

Petra Harasimová – Okamžitý efekt facilitace posterior chain pomocí foam rollingu na reaktivně silový výkon

Posudek vedoucího práce

Studentka zvolila po dohodě vedoucího práce a konzultantky téma, které rozšiřuje oblast výzkumu PAP v podobě specifické facilitace a zkoumá její okamžitý efekt na výkon. V diplomové práci dochází k propojení tématu z pohledu fyzioterapeuta s pohledem trenéra.

V teoretické části se studentka věnuje využití foam rolleru v rehabilitaci a sportu, popisu posterior chain a specifčnosti reaktivně silové schopnosti. V teoretické práci je dominantně používána aktuální zahraniční literatura.

V metodické části je popsán popis experimentu, který měl charakter zkřížené studie. Tomu odpovídá i statistické zpracování s využitím Hopkinsovy metodiky. Výsledková část popisuje stručně a výstižně zjištěná fakta bez zbytečné duplikace. V diskusi poté autorka rozebírá zjištěné výsledky v souvislostech s nálezy ostatních autorů. Závěry práce jsou přiměřené.

Studentka pravidelně konzultovala s vedoucím práce i konzultanty práce samotný obsah, metodiku i zpracování a interpretaci výsledků. Předložená práce má potenciál pro publikaci v časopisech na WOS. Doporučuji tedy diplomovou práci podstoupit k obhajobě.

Hodnocení: výborně

V Praze 12.5.2023

Vladimír Hojka