

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení studenta: Markéta Marečková

Studijní obor: Fyzioterapie

Oponent bakalářské práce: Mgr. Tomáš Hrdý

Katedra/ ústav: Ústav fyzioterapie a vybraných medicínských oborů

Název bakalářské práce: Kompenzační cvičení u sportovních gymnastek

- 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 nevhodná
- Práce s literaturou:
1. Vynikající, použity dosud neběžné prameny
 - 2. Velmi dobrá, použity nejnovější dostupné prameny**
 3. Dobrá, běžně dostupné prameny
 4. Nedostatečná – s ohledem na požadovaný počet nebo kvalitu
- 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:

Slovní hodnocení dle struktury práce (vyjádřete se prosím k jednotlivým částem práce: teoretická část, metodologie, výsledky, diskuze, závěr):

Práce se zabývá tematikou kompenzačního cvičení u sportovních gymnastek. V rámci teoretické části se dozvídáme informace o historii gymnastiky, o jejím vymezení v rámci aktuálního názvosloví a hodnotovém ukotvení v rámci všeobecných sportovních aktivit. Nechybí důležité pilíře jako svalové dysbalance, kapitola o vadném držení těla, o hypermobilitě, která je u gymnastek tak frekventní. Kapitola kompenzačního cvičení podává ucelený pohled na problematiku a přidává se zde i pohled vývojový z konceptu DNS či více posilovací systém dle MUDr. Smiška – SM systém. Praktická část je zpracována formou kvalitativního výzkumu na vzorku 5 probandek, aktivních sportovních gymnastek. Byla odebrána anamnestická data, provedeno vstupní a výstupní vyšetření s podporou přístrojového vybavení – posturografu a podoskopu k validnějšímu efektu terapie, která byla vedena formou uvolňovacího, protahovacího a posilovacího tréninku, jehož součástí bylo i cvičení na neurofyziologickém principu – DNS dle prof. Koláře. Jako logické vyústění terapeutické jednotky vznikla edukační brožura, která může sloužit nejen probandkám v rámci autoterapie, ale i jako manuál pro trenéry se zájmem o problematiku kompenzací. K diskusi studentka přidala názory dalších autorů, zároveň se zamýšlí nad vlastním výzkumem. Na závěr byly zodpovězeny výzkumné otázky a bylo tak dosaženo výzkumných cílů. Práce je zdařilá, čtivě napsaná.

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:

Co byste stanovila jako prioritu u vašich probandek v rámci dlouhodobého rehabilitačního plánu?

Datum:.....7.5.2021.....

Podpis oponenta bakalářské práce.....