

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE*

3. Lékařská fakulta - Univerzita Karlova v Praze

Autor práce: Lucie Prausová
Vedoucí práce: Mgr. Eliška Maixnerová
Název práce: Vliv kompenzačního cvičení na funkci bederní páteře u hráčů badmintonu do sedmnácti let
Autor posudku: Mgr. Eliška Maixnerová

Vedoucí práce

Body

V hodnocení využijte slovní vyjádření s respektováním charakteru a zaměření práce

0-4

1 Aktuálnost problematiky, originalita práce, praktická potřeba a uplatnění předpokládaných výstupů práce...

4

Téma bakalářské práce je velice aktuální, v dnešní době mají lidé buď nedostatek, nebo nadbytek pohybu, proto vznikají zranění a bolesti, jejíž prevenci se snaží objasnit tato práce. Vzhledem k nedostatku studií zaměřených na badminton a narůstající zájem o tento sport, hodnotím výběr právě tohoto sportu za velice vhodný. V současné době se začíná stále častěji zapojovat spolupráce fyzioterapeutů s badmintonisty, proto bude velice přínosné výsledky této bakalářské práce propojit s praxí a zlepšit tím zdravotní stav hráčů i jejich informovanost. Jako dobrou volbu též hodnotím věkovou kategorii. Jedná o reprezentaci do 17, kdy hráči ještě trénují mnohdy jako skupina a jsou otevření a nastaveni přijímat nové informace a zkoušet je. U starší věkové skupiny je někdy problém, že mají své stereotypy a informace, a je téměř nemožné je přebudovat individuálně, natož ve skupině.

2 Samostatnost zpracování, vhlad autora do problematiky, přehled nejzávažnějších domácích i zahraničních literárních pramenů, databází, a to i v širších souvislostech zejména s ohledem na praktické výstupy....

3

Autorka zpracovala téma se zájmem. Využila fakta ze současných českých i zahraničních pramenů. Z celkového počtu 32 referencí je 8 cizojazyčných a 24 českých, 10 referencí je pak z posledních 5 let, čímž autorka splnila požadavky, které jsou dané pro psaní bakalářské práce. Zmiňovaná starší literatura je téměř všechna v českém jazyce, což ukazuje na malé podchycení problematiky badmintonu v posledních letech.

Přehled poznatků je dostatečného rozsahu, členěn do čtyř hlavních kapitol a obsahuje všechny zásadní oblasti k danému tématu. První se věnuje bederní páteři a jejímu stabilizačnímu systému, druhá pohybové aktivitě této věkové skupiny, kdy je třeba brát ohled na růst a vývoj jedince, třetí pak badmintonu a jeho nárokům a specifickým, poslední kapitola pak popisuje kompenzační cvičení, jeho dělení a význam. Vzhledem k výběru testů, mohlo být ještě doplněno o kapitolu zabývající se zkrácenými svaly a jejich vlivu na nastavení těla.

Autorce se podařilo najít i zahraniční studie, které se věnují badmintonu. I když se vyloženě nepodobají této práci, přinesly celkové obohacení. V zahraniční literatuře je toho o badmintonu pravdu málo.

3 Formulace cílů a záměrů práce, výzkumných otázek, hypotéz. Samostatné zvládnutí odborného problému, získaných údajů, odborného textu. Výsledky a závěry práce, skutečný praktický i teoretický přínos práce...

3

Hlavní cíl i dílní cíle práce jsou jasně a stručně formulovány. Stejně tak je tomu i u hypotéz. Celkem bylo pojmenováno 12 hypotéz, ale ani při tak velkém počtu se nepodařilo vždy jednoduše specifikovat, jak uvádí autorka v limitech práce. Proto tolik zamítnutých hypotéz, i když klinicky došlo ke zlepšení ve většině testů.

Úkoly práce byly splněny. Vhodně vybrané klinické testy na bederní páteř, které zahrnuly všechny klíčové oblasti jako rozsah pohybu, zkrácené svaly, nervosvalovou koordinaci, funkci a pohyblivost bederní páteře byly dobře popsány. Jednotlivé škály jsou jasně definované a dobře hodnotitelné.

