

Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu

Laboratoř sportovní motoriky

Posudek oponenta bakalářské práce

Název bakalářské práce:	
Kompenzační cvičení ve sportovním aerobiku	
Název bakalářské práce v anglickém jazyce:	
Compensatory exercises in sports aerobics	
Autor práce	Eliška Típplová
Název studijního oboru	TVS
Forma studia	prezenční
Vedoucí práce (včetně pracoviště FTVS UK)	prof. Ing. V. Bunc, CSc - LSM
Konzultant práce (včetně pracoviště FTVS UK)	
Oponent práce (včetně pracoviště FTVS UK)	PhDr. J. Křištofič – katedra gymnastiky
Akademický rok	2019/20

Hodnotící kritéria závěrečných prací

Závěrečné práce jsou hodnoceny počtem bodů, slovně a navrženým klasifikačním stupněm na základě jednotlivých kritérií. Vedoucí a oponent práce vypracují posudek, jehož součástí je bodové hodnocení jednotlivých aspektů práce (dle bodového rozpětí), slovní hodnocení jednotlivých aspektů práce, návrh klasifikačního stupně a jeho slovní zdůvodnění. Součástí oponentského posudku jsou také otázky k obhajobě.

Bodové rozpětí pro určení klasifikačního stupně je pouze doporučené, hodnotitel se od něj může v odůvodněných případech odklonit (vysoký odborný či společenský přínos může převážit drobné nedostatky, nebo naopak přes nesporné kvality práce v některých aspektech může být práce nedoporučena k obhajobě pro natolik zásadní pochybení v klíčovém aspektu).

Klasifikace navržená v posudcích není pro Komisi obhajoby závěrečné práce závazná, ta k posudkům přihlíží, ale rozhoduje se na základě průběhu obhajoby a vlastního uvážení. I přes jeden nebo dva nedoporučující posudky může student závěrečnou práci obhajovat před komisí.

Hodnocení jednotlivých aspektů teoretické a výzkumné práce

HODNOCENÁ POLOŽKA	POČET BODŮ
<p>ABSTRAKT (0-5 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obsahuje abstrakt všechny klíčové části (cíl a smysl práce, způsob řešení problému, nejzávažnější výsledky a implikace)? • Koresponduje abstrakt s obsahem práce a má přiměřený rozsah? • Obsahuje abstrakt adekvátní klíčová slova (klíčová slova by se neměla nacházet v názvu práce)? 	3
<p>Abstrakt (slovní hodnocení) Cíl práce, jak je zde vymezen (<i>Cílem práce je zjištění nejlepších kompenzačních cviků.....</i>), navozuje představu o posuzování jednotlivých cviků, což plně nekorresponduje s výsledky práce.</p>	
<p>ODŮVODNĚNÍ A REŠERŠE ODBORNÉ LITERATURY (0-25 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Je zdůvodnění práce uvedené v úvodu logické? • Je popsána metoda rešerše? • Prokázal student schopnost vyhledat, prostudovat, tematicky utřídit a analyzovat odbornou literaturu? • Obsahuje rešerše literatury (část teoretická východiska práce) podrobnou zprávu o zvolené problematice vycházející z české i zahraniční literatury? • Je výběr literatury aktuální a její záběr vzhledem k tématu dostatečný (úplný)? • Je použitá literatura řádně citována? 	22
<p>Odůvodnění a rešerše odborné literatury (slovní hodnocení) Výběr tématu je v úvodu logicky zdůvodněn. Počet citací, jejich forma a celkově práce s odbornou literaturou splňují nároky na tento typ práce.</p>	
<p>POUŽITÉ METODY A LOGIKA STRUKTURY PRÁCE (0-20 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Je cíl práce definován přesně, stručně a srozumitelně? • Jsou výzkumné otázky a hypotézy jasně stanoveny? • Uvádí a zdůvodňuje student konkrétní metody a postupy, které použil a na jejichž základě došel k výsledkům? • Jsou použité metody dobře a podrobně popsány tak, aby umožňovali replikaci? • Jsou uvedeny použité statistické metody a byla věnována pozornost reliabilitě a validitě dat? • Je zmíněna existence informovaného souhlasu a schválení projektu práce Etickou komisí UK FTVS? 	10
<p>Použité metody a logika struktury práce (slovní hodnocení) Cíl je vymezen příliš široce bez spojitosti s metodou výzkumu, druhá hypotéza „předpokládám, že praktikování kompenzačních cvičení má kladný vliv na snížení rizika úrazu“ je tímto typem práce nepostižitelná.</p>	

