

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení studenta: **Karolína Pechová**
Studijní obor: Fyzioterapie
Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Martina Hartmanová
Katedra/ústav: UFM
Název bakalářské práce: **Využití respirační fyzioterapie v plaveckém stylu kraul**

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):

Pro sepsání své bakalářské práce studentka použila 35 zdrojů literatury, z toho 7 zdrojů cizojazyčných. V teoretické části práce je pozornost věnována popisu fyziologie a mechanice dýchání, respirační fyzioterapii a plavání. Velmi dobře je zpracovaná kapitola 2.5 Mechanika dýchání a kapitola 2.7 Plavání, kde je podrobně kineziologicky popsán plavecký styl kraul a správné dýchání při něm.

Praktickou část práce tvoří kazuistiky 4 závodních plavců ve věku 14-15 let a cílem autorky bylo zhodnotit, jak respirační fyzioterapie ovlivní sílu nádechových a výdechových svalů. Kladně hodnotím celkové zhodnocení vstupního i výstupního vyšetření. Autorka dosáhla svou 3-měsíční terapií objektivních zlepšení pomocí měření ústních tlaků, o téměř 13% při nádechové síle svalů a dokonce o víc jak 18% u výdechových tlaků. Jako pozitivní hodnotím spolupráci s trenéry, kdy jsou od té doby do tréninku zařazena i dechová cvičení a samy plavci vnímají zlepšení držení těla, posílení HSS, zlepšení mobility hrudníku a zkvalitnění tréninku.

Diskuze je poměrně obsáhlá a kvalitně napsaná, nechybí vlastní názory a zkušenosti studentky a zhodnocení výsledků vlastního měření s několika recentními studiemi.

Práce se doslova čte jedním dechem, jednotlivé kapitoly na sebe logicky navazují. Kladně hodnotím i dodržení stanoveného rozsahu práce. Jedinou výtku bych měla k formátování Obsahu a zvláště pak tabulek. Naopak grafické zhodnocení výsledků měření ústních tlaků je vydařené. Cíle práce byly splněny.

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. nevyhověl

Otázka k ústní obhajobě práce:

Zlepšily se po terapii u plavců i časy jednotlivých plaveckých disciplín?

Datum: 14.5.2022

Podpis vedoucího bakalářské práce.....