

Posudek oponenta

Téma práce: Diagnostika asymetrií deltových svalů pomocí tensiomyografu u stolních tenistů

Autor: Michal Šablatůra

Bakalářská práce má 70 stran textu, 25 obrázků, 12 grafů a 1 přílohu. Jejím cílem bylo zjištění svalových dysbalancí a navržení kompenzačních cvičení u vybraných hráčů stolního tenisu a případné definování hypotéz pro další výzkum.

Práci lze chápat jako pilotní případovou studii, která má charakter kvalitativního výzkumu.

V teoretické části je nejprve představen stolní tenis jako sport, jsou zde zmíněny všechny skupiny faktorů herního výkonu i stavba tréninkové jednotky. Naznačena je i role stolního tenisu pro možný rozvoj psychický. Autor se potom zabývá fyziologickou stránkou hry a kinematikou ramenního kloubu. Je zde diskutován vliv stolního tenisu na zdraví hráče a jeho možné negativní dopady. Připojen je i praktický zásobník cviků (protahovacích, posilovacích i kompenzačních), který je přehledně a názorně prezentován.

Teoretická část je srozumitelně sepsána, má vhodnou strukturu a tvoří tak dobré pozadí pro následné případové studie.

Pro vlastní výzkum jsou metody vybrány adekvátně (i když v metodice práce jsou popsány stručně), bylo využito hlavně tensiomyografického měření vybraných svalů u šesti hráčů stolního tenisu.

Výsledky jsou přehledné, jejich znázornění je hlavně grafické. Následná diskuse je na dobré úrovni a snaží se zahrnout výsledky práce do širších souvislostí.

Celkově je práce přehledná a logická, nemám k ní zásadních připomínek. Vzhledem k výše uvedenému ji doporučuji k obhajobě.

Otázky k obhajobě:

Bylo by možné na základě měření dalších svalů usuzovat na dysbalance v rámci celého pohybového aparátu?

Jak byste srovnal jednostrannost stolního tenisu s „klasickým“ tenisem?

3.9.2018

Mgr. Tomáš Kočib