

POSUDEK VEDOUCÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Autor práce: Klára Komárková

Název práce: Slackline jako terapeutická možnost ovlivnění posturální stability

Rok obhajoby: 2013

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Ondřej Čákr

Bakalářská práce studentky Kláry Komárkové si klade za cíl shrnout poznatky o problematice posturální kontroly a možnostech jejího ovlivnění pomocí balančního tréninku na slackline u zdravých osob. Předkládaná práce má experimentální charakter. Autorka pokusila o objektivizaci cíleného tréninkového programu na vybrané parametry CoP při posturografickém vyšetření.

Práce je sepsána na 42 stranách. Referenční seznam obsahuje 73 aktuálních citací převážně zahraniční literatury. V teoretické části se autorka věnuje neurofyziologickým aspektům spojeným s řízením posturální stability a možnostem jejího ovlivnění. Dále etiopatogenezi poranění měkkých tkání v oblasti hlezna.

Experiment zahrnuje vyšetření 20 zdravých osob rozdělených do dvou skupin po 10 probandech (bez tréninku × slackline). Jedinci byli vyšetřeni před a po tréninku na slackline. Čtyřtýdenní balanční trénink na slackline zahrnoval 8 tréninkových jednotek. Dopad tréninku byl hodnocen pomocí parametrů: CoP mean vel., CoP sway area a CoP sway path při vybraných posturálních situacích na silové plošině Synapsys. Výsledky experimentu jsou statisticky zpracovány a jsou rozvedeny v oddíle diskuse.

Hodnocení:

Předkládaná práce splňuje formální náležitosti bakalářské práce. Text je přehledně rozčleněn a informace v něm obsažené jsou aktuální. Autorka dokládá velmi dobrou orientaci v odborné literatuře. V experimentu autorka pomocí stabilometrických testů vhodně dokumentuje změny v posturální kontrole u trénované skupiny proti netrénovaným. Výsledky práce jsou zajímavé a jejich obsah koresponduje s poznatky jiných autorů. Závěry práce jsou správně formulovány.

Autorka prokázala, že se tématem intenzivně zabývala, byla schopna realizovat experimentální měření a náležitě interpretovat získaná data. Autorka svou práci pravidelně konzultovala vždy pečlivě připravená s podnětnými dotazy. Předvedla

vynikající organizační schopnosti při zajištění praktické části práce. Celkově práci hodnotím jako podařenou a doporučuji obhajobě.

V Praze 12.5.2013

Mgr. Ondřej Čákr

