

Posudek vedoucího bakalářské práce

Autor: Marek Mandát

Název: **Kondiční trénink u jedinců po míšní lézi**

Vedoucí práce: PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D.

Konzultantka práce: Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D.

Rozsah: 104 stran

Literatura: 46 literárních odkazů, 34 internetových zdrojů

Obsah práce:

Teoretická část podrobně rozebírá problematiku míšních lézí (ML) a významu pohybové aktivity u jedinců po ML a východiska pro kondiční trénink. Praktická část práce zahrnuje kasuistiku jedinců po ML. Efekt intervence ve formě kondičního tréninku byl hodnocen pomocí sledování tělesného složení a fyzické kondice.

Dotazy k diskuzi při obhajobě:

- 1) Popište prosím, jak v praxi vypadala Vámi realizovaná edukace kondičního cvičení.
- 2) Do jaké míry je - podle Vašeho názoru - pro jedince s pohybovým postižením v současnosti dostupný kvalitní kondiční trénink. Jak byste zhodnotil dostupnost míst, pohybových specialistů a metodických materiálů?

Hodnocení:

Student Marek Mandát si vybral téma aplikace kondičního tréninku pro jedince s míšní lézí, 4 klienty Centra Paraple. Absolvoval seznámení s praxí v centru a odbornou stránku svého projektu zde konzultoval s pohybovými specialisty. Vytvořil a následně zpracoval velmi pěkný projekt, který se může stát východiskem pro další práce.

Po formální stránce práce splňuje požadavky a náležitosti. Zpracování práce je na velmi dobré úrovni. Veškeré nejasnosti a nedostatky, které byly v předchozí verzi práce, byly vzaty v potaz a byly opraveny a dopracovány. Pro supervizi v tématech kondičního tréninku byla k práci doplněna další odborná konzultantka Mgr. Pavlína Nováková, Ph.D. Práce tak v současné době rozsahem odpovídá spíše práci diplomové. Autor jednotlivá témata rozebírá poctivě a zodpovědně, což mu jistě bude obohacením v další odborné práci.

Bakalářská práce vychází ze současné odborné literatury k tématu, a to včetně zahraničních odborných článků. Úroveň zpracování je pro bakalářskou práci velmi dobrá.

Praktická část je řádně a přehledně členěna. Její úroveň odpovídá bakalářské práci a je velmi dobrou přípravou na práci diplomovou. Student prokázal schopnost pracovat s metodami sběru dat, vést intervenci a zhodnotit ji. I v této části byly opraveny a doplněny dílčí nedostatky z minulé verze práce. Rovněž byla adekvátně rozšířena Diskuze a doplněna o citace odborné literatury.

Autor bakalářské práce Marek Mandát věnoval zpracování své práce velké úsilí. Pro téma se samostatně rozhodl a byl k němu osobně motivován svými zkušenostmi s kondičním tréninkem i profesní prací s osobami se specifickými potřebami. Při rozšířeném a doplněném zpracování práce byl patrný velký odborný posun, odhodlání a podstatně větší cílevědomost.

Souhrn:

Práce studenta Marka Mandáta splňuje požadavky kladené na vypracování bakalářské práce, a proto ji **doporučuji k obhajobě.**

V Praze, 29. 4. 2019

PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D.