

**Název bakalářské práce: Vliv svalové síly v hlezenním kloubu na prevenci zranění v baletu**

**Autor: Kateřina Foltmanová**

**Vedoucí: Prof. Ing. Václav Bunc, CSc.**

### **Celkové hodnocení**

Autorka si dala za cíl zjistit, zda zranění v oblasti hlezenního kloubu negativně ovlivňuje svalovou sílu této oblasti a zda naopak vyšší hodnota síly svalů v oblasti hlezenního kloubu může snižovat riziko zranění této oblasti. Téma je aktuální a vhodné pro sepsání závěrečné práce. Autorka zajistila dostatečný výzkumný vzorek a použila objektivní metody k hodnocení svalové síly.

Výsledky práce jsou zpracovány deskriptivní statistikou a ukazují na možnou souvislost bilaterálního deficitu síly hlezna s výskytem zranění. Zde bych uvítal zjednodušení výsledkové části, neboť řada informací se opakuje.

Diskuze je poměrně rozsáhlá a řeší naplnění cílů a hypotéz. Chybí mi ovšem hlubší zarámování problematiky.

Práce je psána čtivě bez většího množství překlepů. Ačkoli mám k práci některé metodologické výhrady (viz dále), doporučuji ji k obhajobě. Navrhuji hodnocení velmi dobře.

### **Dílčí komentáře a otázky**

Hypotéza 3 není hypotézou. Nelze jednoznačně odpovědět.

V kapitole Metody chybí popis, jakým způsobem byly výsledky vyhodnoceny. Jak byla počítána relativní síla, když se jednalo o izokinetickou kontrakci, kde se měří moment síly?

Měly účastnice předchozí zácvik, rozcvičení,...? Mohl by předchozí zácvik ovlivnit úroveň naměřené síly?

Jaký typ kontrakce byl použit? Excentrická nebo koncentrická kontrakce? Jaký typ kontrakce je pro balet důležitější? Kdy dochází k zranění?

Na základě čeho byla stanovena významnost rozdílů „Začátek tohoto stupně jsem stanovila na hodnotu 5 % rozdílu u hodnot ratio a deficit a alespoň 5 % rozdíl se současným rozdílem 5 %BW u hodnot relativní maximální síly.“ Zkratka BW není vysvětlena.

V diskuzní části mi chybí hlubší zarámování problematiky. Bylo by vhodné zakomponovat porovnání s jinými pohybovými aktivitami a využití bilaterálních a ipsilaterálních poměrů síly ve vztahu ke zranění.

Izotonická kontrakce je spíše teoretický koncept. Při dynamické kontrakci v reálných podmínkách lze těžko dosáhnout stejného svalového napětí v průběhu celého pohybu.

„Maximální síla překonává vysoký až hraniční odpor malou rychlostí a je základem pro rozvoj výbušné, rychlé i vytrvalostní síly.“ Při jakém typu kontrakce lze dosáhnout maximálním volním úsilím nejvyšší odpor?

Je nezbytné vlastní jména skloňovat. Např. „Zpracováno dle Simmel“

s. 28 chybí citace v textu. „Poměrně rozsáhlý dlouhodobý výzkum ohledně prevence zranění prováděli v letech 2001-2005 ve Washingtonu DC. „ Odkaz na studii je až od 2 odstavce dále.

Je různá úroveň síly hlezna příčinou nebo důsledkem zranění?

Některé překlepy

s. metatarsofalngové

Graf 6,..

V Praze 31. 8. 2018

Doc. Jiří Baláš, Ph.D.