

POSUDEK VEDOUcíHO DIPLOMOVÉ PRÁCE

Jméno vedoucího práce:

PhDr. Lenka Satrapová, Ph.D.

Jméno diplomanta:

Bc. Tereza Reháková

Název diplomové práce:

Vliv metody Pilates na funkci hlubokého stabilizačního systému u profesionálních cvičitelů

Cíl práce:

Hlavním cílem diplomové práce bylo sestavit testovací baterii k ohodnocení aktivace HSSP u lektorů metody Pilates. Následně data získaná testováním vyhodnotit a stanovit závěr, zda tvrzení, že metoda Pilates pozitivně ovlivňuje HSSP, je pravdivé. Jako dílčí cíle jsem si určila zjistit, proč se rozhodli stát se lektory metody Pilates a zmapovat výskyt školících center této metody.

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>cíl práce byl splněn</i>				
samostatnost diplomanta při zpracování tématu	x			
<i>kladně hodnotím spolupráci s instruktory Pilates a řešerši v oblasti vzdělávacího systému lektorů</i>				
logická stavba práce	x			
<i>plně odpovídá požadavkům kladeným na magisterskou DP</i>				
práce s literaturou včetně citací	x			
<i>kladně hodnotím vysoký počet cizojazyčných literárních zdrojů; citační norma je správně uvedena jak v textu tak v seznamu literatury</i>				
adekvátnost použitých metod	x			
<i>oceňuji přehledně zpracovanou kapitolu o využití Pilates ve fyzioterapii, vzhledem k tomu, že tento koncept často doporučován lékaři jako doplněk fyzioterapeutické léčby; dobře zvolená skupina testovaných probandů pro pilotní výzkum; zajímavý je i náhled do vzdělávacího systému lektorů Pilates včetně dotazníkového šetření; testovací baterie je snadno proveditelná a komplexně hodnotí aktivaci HSSP</i>				
úprava práce (text, grafy, tabulky)	x			
<i>práce má hezkou úpravu, je přehledně zpracována v teoretické i praktické části</i>				
stylistická úroveň	x			
<i>práce je psána čtivou formou bez gramatických chyb; drobná nesrovnalost v číslování stránek v obsahu práce, která však nesnižuje kvalitu práce</i>				

4. Využitelnost výsledků práce v praxi:

nadprůměrná průměrná podprůměrná

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

- 1) Pilates je v současné době velmi populární formou cvičení a dle výsledků práce je možné usuzovat na pozitivní vliv na HSSP. Je z Vašeho pohledu možné tuto metodu využít i ke zlepšení jiných parametrů než jen funkce HSSP?
- 2) Vidíte na základě Vašeho šetření v oblasti vzdělávání lektorů nějakou zásadní chybu či nedostatek? Měly by zde být nastaveny nějaké vstupní podmínky?
- 3) Jakým směrem byste vzhledem k výsledkům práce případně chtěla Váš výzkum rozšířit a proč?

6. Doporučení práce k obhajobě:

ANO

NE

7. Navržený klasifikační stupeň

výborně

26.04.2017

PhDr. Lenka Satrapová, Ph.D.

