

Posudek vedoucího diplomové práce

Jméno studenta: Bc. Michal Šaroch

Název práce: Vliv specifických cvičení na fixátory lopatek plavců staršího školního věku

Jméno vedoucího práce: Mgr. Daniel Jurák

Obecně se uvádí, že plavání patří mezi tzv. „zdravé“ sporty, které působí pozitivně na pohybový aparát dítěte. Z praxe ale víme, že plavecký trénink ve větší míře zatěžuje svaly horních končetin, jejichž správná funkce a potenciál je podporován svalovými skupinami spojovanými s vertikalizací člověka.

Fixátory lopatek udržují jejich správnou funkci, ale rovněž podporují silový potenciál svalů podílejících se na plaveckých záběrových pohybech. Diplomová práce kolegy Šarocha je zaměřena na kontrolu úrovně oslabení fixátorů lopatek a jejich posílení v průběhu řízené intervence.

Práce byla provedena formou experimentu, který probíhal po dobu 8 týdnů. Pozitivně hodnotím téma práce a samostatnost kolegy při organizaci experimentu a spolupráci k přípravě diplomové práce.

V minulém posudku jsem se vyjadřoval kriticky k chybám, které se vyskytovaly v metodologii a ve statistickém zpracování práce. Hodnotím pozitivně, že tyto chyby byly již odstraněny. Při kontrole formální stránky práce se ale znovu vyskytují chyby, které by se při druhém zpracování textu, již neměly vyskytovat.

I přes uvedené připomínky k formálnímu zpracování textu konstatuji, že kolega Bc. Michal Šaroch je schopen samostatně tvůrčí práce, a že je schopen formulované problémy metodologicky řešit. Práci doporučuji k obhajobě.

Navrhované hodnocení: velmi dobře

K obhajobě bych prosil zodpovědět následující otázky:

1. Lze provést cvičení na správnou funkci mezilopatkových svalů ve vodním prostředí? Jestli ano, tak jaká cvičení by mohla pozitivně ovlivnit funkci mezilopatkových svalů v tomto prostředí a je důležité v jaké poloze (horizontálně na prsou či na zádech, či vertikálně ve stoji a opoře o dno) se toto cvičení realizuje?
2. Může ovlivnit oslabení mezilopatkových svalů nevhodné provádění plaveckých pohybových stereotypů v ramenním pletenci?

V Praze dne 29. 4. 2019

Mgr. Daniel Jurák