

## P O S U D E K O P O N E N T A B A K A L Á Ř S K É P R Á C E

**Jméno a příjmení diplomanta:** Zuzana Pavelková

**Téma práce:** Snížení svalového napětí musculus soleus a musculus gastrocnemius caput mediale po běžeckém výkonu

**Cíl práce:** Snížení svalového napětí lýtka po běžeckém výkonu pomocí aplikace suché jehly, kryoterapie a strečinku.

### **Kritéria hodnocení práce:**

	stupeň hodnocení			
	výborně	velmi dobře	vyhovující	nevyhovující
stupeň splnění cíle práce	x			
logická stavba práce	x			
práce s literaturou včetně citací	x			
adekvátnost použitých metod	x			
úprava práce (text, grafy, tabulky)	x			
stylistická úroveň	x			

Práce splňuje všechny formální požadavky kladené na bakalářskou práci. Je stručná, avšak čerpá z mnoha literárních zdrojů (40, z toho 22 zahraničních) což je známka toho, že se diplomantka zhostila svého tématu zodpovědně a do hloubky.

Velmi kladně hodnotím výše uvedenou jasnost, stručnost a dále logické postavení práce. Výborně je citováno velké množství autorů, včetně zahraničních, což je u bakalářské práce téměř výjimečné.

Metodika práce je jasně popsána, jednalo se o pilotní studii, experimentální měření. Chybí konkretizace, že šlo o kvaziexperiment, kdy skupina testovaných nebyla vybrána pomocí náhodného výběru, ale záměrně. Jinak je vše zpracováno výborně.

Výsledky obsahují modelový graf a tabulky, na začátku kapitoly je vše jasně popsáno a orientace ve výsledcích je bezproblémová.

V diskusi diplomantka analyzuje výsledky, prezentuje své domněnky, i proč výsledky vykazují jistá překvapující čísla.

### Připomínky a otázky k zodpovězení při obhajobě:

- V kapitole Cíl a hypotézy nenalézám konkrétně formulovanou hypotézu. Hypotéza je naznačena v úvodu, ale je zmíněno, že *dle hypotéz...* nenašla jsem v práci více hypotéz...
- V kapitole výsledky bývá zvykem ke konkrétním tabulkám napsat krátký komentář.
- V diskusi je uvedeno, že byla položena výzkumná otázka, tu jsem však nenašla nikde naformulovanou, v práci je uváděno, že diplomantka měla položenou hypotézu. Hypotéza není to samé jako výzkumná nebo vědecká otázka.
- V závěru je uvedeno „Snažila jsem se ověřit stanovenou hypotézu, *zda* tři vybrané metody ovlivní svalové napětí ve smyslu snížení...to nezní jako předpoklad, ale jako položená otázka, domněnka... tváří se tedy jako vědecká otázka, což je jak výše uvedeno z metodologického hlediska něco jiného než hypotéza. Hypotéza by mohla znít jako předpoklad, že tři druhy regenerace sníží svalové napětí lýtka. Domnívám se však, že pouze kvůli češtině chybě (tázací zájmeno *zda* a spojka *že*) došlo k tomuto nedorozumění.
- V závěru s. 32, věta...*Výsledky po aplikaci strečinku ji sice vyvrací, ale díky tomu bych nedělala závěry, že...* není zcela správně česky...(Výsledky ji sice vyvrací, ale *kvůli* tomu se domnívám nemohu dojít k závěru, že...)

**Závěr hodnocení:** Práci, přes problematické uvedení hypotézy, která je jedinou, spíše formulační chybou v této práci, hodnotím jako kvalitní, zajímavou a přínosnou v oblasti výzkumu svalového napětí a regenerace ve sportu.

#### • Otázky o obhajobě:

- Obr. č. 4 je popsán jako výsledné hysterézní křivky při aplikaci akupunktury... Je rozdíl mezi akupunkturou a aplikací suché jehly? Pokud ano, jaký?

- Co si myslíte o aplikaci suché jehly jako metody regenerace? Její účinky byly nejmarkantnější, je to však invazivní metoda a její použitelnost je v tréninkovém procesu pravděpodobně omezena. Kdy byste ji doporučila?

- Jaké faktory mohly mít vliv na „nevýrazné“ působení kryoterapie a strečinku na sval?

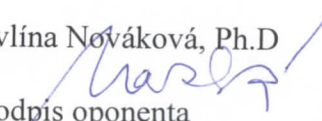
5. Práci **doporučuji** k obhajobě.

6. Navržený **klasifikační stupeň**: výborně

4. 9. 2010, Praha

datum a místo  
vyhotovení posudku

Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D.

  
podpis oponenta  
diplomové práce