

## POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

- Jméno a příjmení studenta:* **Diana Poláková**  
*Studijní obor:* Fyzioterapie  
*Vedoucí bakalářské práce:* Mgr. Martina Hartmanová  
*Katedra/ústav:* UFM  
*Název bakalářské práce:* ***Fyzioterapie u pacientů se sedavým zaměstnáním trpících opakovanými bolestmi v oblasti krční páteře***
- Volba tématu:
1. ***Mimořádně aktuální***
  2. Aktuální pro danou oblast
  3. ***Užitečné a prospěšné***
  4. Standardní úroveň
  5. Neobvyklé
- Cíl práce a jeho naplnění:
1. ***Vhodně zvolený cíl, který byl naplněn***
  2. Vhodně zvolený cíl, který byl částečně naplněn
  3. Vhodně zvolený cíl, který nebyl naplněn
  4. Nevhodně zvolený cíl
- Struktura práce:
1. ***Originální – zdařilá***
  2. Logická – systémová
  3. Logická – tradiční
  4. Pro dané téma tradiční
  5. Pro dané téma nevhodná
- Práce s literaturou:
1. Vynikající, použity dosud neběžné prameny
  2. ***Velmi dobrá, použity nejnovější dostupné prameny***
  3. Dobrá, běžně dostupné prameny
  4. Slabá, zastaralé prameny
- Vybavení práce (data, tabulky, grafy, přílohy):
1. ***Mimořádné, funkční***
  2. Velmi dobré, funkční
  3. Odpovídá nutnému doplnění textu
  4. Nedostačující
- Přínosy bakalářské práce:
1. Originální, inspirativní názory
  2. Ne zcela běžné názory
  3. ***Vlastní názor argumentačně podpořený***
  4. Vlastní názor chybí
- Uplatnění bakalářské práce v praxi a ve výuce:
1. ***Práci lze uplatnit v praxi***
  2. Práci lze uplatnit ve výuce
  3. Vhodná pro publikování
  4. Práci nelze příliš využít ani v praxi ani při výuce
- Formální stránka:
1. ***Výborná***
  2. Velmi dobrá
  3. Přijatelná
  4. Nevyhovující

- Jazyková stránka:
1. Stylistika
    - a) **výborná**
    - b) velmi dobrá
    - c) dobrá
    - d) nevyhovující
  2. Gramatika
    - a) **výborná**
    - b) velmi dobrá
    - c) dobrá
    - d) nevyhovující

Zásadní připomínky k bakalářské práci:

1. **nemám**
2. mám tyto:

Další hodnocení:

*Bakalářská práce se zabývá problematikou opakovaných bolestí v oblasti krční páteře u pacientů se sedavým zaměstnáním. Bohužel i přes rozsáhlou informovanost je stále mnoho pacientů plnicích ordinace plynoucích z nesprávné ergonomie pracovního zatížení.*

*Teoretická část práce je věnována anatomii, kineziologii krční páteře. Autorka správně zařadila i kapitolu o dýchání a funkci bránice. Dále je kvalitně zpracovaná kapitola Ergonomie sedu a pracovního prostředí. Jelikož se autorka zabývala probandkami pracujícími převážně celou pracovní dobu v sedě u počítače, zmínila i alternativní možnosti sedu s dynamickými prvky. Další část teoretické práce je věnována možnostmi fyzioterapie k nápravě funkčních poruch plynoucích z přetěžování v důsledku sedavého zaměstnání, kde není opomenuta i otázka spánku a úprava lůžka, jelikož spánkem strávíme skoro třetinu života.*

*V praktické části práce se autorka věnuje terapii tří probandek. Oceňuji i zhodnocení a zdokumentování pracovní polohy probandek, které pracovaly v ergonomicky nevhodném pracovním prostředí. Díky radám autorky se dle finančních a prostorových možností rozhodly všechny probandky o úpravu pracovního místa dle ergonomických doporučení.*

*Vzhledem ke značné obsáhlosti práce mohlo být vynecháno z metodiky pár kapitol věnovaných podrobnému popisu jednotlivých vyšetření (př. na 2 stranách je popis vyšetření pohybových stereotypů dle Jandy a podobně). Dále mohla být redukována kapitola 3.4 Popis jednotlivých terapií, kde je detailně rozepsáno všech 8 terapií, které u probandek proběhly.*

*Jako přínosné naopak hodnotím uvedený soubor cviků, který je názorně popsán a zdokumentován v Přílohách a který autorka doporučila pro autoterapii svým probandkám.*

*Autorka pracovala s celou řadou odborné literatury, ale vytýkám skutečnost, že pouze dva zdroje byly cizojazyčné.*

Práce splňuje základní požadavky kladené na tento typ prací, a proto ji doporučuji k ústní obhajobě:

1. **ano**
2. ne

Navrhovaná klasifikace:

1. **výborně**
2. velmi dobře
3. dobře
4. nevyhově

Otázka k ústní obhajobě práce:

*Myslíte si, že je důležitý i výběr vhodné obuvi do práce pro vaše probandky?*

Datum: 22.5.2018

Podpis vedoucího bakalářské práce... 