

Posudek oponenta bakalářské práce

Student: Jonáš Tuček

Vedoucí práce: prof. Ing. Václav Bunc, CSc.

Oponent práce: Mgr. Jan Kodejška, Ph.D.

Název práce: Parkour jako vhodná pohybová aktivita pro děti ve věku 6–11 let

Cílem práce bylo zdůvodnit, proč je parkour vhodná pohybová aktivita pro děti ve věku 6-11 let, uvést principy pro trénink parkouru u dětí a následně zpracovat návrh tréninkové jednotky pro začátečníky a pokročilé. Tato rešeršní práce se zabývá parkourem, jeho tréninkem a využitím této pohybové aktivity u dětí ve věku 6-11 let. Parkour by mohl být vhodnou aktivitou, která osloví děti a mladistvé a bude přispívat ke zmírnění pohybového deficitu.

Práce je po formální stránce výborně zpracována a obsahuje velmi málo chyb. Metodika je v pořádku, bylo by ale vhodné doplnit, jak přesně byly zdroje vyhledávány (klíčová slova) a podle jakých dalších kritérií vybírány. Teoretická část práce je kvalitně sepsána a obsahuje důležité informace, pouze část zabývající se tréninkovou jednotkou by mohla být rozsáhlejší (vzhledem k cílům práce). Výsledková část je zajímavá, nicméně závěrečná část tréninkové jednotky by mohla být lépe zpracována. V diskusi se autor vhodně vyjadřuje k dané problematice. Nezabýval se ale vlivem parkouru na pohybový deficit u dětí, ačkoliv tato problematika tvoří podstatnou část jeho teorie.

Díličí poznámky

- Některé výrazy/spojení by bylo vhodné přeformulovat
 - velmi častěji objevuje; dětem obezita často zůstává do dospělosti; tělní jádro, ozkoušená, tvrdý kondiční trénink
- s.59 - Dbá se přitom na pravidelné dýchání a na delší výdrž v určitých polohách.
 - Co je delší výdrž? 5s ? 60s ?
- Jak dlouho autor práce trénuje děti, že se může stále odkazovat na svoje zkušenosti?
- Proč autor v práci neuvedl intervenční studii Mgr. Martina Dvořáka, Ph. D. zabývající se vlivem parkouru na adolescenty?

Autor práce prokázal, že je schopen samostatně vyřešit odborný úkol. **Práci doporučuji k obhajobě** a navrhuji známku výborně.

Otázky k obhajobě:

1. Jaké složky tělesné zdatnosti podle vás a dostupných výzkumů parkour ovlivňuje?
 - a. Co z toho můžeme dále vyvodit, budeme-li se zabývat pohybovým deficitem dětí?
2. Jaké výhody a nevýhody podle vás parkour přináší, využijeme-li ho jako aktivitu, kterou budeme chtít snižovat pohybový deficit u dětí

V Berouně 29. 4. 2019

Mgr. Jan Kodejška, Ph. D.