POSUDEK
vedoucího diplomové práce

Název: **Vliv celotělového vibračního tréninku na posturální stabilitu u vybrané sportující populace**

Diplomantka: **Bc. Hana STRACHOTOVÁ**
Vedoucí práce: Doc. PaedDr. Dagmar Pavlů, CSc.
Oponent: Ing. František Zahálka, PhD.

Předložená diplomová práce na téma „**Vliv celotělového vibračního tréninku na posturální stabilitu u vybrané sportující populace "** je zpracována na 77 stranách textu, za použití 55 literárních a jiných zdrojů, doplněna je třinácti stranami příloh.

Práce představuje pilotní studii, ve které si autorka klade za cíl posoudit vliv celotělového vibračního tréninku na posturální stabilitu. Šetření provedla na vzorku 15 sportovců – plážových volejbalistů.

Diplomová práce má systematické členění – devět základních kapitol. Toto je v souladu s požadavky, které jsou kladeny na diplomovou práci.

V teoretických východiscích diplomové práce autorka hovoří o vibracích obecně, zdůrazňuje jak možný přínos tak i nežádoucí účinky. Dále se věnuje popisu přístroje Power Plate – od jeho popisu až k vlastnímu cvičení. Důležitou pasáží v teoretických východiscích je kapitola „Posturální stabilita" – s tímto náročným tématem se autorka vypořádala dobře.

Experimentální část práce – jak již uvedeno výše – představuje pilotní studii. Ke splnění stanovených cílů autorka pracuje s hodnocením posturální stability a využívá za tímto účelem posturografickou metodu – plošinu Footscan. Uvedené měření bylo u skupiny probandů provedeno před a po intervenci, která byla po dobu 6 týdnů aplikovaná za pomoci přístroje Power Plate.

Metody řešení , které autorka zvolila k dosažení stanovených cílů jsou vyhovující.

K formální stránce práce a k přístupu diplomantky, který byl velmi samostatný po celou dobu experimentu, nemám žádných připomínek.

Lze konstatovat, že získané výsledky v diplomové práci budou přínosem pro všechny oblasti – ať již oblast sportu, či prevence nebo terapie – kde se pomůcky pracující na shodném principu jako Power Plate využívají. Vzhledem k tomu, že výsledky byly získány u skupiny 15 probandů, bylo by záslužné v započatém výzkumu pokračovat dále.

Dotaz pro obhajobu:
Uveďte konkrétní doporučení pro praxi pro využití pomůcky Power Plate.

Závěr:

Předložená diplomová práce splňuje požadavky, které jsou na diplomové práce kladeny a ***doporučuji*** proto komisi pro SZZK přijmout diplomovou práci Bc. Hany Strachotové k obhajobě a navrhuji hodnocení stupněm **výborně**

v Praze 22.4. 2011

Doc. Dr. Dagmar Pavlů, CSc.
katedra fyzioterapie UK FTVS