

POSUDEK VEDOUcíHO DIPLOMOVÉ PRÁCE

Jméno vedoucího:

PhDr. Klára Daďová, Ph.D.

Jméno studenta:

Barbora Kuhnová

Název diplomové práce:

Udržení fyzické zdatnosti a adherence k pohybové aktivitě u zdravých žen seniorského věku

Cíl práce:

Hlavním cílem práce je zjistit, zda došlo u senierek, které se zúčastnily v letech 2017 a 2018 projektu EXODYA, k udržení fyzické zdatnosti a adherence k pohybové aktivitě (PA). Vedlejším cílem bylo zjistit úroveň současné PA a také to, jakým způsobem míru PA ovlivnila pandemie Covid-19.

1. Náročnost tématu na:	průměrné	nadprůměrné
* teoretické znalosti	X	
* vstupní údaje a jejich zpracování	X	
* použité metody	X	

2. Kritéria hodnocení práce:	stupeň hodnocení			
	výborně	velmi dobře	vyhovující	nevyhovující
stupeň splnění cíle práce	X			
logická stavba práce	X			
práce s literaturou včetně citací	X			
adekvátnost použitých metod	X			
úprava práce (text, grafy, tabulky)	X			
stylistická úroveň a gramatika	X			
kvalita diskuse		X		

3. Využitelnost výsledků práce v praxi:	průměrná	nadprůměrná
---	----------	-------------

4. Připomínky a otázky k event. zodpovězení při obhajobě:

Diplomová práce se zabývá aktuálním tématem udržení pohybového režimu v seniorském věku a zároveň reaguje na současnou pandemii COVID, která pohybovou aktivnost seniorů může podstatně ovlivnit. DP je napsána na 105 stranách včetně 4 příloh (84 stran textu vč. referencí). Z formálního hlediska má všechny náležitosti. V teoretické části práce autorka popisuje podrobně problematiku seniorského věku s důrazem na prevenci a aktivní životní styl, věnuje se obšírně pohybové aktivitě ve stáří a také jejímu udržení, tedy adherenci k PA. Využívá české i cizojazyčné zdroje (celkem 76 relevantních zdrojů). Empirická část se zabývala jak dotazníkovým šetřením, které bylo s ohledem na pandemickou situaci provedeno online, tak retestováním 7 žen studie EXODYA, které podstoupily zátěžový test a terénní testy svalové síly. Práce (která byla schválena etickou komisí UK FTVS) tak poskytuje zajímavé údaje pro longitudinální sledování. Autorka si stanovila 5 hypotéz, podrobně popsala metody sledování. Výsledky jsou zpracovány velmi přehledně a detailně, a jsou vhodně doplněné statistickými ukazateli. Studentka svou práci pravidelně konzultovala, připomínky vedoucího vždy zapracovala a byla s ní celkově výborná spolupráce. Co se týká kontroly plagiátorství, práce má míru podobnosti dle softwaru UK s publikacemi jiných autorů méně než 5 %; dle programu Turnitin 18 % overall similarity, což neukazuje na plagiátorství. Předložená práce přinesla studentce zkušenosti praktické i výzkumné, a zvýšila tak její kompetence. Občasné překlepy nesnižují vysokou kvalitu této diplomové práce, která jistě splňuje nároky kladené na DP a proto ji doporučuji k obhajobě.

Otázky k obhajobě: Jak si vysvětlujete, že byl rozdíl u testu sed-vztyk statisticky významný oproti rozdílu v testu flexe v lokti?

5. Doporučení práce k obhajobě:

ANO

NE

6. Navržený klasifikační stupeň

výborně

Datum: 27.8.2021

Podpis vedoucího DP