

POSUDEK

vedoucí diplomové práce

Název: **Sledování účinku vybraných pohybových aktivit se zřetelem k riziku pádu u seniorů**

Diplomantka: **Bc. Lenka POLÍVKOVÁ**
Vedoucí práce: **Doc. PaedDr. Dagmar Pavlů, CSc.**

Předložená diplomová práce na téma „**Sledování účinku vybraných pohybových aktivit se zřetelem k riziku pádu u seniorů**“ je zpracována na 69 stranách textu, za použití 62 literárních zdrojů a je doplněna čtyřmi přílohami.

Cílem předložené práce je porovnat efekt dvou pohybových aktivit, se kterými se pracuje v rámci prevence pádů, a to u dvou skupin seniorů. Studentka si zvolila velmi aktuální téma – problematika aktivit u seniorů, proto na předloženou práci je zapotřebí nahlížet jako na příspěvek k problematice, která má krom jiného značný celospolečenský dopad. Krom toho problematika pádů ve vyšším věku je tématem, které v seniorském věku nabývá stále na vyšší důležitosti.

Diplomová práce má klasické členění – sedm základních kapitol. Toto je v souladu s požadavky, které jsou kladeny na diplomovou práci.

V teoretických východiscích diplomové práce autorka hovoří o stárnutí, stáří a změnách ve stáří, věnuje se pohybové aktivitě ve stáří, poukazuje na vhodné aktivity a v neposlední řadě poukazuje na témata spojená s pády v seniorském věku.

Teoretická východiska diplomové práce jsou co do rozsahu i obsahu vyhovující vzhledem k řešenému tématu, celá kapitola je zpracována velmi pečlivě. Studentka dobře sestavila jednotlivé pasáže a použila aktuální, ve vysokém procentu zahraniční literaturu.

Metodologie práce je zpracovaná dobře, cíle, výzkumné otázky a hypotézy jsou formulovány jasně. Navržený postup řešení a jeho následné provedení je vyhovující vzhledem k charakteru práce.

Studentka v rámci vlastního šetření provedla experiment, který sama zrealizovala. Provedení nebylo jednoduché, jelikož musela pracovat se dvěma skupinami osob vyššího věku, a to v delším časovém úseku.

Výsledky jsou zpracovány přehledně a rovněž za pomoci názorných grafů.

V kapitole diskuse se autorka zamýšlí a diskutuje jednak své výsledky a dále porovnává své výsledky s některými zahraničními autory.

K formální stránce práce, k přístupu diplomantky, jakož ke konzultacím po dobu realizace práce nemám připomínek. Pouze upozorňuji na drobný překlep, kdy na titulní straně je chybný rok – místo 2016 patří 2018 jak je správně uvedeno na deskách práce.

Předložená práce, i přes to že dokumentuje experiment na 2 malých skupinách, řeší velmi závažnou tematiku seniorů a přináší cenné výsledky, které dokumentují význam pohybových aktivit u této věkové skupiny, se zřetelem k možným pádům.

Studentka předloženou práci dokázala, že je schopna pracovat s literárními zdroji, navrhnout a v praxi realizovat experiment.

Závěr:

Předložená diplomová práce plně splňuje požadavky, které jsou na diplomové práci kladeny a **doporučuji** proto komisi pro SZZK přijmout diplomovou práci Bc. Lenky Polívkové k obhajobě a navrhuji hodnocení stupněm **výborně**.

Dotaz pro obhajobu:

Ve Vaší práci jste potvrdila význam pohybové aktivity u osob vyššího věku. Uveďte, které jiné pohybové aktivity by bylo možné realizovat v praxi – u skupiny (myšleno skupinové práce) seniorů – s cílem prevence pádu (krom aktivit Vámi použitých v experimentu).

v Praze 11.4. 2018

Doc. Dr. Dagmar Pavlů, CSc.
katedra fyzioterapie UK FTVS