

OPONENTSKÝ POSUDEK

diplomové práce

Název: **Vliv Win Hof metody na výkon freedivera**

Diplomantka: **Bc. Viktorie PILUŠOVÁ**
Vedoucí práce: prof. MUDr. Jan Heller, CSc.

Oponent: Doc. PaedDr. Dagmar Pavlů, CSc.

Předložená diplomová práce na téma „*Vliv Win Hof metody na výkon freedivera*“ je zpracovaná na 111 stranách textu, za použití 136 citovaných zdrojů a je doplněna rozsáhlým přílohovým materiálem.

Studentka si položila za cíl cituji „*zjistit, zdali metoda Wima Hofa (WHM) dokáže prokazatelně zlepšit výkonnost freedivera a zdali dokáže, jako přidaná složka regenerace v jeho tréninkové jednotce, prokazatelně přispět ke zlepšení vybraných fyziologických parametrů v porovnání se skupinou praktikující Pránajámu v kombinaci s chladovou expozicí a meditací a skupinou kontrolní bez intervence*“.

Zvolené téma je velmi zajímavé, lze říci že doposud málo řešené.

Práce je systematicky, v souladu s doporučením pro realizaci diplomových prací členěna do sedmi základních kapitol.

V teoretická východiska jsou zpracovaná jak rozsahem, tak obsahem vyhovujícím způsobem vzhledem k tématice v práci řešené. Autorka prokazuje dobrou schopnost práce s literárními zdroji. Jediné, co v této pasáži postrádám je vymezení problému. Celé práci by prospělo zařazení kapitoly vztahující se k aktuálnímu stavu řešené problematiky.

Experimentální část je zpracovaná neobvykle pečlivě, cíle a úkoly jsou vymezeny jasně. Výzkumné otázky jsou logicky formulované, hypotézy jsou vymezeny správně a oceňuji i kvalitní zdůvodnění vzhledem k hypotézám. Provedení celého experimentu, jakož i zpracování a prezentaci výsledků nelze nic vytknout.

Za velmi kvalitní pasáž považuji diskusi, která obsahuje 14 stran. Studentka velmi pečlivě diskutuje své výsledky a krom jiného i zde prokazuje velmi dobrou schopnost práce s literárními zdroji.

Celá práce je skutečně na velmi vysoké úrovni a je obtížné ji cokoliv vytknout.

Mám pouze tři drobné poznámky:

- na straně 32 je uvedeno cituji „*Po rozdělení do co možná nejvíce shodných trojic byli probandi randomizovaně rozdělení losem, a to následujícím způsobem....*“, Prosím o objasnění jak rozdělení proběhlo
- kapitola Závěr by měla začínat na nové straně
- kapitola diskuse by měla začínat rovněž na nové straně

Kontrola dvěma systémy na similaritu ukazuje shodu 12 a 23 procent. Všechny použité zdroje jsou však správně citovány.

Předloženou práci studentka jednoznačně splnila cíle, které si vytýčila.

Výsledky, ke kterým dospěla jsou přínosem pro praxi a mohou být základem pro další šetření v dané oblasti.

Závěr:

Předložená diplomová práce jednoznačně splňuje požadavky, které kladeny na diplomové práce. **Doporučuji** proto komisi pro SZK přijmout diplomovou práci Bc. Viktorie Pílušové k obhajobě a navrhuji hodnocení **v ý b o r n ě**.

Dotaz pro obhajobu: Jak využijete / je možné využít - výsledky Vaší práce pro praxi fyzioterapeuta?

v Praze 10.5. 2023

Doc. Dr. Dagmar Pavlů, CSc.
katedra fyzioterapie UK FTVS