

Posudek oponenta bakalářské práce

Studium	Bakalářské - Specializace ve zdravotnictví
Studijní obor	Fyzioterapie
Akademický rok	2020/2021
Autor práce	Vojtěch Klein
Název práce	Akutní vliv foam rollingu na odrazovou sílu svalů dolních končetin, výšku výskoku a rozsah pohybu
Oponent práce	Mgr. Jakub Novák

1	Formální zpracování práce	Bodové hodnocení 0-5 pro každou kategorii
1.1	Dodržení stanoveného rozsahu práce (nejméně 40 normostran bez anotací a příloh)	5
1.2	Členění práce (grafická stránka, logická stavba kapitol)	5
1.3	Jazyková úroveň textu	5
1.4	Obrázky, grafy, tabulky	4
1.5	Vhodnost a relevantnost čerpaných zdrojů	5
1.6	Úprava citací a citační rejstřík (označení v textu, jednotná citační norma)	5
1.7	Odborná úroveň textu	5
1.8	Obsahová souvislost /návaznost/, relevantnost	4
2	Rešeršní část	-
2.1	Výběr a vymezení tématu, originalita	5
2.2	Stanovení a formulace cílů rešerše	5
2.3	Pochopení tématu a prokázání orientace v problematice	5
2.4	Obsahová úroveň kapitol (vyváženost)	4
2.5	Kvalita vlastní rešerše – počet domácích a cizojazyčných zdrojů, vyhledání recentních prací publikovaných na dané téma, práce s odbornými databázemi	5
2.6	Analýza a interpretace rešeršní práce, praktická aplikace výsledků rešerše. Návaznost na experimentální (kazuistickou část práce)	3
3	Kazuistika nebo experimentální část práce	-
3.1	Adekvátní výběr probanda(ů) vzhledem k rešeršní části	5
3.2	Metodika – způsob vyšetření probanda(ů), adekvátnost a kvalita terapeutické intervence či sledování a hodnocení vybraných parametrů. Statistické zpracování a analýza dat, pokud je součástí BP hodnocení souboru probandů.	5
3.3	Intepretace výsledků kazuistiky či experimentu ve světle předchozí literární rešerše a vzhledem ke klinické paxi	5
4	Diskuze	-

4.1	Schopnost analýzy a interpretace výsledků rešerše ve vztahu k experimentální části práce (kazuistiky) s dopadem na moderní klinickou praxi	3
5	Závěr	-
5.1	Konstatuje přijetí či odmítnutí iniciálně stanovených otázek, verifikace hypotéz, vlastní přínos autora k dané problematice, konfrontace a porovnání výsledků práce s iniciálně stanovenými cíli práce. Shrnutí všech argumentů z diskuze, doporučení pro praxi a další výzkumná šetření	4
6	Přínos a originalita Bc práce pro praxi, vědu a studium	5
7	Celkový počet získaných bodů (max 100)	92
8	Práce je originálním dílem studenta V případě podezření, že se jedná o plagiát, napište odůvodnění do posudku a práci nedoporučte k obhajobě!	ANO – NE (nepravdivé vymažte)

Slovní komentář k BP

Cílem této práce bylo zhodnotit vliv foam rollingu na odrazovou sílu a flexibilitu dolních končetin.

Úvodní část teoretické části charakterizuje florbal z hlediska kineziologie a úrazovosti. Tato kapitola je dle mého názoru zbytečně obsáhlá, vzhledem k tomu že není stěžejní pro praktickou část. Dále jsou podrobně zpracovány kapitoly o myofasciálním systému, jeho relaxaci a možnosti ovlivnění pomocí FR. Právě v kapitole o FR student velmi pečlivě popisuje jeho vliv na lidské tkáně na základě velkého množství vědeckých studií. Dále se teoretická část zaměřuje na testování odrazové síly a flexibility dolních končetin. Rešeršní část je celkově zpracována místy příliš obsáhle a nepřehledně. Z mého pohledu jsou některé kapitoly bez jasných praktických výstupů a závěrů. Doporučil bych u některých studií pro přehlednost nepopisovat metodiku, ale pouze výsledky a klinická doporučení. Na konci obsáhlejších kapitol by bylo dobré zdůraznit závěry které z dané rešerše plynou. Vytknul bych v sekci manuální terapie citování českých knižních publikací, jelikož by se k tomuto tématu určitě dali najít recentní zahraniční zdroje.

Výzkumná část byla provedena na skupině 20 vrcholových hráčů florbalu. K objektivizaci efektu FR byl využit stand and reach test a drop jump test. Hodnoceny byly parametry: hloubka předklonu stand and reach testu, výška výskoku a hodnota RSI v drop jumpu. Změny parametru byly měřeny 0-15 minut od aplikace foam rollingu a porovnávali se hodnoty s kontrolní skupinou bez intervence. Statisticky významné zlepšení bylo zaznamenáno v hloubce předklonu bezprostředně po válcování a reactive strenght indexu 10 minut po aplikaci. Praktická část je na velmi vysoké úrovni a z hlediska metodiky a statistiky je velmi kvalitně zpracována. Do budoucna by bylo určitě zajímavé pokračovat ve výzkumu a porovnat efekt FR na tyto parametry například u skupiny hypermobilních jedinců.

V diskusi student správně porovnává výsledky svého měří s ostatními výzkumy. Chybí zde ale diskuse ohledně možných mechanismů, které mohly změřené změny způsobit. V diskusi opět chybí přehlednější závěry a výstupy do klinické praxe. Dále se chybně píše, že studie prokázala pozitivní vliv FR na výkon akutně po aplikaci. Výška výskoku a RSI v čase T0 ale nebyla statisticky významná. Velkým nedostatkem je také nezminění limitů práce.

Celkově i přes některé nedostatky rešeršní část přináší mnoho zajímavých poznatků. Výzkumná část je na velmi vysoké úrovni, a přesahuje běžné požadavky na bakalářskou práci. Práci doporučuji k obhajobě.

Otázky na které student odpoví během obhajoby:

- 1) Jak si vysvětlujete že v intervenční skupině zlepšení RSI v čase T0 bylo menší než v čase T10 a T15? Napadá Vás, jak by mohl akutní vliv FR negativně tento parametr ovlivnit?
- 2) Co konkrétně mohlo způsobit větší flexibilitu v čase T0 po aplikaci FR?
- 3) Co považujete za limity vašeho výzkumu?
- 4) V RSI u kontrolní skupiny bylo v čase T10 mírné zhoršení, které přičítáte možné únavě z předchozích měření. Proč tento fenomén únavy nezapůsobil u skupiny po FR?

Bakalářskou práci k obhajobě (nehodící se škrtněte):

Doporučuji	Doporučuji s výhradou (uved'te co musí student změnit či doplnit)	Nedoporučuji
-------------------	---	---------------------

Navrhovaná známka:

Výborně

Tabulka bodového hodnocení a výsledné známky:

Počet bodů	Známka
100 -88	1
87 – 74	2
73 – 60	3
59 a méně	nevyhověl