

Posudek vedoucího bakalářské práce

Autor práce: **Barbora Bažantová**

Název práce: **Aktivace hlubokého stabilizačního systému u pacientů s vertebrogenním algickým syndromem bederní páteře. Korekce pohybových stereotypů ve volnočasových aktivitách.**

Vedoucí práce: Jindřiška Hálková Mgr.

Akademický rok: 2017/2018

1. Přehlednost a členění práce

Bakalářská práce je členěna do 8 kapitol. V teoretické části autorka popisuje základní anatomii bederní páteře, kineziologii lopatky a její vliv na aktivaci hlubokého stabilizačního systému. Jsou zde popsány základní fyzioterapeutické principy a zejména metoda Dynamické neuromuskulární stabilizace. Součástí teoretické části je popis základních golfových úderů. V rámci praktické části autorka zpracovala 2 kazuistiky z původně plánovaných 3 kazuistik.

2. Formální náležitosti práce

Rozsah a terminologie odpovídá bakalářské práci, formátování je jednotné. Seznam použité literatury obsahuje české i zahraniční zdroje, citace splňují stanovené normy.

3. Cíl práce

Hlavním cílem práce je pomocí metody DNS změnit pohybové stereotypy probandů a následně je využít ve volnočasové aktivitě – golfu, redukce bolesti u VAS Lsp. Stanovený cíl byl splněn.

4. Přehled problematiky

Autorka popisuje problematiku terapie VAS Lsp s využitím prvků DNS a zároveň se zaměřuje na důležitost korekce pohybových stereotypů při volnočasové - sportovní aktivitě.

5. Metodologie

Autorka zvolila teoreticko – praktickou formu, kdy v teoretické části je stručně popsán základní princip metody, funkční vztahy jednotlivých struktur ve vztahu vůči sobě, dýchání, postuře. Praktickou část tvoří detailně zpracované 2 kazuistiky probandů a průběh jejich terapií po dobu 8 měsíců.

6. Přínos pro praxi

Práce poukazuje na nutnost se v rámci terapie VAS Lsp zaměřit také na korekci pohybových stereotypů i v průběhu sportovních aktivit, které jsou v současnosti důležitou součástí života střední a starší generace.

7. Náročnost práce na teoretické a praktické znalosti

Téma práce je aktuální a odpovídá bakalářskému typu. Autorka v ní prokázala schopnost využít teoretické i praktické znalosti a samostatnost při provádění dlouhodobé terapie.

8. Výsledky a jejich analýza

Autorka popisuje objektivní i subjektivní zlepšení v daných parametrech, kdy součástí prezentace výsledků budou videozáznamy na začátku a na konci terapie ke zhodnocení kvality provedení pohybu.

9. Závěry práce a doporučení

Zvolené téma je vhodné pro zpracování v bakalářském typu práce, autorka stanovený cíl splnila. Studentce bych doporučila vzhledem k jejímu zájmu o tuto problematiku se jí nadále věnovat a prohloubit znalosti na úrovni praktické i teoretické a ujasnit si drobné nesrovnalosti v provedení.

10. Přístup ke zpracovanému tématu

Studentka projevovala aktivní přístup o danou problematiku a samostatnou iniciativu, byla schopna převést teoretické znalosti do praxe. Konzultace probíhaly pravidelně ve stanovených termínech ústní formou.

11. Shrnutí hodnocení

Práce splňuje požadavky na tento typ bakalářské práce, doporučuji ji k obhajobě. Za přínos práce považuji poukázání na fakt, že se v terapii nelze zaměřit jen na základní polohy a aktivity ADL, ale zejména se věnovat a korigovat pohybové stereotypy ve sportovní činnosti, která v současnosti se u většiny našich pacientů stala důležitou součástí jejich aktivního života a motivací pro aktivní přístup k terapii.

Zásadní negativa této práce neshledávám.

Zdůvodnění klasifikace výborně, zejména za proaktivní přístup o dané téma a i přes drobné nesrovnalosti, za odborné praktické vedení daných terapií a dlouhodobou spolupráci s probandy.

Připomínky a otázky k obhajobě: Myslíte si, že aktivní cvičení se zaměřením na aktivaci Hss je plně dostačující a ovlivní kvalitu měkkých tkání, fascií?

Návrh klasifikace: výborně

Datum vypracování posudku: 23.5. 2018

Podpis:

