

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení studenta: **Dita Vobořilová**
Studijní obor: Fyzioterapie
Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Martina Hartmanová
Katedra/ústav: UFM
Název bakalářské práce: **Analýza a prevence zranění hlezenního kloubu ve sportovní gymnastice**

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

Kontrola plagiátorství v systému STAG: a) **práce dle posouzení není plagiát**
b) práce dle posouzení je plagiát

Slovní hodnocení v případě výskytu podobnosti BP s jinými texty (v systému STAG):

% shody:

Zdůvodnění shody:

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):

Autorka ve své obsáhlé bakalářské práci pracovala se 47 zdroji literatury, z toho bylo 8 zahraničních. V konečném seznamu zdrojů není ale dodržena stanovená citační norma.

V teoretické části práce je pozornost zaměřena na oblast hlezenního kloubu, nožní klenbu a typy zranění hlezenních kloubů. Je popsána historie gymnastiky, druhy disciplín a zranění ve sportovní gymnastice. Dále je popsána anatomie hlezenního kloubu a nohy (která je celkem zbytečně obsáhlá), klenba nohy a opět navazuje kapitola zranění, tentokrát jen v oblasti hlezenního kloubu ve sportovní gymnastice. Do kapitoly prevence zranění jsou za vzaty vlastní metody fyzioterapie.

V rámci praktické části práce autorka spolupracovala s 5-ti gymnastkami z oddílu TJ Merkur České Budějovice trénujících 4x týdně 3 hodiny na závodní úrovni. Postrádám zde ale uvedení časového harmonogramu (je uveden pouze začátek terapií z 7.12.2021) a zda pracovala s gymnastkami individuálně a v rámci tréninku. Podkladem pro kineziologické vyšetření bylo kromě aspekce, vybraných testů DNS použito i posturografické měření a vyšetření na podoskopu – bohužel ale obojí mohlo být zhodnoceno v závěru lépe. Autorka si jako hlavní cíl stanovila vytvoření návrhu cvičení pro zpevnění hlezenního kloubu, zlepšení koordinačních schopností a omezení vzniku svalových dysbalancí u sportovních gymnastek. Tento cíl je splněn vypracováním brožurky cviků pro plosku nohy, cvičení na Bosu a gymnastickém míči s fotografickým přehledem možných cviků, avšak bez slovního popisu.

Kazuistiky jsou zpracovány jednotlivě, na konci každé je popsáno jen výstupní vyšetření na posturografu. Postrádám ale shrnutí vstupních vyšetření jednotlivých probandek se závěrem pro navrženou terapii a celkové zhodnocení rozdílů mezi vstupními a výstupními vyšetřeními. Výsledky vyšetření jsou součástí kapitoly Diskuze, která je poměrně obsáhlá a obsahuje velké množství gramatických chyb. Výsledky jsou bohužel velmi nepřehledné, protože není zhodnocena každá kazuistika samostatně. Nechybí vlastní názory studentky a polemika nad aktuálními informacemi z odborných článků ohledně problematiky zranění v gymnastice.

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

Otázky k ústní obhajobě práce:

Všechny gymnastky měly problémy se stabilitou hlezenních kloubů a s častými bolestmi bederní páteře, osvojily si a zařadily do 3-hodinového tréninku cviky, které jste pro ně navrhla? Měly s nějakými cviky problém?

Datum: 18.5.2022

Podpis vedoucího bakalářské práce.....

