

POSUDEK VEDOUCÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno vedoucího:

PhDr. Klára Daďová, Ph.D.

Jméno studenta:

Vít Železný

Název bakalářské práce:

Vliv 6měsíčního cvičebního programu a úpravy jídelníčku na tělesné složení a držení těla muže středního věku s nadváhou

Cíl práce:

Cílem práce bylo ověřit účinnost individuálního silově zaměřeného intervenčního programu na tělesné složení a držení těla u sedavého muže středního věku s nadváhou.

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:	průměrná	nadprůměrná
---	----------	-------------

4. Připomínky a otázky k event. zodpovězení při obhajobě:

Předložená práce je napsána na 84 stranách včetně příloh. Má logické členění, z formálního hlediska má všechny náležitosti včetně schválení projektu etickou komisí UK FTVS a informovaného souhlasu. Teoretická a výzkumná část jsou ve vyváženém poměru. Autor prokázal schopnost pracovat s literaturou, množství zdrojů je z hlediska bakalářské práce dostačující (26 bibliografických citací a 6 internetových zdrojů), použil 3 cizojazyčné zdroje. V teoretické části se věnuje všem relevantním tématům (některým však pouze povrchově až laicky, což je škoda). Výzkumná část je zpracována jako kasuistika. Autor získal potřebná data před a po programu ve spolupráci s Laboratoří sportovní motoriky a rehabilitační klinikou Monada. Kasuistika je zpracována pečlivě a ukazuje na průběh a různá úskalí intervenčního programu. V diskusi autor odpovídá na vědecké otázky a vztahuje výsledky i k odborné literatuře. Autor si zvolil téma samostatně a své postupy konzultoval. V práci se do jisté míry projevil i fakt, že student v rámci akreditace oboru TVS OSP neměl v kurikulu zdravotní tělesnou výchovu. Předložená práce je na solidní úrovni, její kvalitu mírně snižují chyby v citování literatury a některé méně odborné části textu. Práce splňuje nároky kladené na bakalářské práce a proto ji doporučuji k obhajobě.

Otázka k obhajobě: Pokud byste znovu na stejném probandovi aplikoval intervenční program, co byste udělal jinak (na základě získané zkušenosti)?

5. Doporučení práce k obhajobě:

ANO	NE
-----	----

6. Navržený klasifikační stupeň

výborně - velmi dobře

Datum: 3.9.2017

Podpis vedoucího BP

