

## POSUDEK VEDOUCÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

**Jméno vedoucího:** Mgr. Kateřina Doležalová, Ph.D.

**Jméno řešitele:** Eliška Belicová

**Název práce:** Ověření efektu intervenčního gymnastického posilování na úroveň silových schopností u osob s poškozením míchy

Bakalářská práce z oblasti aplikovaných pohybových aktivit, je věnována problematice gymnastického posilování pro jedince s poškozením míchy.

Bakalantka v teoretické části práce popisuje témata, která korespondují s obsahem praktické části práce; charakteristika a anatomie páteře a míchy, význam pohybových aktivit u osob s postižením (OSP) a gymnastické programy pro OSP. V teoretické části práce autorka poskytuje vhled do problematiky prostřednictvím odborného textu, chybí však větší provázanost mezi autory a vlastní zhodnocení obsaženého textu.

Cílem práce je zjistit předem stanovenou míru účinnosti nově vytvořeného gymnastického programu zprostředkovaného probandům online formou, na úroveň silových schopností trupu a horních končetin osob s poškozením míchy. Studentka analyzovala teoretická východiska a vlastní zkušenosti z gymnastického posilování a z pohybových aktivit OSP, která uplatnila při tvorbě intervenčního programu. I přes nepřízeň okolností spojených s vládním omezením, se bakalantce podařilo navázat spolupráci s Centrem Paraple a ověřit nově vytvořený intervenční program, který probíhal online formou, prostřednictvím natočených videí. Ověření intervenčního programu bylo realizováno terénními testy, ty probandi absolvovali v domácích podmínkách. Doplňkovou metodou testování se stal online dotazník.

Rozsah literatury i rozsah práce splňuje formální náležitosti, které jsou na bakalářskou práci kladeny. Bibliografické citace jsou konstantní, seznam citací v závěru práce odpovídá požadavkům norem. Použité metody (online dotazník, kvaziexperiment) jsou adekvátní vzhledem k povaze výzkumu. Analýza dat je přehledně řešena prostřednictvím tabulek a grafů. Práce je psána kultivovaným jazykem. Stylistická úroveň je v souladu s požadovanou strukturou práce.

Autorka přistupovala k závěrečné práci svědomitě, samostatně, s pravidelnou komunikací s vedoucí práce a svým přístupem projevovala orientaci v řešené problematice. Po formální

stránce nevykazuje práce závažnějších pochybení. Práce splňuje všechny náležitosti kladené na tento typ závěrečné práce.

Autorka prokázala zaujatost a trpělivost při komunikaci s probandy a s vedením Centrem Paraple. Dokázala přeměřovat svůj původní záměr a zorientovat se v online prostředí. Oceňuji vlastní tvůrčí práci, která je přidanou hodnotou závěrečné práce.

Doporučuji bakalářskou práci k práci k obhajobě.

V Praze 17.8. 2021

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Kateřina Doležalová, Ph.D.