

## POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

*Jméno a příjmení studenta: Adam Krbeček*

*Studijní obor: Fyzioterapie*

*Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Tomáš Hrdý*

*Katedra/ ústav: Ústav fyzioterapie a vybraných medicínských oborů*

*Název bakalářské práce: Ergonomie spánku u vertebrogenních onemocnění*

Volba tématu:

- 1. Mimořádně aktuální**
- Aktuální pro danou oblast
- Užitečné a prospěšné
- Standardní úroveň
- Neobvyklé

Cíl práce a jeho naplnění:

- 1. Vhodně zvolený cíl, který byl naplněn**
- Vhodně zvolený cíl, který byl částečně naplněn
- Vhodně zvolený cíl, který nebyl naplněn
- Nevhodně zvolený cíl

Struktura práce:

- 1. Originální – zdařilá**
- 2. Logická – systémová**
- Logická – tradiční
- Pro dané téma nevhodná

Práce s literaturou:

- 1. Vynikající, použity dosud neběžné prameny**
- Velmi dobrá, použity nejnovější dostupné prameny
- Dobrá, běžně dostupné prameny
- Nedostatečná – s ohledem na požadovaný počet nebo kvalitu

Vybavení práce (data, tabulky, grafy, přílohy):

- Mimořádné, funkční
- 2. Velmi dobré, funkční**
- Odpovídá nutnému doplnění textu
- Nedostačující

Přínosy bakalářské práce:

- 1. Originální, inspirativní názory**
- Ne zcela běžné názory
- Vlastní názor argumentačně podpořený
- Vlastní názor chybí

Uplatnění bakalářské práce v praxi a ve výuce:

- 1. Práci lze uplatnit v praxi**
- 2. Práci lze uplatnit ve výuce**
- Vhodná pro publikování
- Práci nelze příliš využít ani v praxi ani při výuce

Formální stránka:

- 1. Výborná**
- Velmi dobrá
- Přijatelná
- 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):

Práce pojednává komplexně o tématu spánku a celé šíři faktorů, které mohou spánek ovlivňovat nejen u vertebrogenních onemocnění. V teoretické části se dozvíme informace o spánku, proč vlastně spíme, jaké faktory ovlivňují spánek, dozvíme se důležité informace o spánkové hygieně. Nechybí zde kapitola o bolesti zad, o jejich etiopatogenezi či o postuře. Další kapitola definuje ergonomii a určuje ergonomická východiska pro praktickou část. Praktická část je zpracována formou kvalitativního výzkumu. V cílech práce nechybí klasické, velmi podrobné, kineziologické rozborů na vzorku 3 probandů. Spánek a jeho kvalitu hodnotí student jednak subjektivně pomocí celosvětově nejpoužívanější sebehodnotícího dotazníku na kvalitu spánku – Pittsburgh Sleep Quality Index a objektivně na základě dat stažených z chytrých hodinek Samsung jakožto zástupce nositelné technologie, které se v dnešním světě ergonomii hojně podporují. Dále jsou popisovány jednotlivé terapie a vždy je popsán i její efekt. Kapitola Diskuze je bohatě odcitována, nechybí názory zahraničních autorů i vlastní názor na danou problematiku. Závěr logicky shrnuje nabyté poznatky. Práce je v Přílohách doplněna o ergonomická doporučení. Seznam literatury uvádí 69 literárních zdrojů.

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:

Jak těsné spojení vidíte fyzioterapii a ergonomii?

Datum: 6.5.2022

Podpis vedoucího bakalářské práce.....

