

POSUDEK VEDOUCÍHO PRÁCE

Autor: Bc. Zdeňka Toman Hrušková

Vedoucí práce: PaedDr. Květa Prajerová, CSc.

Název diplomové práce: Vztah aerobní zdatnosti a silové vytrvalosti seniorek k vybraným antropometrickým parametrům

Autorka si zadala téma na naší katedře hned po přijetí do magisterského studia, ještě před zahájením prvního ročníku. Pro seznámení se se zadaným tématem prostudovala **přes 100 citací, z toho je většina zdrojů zahraničních**. Následně sestavila aktuální, přehlednou, tematicky výborně utříděnou a současně poutavou a poučnou, po odborné stránce **velmi kvalitní literární část** své diplomové práce.

Diplomantka pravidelně docházela na konzultace a vždy byla po odborné stránce na každé setkání velmi dobře připravena. Svojí připraveností prozrazovala vztah a zájem až zaujetí ke zvolenému tématu. Po domluvě dílčí výsledky konzultovala i s dalšími odborníky z řad lékařů. Domnívám se, že předložená práce je toho dokladem.

Cíl a úkoly práce si autorka formulovala sama. Přesně, stručně a srozumitelně. Rovněž tomu tak bylo u vědeckých otázek. Na sběru dat se podílela velkou měrou, ale nebylo v jejích možnostech naměřit vše sama. Základní soubor totiž činil 86 seniorů. Bohužel až třetinu naměřených dat seniorů ze souboru musela autorka následně vyřadit, neboť někteří probandi se neúčastnili všech měření nebo užívali medikamenty z řady betablokátorů, či přesáhli věkovou hranici k hodnocení aerobní zdatnosti dle MUDr. Stejskala, které je validní pouze pro populaci do 70 let. Z etického hlediska nebylo možné seniory vyřadit předem.

Velkou předností autorky bylo, že studovala v kombinované formě studia a měla už víceletou praxi v této problematice, kterou prokázala ve vedení cvičebních hodin Univerzity 3. věku, na výbornou.

Výsledky naměřených údajů jsou zpracovány názorně, stručně, přehledně a přesvědčivě. Statisticky jsou náležitě zhodnoceny, objektivně interpretovány, pro větší názornost doplněny grafy a tabulkami.

V rozsáhlejší diskusní části magisterské práce, jsou správným způsobem dosažené výsledky konfrontovány s českou i zahraniční literaturou, které jsou správně citovány. Na jednotlivé vědecké otázky postupně, přesně a srozumitelně odpovídá, zda se předpoklad potvrdil či nepotvrdil.

Za kapitolou závěr má pro praxi velmi dobře zpracovanou podkapitolu s názvem: Závěrečná pohybová doporučení pro seniory, která je sestavena z podkladů české i zahraniční literatury od předních odborníků v této oblasti.

Závěrem lze konstatovat, že diplomantka ve své práci prokázala schopnosti vědecké práce na výborné úrovni. Celkové zpracování je přehledné, výstižné a splňuje veškeré požadavky, které jsou kladeny na magisterskou práci. **Doporučuji ji k obhajobě.**

Navrhovaný klasifikační stupeň: výborně

Otázky k obhajobě:

- 1) Na základě nynějších zkušeností s Chodeckým testem dle MUDr. Stejskala, využila byste jiného testu ke zhodnocení aerobní zdatnosti seniorů?
- 2) Jaké další parametry byste zvolila na základě zjištěných a zpracovaných výsledků, pokud byste v tématicky podobné práci pokračovala?

V Praze dne 2. září 2018

PaedDr. Květa Prajerová, CSc.