

POSUDEK OPONENTA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno oponenta:

PaedDr.Květa Prajerová,CSc.

Martina Hrbáčková

Svalové dysbalance v thai-box-robicsu

Otestování výskytu svalových dysbalancí dle Jandy u cvičenek thai-box-robicsu, následného vytvoření kompenzačního programu, včetně jeho vřazení do tréninkových jednotek po dobu 6 měsíců. Dílčím výstupem celého projektu je i srovnání motivace, přístupu a disciplíny žen z České republiky a Spolkové republiky Německo.

1. Náročnost tématu na:	průměrné	nadprůměrné
* teoretické znalosti		X
* vstupní údaje a jejich zpracování	X	
* použité metody		X

2. Kritéria hodnocení práce:	stupeň hodnocení			
	výborně	velmi dobře	vyhovující	nevyhovující
stupeň splnění cíle práce		X		
logická stavba práce		X		
práce s literaturou včetně citací		X		
adekvátnost použitých metod	X			
úprava práce (text, grafy, tabulky)		X		
stylistická úroveň a gramatika	X			
kvalita diskuse		X		

3. Využitelnost výsledků práce v praxi:

Bakalářskou práci považuji za zbytečně rozsáhlou, (89 stran bez příloh), str.40 až 65 opis Jandova testu, práce se stává až nečitvou, snižuje se tak i přehlednost. V cíli práce bylo zmíněno i zjišťování vadného držení těla. Však nikde nebylo s touto problematikou v praktické části pracováno. V charakteristice souboru kap. 3.4.1 jsem postrádala jak dlouho se respondentky thai-box-robicsu věnují a jaký je průměrný věk celé skupiny, resp probandek SRN a zvláště probandek ČR, vzhledem k hodnocení přístupu ke kompenzačním cvičením. Dále uvádíte na str. 38, že celé vyšetření jste vedla sama na základě profesní zkušenosti. Může to být uvedeno v rámci obhajoby konkrétněji? V příloze č.2 individuální kompenzační program i cvičení při sedavém zaměstnání končí posilovacím cvikem bez následné kompenzace, proč? Nemělo by být rovněž u cviků upozornění na nejčastější chyby? Event. lehčí a těžší varianta?

5. Doporučení práce k obhajobě:

ANO

6. Navržený klasifikační stupeň

dle průběhu obhajoby


Podpis oponenta DP

