

Posudek vedoucího bakalářské práce

Autor: **Marek Mandát**

Název: **Kondiční trénink u jedinců po míšní lézi**

Vedoucí práce: PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D.

Rozsah: 70 stran

Literatura: 45 literárních odkazů, 18 internetových zdrojů

Obsah práce:

Úvodní teoretická část podrobně rozebírá problematiku míšních lézí a významu pohybové aktivity u jedinců s touto diagnózou. Popisuje východiska pro kondiční trénink.

Praktická část práce zahrnuje kasuistiky jedinců po míšní lézi, kteří absolvovali intervenci ve formě kondičního tréninku pod vedením pohybového specialisty. Efekt cvičení byl hodnocen pomocí sledování tělesného složení, fyzické kondice a subjektivního hodnocení spokojenosti..

Dotaz k obhajobě:

- 1) Popište prosím, jak v praxi vypadala Vámi realizovaná edukace kondičního cvičení.

Hodnocení:

Student Marek Mandát si vybral téma aplikace kondičního tréninku pro jedince s míšní lézí, 4 klienty Centra Paraple. Absolvoval seznámení s praxí v centru a odbornou stránku svého projektu zde konzultoval s pohybovými specialisty. Vytvořil a následně zpracoval velmi pěkný projekt, který se může stát východiskem pro další práce.

Po formální stránce práce splňuje požadavky a náležitosti. Zpracování práce je na dobré úrovni.

Bakalářská práce vychází ze současné odborné literatury k tématu, a to včetně zahraničních odborných článků. Úroveň zpracování je pro bakalářskou práci zcela dostatečná.

Praktická část je řádně a přehledně členěna. Její úroveň odpovídá bakalářské práci a je velmi dobrou přípravou na práci diplomovou. Student prokázal schopnost pracovat s metodami sběru dat, vést intervenci a zhodnotit ji. V budoucnu je téma jistě možné dále prohloubit, podrobněji zpracovat kasuistiky (doplnit anamnézu, více popsat intervenci, dát lepší popis datům získaným z testovacích trenažerů aj.). V části Diskuze lze do budoucna doporučit větší rozsah, přesnější a obratnější formulace a více odborné literatury.

U studenta jsem velmi ocenila jeho aktivní rozhodnutí téma zpracovat a následně osobní pokrok při řešení projektu. Zpracování bylo dlouhodobé a poctivé, konzultace pravidelné, a to jak na fakultě, tak s odborníky v Centru Paraple. Dokončení bylo v časovém předstihu a spolupráce při řešení byla velmi dobrá.

Souhrn:

Práce studenta Marka Mandáta splňuje požadavky kladené na vypracování bakalářské práce, a proto ji doporučuji k obhajobě.

V Praze, 21. 8. 2018

PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D.