/hypotézy, zde ale došlo ke zmatení, co je otázka a co je hypotéza, je zde také nesoulad mezi formulací otázek/hypotéz na str. 46 a v diskuzi na str. 51. Dále hlavní výzkumná otázka neřeší vliv ... (viz výše - nesoulad s cílem práce), ale pouze výskyt ..., a to sv. zkrácení, sv. oslabení a pohybových stereotypů. I přesto, že zde autor pohybové stereotypy uvedl, ve výzkumné části práce nebyly testovány. V bodu C) na str. 46 je nelogická formulace (příčina/důsledek?), co se týče 1. a 2. poloviny daného tvrzení, neboť hýžďové svaly samy jsou extenzory kyčelního kloubu. V bodu B) a C) autor zařadil břišní svaly, které ale vůbec nebyly testovány. Jak tedy autor může verifikovat dané tvrzení?

Co se týče metodické části, jak jsem již zmínila výše, postrádám popis intervenčního programu a podrobnější charakteristiku a popis výběru výzkumného souboru. Metody sběru dat (autor je popsal jako součást teoretické části práce, dále na ně odkazuje) jsou vhodné, jedná se o standardizované vyšetřovací postupy používané v klinické praxi. Autor získal poměrně velké množství dat, která by při správném postupu vyhodnocení měla cennou výpovědní hodnotu. Autor prezentoval výsledky pre-testu post-testu dle jednotlivých testů svalové funkce, v přílohách potom v souhrnných výsledcích lze poměrně přehledně nalézt výsledky dle jednotlivých probandů, i přesto se ale práce s daty se jeví jako nedostatečná, Data nejsou utříděna vzhledem k výzkumným otázkám/hypotézám a zcela chybí kritéria pro vyhodnocení vlivu kompenzačního programu.

V jazyce se objevuje několik chyb ve shodě podmětu s přísudkem (str. 28, 45, 48...). Co se týče celkového posouzení bakalářské práce, oceňuji, že autor pracoval s fotbalisty v praxi, provedl terénní šetření, quasi-experiment. Metodika výzkumu ale nebyla kvalitně dotažena do konce a ve zpracování jsou nedostatky (viz výše). I přes výše uvedené nedostatky a připomínky práci ještě doporučuji k obhajobě.

Práci doporučuji k obhajobě.

Otázky pro diskusi:

Otázky vyplývají z připomínek uvedených výše.

1. Jaký může být mechanismus vzniku svalové dysbalance v oblasti dolního zkříženého syndromu (co je příčinou a co je důsledkem změny svalové funkce) u fotbalistů?
2. Vysvětlete správný postup pro ověřování hypotéz u výzkumu typu pre-test post-test pomocí kritérií věcně podstatného rozdílu.

Navržená výsledná známka: dobře - nevyhověl(a) (podle výsledku obhajoby)

V Hradci Králové, dne 18. 5. 2015

podpis vedoucího práce