

### Posudek oponenta bakalářské práce

Jméno posluchače	<b>Tereza Zámostná</b>
Téma práce	Vliv sportovního aerobiku na držení těla závodníků u věkové kategorie seniorů
Cíl práce	Zjistit a na základě diagnostiky posoudit vliv sportovního aerobiku na držení těla u věkové kategorie seniorů v různých podmínkách
Vedoucí bakalářské práce	Prof. Ing. Václav Bunc, Csc.
Oponent bakalářské práce	Mgr. Lenka Hellebrandová

<b>Rozsah práce</b>	
stran textu	57
literárních pramenů (cizojazyčných)	18 (0)
tabulky, grafy, přílohy	15

Náročnost tématu na	Úroveň			
	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl/a
teoretické znalosti				
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 BP 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 BP (tabulky, grafy, propočty apod.)	X			

Odovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:

**X**

**Práce je** - není doporučena k obhajobě.

**Navržený klasifikační stupeň:**

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

**Hodnocení dle obhajoby**

**Otázky k obhajobě:**

Na str. 37 uvádíte citaci “Testování svalů umožní posoudit změny v oblasti svalového systému v důsledku zkrácení či oslabení svalu. Tyto změny jsou vždy podmíněny reflexně, neboť přesně odrážejí příčiny, které je vyvolaly (Kolář 1998).“ Můžete vysvětlit, jak jsou změny reflexně podmíněny a jaké jsou nejčastější příčiny, které tyto změny vyvolávají?

Na straně 48 uvádíte příčiny vzniku bederní lordózy a svalové nerovnováhy v oblasti trupu a pánve. Přesto, že to v textu neuvádíte, mohla byste vysvětlit úlohu tzv. hlubokého stabilizačního systému? Znáte jiný způsob, jak uvolnit, resp. zaktivovat svaly s antagonistickou funkcí jinak než je protažení zkrácených a posílení ochablých svalů?

Na str. 55 v diskuzi máte uvedeno „Ke svalové nerovnováze kromě rozdílu svalové síly mezi svaly zkrácenými a ochabujícími přispívá také nepoměr flexibility svalů, který stabilitu kloubů značně porušuje,“ .... Co je podle vás stabilizovaný kloub a čím je stabilita kloubu ovlivněna? Co je důsledkem kloubní nestability?

**Doplňující komentář k hodnocení práce:**

Práce je přehledně zpracována do jednotlivých částí. Vzhledem k obtížnosti tématu funkční diagnostiky pohybového aparátu bych uvítala rozsáhlejší diskuzi a větší zdroj použité literatury jednotlivých přístupů funkční diagnostiky pohybového aparátu.

Uvítala bych více cizojazyčné literatury. Vzhledem k aktuálnosti tématu bych u problematiky hodnocení svalů s antagonistickou funkcí apod. uvítala zmínku o aktuální koncepci stabilizační funkce, apod...

**Oponent bakalářské práce:**

Jméno, tituly: Lenka Hellebrandová, Mgr.

V Praze dne: 1.9.2011

Podpis: