



## HODNOCENÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Akademický rok 2018/19

**Jméno studenta:** Dominik KRAUS  
**Studijní obor:** Tělesná výchova a sport  
**Téma bakalářské práce:** KONDIČNÍ PŘÍPRAVA A KOMPENZAČNÍ CVIČENÍ  
V TRÉNINKOVÉM PROCESU THAJSKÉHO BOXU

**Typ bakalářské práce**

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

**Vedoucí práce:** Mgr. Petra Špottová, Ph.D.

<b>Kritéria hodnocení: (1 nejlepší, 4 nejhorší, N-nelze hodnotit)</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>N</b>
A) Teoretický základ práce (rešeršní část)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B) Metodický postup vypracování práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C) Členění práce (do kapitol, podkapitol, odstavců)	<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 checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F) Celkový postup řešení	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G) Práce s informacemi	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
H) Závěry a jejich formulace	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I) Splnění cílů práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J) Odborný přínos práce (pro teorii, pro praxi)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
K) Spolupráce autora s vedoucím práce a katedrou	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
L) Přístup autora k řešení problematiky práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
M) Celkový dojem z práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input 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:**

Student předkládá bakalářskou práci s poměrně velkým odstupem od jejího zadání z důvodu prodloužení termínu odevzdávání. Je nutné konstatovat, že práci i samotnému autorovi toto významně pomohlo a prospělo k uskutečnění výzkumného záměru a kultivaci písemného projevu.

Téma si student zvolil sám a také zcela samostatně postupoval při praktických dovednostech v rámci diagnostiky i tréninkového procesu. Cíl práce naplnil navržením a realizací 10 tréninkových jednotek s rozšířeným obsahem kondičních a cílených kompenzačních cvičení a posouzením změn stavu kvality posturální funkce a vybraných pohybových schopností u amatérských zápasníků před a po pohybové intervenci. Účinnost posuzoval v rámci výzkumného souboru, bohužel se nepodařilo vytvořit kontrolní skupinu tak, aby posouzení vlivu bylo relevantní.

Dle mého názoru je práce na dobré úrovni strukturou, zpracováním a prezentací výsledků a formulací závěrů. Ne zcela jasná je prezentace výsledků Wilcoxonova párového testu, postrádám alespoň grafické nákresy zásobníku cvičení v příloze. Dále se student dopustil několika formulačních a stylistických nepřesností (str. 3, 18, 27,...) a faktických nepřesností např. při popisu testování hlubokých svalů zádových a dolních fixátorů lopatek (více při obhajobě).



FAKULTA PEDAGOGICKÁ  
ZÁPADOČESKÉ  
UNIVERZITY  
V PLZNI

Centrum tělesné výchovy a  
sportu

Přes výše uvedené nedostatky chválím spolupráci studenta se mnou jako s vedoucí práce, i když zprvu komunikace ze strany studenta vážla, v závěru pravidelně docházel na konzultace a připomínky zapracovával. Práci vnímám jako přínosnou zejména pro klub a trenéry, ve kterém byl daný pilotní výzkum prováděn.

### **Otázky a připomínky k bližšímu vysvětlení při obhajobě:**

Z jakého důvodu mezi testovanými svalovými skupinami s tendencí ke zkrácení nemáte hamstringy a proč?

Vysvětlíte rozdíl mezi testováním svalových dysbalancí a hybných stereotypů - konkrétně na testu "leh-sed".

Na str. 50 konstatujete výrazné zlepšení u "vlastního testu", co chápete jako výrazné zlepšení?

V Plzni, dne 22.5.2019

podpis vedoucího práce