

Posudek
na diplomovou práci Martina Marka:
Tělesná stavba a držení těla u souboru hokejistů ve věku 18 – 26 let

Držení těla (postura) je výslednicí tvaru páteře, stavu svalstva, aktivní nervosvalové činnosti a psychického stavu jedince. Vadné držení těla je nejčastěji způsobeno svalovými dysbalancemi mezi posturálními a fázickými svaly.

Předkládaná diplomová práce Martina Marka studenta dvouoborového učitelství kombinace Bi-Ze podává ucelený přehled faktorů, které ovlivňují tělesnou stavbu i držení těla při jednostranné zátěži u provozované sportovní činnosti. V této práci se autor zaměřil na hokej, který bezesporu patří mezi sporty s jednostranným zatížením. Pokusil se zjistit, zda dlouhodobé hraní hokeje, soustavná tréninková zátěž ovlivňují vadné držení těla, flexibilitu a tělesné složení ve prospěch rozvoje svalové složky.

V přehledně rozpracované teoretické části (78 stran) podává diplomant vyčerpávajícím způsobem všechny informace, které se vztahují ke sledované problematice.

Pro své vytvořené hypotézy a k jejich ověření zvolil vyšetření souboru 30 hokejistů s aktivní činností hraní hokeje více než 10 let (14,7 let) a kontrolního souboru s běžným životním stylem a standartním denním režimem.

U všech 60 probandů zcela sám zjišťoval 24 somatických údajů, což dokládá zvládnutí techniky antropometrického měření. Úspěšně a s přehledem zvládl i statistické metody zpracování získaných dat v programu Statistika 6. 0. K vzájemnému porovnání sledovaných znaků souboru hokejistů, kontrolního souboru i normativních údajů (Blaha, 1986) použil normalizační indexy. Pro testování souborů mezi sebou použil parametrické a neparametrické metody, ověřoval též normalitu (Shapiro-Wilksův test) měřených a vypočítaných dat.

Výsledková část je velmi pečlivě a přehledně zpracována a doplněna precizně provedenými tabulkami a grafy. Výsledky přinášejí zajímavá zjištění, především v oblasti vybočení páteře u obou souborů (17%) probandů s náznakem skoliózy a držení těla se zdvižením levého ramene výše než pravého. Prominenci pravého paravertebrálního valu v hrudní oblasti páteře u souboru hokejistů pravděpodobně způsobuje držení těla při hraní hokeje. Všechna negativní zjištění v držení těla ukazují na to, že pokud nedochází ke kompenzačním cvičením mohou vznikat závažné abnormality páteře.

Diplomovou práci hodnotím jako velmi zdařilou, která svým komplexním utříděním a prezentací získaných údajů splňuje kriteria pro hodnocení jako diplomové práce odborného studia. **Splňuje všechny podmínky kladené na diplomové práce a doporučuji ji k obhajobě.**

V Praze dne 22. 9. 2006

RNDr. Blanka Vacková, CSc.
vedoucí diplomové práce