

**Posudek vedoucího práce na diplomovou práci Marka Jaroše s názvem „Činnost m. trapezius při dvou typech posilování – analytickém a využitím principů PNF“**

Diplomová práce Marka Jaroše (dále jen DP) je vypracována na 90 stranách textu a 8 stranách příloh. V seznamu literatury nacházíme 72 odkazů. Obsahuje 26 obrázků, 5 grafů a 2 tabulky. Diplomant si klade otázku, zda tzv. analytický způsob posilování upažováním na jednorozměrné kladce nemůže být příčinou přetížení jednotlivých částí m. trapezius. Pokusil se uvažovat v tom smyslu, zda nelze racionalizovat cvičení ve fitness aplikací některých principů léčebné rehabilitace, konkrétně principu diagonálního uspořádání zřetěžené svalové funkce, vycházející z metodiky PNF.

Jako metodu práce zvolil sledování aktivity svalů na základě elektrických potenciálů vznikajících na membránách při aktivaci motorické jednotky (dále EMG). Bylo sledováno 7 vybraných svalů metodou SEMG se synchronizací videozáznamu.

Stavba DP vykazuje určité netradiční prvky, jako řečnické otázky a neobvyklé řazení kapitol. Tato skutečnost přidává textu na čtivosti.

Pro zpracování DP diplomant nakonec zvolil zpracování výsledků 3 sledovaných svalů m. trapezius, pars descendens, m. trapezius, pars transversa et ascendens a m. deltoideus, pars medialis. Poslední jmenovaný sval byl zřejmě zvolen jako určitý marker, k jehož posílení mělo prostřednictvím posilování ve fitness dojít.

Jako proband byl sledován aktivní sportovec, kajakář na divoké vodě a zároveň student fyzioterapie 5. ročníku, vzdělaný v oblasti PNF. Sledování dalších probandů skončilo neúspěchem pro přílišnou náročnost cviků pro běžnou populaci. Rychlý nástup únavy natolik změnil hybný stereotyp, že se nedalo uvažovat o jeho fixaci.

Poznámky k formální stránce DP:

Kap.13 Literatura-chybí položka 8, všechny odkazy na literaturu 8 a výše jsou proto chybné. Podobně je řazena kap. 8.3 přímo za kap. 8.1.

Nalezené překlepy a chyby na s.8,10-14,39,42,44,45,48,49,54,59,61,69,84-86.

Nemohu souhlasit s formulací na s.74. Oproti loňskému roku obecně užíváme pro lokalizaci elektrod simulaci pohybu, při kterém fyzioterapeut palpuje místo nejsilnější kontrakce (s vědomím, že měříme el. potenciál pouze v topicky vymezeném místě).

Diplomant ve snaze vyhovět zaběhnutým schématům pro tvorbu DP používá v případové studii pojmy jako „zkoumaná populace, výběrový soubor, stav cvičenců, kvalita zkoumaného souboru“, což nepovažuji za příliš vhodné.

Vyvstává otázka, zda je vůbec možné do oblasti fitness přenést racionální principy, vycházející z poznatků o lidské posturální ontogenezi. Zvláště když nelze dostatečně dodržet jeden ze stavebních kamenů fyziologického pohybu – správnou polohu akrálních částí, umožňující nebo přímo iniciující funkční centraci kloubů.

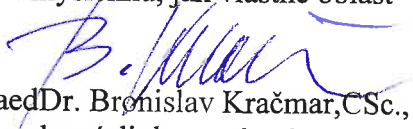
Možná toto mohlo být více rozvedeno v diskusi 1.odst., s.85.

Na DP si především cením uvažování diplomanta. Pokusil se spojit svoje zkušenosti z fitness s vědomostmi získanými v průběhu studia. Že to bude úkol nelehký, vyplynulo z průběhu měření, kdy postupně odpadli 4 další probandi pro rychlý nástup únavy, takže nakonec mohla být vypracována pouze čistě případová studie.

V předposlední větě závěru si nejsem úplně jist, co chtěl autor říci (slovník cizích slov: epidemiologie - obor lékařství zabývající se příčinami vzniku a zákonitostmi šíření nemocí hromadného výskytu), je možné, že se v rehabilitaci tento termín používá v přeneseném smyslu, nejsem bohužel orientován. Závěr považuji za poněkud chudší.

Minimálně pro diskusi mě výsledky práce evokují odvážnou myšlenku, jak vlastně oblast fitness prospívá hybné soustavě člověka.

Doporučuji, aby DP byla postoupena k obhajobě.

  
Doc. PaedDr. Bronislav Kračmar, CSc.,  
vedoucí diplomové práce

V Praze dne 2. května 2007