

## Posudek oponenta bakalářské práce

*Autorka:* **Kristýna Štemberová**

*Název:* Kompenzační cvičení pro plavce a jejich využití v kondičním tréninku

*Vedoucí práce:* Mgr. Markéta Křivánková

*Oponent práce:* PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D.

*Rozsah:* 82 stran

*Literatura:* 40 literárních odkazů

### Hodnocení jednotlivých aspektů práce:

HODNOCENÁ POLOŽKA	POČET BODŮ
<p><b>ABSTRAKT (0-5 bodů)</b></p> <p>Abstrakt je řádně strukturovaný, nicméně neposkytuje dostatek údajů o obsahu práce. Je zde rozpor mezi cílem, metodami i výsledky. Jestliže je hlavním cílem vytvoření programu, nemůže být hlavní metodou pozorování. Z metodiky lze předpokládat, že v práci proběhla nějaká intervence, ale okolnosti jsou popsány velmi nejasně.</p> <p>Jaký byl výzkumný soubor? Z abstraktu nevyplývá ani počet probandů ani jejich žádné jiné charakteristiky (kromě toho, že se jedná o někoho, kdo umí plavat).</p> <p>V čem spočívala intervence? Jakou měla frekvenci, intenzitu a dobu trvání? Výsledky jsou nespecifické. “Zlepšení ve cviku 1 a 2, cvik 3 beze změny”, nemá dostatečnou výpovědní hodnotu.</p> <p>Jako zpráva o realizovaném výzkumu abstrakt bohužel odpovídá i obsahu práce.</p>	2
<p><b>ODŮVODNĚNÍ A REŠERŠE ODBORNÉ LITERATURY (0-25)</b></p> <p>V teoretické části autorka zpracovává témata plavání a kompenzačního cvičení. Úroveň odpovídá bakalářské práci. Míra podobnosti s jinými pracemi je nízká a zdroje - převážně české monografie - jsou citovány.</p> <p>Do budoucna doporučuji posílit i zahraniční literaturu a v části zabývající se konkrétně tématem výzkumu (tj. zde kompenzace u plavců) je vhodné uvést i metodu rešerše a dosavadní poznatky v této oblasti.</p> <p>V práci nejsou prakticky žádné části, které by relevantně shrnovaly teoretické poznatky z oblastí výzkumu:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- pohybových poruch (úrazy, funkční poruchy) u plavců,</li><li>- vlivu kompenzačních cvičení na výkonnostní plavce,</li><li>- prevence a léčba pohybového systému u plavců (operace, rehabilitace).</li></ul> <p>Pokud se výzkum má zabývat efektem cvičení na pohybové poruchy u plavců, musí být primárně udělaná rešerše z relevantních (především zahraničních) zdrojů - aktuálních vědeckých prací. Je vhodné si stanovit metody rešerše</p>	15

<p>(použít vhodnou databázi, stanovit klíčová slova, výzkumnou otázku a časové omezení). České knihy nejsou dostatečným zdrojem.</p>	
<p><b>POUŽITÉ METODY A LOGIKA STRUKTURY PRÁCE (0-20 bodů)</b></p> <p>Cíl práce není jednoznačně definován. Není zřejmé, zda se jednalo o cíl vytvořit kompenzační program nebo ho testovat u skupiny plavců. Cíle, úkoly a hypotézy jsou uvedené v jednom souvislém textu, což není příliš přehledné. Hypotézy nejsou správně formulované.</p> <p>Velké nejasnosti panují ohledně velikosti souboru. V závěru se píše, že bylo osloveno 8 plavců, ale zůstali 4.</p> <p>V metodice se píše, byla oslovena (blíže neurčená) skupina plavců a zůstali dva, muž a žena. V abstraktu se k tomu nepíše nic.</p> <p>V kapitole Použité metody se prolínají metody výzkumu (tj. jaký měl výzkum design, jak vše probíhalo), s metodami sběru dat. Uvítala bych oddělení na část metodiky práce (jaký typ výzkumu byl použit) a následně seznam použitých metod a jejich srozumitelný popis.</p> <p>V kapitole Výsledky jsou uvedeny pěkné ilustrativní fotografie, nicméně jejich popis je nesprávný jak formálně (chybné popisy obrázků), tak i obsahově. Není vůbec jasné, zda se pohybujeme ve fázi popisu kompenzačního programu, nebo již výsledků u konkrétních probandů.</p> <p>Do toho se prolínají informace z metodiky (popis souboru).</p> <p>Výsledky z jednotlivých metod sběru dat nejsou řádně strukturovány.</p> <p>Výsledky dotazníku, goniometrie a dalších testů by bylo vhodné dostatečně zřetelně oddělit.</p> <p>Ve výzkumné části nejsou dostatečně zdůvodněné a popsány konkrétní metody a postupy, které studentka použila, a proto nelze považovat výzkum za replikovatelný.</p> <p>V práci je řádně zmíněna existence informovaného souhlasu a schválení projektu práce Etickou komisí UK FTVS.</p>	5
<p><b>ZPRACOVÁNÍ TÉMATU A INTERPRETACE ZÍSKANÝCH POZNATKŮ (0-25 bodů)</b></p> <p>Ozdobou práce by měla být diskuze, kde jsou získané výsledky interpretovány a konfrontovány ve světle jiných studií. V Diskuzi se bohužel nenachází jediná citace, a proto lze říci, že se tato kapitola prakticky minula svým cílem.</p> <p>Rovněž zde mají být uvedeny silné a slabé stránky práce (omezení a vymezení) a je nutno z výsledků formulovat srozumitelně a korektně vlastní závěry a navrhnout opatření a doporučení pro další výzkum i praxi. Ani tato analýza se zde nenachází.</p>	5

<p><b>ODBORNÝ A SPOLEČENSKÝ PŘÍNOS (0-10 bodů)</b></p> <p>Práce se zabývá zajímavým tématem kompenzačního cvičení ve sportu. Autorka ve svém plánu vyšla z moderních poznatků zejména v části věnované kineziologii. Za chvályhodný považuji záměr adaptovat kompenzační cvičení ve světle poznatků vývojové kineziologie. Tov této části může být text inspirací pro další práce do budoucna. Přínos práce je bohužel snížen finální kvalitou zpracování.</p>	5
<p><b>FORMÁLNÍ ÚROVEŇ PRÁCE (0-15 bodů)</b></p> <p>Práce obsahuje všechny klíčové části a je zpracována v přiměřeném rozsahu. Obrázky jsou chybně označeny. V názvu obrázku má být velké písmeno a oddělení dvojtečkou. Samostatný nadpis textového oddílu nevypadá dobře na konci stránky (s. 41). Seznam literatury nemá být až za přílohami, ale již za textem práce. Citace v seznamu literatury jsou s chybami (např. v použití kurzívy v názvu článků z časopisu, střídání použití iniciál a celých křestních jmen autorů). Přílohy jsou řádně očíslovány (nicméně označeny stejně chybně, jako obrázky).</p>	8

**Doporučená klasifikace práce podle bodového ohodnocení**

Doporučený kvalifikační stupeň	Bodové rozpětí
Výborně	100 - 81
Velmi dobře	80 - 61
Dobře	60 – 41

**Závěr:** Předložená práce se zabývá aktuálním tématem, vykazuje však značné množství obsahových i formálních chyb. Hodnocení doporučuji ponechat dle průběhu obhajoby.

**V Praze, 6. 6. 2022**

**PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D.**