

POSUDEK OPONENTA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Vliv zdravotně-kompenzačního programu na postavení nohy adolescentek cvičících aerobik

Autor: Bc. Terezie Kerdová

Vedoucí práce: Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D.

Cíl práce: Cílem práce bylo vytvořit zdravotně-kompenzační program a zkoumat jeho účinnost a vliv na postavení, tvar a zatížení nohy u adolescentek cvičících aerobik.

Formální hledisko:

Rozsah práce je 133 stran textu a 19 stran příloh.

Struktura: Diplomová práce (DP) obsahuje všechny náležité kapitoly.

Literární zdroje: 60, z toho 7 cizojazyčných (pro DP dostačující počet). Úprava práce je dobrá, občas se vyskytují stylistické chyby a překlapy (str. 12, mohou pozitivně ovlivnit a zvýší, str. 24, vzpřímené stojí, str. 49, Jedná se 10 cm dlouhá úsečka). V několika případech se potom vyskytují chybně napsaná jména autorů (např. Beránek namísto Beránková, Přidalová, namísto Peštuková).

Seznam literatury souhlasí s uvedenými citacemi v textu, až na jeden případ, kdy publikace Rokyta, (2015) je uvedena v přehledu literatury, ale v textu se nevyskytuje.

Provedená kontrola podobnosti práce v Turnitinu je 25%.

Obsahové hledisko:

Název práce odpovídá stanoveným cílům a obsahu práce.

Abstrakt je strukturovaný a dobře logicky postavený, v metodách pouze chybí v práci prováděné vyšetření chůze.

Teoretická část práce: V teoretické části autorka věnuje poměrně rozsáhlou část textu anatomii chodidla, jeho funkcím, patologii a na závěr terapii. Dále jsou kapitoly věnovány adolescenci a aerobiku, ty jsou však pojaty poměrně stručně. Celkově v teoretické části postrádám propojení tématu chodidel a aerobiku, hodilo by se zmínit například biomechaniku chodidla a jeho zatížení v daném sportu, případně chodidlo pojmout z více funkčního pohledu, nežli jen anatomicky popisného.

Empirická/praktická část práce:

Použité metody a sběr dat: Výzkumný soubor tvořilo 6 dívek cvičících aerobik ve věku 16-18 let. Výzkumný vzorek byl rozdělen na dvě skupiny – skupina experimentální, která absolvovala cvičení, a skupina kontrolní bez intervence. Metodami sběru dat při hodnocení před zahájením zdravotně-kompenzačního programu byly kineziologický rozbor a vyšetření podoskopem. Dále byl hodnocen subjektivní pocit bolesti v oblasti nohou pomocí vizuální analogové škály (VAS). Použité metody hodnotím jako relevantní k danému typu výzkumu, jen postrádám zmínku o kontrole probandek v průběhu cvičení. To se čtenář dozvídá až z diskuze, kde ale není zcela jasné, jestli probíhala průběžná kontrola všech cvičících či byla

jen namátkově. Dále je diskutabilní, zda takto malý vzorek probandů dělit na dvě skupiny. Pro vyšší statistickou významnost a hodnotu výsledků by bylo možná vhodnější ponechat pouze jednu skupinu 6 probandů a se všemi provést zdravotně-kompenzační plán.

Výsledky a diskuze: Výsledková část je pojata velmi podrobně, kdy je rozebrána každá z testovaných dívek včetně fotografií ze všech provedených testů. V několika případech je u popisu fotografie uvedeno fyziologické postavení pánve, z obrázků je však patrné, že se jedná o zvýšené anteverzní postavení a s ním spojené bederní prohnutí. Z výsledků je dále patrné, že většina testovaných má výraznou váhu na přední části chodidla, což bude mít za následek velké napětí v oblasti lýtkových svalů a Achillovy šlachy (která je v popisu probandek několikrát zmiňována jako oblast s výskytem obtíží). Z těchto důvodů by proto bylo vhodné do cvičebního plánu zařadit také cviky na uvolnění a masáž lýtek a Achillovy šlachy. V diskuzi autorka odpovídá na položené výzkumné otázky, nicméně spíše zde znovu shrnuje výsledkovou část, postrádám diskutování nad tématem a větší porovnání s jinými studiemi.

Závěr:

I přes uvedené připomínky předložená práce splňuje veškeré nároky kladené na bakalářskou práci, a proto ji **doporučuji** k obhajobě.

Otázky k zodpovězení při obhajobě:

- 1) Z jakého důvodu bylo ve výsledkové části prezentováno měření metodou Chipaux-Šmiřák odlišně u každé probandky? U některých byl na levé noze měřen index D1 a D2 a na pravé D3, u jiných byla obě chodidla měřena stejně.
- 2) Jak byste blíže vysvětlila v práci zmíněnou větu „V případě přítomnosti nedostatku svalů nebo vazů, vzniká blokáda kloubu“?

V Praze, 30. 8. 2021

Datum a místo
vyhotovení posudku

Mgr. Markéta Křivánková

.....
podpis oponenta
diplomové práce