

Posudek oponenta diplomové práce

Běh v kontextu vývojové kineziologie

Obhajována 7.9.2023

Autor práce: Bc. Ondřej Růžek

Vedoucí práce: Mgr. Radka Bačáková, Ph.D.

Oponent práce: MUDr. Jan Pokorný

Autor ve své práci poskytuje ucelený pohled na běžecký krok, jako vrozený pohybový vzor, jehož osvojení, podobně jako u chůze nebo správné postury, má své základy již v prvním roce života. Možné odchylky od jeho správného provedení je tak možné korigovat pomocí principů a metod vývojové kineziologie.

Právě přehled základních fází vývoje motorických dovedností v prvním roce věku tvoří základ úvodní teoretické části. Hloubka sdělení je z mého pohledu zcela dostatečná a na řadě míst převyšuje nutné minimum k pochopení kontextu. Čtenáři jsou tak srozumitelným způsobem přiblíženy pojmy jako postura, hluboký stabilizační systém či koncept DNS.

Následuje část věnovaná běhu, popisu krokového cyklu více mechanistickým pohledem a možností jeho objektivního hodnocení.

V části práce věnované diskuzi autor komentuje některé z častých technických chyb z pohledu dvou výše uvedených přístupů. Tato část práce z mého pohledu nevyužila svůj potenciál – právě konfrontace dvou (poměrně detailně) popsaných přístupů nahlížení na běžecký krok by měla být stěžejní kapitolou práce. I s ohledem na autorovu bohatou klinickou praxi bych tuto kapitolu očekával obsáhlejší a ev. doplněnou fotodokumentací či kazuistikou.

Přes výše uvedené drobné výhrady je práce z formálního i obsahového hlediska na vysoké úrovni a z mého pohledu více než naplňuje požadavky kladené na diplomovou práci. V případě rozšíření práce o výše zmíněné (zejm. praktické kazuistiky) by mohla sloužit jako výukový materiál.

Otázky:

- Fore-foot strike / Rear-foot strike – který je podle vás fyziologický, a který byste doporučil svému pacientovi/klientovi?
- V části věnované délce běžeckého kroku zmiňujete, že elitní běžci se délkou kroku liší o cca 3 % od objektivně optimální délky a rekreační běžci o 8-10 %. Je tato odchylka ve smyslu kratší / delší krok? Jak je tato optimální délka kroku stanovována?

V Praze dne 31.8.2023

Pokorný Jan