<p>ZPRACOVÁNÍ TÉMATU A INTERPRETACE ZÍSKANÝCH POZNATKŮ (0-25 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Odpovídají uváděné informace soudobému stavu poznání? • Neobsahuje práce zavádějící, či dokonce demagogická tvrzení a polopravdy? • Jsou výsledky prezentovány srozumitelně, stručně, přehledně a přesvědčivě (ať už prostým textem, tabelárně či graficky)? • Jsou získané výsledky náležitě zhodnoceny (zvláště statisticky) a objektivně interpretovány? • Jsou získané výsledky diskutovány v kontextu soudobého výzkumu? • Byly vzaty v potaz silné i slabé stránky práce? • Jsou závěry prezentovány srozumitelně a korektně? • Jsou učiněna doporučení pro další výzkum nebo opatření? 	18
<p>Zpracování tématu a interpretace získaných poznatků (slovní hodnocení) Teoretická část odpovídá současnému stavu poznání a výsledky jsou prezentovány sdělnou formou. Obsah kapitoly „Diagnostika“ však plně nekoresponduje s tímto názvem a výsledky v četnosti zranění jednotlivých segmentů uváděné v textu na str. 48 neodpovídají údajům v grafu 3.</p>	
<p>ODBORNÝ A SPOLEČENSKÝ PŘÍNOS (0-10 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zabývá se práce aktuálním/praktickým problémem? • Je práce z hlediska oboru přínosná? 	10
<p>Odborný a společenský přínos (slovní hodnocení) Téma práce je aktuální a práce je z hlediska oboru přínosná.</p>	
<p>FORMÁLNÍ ÚROVEŇ PRÁCE (0-15 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obsahuje práce všechny klíčové části? • Je práce zpracována v dostatečném nebo přiměřeném rozsahu? • Je práce logicky uspořádána? • Má práce dobrou jazykovou úroveň? • Je práce z formálního hlediska bez chyb? • Jsou správně používány zkratky? • Jsou obrázky, tabulky či grafika jasně a srozumitelně označeny a popsány? • Jsou přílohy řádně číslovány (označeny) a je na ně v textu řádně odkázáno (jsou-li obsaženy v práci)? 	12
<p>Formální úroveň práce (slovní hodnocení) Kromě několika drobných překlepů a chybějícího odkazu v textu na obr. 1 nevykazuje práce závažnějších formálních pochybení.</p>	

Doporučená klasifikace práce podle bodového ohodnocení

Doporučený kvalifikační stupeň	Bodové rozpětí pro bakalářské práce
Výborně	100 - 81
Velmi dobře	80 - 61
Dobře	60 - 41

Práci klasifikuji stupněm: VELMI DOBŘE

Slovní zdůvodnění navrhovaného klasifikačního stupně:

Práce splňuje nároky kladené na tento typ práce jak po stránce formální, tak obsahové. Lze ji však vyčíst z metodologického hlediska nepřesné vymezení cíle a druhé hypotézy, především však formulační nedůslednost. Formulace typu „zjištění nejlepších kompenzačních cviků“; „z deseti dotazovaných mělo 41 zranění“ nebo „od správného držení těla se odvádí veškerý pohyb“ práci vzdalují od lepšího hodnocení.

Přes výše uvedené připomínky má práce své kvality a doporučuji ji k obhajobě.

Otázky k obhajobě práce:

- 1. V práci je často zmiňován hluboký stabilizační systém (HSS). Popište jeho funkční priority a uveďte svalové jednotky, které ho tvoří.**
- 2. Dotazníkové šetření bylo realizováno pouze v jednom sportovním klubu. Myslíte si, že lze výsledky generalizovat na celou ČR, nebo jsou charakteristické pouze pro tento klub?**
- 3. V práci uvádíte, že převažují zranění dolních končetin. Pokuste se vymezit, jestli převažují úrazy kloubů (především nezvládnuté doskoky), nebo poškození měkkých tkání (např. natržení hamstringů při provádění pohybů ve velkém rozsahu). V souvislosti s tímto uveďte, do které části tréninku je vhodné zařadit blok rozvoje flexibility, kterým se chcete dostat nad zatím dosaženou mez.**

Místo a datum vypracování posudku

V Praze 26.8.2020

Podpis oponenta práce

PhDr. Jaroslav Křištofič