

POSUDEK

vedoucí diplomové práce

Název: **Hodnocení efektu cvičení jógových ásan na postavení pánve**

Diplomantka: **Bc. Klára FLASAROVÁ**

Vedoucí práce: Doc. PaedDr. Dagmar Pavlů, CSc.

Předložená diplomová práce na téma „*Hodnocení efektu cvičení jógových ásan na postavení pánve*“ je zpracována na 81 stranách textu, za použití 75 citovaných zdrojů a je doplněna čtyřmi přílohami včetně CD s videozáznamem.

Autorka si pro svou diplomovou práci vybrala velmi zajímavé téma, jehož řešení však je velmi náročné a to pokud jde jak o celou realizaci práce tak především o zvládnutí postupů, které byly použity pro hodnocení – tj. 3D kinematická analýza.

Postavení pánve hraje velmi podstatnou roli pro držení těla a v souvislosti s tím pro patologické situace týkající se pohybového systému. Je proto nezbytné ocenit snahu diplomantky, posunout vědění v dané tematice vpřed a objasnit efekt možných postupů.

Diplomová práce je systematicky členěna do devíti základních kapitol, což je plně v souladu s požadavky, které jsou kladeny na diplomové práce. Zde snad jenom drobná připomínka, že nebývá zcela zvykem číslovat „kapitolu“ obsah. Tato poznámka však není zásadní a nesnižuje nijak kvalitu práce.

V teoretických východiscích diplomové práce se autorka zabývá pletencem pánevním a kyčelním kloubem a to jak z pohledu anatomie a kineziologie tak také z pohledu biomechaniky. Zařazuje rovněž pasáže k patologické funkci pánve ve vztahu k možným příčinám. Další pasáže teoretických podkladů jsou věnovány józe – a to vzhledem k postupům, které byly použity v experimentální části diplomové práce.

Teoretické podklady jsou sepsány jasným jazykem, za použití dostačujícího množství zdrojů. Je zde vidět systematická práce autorky v práci s literaturou a to nejen české, ale i zahraniční.

V kapitole čtvrté jsou vymezeny vědecké otázky, hypotézy, cíle a úkoly a samozřejmě je popsána metodika práce. I ve zpracování této kapitoly je viditelná velká systematická práce studentky při vypořádání se s touto nelehkou kapitolou, formulace jak otázek, tak hypotéz jsou plně akceptovatelné.

V kapitole páté autorka předkládá výsledky a následně se vyjadřuje k hypotézám a hodnotí vědecké otázky. I přes to, že experiment byl proveden pouze u 12 osob jsou získané výsledky velmi cenné a především jsou velmi cenné pro oblast praxe, a to ne jen fyzioterapeutické. Získané výsledky lze využít i v oblastech sportovních či preventivních.

Kapitola šestá - diskuse je zpracována na šesti stranách, což není rozsah příliš velký. Na druhou stranu je však nutné velmi kladně hodnotit její strukturu a hlavně potom diskusi s řadou autorů, kteří se zabývali příbuznými tématy ve vztahu k předložené práci.

Po formální stránce je práce na velmi dobré úrovni – nemám tedy žádných připomínek k formální stránce práce a rovněž tak nemám žádných připomínek k přístupu diplomantky v rámci realizace práce. Její přístup byl nad míru pečlivý a samostatný a vysoce je nutné také hodnotit diskusi, která během dvou let práce probíhala ne jen na našem pracovišti, ale i s odborníky na dalších pracovištích.

Celá práce - jak již výše uvedeno - je zpracována na velmi kvalitní úrovni, přináší nové poznatky, které mohou obohatit jak oblast fyzioterapie –jak terapeutickou tak preventivní.

K práci nemám žádných připomínek.

Dotaz pro obhajobu:

Které další diagnostické postupy byste doporučila použít v experimentu, který by na Vámi provedený experiment mohl navazovat a jak byste doporučila upravit design takového experimentu.

Závěr:

Předložená diplomová práce plně vyhovuje požadavkům, které jsou na diplomové práce kladeny a ***doporučuji*** proto komisi pro SZZK přijmout diplomovou práci Bc. Kláry Flasarové a navrhuji hodnocení dle průběhu obhajoby s tím, že můj návrh hodnocení je stupněm výborně. Současně doporučuji, aby výsledky práce byly publikovány v tisku.

v Praze 23.4. 2016

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