

# POSUDEK OPONENTA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Jméno oponenta práce:

Mgr. Michaela Stupková

Jméno diplomanta:

Bc. Tereza Reháková

Název diplomové práce:

Vliv metody Pilates na funkci hlubokého stabilizačního systému u profesionálních cvičitelů

Cíl práce:

Cílem práce bylo sestavit testovací baterii k ohodnocení aktivace HSSP u lektorů metody Pilates a zjistit, zda metoda Pilates pozitivně ovlivňuje HSSP. Dílčími úkoly bylo zjistit, proč se rozhodli stát lektory Pilates a zmapovat výskyt školících center.

## 1. Rozsah:

* stran textu	84
* literárních pramenů (cizojazyčných)	62 (z toho 43 cizojazyčných)
* tabulky, grafy, přílohy	7 obrázků, 44 tabulek, 13 grafů, 6 příloh

## 2. Náročnost tématu na:

	nadprůměrné	průměrné	podprůměrné
* teoretické znalosti		x	
* vstupní údaje a jejich zpracování		x	
* použité metody		x	

## 3. Kritéria hodnocení práce:

	stupeň hodnocení			
	výborně	velmi dobře	vyhovující	nevyhovující
stupeň splnění cíle práce		x		
<i>Cíle práce byly splněny, k analýze dat (např. hodnocení závislosti) však nebylo využito statistické zpracování dat</i>				
hloubka provedené analýzy ve vztahu k tématu		x		
<i>Autorka zpracovala na solidní úrovni teoretická východiska, je však škoda, že se příliš nezabývala biomechanikou dýchání, která jak sama uvedla, je nedílnou součástí funkce a HSSP. Podobně se diplomantka zmiňuje o nedostacích v popisu Pilates cvičení v předchozích studiích. Sama uvádí pouze principy - např. to že, se cvičení sestává ze 34 základních cviků je zmíněno okrajově v diskuzi.</i>				
logická stavba práce		x		
<i>Stavba práce plně odpovídá požadavkům na DP jak v teoretické tak praktické části. Dílčí hypotézy se však zdají být samoučelné (např. důvody, které vedly k tomu se stát lektorem Pilates)</i>				
práce s literaturou včetně citací	x			
<i>Odpovídá rozsahu DP.</i>				
adekvátnost použitých metod		x		
<i>Není zcela jasné jakým způsobem byla vybrána baterie testů a zda jsou všechny testy stejně citlivé. Hypotéza č. 1 byly stanoveny až po výběru testovací baterie, což bylo jedním z cílů práce.</i>				
úprava práce (text, grafy, tabulky)	x			
<i>Práce je zpracována přehledně, výsledky znázorněny v grafech a tabulkách.</i>				
stylistická úroveň	x			
<i>Práce je psána srozumitelně na velmi dobré odborné úrovni.</i>				

## 4. Využitelnost výsledků práce v praxi:

	nadprůměrná	průměrná	podprůměrná
--	-------------	----------	-------------

## 5. Připomínky a otázky k event. zodpovězení při obhajobě:

Diplomová práce plně odpovídá požadavkům na ni kladeným. Autorka projevila pečlivost při jejím zpracování.  
Otázky: Jakým způsobem jste vybírala testovací baterii cviků?

*Z jakého důvodu jste si stanovovala dílčí hypotézy, které nesouvisí s experimentem?  
V kap. ... používáte pojem centrace kloubů, který není nikde popsán, mohla byste ho, prosím, objasnit?  
Jak byste si vysvětlila velké rozdíly mezi hodnocením jednotlivých testů HSSP (od 1 do 3) u téměř poloviny probandů, pokud je stále testován HSSP?  
Bylo probandům vysvětleno, jak má vypadat správné provedení testu nebo neměli tuto informaci?*

**6. Doporučení práce k obhajobě:**

ANO

NE

**7. Navržený klasifikační stupeň**

velmi dobře

**1.5.2017**

---

**Mgr. Michaela Stupková**

