

Posudek vedoucího bakalářské práce

Vedoucí práce: PhDr. Jaroslav Křištofič

Autorka práce: Aneta Vosejpková

Název práce: Atributy flexibility ve sportovní gymnastice dívek

Posuzovaná bakalářská práce se v rozsahu 70 stran textu zaměřuje na problematiku flexibility ve sportu, respektive na aspekty flexibility ve sportovní gymnastice dívek. Práce je neexperimentálního charakteru a dle zadání má vycházet z široké literární rešerše. Splnění tohoto požadavku je podloženo soupisem použité literatury, který čítá 63 položek, tedy vysoce nad standard požadovaný u bakalářských prací.

Studentka pracovala samostatně s pravidelnými konzultacemi u vedoucího práce. Dodržovala stanovený harmonogram a finální verzi práce předložila ke kontrole s časovým předstihem, což nebývá u mnoha diplomantů respektováno. Přínos práce lze spatřovat především v jejím komplexním pojetí, kdy jsou uvažovány vazby mezi flexibilitou a technikou pohybových činností a v závěru je toto vyjádřeno v návrhu strukturovaného pohybového programu. Právě zmíněná strukturace představuje „přidanou hodnotu,“ této práce, kterou se odlišuje od jí podobných a posunuje se tímto od jednotlivostí k nazírání této problematiky v souvislostech. Dalším benefitem této práce je její praktická využitelnost a to buď přímo prostřednictvím navrženého pohybového programu, nebo jako vzor pro tvorbu programů s tímto zaměřením.

Práce splňuje veškeré formální i věcné náležitosti a doporučuji ji k obhajobě.

V Praze 14.4.2015

Vedoucí práce: PhDr. Jaroslav Křištofič