

Oponentský posudek diplomové práce studentky Kateřiny Pánkové na téma: Pohybové programy k ovlivnění vertebrogenních potíží

Diplomová práce studentky Kateřiny Pánkové tematicky navazuje na její bakalářskou práci, ve které se i nadále zaměřuje na závažnou a aktuální problematiku vertebrogenních potíží, tentokrát na pohybové programy k jejich ovlivnění.

Práce je rozdělena do 9 kapitol, obsahuje 65 stran textu s tabulkami a 57 stran příloh. Teoretická východiska diplomové práce jsou podložena studiem vhodné odborné literatury a její seznam je doplněn odkazy na poznatky čerpané z internetových zdrojů.

Po formální stránce má práce závažné nedostatky. Úprava kapitoly Obsah je nestandardně pojata – zarovnání čísel stránek. Dále diplomantka nedodržuje zvolený způsob formátování a úpravy textu. V kapitolách Výsledky a Přílohy práce neoznačuje obvyklým způsobem použité tabulky, grafy a obrázky. Kromě několika málo překlepů v textu, chybí v kapitole Seznam literatury interpunkce za všemi uváděnými zdroji.

Po stránce obsahové mám k práci také řadu připomínek a dotazů.

Z kapitoly Cíl práce není srozumitelné, jaký je hlavní záměr práce, neboť zde autorka uvádí cíle tři. Jedním z uvedených cílů je vytvořit pohybové programy, ale v žádné kapitole diplomantka neuvádí, jaké jsou základní zásady tvorby takovýchto programů. Spolu s tímto nedostatkem souvisí i nejasnosti, z čeho studentka vycházela a podle čeho určovala počet opakování a intenzitu provádění jednotlivých cviků. Dávkování v jednotlivých lekcích je velmi rozmanité, př. několikrát opakujte, setrvejte, setrvejte 15s, chvíli setrvejte, opakujte 3x, opakujte 5x apod.. Zároveň není patrné, pro jakou věkovou kategorii jsou pohybové programy tvořeny, neboť věkové rozmezí testovaných klientů je mezi 31 až 66 roky. Také není známo, jak dlouho cvičební jednotka trvala.

Další nejasností je rozdělení klientů do 2 skupin. Proč toto dělení probíhalo podle časových možností probandů a ne např. dle jejich zjištěných subjektivních potíží?

V kapitole Metoda se dovídáme o realizaci individuálního osobního rozhovoru, který je o dvě kapitoly dále Diskuze popisován jako rozhovor řízený. V práci tudíž postrádám příklady otázek uvedeného řízeného rozhovoru. Pokud jimi jsou otázky uvedené v kapitole 7.2 Výsledky v grafech, není to ze způsobu prezentace dostatečně srozumitelné. Všechny tyto nedostatky pramení z povrchně vypracované kapitoly Metoda.

Práci z výše uváděných důvodů k obhajobě nedoporučuji. V případě odstranění těchto nedostatků budou diplomantce položeny následující otázky:

- 1/ Jaké jsou základní zásady tvorby pohybových programů?
- 2/ Existují literární zdroje, které doporučují provádění konkrétních cvičení pro specifické vertebrogenní potíže?
- 3/ Jakou výpovědní hodnotu přikládáte dotazníkům, které nebyly v práci vyhodnoceny?

V Praze dne 18.9.2007


Mgr. Jitka Vorálková