



POSUDEK OPONENTA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

studenta: Adéla Cigániková, DiS.

s názvem: Terapie s využitím TRX systému u pacientů s vadným držením těla

Hodnocení bakalářské práce dosahuje následující úrovně:

1.	Splnění cíle a vhodnost struktury obsahu bakalářské práce z hlediska zadaného tématu (splnění zadání). (0 - 30)	25
2.	Teoretická úroveň a využití dostupné literatury v bakalářské práci. (0 - 20)	16
3.	Formální náležitosti a úprava obsahu bakalářské práce (úroveň psaní, označení struktury textu, grafy, tabulky, citace v textu, seznam použité literatury apod.). (0 - 10)	8
4.	Rozsah realizačních prací, aplikovaných vědomostí a znalostí, úroveň metodologického zpracování a závěrů práce. (0 - 40)	35
5.	Celkový počet bodů	84

Návrh otázek k obhajobě

1. Vysvětlíte větu str.27: Nižší svalová aktivita v torzu během cvičení na TRX je odpovědí motoriky, která aktivuje všechno svalstvo k udržení stability v kloubech a balance

2. Vysvětlíte větu str.27: Hledání aktivit, které pacientovi umožňují sebevědomě provádět a zlepšovat se ve cvičení je důležité pro dlouhodobý výsledek.

3. Na str.83 píšete:Fyzioterapeut musí brát ohled na složení cvičenců na dané hodině. Pokud přijdou noví cvičenci, na lekci je potřeba hodně vysvětlovat, aby nedošlo k úrazu a cvičili co nejlépe a nejefektivněji. Výhodou TRX je, že v případě většího počtu nových cvičenců má hodina pomalé tempo, ale zkušenější mohou cvičit stejné cviky pouze v těžších pozicích. Hodina tím nepřichází o kvalitu. Můžete vysvětlit praktickou stránku toho, co píšete a tvrdíte?

Celkové hodnocení úrovně vypracování bakalářské práce:

Hodnocení**:	A (výborně)	B (velmi dobře)	C (dobře)	D (uspokojivě)	E (dostatečně)	F (nedostatečně)
Počet bodů:	100 - 90	89 - 80	79 - 70	69 - 60	59 - 50	< 50
	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

** v případě hodnocení F (nedostatečně) uveďte komentář

Bakalářskou práci hodnotím výše uvedeným klasifikačním stupněm a doporučuji/~~nedoporučuji~~ k obhajobě.

Komentář

Autorka předložené práce si dala za cíl ověření vlivu pravidelného cvičení s TRX systémem u sledovaných probandů a jeho vliv na vadné držení těla. Zabývá se cvičební metodou, která se docela rychle stává součástí programů nejenom fitness center, ale - jak je popsáno v práci samotné - využívají ji i některé rehabilitační zařízení v ČR, jelikož právě cvičení s dynamizujícími pomůckami se pořád více dostává do programů i zařízení pracujících na zdravotním principu. I proto považuji téma práce za vhodné a aktuální. Jako autorka píše, zatím nejsou dostupné práce, které by vyhodnocovaly účinky a výsledky cvičení popsaným systémem. I proto je každá nová informace v tomto směru žádoucí a vhodná o to více, že autorka s tímto systémem sama aktivně pracuje a má proto i osobné zkušenosti, což se odráží v koncepci i ve kvalitě předložených informací jako v teoretické, tak i praktické části předloženého materiálu, která je obsažná a až příliš podrobně popisná. K pozitivám patří i spracování sesbíraných údajů a jejich vyhodnocení. Za negativum by se mohla považovat poněkud slabší bibliografie a slabě obsáhnuté citace s prací ze zahraničí. Závěr a diskuse jsou taky kvalitně zpracovány. Práci doporučuji k obhajobě.

Jméno a příjmení: MUDr. Ján Hrdý
Organizace: Rehab.klinika Malvazinky-Praha 5

Podpis:
Datum: