

Oponentský posudek diplomové práce

Název: Rekondiční příprava hráče kopané

Autor: Antonín Čepek

Oponent: PhDr. Andrea Mahrová, Ph.D.

Diplomová práce se zabývá popisem rekondiční přípravy hráče kopané po zranění menisku. Předložené téma je z hlediska dynamicky se rozvíjejících přístupů k rekondici hráčů kopané zajímavé a stále aktuální.

Práce zahrnuje celkem 52 stran textu (z toho 17 stran teoretické části a 30 stran praktické části), s rozdělením na 8 hlavních částí, uvnitř členěných na jednotlivé kapitoly a subkapitoly. Obě části práce jsou pro přehlednost dat a získaných výsledků doplněny 22 obrázky, 6 tabulkami a 6 grafy.

Ke zpracování práce bylo použito odborného podkladu 24, jak literárních tak internetových, citací, převážně z tuzemských zdrojů. Součástí seznamu literatury jsou také ústní sdělení, která do tohoto seznamu z hlediska nepodloženého významu, nezahrnuji.

Posouzení teoretické části

V této části je obecně popsána charakteristika silových schopností a metod rozvoje silových schopností. Chybí zde praktické propojení souvislostí mezi kapitolami 4.1 Charakteristika silových schopností a Metody rozvoje silových schopností s problematikou tréninku určitého druhu silové schopnosti pro potřeby fotbalového hráče. Jakýsi úvod těchto kapitol (proč vůbec byly do práce zavzaty) osvětluje až kapitola 4.1.4. Specifické cíle tréninku s odporem a 4.2.1 Význam silových schopností pro hráče kopané.

V kapitole 4.1.2 věnované metodám rozvoje silových schopností jsou zahrnuty i metody používané v rehabilitačním procesu, který tomu rekondičnímu předchází. Postrádám samostatnou kapitolu, která by zahrнула i další metody z oblasti rehabilitace, které by se daly v rekondičním procesu využít.

Pojem rekondice v sobě zahrnuje rozsáhlý proces znovuoobnovení nejen všech pohybových schopností, tělesných parametrů a psychické odolnosti, ale především navrácení takové úrovně fyzické výkonnosti, kterou měl jedinec před zraněním.

Celý teoretický podklad postrádá hlubší propojení jádra zvoleného tématu s obsáhlejší literární rešerší. V práci chybí logické propojení jednotlivých kapitol.

Kapitola Metodologie

Tato kapitola je v posuzované práci nevhodně zařazena do textu.

Podle Metodologie diplomové práce je tato kapitola běžně zařazována pod Praktickou část – volba metod musí být podpořena Teoretickými východisky, na které by mělo být navazováno při sestavování designu studie.

- s. 8 - chybí citace podle koho a proč byly zvolené uvedené metody měření.

Posouzení praktické části

V této části diplomant zaměřil svou pozornost na charakteristiku proběhlého zranění a odborného lékařského + fyzioterapeutického postupu pro pooperační rehabilitaci a následnou rekondici.

Velmi podrobně jsou zde popsány jednotlivé mikrocykly a tréninkové jednotky rekondičního procesu. Vše je také přehledně doplněno tabulkami a obrázky, což je z praktického hlediska pro další použití jistě přínosné.

Dále je zde pozornost úzce zaměřena na kostní struktury kolenního kloubu, konkrétně meniscus a jeho vazivový aparát, které také anatomicky popisuje. Avšak přesto, že neoddělitelnou součástí kosterního aparátu je také svalová soustava, která zajišťuje funkci pohybového aparátu, není v práci zmínka o těch svalech či svalových skupinách, které jsou při tomto zranění z funkce vyřazeny a je třeba se na ně v rámci rekondice zaměřit. Vzhledem k tomu, že uvedený rekondiční proces je vedený převážně prostřednictvím zvětšení svalové síly a objemu, vidím jako podstatný praktický nedostatek, že tyto údaje patřící svalové soustavě chybí.

Kapitola Výsledky

Výsledková část je přehledně a věcně zpracována a doplněna grafy a tabulkami.

Kapitoly Diskuze a Závěr

Dle mého názoru v Diskuzi chybí konfrontace vlastního nálezu s literárními či jinými údaji. Není vždy nutné se zaměřit na konkrétní diagnózu, ale při sestavování rekondičního plánu je možné vycházet z kazuistik i jiných zranění kolenního kloubu.

Závěr by měl být jakýmsi shrnutím celé práce s nastíněním možností dalšího využití pro praxi.

K práci mám následující formální a věcné připomínky:

1. Zaměření práce je z velké části na silový trénink, což plně nevystihuje komplexnost rekondiční přípravy, na kterou měla být práce zaměřena.
2. Ve větách jsou stylistické a gramatické chyby.
3. Text obsahuje chyby v citacích autorů: s. 9 – Ulrichová → patří sem Ulbrichová; s. 19 metoda SMS – chybná citace autora, jak v textu, tak v Seznamu literatury.
4. Ústní sdělení se nezařazuje do Seznamu literatury.

Při obhajobě doporučuji následující otázky:

1. Co vedlo diplomanta k tomu, aby použil právě uvedené metody měření?
2. Proč byla zvolena délka rekondičního procesu pouze 2 týdny?
3. Jak byla hodnocena reakční schopnosti jedince, tzn. úroveň aktivace proprioreceptorů, byla použita nějaká objektivizační metoda či přístroj?

Závěr oponentského posudku:

Pro praktický význam práce, která je zaměřená na rekondiční proces, je škoda, že se diplomant zaměřil z velké části pouze na trénink silových schopností.

Z práce je patrné, že myšlenka práce je kvalitní. Vlastní zpracování tématu však postrádá některá fakta, která by byla přínosná pro další praktické použití práce.

I přes výše uvedené nedostatky a připomínky diplomant touto prací prokázal schopnost pracovat samostatně a práci **doporučuji** k obhajobě.

Na základě průběhu obhajoby navrhuji klasifikační stupeň *.dobře*

V Praze dne 29. 9. 2008.

Podpis oponenta:

Malý 2