

# Oponentský posudek

---

na diplomovou práci, která má název „**Kompenzační cvičení v synchronizovaném plavání**“. Autorkou práce je **Bc. Adéla Ludvíková**.

Práce je zpracovaná na 67 stranách a doplněna osmi přílohami. Autorka při zpracovávání vycházela z 53 literárních zdrojů, z nichž 11 je cizojazyčných, převážně internetových.

Vzhledem k tématu diplomové práce se autorka v její teoretické části věnuje především držení těla a faktorům, které jeho funkční kvalitu zabezpečují. Popisuje též poruchy v držení těla, které se často v populaci vyskytují a věnuje právem rozsáhlejší pohled na teorii dolních končetin a jejich vlivu na držení těla.

Dýchání je věnována část 1.6. Autorka v ní zdůrazňuje význam dýchání a dechových cvičení nejen z hlediska držení těla a případného vlivu na vyrovnávání již zmíněných odchylek, ale i vzhledem k významu pro synchronizované plavání. Z uvedeného přehledu citovaných autorů lze poznat různorodost pohledů na význam této vitální funkce. Závěrečná část, části teoretické, je věnována kompenzačním cvičením a porozumění synchronizovanému plavání.

V praktické části, od s. 44, se čtenář seznámí s cílem a úkoly práce, s hypotézami a výzkumnými otázkami. Dále metodikou a organizací výzkumného záměru.

Výsledková část, jak z hodnocení držení těla testem podle olovnice tak hodnocení svalového napětí, je přehledně uvedeno v tabulkách. Praktickou část pak uzavírají diskusní myšlenky a závěr práce.

## Připomínky:

- Název práce je nepřesný. I příloha č. 5 naznačuje, že kompenzační cvičení nejsou v synchronizovaném plavání.
- Je škoda, že jinak správně citovaná literatura, od strany 61, je pokažena citacemi 13, 17, 26, 40, 41, 50, 52.
- Rozdělování svalů na posturální a fázické způsobem, jak v práci uvádíte, je nesprávné.
- Obr. 3. na s. 17 je chybně popsán v bodě 7. Tam jde o lig. supraspinale (vaz nadtrnový).

- Jazykové nesrovnalosti se 4. pádem lze nalézt na s. 44. Někde chybí písmenka: s. 36 (*hlubokém*); s. 49 (*rozcvičením*); s. 56 (*svalové*); 57 (*celkové*), (*mělo*); s. 60 (*do nebo po?*), (*podnětem*) apod. Na s. 28 jsou oslabení doprovázena *plochá nohama*.
- V části 2.3.1 chybí, dle mého názoru, údaj o počtu hodin v tréninku v týdnu, případně i údaj počtu hodin TV ve škole.
- Pohybová intervence měla být uvedena v přílohách a s jednotným písmem celé práce.
- Domnívám se, že u hodnocení držení těla pomocí olovnice je tělesná hmotnost především na patách a to nikoliv jen u 3. cvičenky.
- U hodnocení držení těla podle olovnice není tak důležitý fyzioterapeut; jsou však důležitá místa, mezi kterými se požadované hodnoty pro výzkum měří. A ta je nutno uvést.
- Neuvádíte, proč se domníváte, že u děvčat, která systematicky trénují, mají ochablé mezilopatkové svalstvo.
- Neuvádíte, kdy a za jakých podmínek byla realizována aplikace VAS.

### Dotazy:

- Na s. 42 popisujete, jak všestranně kvalitně působí synchronizované plavání na držení těla, růst kostí, dýchací a oběhový systém atd. Proč na s. 12 předpokládáte hypermobilitu a špatné držení těla?
- Jak zapojují synchronizované plavkyně „psychické procesy, psychické stavy a vlastnosti“?
- Proč je z Vašeho pohledu důležité zkoumat subjektivní pocit svalového napětí zad ve vztahu k držení těla?
- Proč jste uvolňovala kyčelní a ramenní klouby ve vyrovnávacích programech, když ve vodním prostředí, dle fyzioterapeutických zkušeností, to jde mnohem lépe?
- Kdo vedl kompenzační cvičení a proč se necvičilo na gymnastickém koberci, jak se v práci zmiňujete? Individuální kompenzační cvičení se cvičila ráno, večer, po snídani...kdy a proč?

**Závěr:**

Diplomová práce, předložená Bc. Adélou Ludvíkovou k obhajobě, po prostudování vyvolává celou řadu otázek. Na některé ve svém hodnocení upozorňuji a současně se domnívám, že na ně mohlo být v práci poukázáno, především v diskusi. Závěr mohl být stručnější a měl se věnovat pouze těm, výsledkům, případně doporučením bezprostředně z nich vycházejícím. Celkově však práce odpovídá požadavkům, které jsou na ni kladeny z hlediska kvalifikačních požadavků a proto ji doporučuji k obhajobě. Až po výsledku obhajoby se vyjádřím k hodnocení práce.

Doc. PhDr. Pavel Strnad, CSc.

V Praze, 2.1.2018