

## Oponentský posudek na bakalářskou práci

**Autor:** Jakub Bradáč

**Téma:** Pozorování změn tělesné hmotnosti a fyzické kondice při vykonávání sportovních aktivit

**Vedoucí práce:** PaedDr. Tomáš Gnad

**Oponent:** PhDr. Matouš Jindra, Ph.D.

Téma pozorování změn tělesné hmotnosti a fyzické kondice při vykonávání sportovních aktivit, tak jak je předloženo, je téma potřebné a žádoucí. Při snaze o neustálé hledání cest k potlačení hypokineze u populace, je důležité analyzovat možnosti a postupy vedoucí k napravení současného stavu, který má za následek mnoho zdravotních rizik, populačních chorob a aktuálně především posílení autoimunitního systému. Získání většího množství spolehlivých dat tohoto typu může vést k zlepšení situace a motivace populace k pohybu.

Hodnocení bakalářské práce je nutné ze dvou pohledů – zvládnutí badatelské práce, vlastní obsah, myšlenka a originalita plus zpracování bakalářské práce. Z obou pohledů, i když převažují klady, má práce jisté nedostatky, z nichž některé bude třeba rozebrat v rámci obhajoby.

Autor zjišťuje pomocí antropometrických dat vliv aplikace sportovní zátěže na tělesné dispozice jedince. Práce je zpracována na 57 stranách včetně příloh a je členěna do 6 kapitol. V citacích je uvedeno celkem 33 zdrojů, z toho 1 zahraniční a 5 internetových.

Struktura práce je logická a odpovídá spisům tohoto druhu. Práce je po formální stránce zpracována v souladu s požadavky kladenými na bakalářské práce. Formátování textů, grafů a tabulek je rovněž v pořádku. Bibliografické citace jsou psány dle normy ISO 690.

Kvalitu práce nesnižují opakující se formální chyby, nicméně několik formálních chyb se práci nachází např. str. 42, 48. V abstraktu chybí závěr. Kladně lze hodnotit analytickou práci s autory věnující se problematice, nicméně často citovaným autorem je Jebavý. Chybí zahraniční literatura a srovnání. V práci je citována práce z roku 1922, která není uvedena v seznamu literatury. Prosím o vysvětlení. Při citování v textu je tečka psána už před citací. Číslování stran by mělo být ukončeno před přílohami.

Teoretická část práce odpovídá rozsahu probíraného tématu. Je zde zbytečně vložena kapitoly např. o energetické zabezpečení výkonu, nebo výživa, které nesouvisí s tématem práce.

Hypotéza je předpoklad, není nutné psát před hypotézu – předpokládáme.

V závěru bakalářské práce chybí vlastní interpretace zkoumané problematiky.

Diskuze správně srovnává výsledky s ostatními studiemi, nicméně zahraniční publikace zcela chybí.

V případě rozšíření tématu o bio impedanci mohou mít data významnější charakter.

Práce byla zkontrolována programem odhalující plagiátorství.

I přes výše uvedené nedostatky a převažujícím kladům nad nedostatky, **doporučuji práci k obhajobě.**

Doplňující otázky k obhajobě:

Proč není do studie zakomponována strava respondenta? Byla nějaký způsobem kontrolována?

Proč nebyl zvolen progresivní druh tréninku reagující s aktuální stav respondentů?  
V úvodu je pracováno s BMI, ale ve výsledcích již není s indexem pracováno, proč?  
Proč nebylo do práce zahrnuto tělesné složení?  
Jaká je hranice proveditelné frekvence dřepů za 1 minutu?

V Praze dne 6.6.2020

PhDr. Matouš Jindra, Ph.D.