Posudek vedoucího bakalářské práce

Studium	Bakalářské – Specializace ve zdravotnictví	
Studijní obor	Fyzioterapie	
Akademický rok	**2021/2022**	
Autor práce	**Anna Honzíková**	
Název práce	**Vliv brýlí blokujících modré světlo na parametry spánku**	
Vedoucí práce	**Mgr. Bc. Kateřina Levínská**	
Počet konzultací **Vyjádření,** zda byl udaný počet z hlediska školitele dostatečný či nedostatečný		**Vyjádření:** Vždy výborná připravenost na konzultace Počet konzultací byl dostatečný
Počet číslovaných stran	**67**	
Počet příloh	**3**	

1	**Formální zpracování práce**	**Bodové hodnocení 0-5 pro každou kategorii**
1.1	Dodržení stanoveného rozsahu práce (nejméně 40 normostran bez anotací a příloh)	**5**
1.2	Členění práce (grafická stránka, logická stavba kapitol)	**5**
1.3	Jazyková úroveň textu	**4**
1.4	Obrázky, grafy, tabulky	**5**
1.5	Vhodnost a relevantnost čerpaných zdrojů	**5**
1.6	Úprava citací a citační rejstřík (označení v textu, jednotná citační norma)	**4**
1.7	Odborná úroveň textu	**4**
1.8	Obsahová souvislost /návaznost/, relevantnost	**5**
2	**Rešeršní část**	**-**
2.1	Výběr a vymezení tématu, originalita	**5**
2.2	Stanovení a formulace cílů rešerše	**5**
2.3	Pochopení tématu a prokázání orientace v problematice	**5**
2.4	Obsahová úroveň kapitol (vyváženost)	**4**
2.5	Kvalita vlastní rešerše – počet domácích a cizojazyčných zdrojů, vyhledání recentních prací publikovaných na dané téma, práce s odbornými databázemi	**5**
2.6	Analýza a interpretace rešeršní práce, praktická aplikace výsledků rešerše. Návaznost na experimentální (kazuistickou část práce)	**4**
3	**Kazuistika nebo experimentální část práce**	**-**

3.1	Adekvátní výběr probanda(ů) vzhledem k rešeršní části	**5**
3.2	Metodika – způsob vyšetření probanda(ů), adekvátnost a kvalita terapeutické intervence či sledování a hodnocení vybraných parametrů. Statistické zpracování a analýza dat, pokud je součásti BP hodnocení souboru probandů.	**5**
3.3	Intepretace výsledků kazuistiky či experimentu ve světle předchozí literární rešerše a vzhledem ke klinické praxi	**5**
4	**Diskuze**	**-**
4.1	Schopnost analýzy a interpretace výsledků rešerše ve vztahu k experimentální části práce (kazuistiky) s dopadem na moderní klinickou praxi	**4**
5	**Závěr**	**-**
5.1	Konstatuje přijetí či odmítnutí iniciálně stanovených otázek, verifikace hypotéz, vlastní přínos autora k dané problematice, konfrontace a porovnání výsledků práce s iniciálně stanovenými cíli práce. Shrnutí všech argumentů z diskuze, doporučení pro praxi a další výzkumná šetření	**5**
6	**Přínos a originalita Bc práce pro praxi, vědu a studium**	**5**
7	**Celkový počet získaných bodů (max 100)**	**94**
8	**Práce je originálním dílem studenta** V případě podezření, že se jedná o plagiát, napište odůvodnění do posudku a práci nedoporučte k obhajobě!	**ANO**

Slovní komentář k BP

*Bakalářská práce **Vliv brýlí blokujících modré světlo na parametry spánku** je zpracována na 67 stranách a čerpá ze 105 převážně zahraničních zdrojů, u nich drtivá většina je z posledních několika let. Téma BP je zvoleno vhodně s ohledem na situaci posledních dvou let, kdy se významně změnila podoba pracovního života většiny z nás, a to bohužel směrem k významně většímu počtu hodin strávených u obrazovek počítače. V zahraniční literatuře je vliv osvitu modrým světlem na kvalitu života v poslední době velmi silným tématem, což dokládá i výběr publikací pro zpracování této BP. Aktuálnost tématu je tedy zcela zřejmá a celá práce si klade za cíl hlavně ověřit v praxi metodiku experimentu pro další zpracování například v diplomové práci.*

V teoretické části práce autorka dostatečně podrobně (bez toho, aby čtenáře zahltila nebo naopak sklouzla k populárně naučné rétorice) probrala téma spánku, světla (zejména jeho modré složky) a vlivu těchto veličin na zdraví člověka. Přehledně a dostatečně autorka vytyčila základní pojmy, ukázala přehled v problematice osvitu a blokování modrého světla, vysvětlila souvislosti s fyziologií člověka.

V experimentální části práce je představena velmi podrobně a dobře propracovaná metodika. Výběr probandů je vyvážený a celková náročnost výzkumu pro účastníky je dobře zvolena tak, aby nedocházelo k nedokončení experimentu ze strany probandů. Autorka si stanovuje celkem 3 srozumitelné a logicky položené hypotézy a adekvátně k tomu volí i parametry, které v průběhu experimentu sleduje. Jedním z limitů studie může být volba sledování parametrů na komerčním zařízení značky Garmin, nicméně je v práci dobře doloženo, že i tento způsob sledování přináší spolehlivé výsledky. Výhodou tohoto postupu je pak jednoduché měření v domácích podmínkách

probandů. Spolehlivost výsledků experimentu je pak podpořena zařazením standardizovaného dotazníku o kvalitě spánku.
Výsledky jsou přehledně zpracovány v tabulkách i grafech, statistické vyhodnocení probíhalo za asistence zkušeného statistika. V diskuzi pak studentka dobře propojuje dříve uvedené teoretické poznatky s výsledky provedeného experimentu a kriticky je hodnotí v kontextu recentní literatury. Tato kapitola dosahuje nadstandardní kvality pro BP.
V závěru si pak studentka vytyčuje cíle pro další využití poznatků a metodiky pro výzkum na pacientech.
Obecně práci považuji za velmi zdařilou a pečlivě zpracovanou, spolupráce se studentkou byla ukázková, vždy byla výborně připravena na konzultace, pracovala velmi samostatně a disciplinovaně, sama si zajistila konzultace s odborníky. Práce je na dobré jazykové úrovni, obsahuje velmi malý počet gramatických a jiných chyb a celkově přesahuje požadavky kladené na bakalářskou práci.

Otázky, na které student odpoví během obhajoby:

1. **Kde ve svém experimentu spatřujete největší limity a jak byste jim předešla v další práci?**
2. **Který z vámi sledovaných parametrů považujete za nejspolehlivější a s největší výpovědní hodnotou i pro laickou veřejnost?**

Bakalářskou práci k obhajobě:

Doporučuji

Navrhovaná známka:

Výborně – 1

Tabulka bodového hodnocení a výsledné známky:

Počet bodů	**Známka**
100 -88	1
87 – 74	2
73 – 60	3
59 a méně	nevyhověl

Mgr. Bc. Kateřina Levínská