Pozitivně hodnotím, že autorka provedla opakovaná výstupní měření, což je na nároky bakalářské práce nestandardní a náročnější. Snažila se eliminovat zásadní faktory ovlivňující testování. Jako mírný nedostatek by se dala brát chybějící kontrolní skupina, kterou zmiňuje. Design celého výzkumu se jeví velice dobře: kontrola celého výzkumu, pravidelná setkávání i předávání informací hráčům aj.

Výsledky jsou zpracovány přehledně v tabulkách s vysvětlivkami. Celkově jsou na 26 stranách, což se mi zdá až zbytečně moc. Určitě by se dalo zestručnit, aby práce nebyla tak dlouhá. Závěry práce odpovídají položeným cílům.

Na praktický přínos mimo jiné poukazuje autorka ve výstupním dotazníku, kde hráči též uvádí, že se naučili nové cviky a celý výzkum je bavil a obohatil. Pozitivně též hodnotím to, že se ověřila tato kompenzační baterie a je možné hráčům zadat stejné cviky, s tím, že už je připraveno mnoho podkladů k navázání.

4 Formální zpracování práce, jazyková a stylistická úroveň, rozsah práce, grafická úprava práce, dodržení publikační normy...

Na 92 stranách má autorka minimum pravopisných chyb (výjimka na str. 63 „Výsledky ukázaly“) nebo překlápě. Celková jazyková a stylistická úroveň je dobrá. Rozsah práce a formální zpracování je dostatečný, z mého pohledu až zbytečně dlouhý. Normy pro publikování na 3. lékařské fakultě UK jsou až na výjimky splněny.

V práci se na několika místech na konci řádku objevují spojky a předložky, což nevypadá esteticky dobře (abstrakt „v“, „a“; úvod „na“, „a“ a dále, stejně tak i v kapitolách), není ideální rozložení jednotlivých názvů kapitol v obsahu. Na několika místech chybí čárka ve větě (str.3 „důležitou pohybovou funkci, a to je pohyblivost“ nebo „jakékoliv polohy těla, a především součástí pohybu“; na str. 7 „bylo prokázáno, že hráč, který“; na str. 13 „hry zatěžují jak aerobní, tak anaerobní“; str. 19. „přetěžovaných svalů, a naopak hypoaktivitou“. Stejně tak se objevují nepřesné citace na str. 4 „Máček, **Radvanský a kol.**, 2011“; na str. 8 „Mengyao **Xie**, 2016“; str. 14 “Beneš, **Praha** 1986“; str. 17 “Čermák, Chválová, Botlíková a Dvořáková; 2000”. Celkově se však nejedná o zásadní nedostatky, které ovlivňují kvalitu práce.

V referenčním seznamu se objevuje malé písmeno v křestním jménu „KOLÁŘ, Pavel a LEWIT, Karel“, dále chybí citace autora Dylevského, který je uveden v textu práce, u autora Čiháka je pak příjmení malými písmeny.

Tabulky jsou dobře popsány, včetně vysvětlivek. V případě potřeby, je na tabulky, obrázky či přílohy poukázáno v textu. Přílohy jsou dobře označeny, cenné je i uvedení fotek s jednotlivými cviky, na druhou stranu ani přílohy, ani seznam použité literatury by neměl již být číslován.

2

Body
celkem

12

Poznámky,
doplňky
posuzovatele:

Otázky k
obhajobě:

Jak plánuje práci dále využít?

Změnila byste něco v případě opakování výzkumu?

Jakou oblast byste dále zvolila u badmintonistů za problémovou, a navrhla ji k dalšímu výzkumu?

Hodnocení celkem: *Doporučuji - nedoporučuji práci k obhajobě:*

Návrh klasifikace práce: *velmi dobře*

Datum:

16.5.2018

Podpis:

Mgr. Eliška Maixnerová

** nehodící se vymažte nebo škrtněte*

Doporučená klasifikace celkového hodnocení

Poznámka

BODY

KLASIFIKACE

13 a více	Výborně	<i>Minimálně dva body v každé položce</i>
9 až 12	Velmi dobře	<i>Minimálně jeden bod v každé položce</i>
6 až 8	Dobře	<i>Maximálně možná jedna "nulová" položka</i>
5 a méně	Nevyhověl	<i>Více jak jedna "nulová" položka</i>