

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

- Jméno a příjmení studenta:* **Eliška Hruběšová**
Studijní obor/program: Fyzioterapie
Oponent bakalářské práce: Mgr. Zuzana Širůčková
Ústav: UFM
Název bakalářské práce: **Využití kinezioterapie jako kompenzačního cvičení v aikidó**
- 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):

Studentka se zabývá preventivním cvičením u aikidistů. Teoretická část se skládá ze čtyř kapitol, z toho dvě tvoří kapitoly o aikidu. Třetí kapitolou jsou možná zranění a problémy s pohybovým aparátem. A poslední kapitolou je kapitola o kompenzačním cvičení. Tuto kapitolu považuji za nedostatečně zpracovanou. Studentka v diskuzi popisuje, že tato kapitola obsahuje popis různých typů cvičení a přiblížení dvou metodik, kterými se inspirovala při tvorbě cvičební sestavy. Tento popis však v kapitole zcela chybí. Postrádám zejména popis konceptu DNS, ACT a také popis dvou typů strečinku, které studentka v sestavě také využívá. Studentka si zvolila tři cíle práce. První cíl, jak sama v závěru práce uvádí, se jí nepodařil splnit úplně na 100% kvůli nevhodně položeným otázkám v dotazníku. Další dva cíle považuje za zdárně splněné. V tomto se studentkou souhlasím.

V metodické části je popsán smíšený výzkum obsahující kvantitativní a kvalitativní část. Kvantitativní část je prezentována dotazníkem o 26 otázkách. Kladně hodnotím velký počet respondentů, a to 74 dospělých aikidistů, kteří během tří měsíců dotazník vyplnili. Na základě odpovědí studentka sestavila cvičební sestavu pro aikidisty zaměřenou na nejčastěji problémové oblasti. Kvalitativní část výzkumu obsahuje kazuistiku 3 aikidistů ve věku 32 až 50 let. Studentka s probandy absolvovala vstupní a výstupní kineziologický rozbor a šest setkání, při kterých obměňovala sestavu dle individuálních potřeb. Popis jednotlivých vyšetření hodnotím kladně.

V bakalářské práci je značné množství gramatických chyb a nesrovnalostí - jako například v kapitole 7.5.9. Vyšetření pohybových stereotypů dle Jandy - u popisu Stereotypu extenze v kyčelním kloubu studentka popisuje, že vyšetření probíhá vleže na zádech.

Celkově hodnotím práci kladně a v dané oblasti velice přínosně. Cvičební sestava je sestavena z vhodných cviků obsahujících protahování i posilování. Fotodokumentace je zpracovaná pečlivě.

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:

Domníváte se, že by bylo vhodné zařadit také prvky senzomotorické stimulace?

Datum: 23.8.22.....

Podpis oponenta bakalářské práce.....Šimčichal.....

