

## Posudek oponenta bakalářské práce

Oponent: MUDr. Jiří Valeš  
 Autor práce: Hana Puchernová  
 Studijní program: **SPECIALIZACE VE ZDRAVOTNICTVÍ**  
 Studijní obor: **FYZIOTERAPIE**  
 Název práce: Kompenzace sedavého zaměstnání pohybovou aktivitou  
 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:

Obsah bakalářské práce je rozdělen na část teoretickou a část praktickou.

Teoretická část se věnuje obecnému rozboru sedavého zaměstnání, teorii postury a hlubokému stabilizačnímu systému, ergonomii práce se zaměřením na ergonomii sedu a zjišťuje možnosti kompenzace a kompenzačních technik. Upozorňuje také na vliv špatného sezení na pohybový systém. Úroveň zpracování teoretických poznatků je na vysoké úrovni. Práce se opírá o literární poznatky 19 českých autorů, 2 zahraničních a je odkaz na 5 webových stránek.

V praktické části jsou stanoveny cíle a hypotézy práce. Obsahem praktické části je porovnání zdravotního stavu u 3 klientek při dodržování předem stanovených kompenzačních technik. Jsou srovnávány výsledky práce fyzioterapeuta pouze při úpravě držení těla v sedu (tzv. optimalizace sedu), při aplikaci aktivních cvičebních jednotek s důrazem i na domácí cvičení a při kombinaci obou metod. Praktická část je vedena jako výzkumná metoda. Úroveň zpracování vlastních poznatků a praktická aplikace výsledků jsou adekvátní požadované normě.

Připomínky:

str.97, ř.9 - ...stoj a širší bázi s patami ve vnější rotaci

str.97, ř.3 zespoda - ...se zavěšením do břišních vazů... prosím o vysvětlení

Bakalářskou práci hodnotím výborně a doporučuji k obhajobě.

<b>Navržené celkové hodnocení</b>	výborně	<del>velmi dobře</del>	<del>dobře</del>	<del>nevyhovující</del>
-----------------------------------	---------	------------------------	------------------	-------------------------

(neaplikovatelné škrtněte)

Datum: 19.května 2014

Podpis:

