

## Posudek oponenta diplomové práce

**Student:** Veronika Kladivová

**Název práce:** Uplatnění metody senzomotorické stimulace v atletickém tréninku mládeže

**Cíl práce:** Seznámení se s metodou senzomotorické stimulace; zjištění a popsání stavu využívání metody senzomotorické stimulace v atletickém tréninku mládeže; zachycení typů zranění kategorie mládeže v atletice; upozornění na souvislost mezi výskytem zranění a užívání balančních pomůcek.

Diplomová práce (dále jen DP) má 54 stran textu, 7 stran příloh. Seznam citované literatury obsahuje 20 titulů tuzemských autorů a 2 tituly zahraniční. Následuje soupis ostatní literatury a internetových stránek.

Studentka zvolila zajímavé téma DP týkající se vlivu metody senzomotorické stimulace (SMS) na stav pohybové soustavy mladých atletů, konkrétně možnosti využití této metody pro prevenci zranění. Vybrané téma je skutečně aktuální a po pečlivém zpracování by mohla být velkým přínosem. Bohužel, cíle a úkoly práce byly zvoleny poněkud široce a nebyly v DP dostatečně důsledně zpracovány. Nedostatky spatřuji částečně v teoretické rešerši, dále ve formulaci hypotéz, popisu a vyhodnocení plánu výzkumu a výběru skupiny. Přesto přináší DP některé zajímavé podněty k zamyšlení či přímo pro praxi.

V teoretické části studentka vysvětluje pojem SMS, popisuje metodu a možnosti její využití. Text působí poněkud nekompaktním dojmem. Ačkoliv se neobjevují zásadní chyby, kapitoly se ve sděleném smyslu opakují, skutečná podstata významu a efektu SMS je ztracena v textu. Jednotlivé myšlenky, odstavce a části textu nepochybně vychází z uvedené literatury, ale nejsou správně citovány (chybí zcela uvedení zdroje, popř. je uvedeno např.: Haladová, 1997, ve skutečnosti se jedná o Vávrová in Haladová, 1997, apod.). Formulace některých vět není dobrá; nebo se jedná o překlepy? Např.:

- str. 10: „Principem metody SMS je aktivování čidel ve svalech, šlachách a kloubech (tzv. reflexní oblouk na Obrázku 1)- během senzomotorických cvičení proprioreceptory, které informují CNS o aktuální postavení kloubu či napětí ve svalu.“
- str. 12: dle ústního sdělení Mahrové se u atletů často setkáváme s oslabením hýžd'ového a břišního svalstva, přetížením paravertebrálních svalů zádových, se zkrácením adduktorů, flexorů stehen (spíše kyčlí), extenzorů a flexorů kolen. Myslíte, že metoda SMS pomůže preventivně proti takovýmto dysbalancím?

Část věnovaná teoretickým východiskům obsahuje 3 a ½ strany. Z toho je jedna strana věnována obrázkům a jedna strana citaci Mahrové – ústní sdělení. Následuje téměř 10 stran přehledu pomůcek zpracované převážně z internetových zdrojů.

Dalších 5 stran se má věnovat specifikaci zvolené věkové kategorie v atletickém tréninku a výskytu poranění u zvolených disciplín. V kapitole Hledisko vývoje cituje autorka téměř výhradně Rychteckého a Fialovou (2004) a soustřeďuje se především na vývoj psychiky. Postrádám informace o motorice a pohybových specifikách vybrané věkové kategorie v atletice. Celkově postrádám jakoukoliv atletickou literaturu. Kapitola Hledisko sportovní přípravy se zabývá pouze popisem DP Šimkové (2004).

Pozn. k přehledu pomůcek: Pokud uvádíte např. ... u trampolíny navíc dochází ke 4x větší stimulaci proprioreceptorů..., musíte citovat zdroj tohoto údaje. Na zmíněné webové stránce tato informace není k nalezení.

Vy zdvihnout na této práci bych chtěla naopak některé aspekty části výzkumné. Poučení se z pilotního šetření, úprava dotazníku a omezení věkové kategorie a počtu disciplín svědčí o promyšleném plánovaném jednání.

Připomínky se týkají některých strukturálních a formálních nedostatků. Nejsou formulovány hypotézy – pouze problémové body. DP by měla hypotézy obsahovat. V následujícím textu se dají hypotézy vysledovat, i jejich falzifikace.

Např. str. 33: „Vzhledem k tomu, že na otázku odpověděli, že žádná zranění v posledních dvou letech neprodělali, očekávali jsme, že bude většina dotazovaných jedinců provádět speciální cvičení automaticky.“ (Následně byla tato „hypotéza“ vyvrácena.)

Naopak předpokládáte na jiném místě práce v závěru diskuze: „... předpokládali jsme, že velké procento dotázaných ... nebude balanční pomůcky vůbec znát, natož je využívat.“

Je třeba formulovat hypotézy a otázky jasněji, a to již zpočátku plánování DP!

Chybí jasný popis plánu výzkumu. Jakým způsobem byl distribuován dotazník? Všem účastníkům plošně? Jen vybraným jedincům, disciplínám, podle časového pořadu, podle ochoty? Jsou někteří dotazovaní svěřenci téhož trenéra, stejné tréninkové skupiny, oddílu, kde využívají jednotné postupy, podmínky k tréninku? Máte reprezentativní soubor či záměrný výběr? Nutno v DP uvést tyto údaje, mohou z nich vyplynout souvislosti se zjištěnými výsledky.

Autorka pravděpodobně občas zaměňuje pojem „pilotní šetření“ se sloven „dotazník“. Viz např. věta: „Celkovou délku pilotního šetření jsme shledali jako optimální a proto jsme ji zachovali.“ Také v nesouladu s předchozím textem působí styl poněkud osobně formulovaného posledního odstavce strany 30.

Otázky k obhajobě:


- Popište stručně princip senzomotorické stimulace, podstatu působení na jedince.
- Zamyslete se nad následující sérií otázek: Ve vaší práci se zabýváte věkovou kategorií 16 – 19 let. Je možné používat metodu SMS i dříve u mladších jedinců, atletů? Platí vždy to, co jste psala na str. 25 o souvislostech věku a přechodu do určitých etap tréninku? Vždy junioři přechází z fáze specializovaného do vrcholového tréninku? Je nejlepší prevencí zranění pouze dostatečný odpočinek a regenerace, jak uvádíte? Viz také zamyšlení se nad výsledkem většiny negativní odpovědí na dotaz o používání speciálních metod cvičení s balančními pomůckami

Zvolené téma DP bylo velmi rozsáhlé a kladlo nároky na úroveň znalostí z více oblastí a oborů. V práci se vyskytly drobné i závažnější nedostatky. Přesto považuji vcelku obsahovou stránku DP za dobrou. Struktura práce odpovídá požadavkům kladeným na DP. Výsledky dosažené v této práci by mohly být námětem pro další výzkumy v oblasti sportu a prevenci zdraví. Bylo by ale nutné důkladněji prostudovat problematiku působení SMS a lépe plánovat a vyhodnotit sbíraná data.

Práci doporučuji k obhajobě.

Hodnocení podle průběhu obhajoby -

V Praze 28.4.2008

  
Mgr. Martina Vystrčilová  
oponent diplomové práce