

Posudek oponenta bakalářské práce

Oponent: MUDr. Jiří Valeš
 Autor práce: Eliška Němcová
 Studijní program: **SPECIALIZACE VE ZDRAVOTNICTVÍ**
 Studijní obor: **FYZIOTERAPIE**
 Název práce: Program Škola zad pro seniory
 Akademický rok: **2013/2014**

Hodnocení	1	2	3	4
Celkové rozvržení práce	x			
Úroveň zpracování teoretických poznatků	x			
Úroveň zpracování vlastních poznatků	x			
Analýza a interpretace výsledků	x			
Praktická aplikace výsledků	x			
Přiměřenost a způsob citace literatury	x			
Formální a grafické zpracování	x			
Úroveň jazyka	x			

Stupnice hodnocení úrovně:
 výborná = 1
 velmi dobrá = 2
 dobrá = 3
 nevyhovující = 4
 (označte křížkem)

Připomínky oponenta práce, zdůvodnění celkového hodnocení:

Bakalářská práce je rozdělena na část teoretickou a část praktickou.

Teoretická část se podrobně zabývá problematikou školy zad. Je zmíněna historie a organizace školy zad, vlastní program školy zad, prevence bolesti zad, optimalizace pohybu, úpravy pracovního a životního prostředí a uplatnění programu školy zad u jedinců a zaměstnanců podniků. V kapitole Stáří a pohyb jsou rozebrány pohybové aktivity pro seniory a zásady jejich provádění.

Teoretické poznatky jsou čerpány z dostupné literatury, je citováno 8 českých autorů, jeden zahraniční a 7 pramenů je z webových stránek. Celkové rozvržení práce, formální a grafické zpracování a úroveň českého jazyka jsou na vysoké úrovni.

Těžiště práce je v praktické části. Cílem bakalářské práce bylo vytvoření příručky Školy zad pro seniory a zjistit využívání příručky skupinou seniorů. Byly také stanoveny jednotlivé hypotézy. Příručka byla vytvořena na podkladě rozmanité literatury. Obsahuje stručný přehled anatomie páteře, kapitolu o prevenci bolesti zad a doporučená cvičení. Autorka čerpala z poznatků 10 literárních zdrojů českých autorů a z 15 odkazů na webové stránky. Vše se výborně podařilo. Metodika práce spočívala v kvalitativním výzkumu.

V diskuzi je zhodnocení práce a hypotéz.

Celou práci hodnotím známkou výborně, bez připomínek.

Doporučuji bakalářskou práci k obhajobě.

Navržené celkové hodnocení	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhovující
-----------------------------------	---------	------------------------	------------------	-------------------------

(neaplikovatelné škrtněte)

Datum: 19.května 2014

Podpis:

