

# POSUDEK OPONENTA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Jméno oponenta práce:

Mgr. Petra Reckziegelová

Jméno diplomanta:

Bc. Lenka Polívková

Název diplomové práce:

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

Cíl práce:

Porovnání efektu dvou pohybových aktivit používaných v prevenci pádu u seniorů na velikost ušlé vzdálenosti, za použití testu 6MWT. Dvě zvolené pohybové aktivity jsou "Nordic walking" a prvky z metodiky "Senzomotorická stimulace"

## 1. Rozsah:

* stran textu	69
* literárních pramenů (cizojazyčných)	62, z toho 23 cizojazyčných
* tabulky, grafy, obrázky, přílohy	5 tabulek, 4 grafy, 6 obrázků, 4 přílohy

## 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			
logická stavba práce	x			
práce s literaturou včetně citací	x			
adekvátnost použitých metod		x		
úprava práce (text, grafy, tabulky)	x			
stylistická úroveň	x			

## 4. Využitelnost výsledků práce v praxi:

nadprůměrná průměrná

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

Vzhledem k prodlužování věku v populaci je téma této diplomové práce velmi aktuální. Dílčí části diplomové práce zpracovala studentka jasně a přehledně. Vyhledala velké množství zahraničních studií a jejich výsledky porovnávala s vlastními. Tyto mohou být motivací pro vznik dalších efektivních pohybových programů pro seniory. Navrhuji známku výborně. Otázky: Popisujete důležitost správného nastavení hole u sportovní aktivity Nordic walking - začátečníci nižší, pokročilejší chodci vyšší. Jaká kritéria jsou rozhodující pro rozřazení do těchto dvou skupin? Do které skupiny patřili probandi z Vaší výzkumné skupiny? Uveďte příklad některých pohybových aktivit "Senzomotorické stimulace", které byly zařazovány při cvičení se seniory ze druhé výzkumné skupiny.

## 6. Doporučení práce k obhajobě:

ANO NE

## 7. Navržený klasifikační stupeň

výborně

Datum: 8.5.2018

Mgr. Petra Reckziegelová