



HODNOCENÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Akademický rok 2011/2012

Jméno studenta:

Lukáš TRAPP

Studijní obor:

Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání

Téma bakalářské práce:

Problematika bolestivých beder v triatlonu

Typ bakalářské práce

- výzkumný
 metodický
 výukové médium (videopořad apod.)
 kompilační
 projektový

Oponent práce: Mgr. Petra Šrámková PhD.

Kritéria hodnocení: (1 nejlepší, 4 nejhorší, N-nelze hodnotit)	1	2	3	4	N
A) Definování cílů a úkolů práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B) Vymezení problému, definice teoretických východisek, formulace vědecké otázky	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
C) Metodický postup vypracování	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D) Jazykové zpracování práce (skladby vět, gramatika)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E) Práce s odbornou literaturou (citace)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F) Přesnost formulací a práce s odborným jazykem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G) Závěry a jejich formulace	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
H) Splnění cílů práce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I) Formální zpracování práce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J) Originalita zvoleného tématu a jeho zpracování	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
K) Odborný přínos práce (pro teorii, pro praxi)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
L) Grafická stránka práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
M) Celkový dojem z práce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vzhledem k uvedeným skutečnostem **doporučuji** předloženou práci k obhajobě před státní komisí.

Navrhuji klasifikovat práci klasifikačním stupněm: výborně
 velmi dobře
 dobře
 nevyhovující

Stručné zdůvodnění navrhovaného klasifikačního stupně:

Předložená bakalářská práce svým obsahem a formálním zpracováním sice odpovídá parametrům závěrečné práce, ale její zpracování je pouze na dostačující úrovni. Hodnocení práce lze rozdělit na část písemnou a samotný elektronický materiál (viz níže).

Přínos písemné části práce pro praxi je dle mého názoru zanedbatelný, neboť text z velké části koresponduje s textem v jednotlivých částech DVD. Kapitola zabývající se triatlonem jako sportovní disciplinou (kapitola 3) je zpracována obecně bez další návaznosti na danou problematiku. Tento nedostatek je částečně kompenzován kapitolou 4, kterou lze oproti první verzi práce vnímat jako jedinou část lehce propojující zvolené problematiky.

V kapitole 6.1 a 6.2 se čtenář opět dočte o "učebnicových" zásadách posilování a protahování, nikoli zásadách vázaných na triatlonisty event. problematiku bolestivých beder (a to bohužel ani v rámci DVD).

V písemné části, stejně tak v textech části praktické, se vyskytují stylisticky neobratná vyjádření a překlepy, gramatické chyby jen ojediněle. Použitou literaturu bych pro přehlednost doporučila seřadit abecedně.

Elektronický materiál je po formální stránce zpracován přehledně, všechny odkazy jsou funkční a vhodně zvolené. Autor odkazuje na materiály svých kolegů ve vztahu k synergistickým a antagonistickým svalovým skupinám, sám však předkládá pouze 10 cviků, což vmínám jako "chudé". Obsahově dále upozorňuji na následující nedostatky a prosím o vyjádření studenta v rámci obhajoby:

- DZS a HZS skutečně zaveden prof. Lomíčkem (1995)?



- vysvětlíte - "tendence k návratu k chůzi za pomoci 1 paže"
- dolní a horní fixátory lopatek - tendenci k ochabování? (píšete u HZS)
- opravdu má brada při cvičení svírat s osou těla pravý úhel? Dá se tato zásada paušalizovat na všechny vámi uvedené cviky? (uvádíte v úvodu praktické části)
- upozorňujete na dech a jeho prohloubení, můžete doplnit ve vztahu k bránici a příčnému svalu břišnímu, o kterých se v práci nevyjadřujete?

Otázky a připomínky k bližšímu vysvětlení při obhajobě:

Úkol č. 5 - vytvoření interaktivního DVD - v čem spatřujete interaktivitu předloženého DVD?

Bolestivost beder - problém jakých dalších sportovních odvětví?

Vy sám se v rámci sportovní kariéry potýkáte s bolestivostí beder? Pokud ano, jakým způsobem daný problém řešíte?

V Plzni, dne 15. 8. 2012

podpis oponenta práce