

Posudek oponenta diplomové práce

Jméno posluchače	Bc. Pavel Kupr
Téma práce	Individuální pohybový program pro ovlivnění kondice a úpravu hmotnosti
Cíl práce	Cílem této práce je ovlivnění kondičních předpokladů a úprava hmotnosti vybraného jedince na základě aplikovaného intervenčního programu
Vedoucí diplomové práce	Prof. ing. Václav Bunc, Csc.
Oponent diplomové práce	Mgr. Barbora Strejcová, Ph.D.

Rozsah práce	Celkem stran 112
stran textu	77
literárních pramenů (cizojazyčných)	54 (10)
tabulky, grafy, přílohy	17 tab., 10 grafů, stran příloh 35

Náročnost tématu na	úroveň			
	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl/a
teoretické znalosti	x			
praktické zkušenosti	x			
podkladové materiály (vstupní data) a jejich zpracování	x			

Kritéria hodnocení práce	úroveň			
	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl/a
stupeň splnění cíle práce	x			
logická stavba práce		x		
práce s českou literaturou včetně citací	x			
práce se zahraniční literaturou včetně citací	x			
adekvátnost použitých metod	x			
hloubka provedené analýzy	x			
stupeň realizovatelnosti řešení		x		
formální úprava práce (text, grafy, tabulky)	x			
stylistická úroveň	x			
nároky DP na podkladové materiály, konzultace, průzkumy	x			
použití analýz, matem. statistických a jiných metod, komparací apod.	x			
využitelnost námětů, návrhů a doporučení k řešení problému	x			
obsah a relevantnost příloh v textu či příl. části DP (tabulky, grafy, propočty apod.)	x			
Odporující hodnocení jednotlivých hledisek označte:	x			

Práce je doporučena k obhajobě.

Navržený klasifikační stupeň: výborně

Do rámečku vypsát slovní hodnocení z této škály: výborně, velmi dobře, dobře, nevyhověl/a

Otázky k obhajobě:

1. Jaké byste zvolil prostředky nebo opatření u intervenčního programu, aby došlo k požadované redukci hmotnosti?
2. Myslíte si, že intervenční program ve skupině by byl účinnější?

Doplňující komentář k hodnocení práce:

Práce je zaměřena na intervenční program, který byl zaměřen na redukci hmotnosti a zvýšení zdatnosti. Autor dokonale popsal teoretické podklady práce a aplikoval je v praktické části. Práce se drží jednoho téma, které je základem této práce. Struktura práce i její obsah jsou na výborné úrovni. Podle dokumentace můžeme usuzovat na pečlivou a téměř každodenní práci s testovanou. Velmi podrobně je veden i rozpis tréninkových jednotek a zpětné zapisování výsledků po tréninkové jednotce. Tabulky a grafy jsou zpracovány detailně. Vyskytující se jen malé nepřesnosti v přístrojovém vybavení. Některé kapitoly bych zařadila do jiné části práce nebo je spojila. Doporučila bych menší průběžné měření například tělesného složení pro motivace jedince a pro aktuální krátkodobé zhodnocení tréninkového plánu.

Práce celkově je na velmi dobré úrovni a doporučuji ji ohodnotit stupněm **v ý b o r n ě**.

Oponent diplomové práce:

Jméno, tituly: Mgr. Barbora Strejcová, Ph.D.

Datum: 27. 4. 2012

Podpis: