

Posudek oponenta bakalářské práce

Autor: Vladimír Šťastný

Název práce: *Nordic Walking a jeho využití při volnočasových pohybových aktivitách lázeňských hostů*

Vedoucí práce: Mgr. Věra Kuhnová

Oponent práce: PhDr. Martin Dlouhý, Ph.D.

1. Aktuálnost tématu, obsahová struktura práce, formulace problému a cíle práce

Autor si zvolil téma velice aktuální a potřebné, z přístupu k práci je patrná velká zainteresovanost autora. Cíl i problém práce je formulován správně včetně úkolů práce, které z nich logicky vyplývají. Práce je členěna do celkem 11 kapitol na celkem 59 stranách bez příloh. Obsahově je práce vyvážená.

2. Úroveň teoretické části, komplexnost analýzy zkoumaného problému, kvalita práce s literaturou

Formální struktura práce je chybná a není v souladu formálními požadavky kladenými na strukturu vědecké práce Katedrou tělesné výchovy PEDF UK. Problém je např. v označení kapitol, autor rozměšňuje práci do zbytečně velkého množství podkapitol, jejichž chronologické seřazení je nesprávné. V celé teoretické části se odráží nedostatečná práce s citováním literárních zdrojů - chybí citace např. str. 14 (neboť je zřejmé, že se rozhodně nejedná o vlastní myšlenky autora, dále str. 16, 17... apod.).

3. Formulace hypotéz, jejich provázanost na problémy a cíle práce

Autor stanovil 2 hypotézy, které jsou formulovány jasně, srozumitelně vzhledem k tématu a vytčeným cílům.

4. Metody testování hypotéz, jejich vhodnost a logika postupu práce

Autor použil 2 dotazníky, z odpovědí vybral zkoumaný vzorek 12 respondentů. Nejzávažnějším nedostatkem je fakt, že z přísně metodologického hlediska autorova práce má naprosto jasný charakter metody pedagogického experimentu, jehož experimentálním činitelem je aplikace programu Nordic Walking na avizovanou cílovou skupinu. A to v práci uvedeno není, neboť autor uvádí pouze metody dotazování, pozorování apod., což je v daném kontextu nesprávné. V tomto případě by bylo třeba, aby získané výsledky tohoto experimentu, byly alespoň buď elementárně statisticky vyhodnoceny (což v práci rozhodně není), pokud by měl výzkum kvantitativní charakter. V případě, že by autor inklinoval ke kvalitativnímu výzkumu, tak by měl být výzkum koncipován formou kazuistiky – což také není. Rovněž charakteristika výzkumného souboru je velmi vágní a nedostatečně popsána.

5. Úroveň analýzy a interpretace výsledků, zaměření a úroveň diskuse

Získané výsledky jsou přehledně uvedeny v tabulkách a přiměřeně okomentované. Kapitola Diskuze nemá charakter odborné diskuze. Jedná se totiž o pouhé deskriptivní memorování obsahu a jednotlivých úkolů práce – místo aby autor interpretoval, resp. diskutoval výsledky výzkumu! Chybí jakékoliv konkrétní exaktní vyjádření naměřených změn v důsledku intervenčního pohybového programu. Též je třeba poukázat na absenci ranního rozcvičení a nevhodnost strečinku k rannímu protažení.

6. Formulace závěrů, přínos a využití výsledků

Práce poukazuje na možnosti využití „Nordic Walking“ v programu léčebné kúry pro seniory prostřednictvím intervenčního pohybového programu, který autor sestavil a aplikoval.

7. Formální stránka práce

Práce po formální stránce splňuje se značnými výhradami (viz výše) požadavky na bakalářskou práci, včetně označení kapitol a podkapitol, které je však nepřesné. Občasné gramatické chyby a příliš lidový styl práci také znehodnocují. Autor často používá vlastní – neobratný „slovník“ - zcela nevhodný pro daný typ kvalifikační práce. Ve slovech jako např. „kúra“ gramatická chyba (mnohokrát), se autor nedrží odborného vyjadřování, které je součástí tvorby závěrečné práce. Nejednotnost časů v textu tuto nevhodnost jen podtrhuje (kombinace času budoucího a minulého).

8. Celkové hodnocení práce

Autor prokázal znalost dané problematiky a je zcela jistě velmi zainteresovaný do dané problematiky. Po formální, metodologické, obsahové i stylistické stránce však předložená bakalářská práce vykazuje množství nedostatků – viz výše. Bezvýhradnou povinností autora u obhajoby bude adekvátně reagovat na výtky oponenta práce, jinak tuto práci oponent nebude moci doporučit k úspěšnému obhájení!

Práci přes výše uvedené nedostatky DOPORUČUJI k obhajobě.

Doplňující otázka k obhajobě:

Z jakých důvodů není vhodné provozování pohybových aktivit v pásmu intenzity zátěže 80 % a více TF max. (funkční, somatické, fyziologické...) pro uvedenou věkovou kategorii seniorů?