

diplomant: Bc. Lenka Mtulková

název práce: **Kompenzace svalové nerovnováhy posturálního systému**

(výkonnostní volejbal ženy)

vedoucí práce: PhD. Jan Kříček, CSc.

Diplomantka předkládá svou práci orientovanou do oblasti výkonnostní volejbalu žen, jejíž cílem je sdělení o kompenzaci svalové dysbalance pohybového aparátu u souboru (týmu), jehož je sama aktivním členem. Diplomová práce (dále DP), jako případová studie, využívá a navazuje na poznatky (zjištění sval. dysbalancí posturálního systému) spojené se zpracováním její bakalářské práce (2007). Diplomantka pro splnění stanoveného cíle volí postup kompenzace prostřednictvím aplikace speciálních cvičení dle vlastního výběru, na stejném souboru hráček, se kterým pracovala již v předchozím období.

Zvolené téma DP zpracovává na 62 s. textu vyjma příloh a člení jej do osmi kapitol včetně seznamu literatury.. V **úvodu** DP poukazuje na průběžné změny vývoje, které současný volejbal přináší se svými pozitivy i negativy. **Teoretickou** část nejprve orientuje na charakteristiku volejbalu v obecnější rovině s odkazem diferencí jeho provozování. Těžiště teoretické části představuje oblast v kontextu zdravotních obtíží na pohybovém aparátu hráčů, které jsou průběžným jevem současného výkonnostního volejbalu. Diplomantka se konkrétně orientuje na problematiku sval. dysbalancí posturálního systému, které se u volejbalistek vyskytují nejčastěji a některých případech jsou příčinou přerušení či dokonce ukončení aktivní činnosti. Účelnou deskripci prezentuje v textu nejen způsoby a metody limitace těchto obtíží (strečink, kompenzační cvičení, posilování), ale též výčet rizikových segmentů pohybového aparátu včetně jejich testování. **Cíl a úkoly** práce jsou stanoveny správně včetně východisek pro jejich splnění, také formulace pracovních hypotéz lze přijmout. V **metodické** části DP nezapomíná na zdůvodnění vymezení východisek pro DP, výběru a charakteristiku sledovaného souboru a jeho limitací, zdůvodnění výběru a sestavení souboru kompenzačních cviků a deskripci postupů práce. **Výsledková** část, jako těžiště celé DP, postrádá z hlediska vyšetřovaného souboru pouze více přehlednosti u vyšetřovaných osob a výsledkové transparentnosti.(obrázky spojené s posilováním viz příloha).V **diskusi** diplomantka se vrací k cíli, a prostřednictvím stanovených hypotéz k míře realizace úkolů práce. Nezapomíná na zhodnocení sledovaného souboru a aplikace cvičení. V **závěru DP**, na základě zjištěných poznatků, poukazuje na nezbytnost a potřebu pravidelné kompenzace dílčí pohybové jednostrannosti tréninkového a soutěžního zatížení výkonnostního volejbalu.

Závěry: Diplomantka L. Matulková předloženou práci splňuje kriteria a požadavky spojené s prací tohoto typu. Ocenit je třeba sukcesi BP a DP (manipulace s jedním souborem, shodné pracovní podmínky), samostatnost a konkrétnost dané problematiky.

DP proto doporučuji k obhajobě. Její výsledek navrhuji stanovit dle úrovně reakce diplomantky na otázky spojené s řešenou problematikou v kontextu zvoleného tématu.

FTVS, KSH, 29.4. 2009

otázky pro diplomanta:

- výběr a aplikace kompenzačních cvičení (počet cvičení, délka)
- tréninková jednotka versus aplikace souboru cvičení v textu
- palpační metody vyšetřování