

# P O S U D E K O P O N E N T A D I P L O M O V É P R Á C E

**Jméno a příjmení diplomanta:** Bc. Petr Dastych

**Téma práce:** Vliv sauny na svalový tonus po fyzické zátěži

**Cíl práce:** Shrnout dosavadní poznatky k tématu. Ohodnotit vliv sauny na svalové napětí po krátkodobém maximálním anaerobním výkonu a porovnat jej s pasivním odpočinkem.

## 1. Náročnost tématu na:

- teoretické znalosti	podprůměrné	<b>průměrné</b>	nadprůměrné
- vstupní údaje a jejich zpracování	podprůměrné	průměrné	<b>nadprůměrné</b>
- použité metody	podprůměrné	<b>průměrné</b>	nadprůměrné

## 2. Kritéria hodnocení práce:

	stupeň hodnocení			
	výborně	velmi dobře	vyhovující	nevyhovující
stupeň splnění cíle práce	X			
logická stavba práce	X			
práce s literaturou včetně citací		X		
adekvátnost použitých metod	X			
hloubka provedené analýzy ve vztahu k tématu		X		
úprava práce (text, grafy, tabulky)	X			
stylistická úroveň			X	

## 3. Využitelnost výsledků práce v praxi, příp. teorie:

podprůměrná

**průměrná**

nadprůměrná

Pozn.

Průměrná z hlediska zde konkrétního způsobu řešení experimentu a dosažených výsledků. Z práce vyplývá, že diplomant si je toho vědom a navrhuje možnosti budoucí řešení, které, dle mého názoru, mohou nabýt nadprůměrné využitelnosti výsledků v praxi.

## 4. Připomínky a otázky k zodpovězení při obhajobě:

**Z formálního hlediska** je práce v pořádku. Domnívám se, že není potřeba vypisovat seznam zkratk, pokud jich není mnoho, což je případ této práce (pouze 4).

V seznamu zkratk chybí další zkratky např. ATP, CP.

Pozn.

V abstraktu se nacházejí formální chyby:

Vymezení problému je popsáno jako metoda řešení ne jako problém. Metoda řešení by správně měla být popsána jako pilotní teoreticko-empirický výzkum experimentálního

charakteru, při kterém byl proveden dvoufaktorový experiment a pak příp. vlastní popis měření (který již je uveden).

Dále není vhodné v abstraktu, když výzkum byl již proveden, používat budoucího času.

### **Obsahové hledisko:**

Obsah práce je zpracován na vysoké úrovni. Diplomant čerpal ze 46 zdrojů (knižní, časopisecké a další zdroje). Diplomant čerpal z mnoha cizojazyčných zdrojů (32), které se zabývaly výzkumem na dané téma, což hodnotím velmi kladně. S literaturou v textu pracuje výborně.

Jako cíl práce si diplomant kladl shrnutí teoretických poznatků týkajících se tematiky saunování a svalového napětí, což se mu podařilo. Druhým cílem bylo ohodnotit vliv sauny na svalové napětí a porovnání s pasivním odpočinkem. Na tento cíl navazovaly 2 hypotézy, které nebyly potvrzeny. Diplomant se domnívá, že kvůli tomuto nebyl druhý cíl splněn. Není to pravda, nepotvrzení hypotéz neznamená, že cíl nebyl splněn nebo, že výzkum není plnohodnotný. Svalové napětí vzhledem k předchozí zátěži a následné regeneraci ohodnoceno bylo, tudíž cíl splněn byl.

**Výsledky** jsou jasně a přehledně zpracovány v tabulkách a grafech. Jasně okomentovány.

**Diskuse** nad výsledky je v pořádku, diplomant vyvrací své hypotézy, které nebyly potvrzeny. Tato skutečnost není na závadu kvality práce jelikož kvalita práce nezávisí na tom, zda je hypotéza potvrzena či vyvrácena. Diplomant správně a logicky uvažuje nad faktory, kterými byl výzkum a jeho výsledky ovlivněny.

**Závěr** je stručný, shrnuje práci a její výsledky. Zamýšlí se a doporučuje varianty pro další výzkum v dané oblasti.

V praktické části chybí popis vlastního experimentu. Jednalo se o výzkum empirického charakteru, dvouskupinový, dvoufaktorový experiment, kde jeden faktor - faktorem byla zátěž wingate a prostředek regenerace. První faktor je jednohladinový (wingate) – pouze jeden druh zátěže a druhý faktor je dvouhladinový – jedna hladina = pasivní odpočinek, druhá hladina = sauna. Toto v praktické části musí být popsáno. Dále je však zpracování výborné a obsahuje podrobně vše, domnívám se, vyčerpávajícím způsobem (charakteristika souboru, vlastní průběh měření, popis měřících procedur, popis zátěže, regenerace)

Pozn. obecně

- S. 10, 11, v citaci se uvádějí oba autoři, pokud jsou 2. Neuvádí se pouze první a kol. (Greenstein et al., 2000), s. 11 chybí druhý autor v citaci (Hemsley, 2001; Double, 1995).
- V práci je několik překlepů jazykových tak interpunkčních, nichž je závažnějšího charakteru - 3x hrubá chyba ve shodě podmětu s přísudkem – s. 27, 28 ...účastníci byli rozdělení... (byli rozdělení). Dále se neshodují jména v seznamu literatury s textem - Matěj v textu, Matej v seznamu literatury; Lentel et al., 1992 v textu, Lentell et al., 1992 v seznamu literatury.
- V seznamu literatury chybí bibliografická citace autorů Mutungi et al., 1998 uvedená na s 15.
- Pozor na užívání budoucího času. Na s. 27 v kapitole 4.1. je správně užíván čas minulý a v následující kapitole 4.1.1 pak nesmyslně čas budoucí. (Všichni účastníci byli rozdělení...S veškerými údaji bude zacházeno....)
- Pozor na užívání slova *významně* klesl / stoupl parametr prohnutí. Výraz *významně* v experimentálním výzkumu znamená, že došlo k určité změně na dané hladině významnosti  $p \leq 0,05$  nebo  $p \leq 0,01$ , což práci není uvedeno, jelikož výsledky nejsou zpracovány statisticky.
- s. 38 – nejsem si jistá, zda parametr elasticity u m. soleus, jak píšete, *výrazně* stoupl (z 0,75 na 1,15) změna o 0,4. Na toto navazuji otázkou k obhajobě. (viz ot. k obhajobě)
- V textu jsem nenalezla citace uvedené v seznamu literatury: (Matej, 1984),

**Závěr hodnocení:** Práci hodnotím jako zajímavou, u nás v oblasti výzkumu jako průkopnickou a přínosnou pro výzkum v oblasti regenerace. Jednalo se o pilotní studii, na kterou doporučuji navázat.

**Otázky o obhajobě:**

V teoretické části píšete v kapitole 2.4 o výzkumu vlivu termoterapie na sval a jeho tonus o měření cirkulace pletysmografií. Můžete vysvětlit co je pletysmografie?

Stanovil jste si konkrétní hodnotu rozdílu změn parametru tuhosti a elasticity pro tvrzení, že došlo k výrazné změně tohoto parametru? Z pohledu klinického např. rozdíl hodnot o 0,5 již byla, dle vašeho názoru, výrazná změna?

**5. Práci doporučuji k obhajobě.**

**6. Navržený klasifikační stupeň: 1 - 2**

23. 4. 2011, Praha

datum a místo  
vyhotovení posudku

Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D

podpis oponenta  
diplomové práce