# POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

*3. lékařská fakulta, Univerzita Karlova – Fyzioterapie*

| | |
|---|---|
| **Autor práce:** | *Michal Ciprich* |
| **Vedoucí práce:** | *Mgr. Jiří Stacho* |
| **Autor posudku:** | **Mgr. Ondřej Houška** |
| **Název bakalářské práce:** | Vliv pravidelného praktikování pasivní polohy hlubokého dřepu na mobilitu hlezenních kloubů a bederní páteře u zdravé aktivní populace: kontrolovaná intervenční studie |
| **Cíl práce:** | |
| Cílem práce bylo zhodnotit, zda čtyřtýdenní intervence spočívající v každodenním setrvávání v pasivní pozici hlubokého dřepu po dobu 10 minut ovlivní rozsah dorzální flexe hlezenního kloubu, minimální výšku podložení pat nutnou k zaujetí hlubokého dřepu a rozsah flexe bederní páteře. | |

**1. Rozsah:**

| | |
|---|---|
| **počet stran práce / textu** | 61 |
| **počet českých / cizojazyčných literárních pramenů** | 10/52 |

**2. Formální zpracování práce:**

| | |
|---|---|
| **datum souhlasu etické komise (v případě experimentální práce)** | 18.11.2025 |
| **% shody z antiplagiátorského programu** | 7 % |
| **výběr a definice tématu, originalita** | 2 splněno |
| **stupeň splnění cíle práce** | 1 částečně splněno |
| **logická stavba práce a vyváženost kapitol** | 2 splněno |
| **úroveň práce s literaturou včetně citační normy** | 2 splněno |
| **úprava práce (text, grafy, obrázky, tabulky)** | 2 splněno |
| **stylistická úroveň textu** | 2 splněno |

**3. Kritéria hodnocení teoretické části práce:**

| | |
|---|---|
| **analýza a interpretace rešeršní práce** | 2 splněno |
| **aplikace výsledků rešerše pro návaznost k experimentální části** | 2 splněno |

**4. Kritéria hodnocení experimentální části práce:**

| | |
|---|---|
| **hypotézy – relevance a kvalita jejich definování** | 2 splněno |
| **výzkumný soubor – adekvátnost výběru** | 1 částečně splněno |
| **metodika – použité metody hodnocení a jejich kvalita** | 2 splněno |

| | |
|---|---|
| **výsledky – prezentace a interpretace** | 2 splněno |
| **statistické zpracování a analýza dat** | 2 splněno |
| **diskuse – interpretace výsledků ve vztahu k současným poznatkům** | 2 splněno |
| **závěr – úroveň zhodnocení práce** | 2 splněno |

| | |
|---|---|
| **5. Využitelnost výsledků práce v praxi:** | 1 částečně |

| | |
|---|---|
| **6. Aktivní účast na Studentské vědecké konferenci** | 0 ne, 1 ano, 2 umístění |

**7. Slovní komentář, připomínky, otázky k zodpovězení při obhajobě práce:**

*Tato bakalářská práce je stylisticky velice zdařilá (jedinou gramatickou chybu jsem zaznamenal v poděkování na str.3). Autor velice zdařile zpracovává úsporné téma a představuje svou oblíbenou formu pohybové aktivity formou intervenční studie s kontrolní a intervenční skupinou. Oceňuji výběr hodnocených parametrů (Knee-to-Wall test a Sit-and-Reach), které na rozdíl od vyšetření goniometrem atp. odpovídají požadavkům moderní odborné literatury. Jako nedostatek vnímám velice malý počet probandů a demografické složení skupin. Nedostatečná adherence k požadovanému programu u probandů intervenční skupiny také nepřidává studii na přesvědčivosti. V diskuzi a závěru bych uvítal menší míru snahy o interpretaci výsledků - to, že se hypotézy nepotvrdily nijak nesnižuje kvalitu výzkumu a není třeba klinicky nevýznamné změny hodnotit jako trend vedoucí k hypotetickému efektu. Velice mě pobavilo autorovo poděkování pražským kavárnám, evidentně se mu tam tvořilo dobře (kapitola 1.1.8 patří k nejlepším, které jsem v rámci oponování bakalářských prací četl).*

| | |
|---|---|
| **8. Doporučení práce k obhajobě:** | 2 ano |

| | |
|---|---|
| **9. Navržený klasifikační stupeň:** | Výborně |

V Berouně dne 26.5.2026 Podpis: