

Posudek oponenta diplomové práce

Jméno posluchače	Bc. Petra Harasimová
Téma práce	Okamžitý efekt facilitace posterior chain pomocí foam rollingu na reaktivně silový výkon
Cíl práce	Cílem této práce je určit, zda se po facilitaci foam rollerem změní sklon trupu vůči vertikále, zda se zvýší velikost výskoku či zda se zkrátí doba kontaktu při reaktivně silovém výkonu
Vedoucí diplomové práce	Mgr. Vladimír Hojka, Ph.D.

náročnost tématu na	úroveň		
	nadprůměrná	průměrná	podprůměrná
teoretické znalosti	x		
praktické zkušenosti	x		
podkladové materiály (vstupní data) a jejich zpracování	x		

kritéria hodnocení práce	úroveň			
	nadprůměrná	průměrná	podprůměrná	nelze hodnotit
stupeň splnění cíle práce		x		
samostatnost při zpracování tématu				nelze hodnotit
logická stavba práce		x		
práce s českou literaturou včetně citací	x			
práce se zahraniční literaturou včetně citací	x			
adekvátnost použitých metod		x		
hloubka provedené analýzy		x		
stupeň realizovatelnosti řešení	x			
formální úprava práce (text, grafy, tabulky)		x		
stylistická úroveň	x			
nároky DP na podkladové materiály, konzultace, průzkumy ...	vysoké	průměrné	nizká	nejsou
použití analýz, matem. Statistických a jiných metod, komparací apod.	ve velké míře	přiměřené	částečné	absentuje
využitelnost námětů, návrhů a doporučení k řešení problému	ve větší míře	částečná	nížší	nevyužitelnost
obsah a relevantnost příloh v textu či příloh. Části BP (tabulky, grafy, propočty apod.)	vysoké funkční	funkční	méně funkční	neuspokojivé

Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:

x

přiměřené

Připomínky a otázky k obhajobě:

Zpracovaná diplomová práce kompiluje v úvodu literaturu týkající se foam rollingu, šlachosvalových řetězců a principům produkce svalové síly. V této části dochází k několika terminologickým nepřesnostem a zejména část popisující produkci svalové síly postrádá souvislý kontext. Objevují se nepřesnosti již v samotném názvu práce.

Název „Okamžitý efekt facilitace posterior chain pomocí foam rollingu na reaktivně silový výkon“, by měl být specifický a popsat že jde o zadní kinetický (nebo fasciální) řetězec - posterior kinetic chain. Navíc jde v experimentu o facilitaci i hluboké části tohoto řetězce (mm. erector trunci), což nelze provést bez facilitace i povrchové vrstvy vzpřimovačů páteře. To znesnadňuje interpretaci s ohledem na to, zda má tato facilitace efekt i na hlubokou či povrchovou fascii.

V abstraktu je zmíněno, že byl facilitován „mm. Hamstrings“, což je nevhodné využití zobecněného termínu hamstringy, které zahrnují čtyři konkrétní svaly. Metodika práce je replikovatelná, ale chybí podrobnější zdůvodnění vybraných testovacích postupů a zvolené statistické metody. Výsledky jsou prezentovány přehledně, ale v diskuzi není srovnána a diskutována nezměněná výška výskoku, což je někdy reportováno i u jiných aktivačních technik.

Otázky k obhajobě:

- 1- Je možné vysvětlit, zda zvolený foam rolling a jeho provedení mělo nebo nemělo vliv na další svalové skupiny např. m. iliopsoas.
- 2- Lze vysvětlit, jak byl úhel sklonu pánve ovlivněn individuální antropometrií dolních končetin a úrovní odrazové síly obecně? Jaká byla maximální výška vertikálního skoku jednotlivých probandech, a proč vůči ní nebyl normalizován testovací protokol?

Práce je/ není doporučena k obhajobě

Navržený klasifikační stupeň:

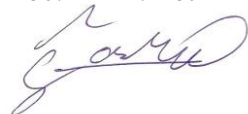
Velmi Dobře

Do rámečku vypsát slovní hodnocení z této škály: výborně, velmi dobře, dobře, nevyhověl/a

Oponent diplomové práce:

Jméno, tituly: Doc. PhDr. Petr Šťastný Ph.D.

Podpis:



V Praze dne: 18.05.2023