

## POSUDEK OPONENTA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Název: **Vybrané komponenty tělesné zdatnosti a úroveň pohybových aktivit u jedinců registrovaných v Hnutí speciálních olympiád**

Autor bakalářské práce: Martin Svojš

Vedoucí práce: PhDr. Klára Daďová, Ph.D.

Obor: Tělesná výchova a sport osob se specifickými potřebami

Oponent: Mgr. Tereza Pígllová

Struktura bakalářské práce: 39 stran textu, 11 stran příloh, 22 zdrojů literatury, z toho 3 zahraniční a 3 elektronické.

Připomínky: Počet stran odpovídá bakalářské práci. Počet citované literatury je přiměřený. Autor mohl čerpat z více zahraničních zdrojů.

Chyby v citacích:

- Někde jsou citováni autoři na zvláštním řádku, místo za textem (str. 19, 20).
- TILINGER, Pavel – LEJČAROVÁ... celé křestní jméno autora, autoři jsou odděleni pomlčkou. FISCHER, S. – Škoda, J., druhý autor malým písmem, opět pomlčka.
- NCOF str.16 bez udání roku.

Cíle práce, hypotézy: Cílem práce autora bylo popsat flexibilitu vybraných svalově kloubních spojení a pohybovou zdatnost dospělých sportovců, registrovaných v Hnutí speciálních olympiád. Hodnotícím prvkem byl FUNfitness test sloužící právě pro tyto účely.

Vědeckými otázkami bylo, zda vybraní sportovci spadají do norem FUNfitness testu pro jednotlivé ukazatele: flexibilita, svalová síla, rovnováha. Zda četnost jejich pohybové aktivity je dostatečná.

Připomínky: V textu není uvedeno, jak autoři testu přišli k normám, podle kterých hodnotí. Vychází normy flexibility ze svalových testů, z goniometrických měření, podle jakých autorů? Představovala bych si detailnější popis metody testování – jak vznikla, jaké má výsledky, tj. jsou nějaké zahraniční studie podobného charakteru?

Úroveň teoretické analýzy problému: Obsáhlá teoretická část, logická návaznost kapitol. Čerpá z kvalitní literatury.

Připomínky:

str. 23: ...“FUNfitness obsahuje: Hodnocení ukazatelů různých svalových partií, flexibility v oblastech různých kloubů, rovnováhy a cirkulorespiračních funkcí...”

- Nutno ujasnit, co test hodnotí – co jsou ukazatele svalových partií? Lepší vyjádření - hodnotí flexibilitu obecně – svalovou i kloubní.
- Svalové partie je nevhodný termín.

Adekvátnost použitých metod a sběru dat: Student hodnotí skupinu 37 sportovců, kteří provozují 6 různých sportů - atletiku, bocciu, cyklistiku, gymnastiku, ping pong a plavání. K hodnocení byl použit FUNfitness test, který hodnotí: flexibilitu svalů a kloubů, svalovou sílu, rovnováhu. Navíc proběhlo dotazníkové šetření na četnost pohybové aktivity, screen time a stravovací návyky.

Připomínky: Přiměřený počet subjektů, ale velká diference mezi sporty. Chybí hodnocení cirkulorespiračních funkcí, tj. aerobní část FUNfitness testu. Z jakého důvodu se netestovala. Pokud se testovala, proč není ve výzkumu zahrnuta?

FUNfitness test se zdá být jako vhodná metoda pro interní hodnocení stavu pohybového aparátu a zdravotní kondice pro sportovce s mentálním postižením. Do vědecké práce bych doporučila přidat např. srovnání se zdravými sportovci ve stejných sportovních odvětvích; s osobami se stejnou diagnózou, ale nesportujícími; se zahraničními studii stejného charakteru.

Výsledky a diskuze: Výsledky testování jsou zpracovány do tabulek a grafů se slovním doprovodem. Z výsledků podle autora plyne:

- vyšetřované osoby by se měli více protahovat
- muži jsou silnější, pravá ruka bývá silnější než levá
- vizuální vjemy hrají důležitou roli v udržení rovnováhy
- většina subjektů se stravuje ve fastfoodech, tedy nezdravě

Připomínky:

Zpracování je srozumitelné a podrobné. V průběhu textu se mění velikost poloměru kruhových grafů. Důvod?

Co Vás na výsledcích výzkumu nejvíce překvapilo?

Jaký je podle Vás nejhodnotnější výstup z Vaší bakalářské práce?

Věta: „Pokud by denně věnovali alespoň jednu hodinu chůzi a dokázali by vytrvat deset let, snížila by se jejich úmrtnost o 40% (MZ ČR, 2014).“ Platí pro tuto skupinu?

Přílohy: Popis testů FUNfitness:

Str. 50: „Testované končetiny jsou v úhlu 90°.“ „Sportovec (fyzioterapeutický asistent) je instruován k držení 90° flexe a uvolnění dolní končetiny.“ V jakém kloubu?

Test vstávání ze židle. „Během testu požadujeme po sportovci, aby se 10° co nejrychleji zvedl ze sedu bez použití rukou.“ Není jasné, jak má test vypadat.

Připomínky pro obhajobu: viz výše.

Závěr: Práce doporučena k obhajobě.

Hodnocení: dle obhajoby.