

Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu
Katedra gymnastiky a úpolových sportů

Posudek diplomové práce

Jméno studentky: Bc. Eliška Belicová

Název práce: Působení pohybového programu na seniory se specifickými potřebami

Vedoucí práce: Mgr. Jana Černá

Pracoviště: Katedra gymnastiky a úpolových sportů

Oponent práce: Doc. PhDr. Viléma Novotná

školitelský posudek
 oponentský posudek

Kritéria hodnocení práce	Známka			
	1	2	3	4
Adekvátnost/současnost tématu	x			
Kvalita formulace výzkumného cíle/problému	x			
Adekvátnost použitých metod	x			
Splnění cílů práce	x			
Přínos závěrů práce pro obor	x			
Práce s odbornou literaturou	x			
Interpretace získaných výsledků	x			
Formální a stylistická úroveň	x			
Vedoucí práce: Hodnocení úrovně spolupráce	x			

- Práce je teoretickou literární rešerší
 Práce obsahuje vlastní empirické výsledky

Slovní hodnocení:

Téma práce (předmět rešerše, cíle empirického výzkumu)

Téma diplomové práce "Působení pohybového programu na seniory se specifickými potřebami" je velmi aktuální a společensky významné. Vzhledem k narůstající stárnoucí populaci je důležité věnovat pozornost specifickým potřebám seniorů, zejména pokud jde o jejich fyzickou aktivitu a celkovou pohodu. Tento výzkum může přispět k lepšímu porozumění, jak pohybové programy mohou pozitivně ovlivnit kvalitu života seniorů se specifickými potřebami.

Struktura (členění práce)

Struktura práce je dobře navržená a odpovídá obvyklým standardům pro diplomovou práci. Úvod uvádí čtenáře do problematiky a zdůvodňuje důležitost tématu, zatímco teoretická část poskytuje pevný teoretický základ pro analýzu tématu. Metodologie detailně popisuje postupy výzkumu, výsledky a diskuse přináší prezentaci a interpretaci získaných dat. Závěr shrnuje hlavní zjištění. Práce je jasně strukturovaná a přehledná. Obsahuje celkem 62 stran textu a 16 stran příloh.

Jsou použité literární zdroje dostatečné a jsou v práci správně citovány?

Použil(a) autor(ka) v rešerši relevantní údaje z literárních zdrojů?

Studentka využila širokou škálu zdrojů pro svou diplomovou práci a přistupovala pečlivě a komplexně ke zvolenému tématu. Celkem 45 zdrojů, zahrnující knižní publikace i články z odborných časopisů, poskytuje pevný základ pro teoretickou analýzu a diskusi v rámci práce.

Takový rozsah zdrojů naznačuje nejen schopnost studentky efektivně vyhledávat informace, ale i schopnost kritického myšlení.

Adekvátnost použitých metod (soubor, nástroje, sběr a zpracování dat):

Studentka ve své práci použila kombinaci kvantitativních a doplňkových metod pro dosažení cíle výzkumu. Kvantitativní přístup umožnil systematické měření a hodnocení účinnosti nově vytvořeného gymnastického programu na funkční zdatnost jednotlivých členů vybrané skupiny seniorů. Doplňková metoda v podobě online dotazníku pak poskytla prostor pro subjektivní hodnocení vlastních pocitů probandů. Studentka použila objektivní testy, jako je Senior Fitness Test a Terénní testy (hod 2 kg závaží a stoj na jedné noze), k hodnocení funkční zdatnosti seniorů. Tyto testy jsou široce uznávané a validované pro hodnocení různých aspektů fyzické kondice seniorů, což poskytuje spolehlivá data pro analýzu účinnosti pohybového programu. Pro vyhodnocení účinnosti programu studentka použila statistickou analýzu rozdílů mezi pretestovými a posttestovými hodnotami.

Formální úroveň práce (obrazová dokumentace, grafická úprava, jazyková úroveň)

Práce je pečlivě zpracovaná a odpovídá standardům akademického psaní. Studentka použila formální a akademický jazyk. Styl psaní je přímočarý a srozumitelný, což zlepšuje čitelnost práce. Citace jsou provedeny správně a v souladu s akademickými standardy. Seznam literatury je kompletní a obsahuje veškeré použité zdroje. Práce obsahuje přiměřené množství grafických prvků, jako jsou tabulky a grafy, které jsou jasně prezentovány a podporují prezentaci výsledků.

Splnění cílů práce a celkové hodnocení

Studentka aktivně působila v lázeňském zařízení, kde mohla dohlížet na aplikaci intervenčního programu. Tato zkušenost přispěla k celkové kvalitě práce tím, že umožnila studentce detailněji porozumět praxi a aplikaci teoretických poznatků v reálném prostředí. Studentka tak získala nejen teoretické, ale i praktické znalosti, což obohatilo celkovou hodnotu práce. Studentka prokázala vysokou míru samostatnosti a iniciativy při provádění výzkumu a aplikaci intervence. Její aktivní angažovanost v praktickém prostředí dodává její práci další hodnotu.

Práce je doporučena k obhajobě

Vedoucí práce: Mgr. Jana Černá

Podpis:

V Praze dne: