

**OPONENTSKÝ POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE**

Akademický rok: 2020/2021

**Jméno studenta/ky:** Pavel Langmaier  
**Studijní obor:** Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání  
**Název bakalářské práce:** Možnosti aplikace kompenzačních cvičení do tělesné přípravy příslušníků Policie ČR

**Typ bakalářské práce:**

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

**Oponent práce:** Mgr. Petra Kalistová

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 checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input 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 checked="" type="checkbox"/>	<input 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 checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G) Závěry a jejich formulace	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
H) Splnění cílů práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input 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 checked="" type="checkbox"/>	<input 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 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:**

V bakalářské práci se autor věnuje aplikaci kompenzačních cvičení do výcviku policistů z přímého výkonu služby a posuzuje jejich úspěšnost z hlediska cíleného ovlivnění postury a svalových dysbalancí měření pomocí přístroje InBody u vybraných probandů.

Zvolené téma z oblasti profesně zaměřených kompenzačních programů je stále aktuální a v současné době, kdy se pohybová aktivita u většiny populace stále snižuje, velmi významné.

V úvodních kapitolách autor uvádí nezbytná teoretická východiska k následné praktické části. V textu nacházíme odkazy a citace na použité zdroje s drobnými chybami (např. zmiňování autora Křištofiče nikoli Křištofoviče). Po stránce stylistické je práce v pořádku.

Výzkumná část je zaměřena na měření vybraných osmi probandů. Jedním z úkolů bylo vytvoření a vyhodnocení dotazníků, bohužel tato část je pouze začleněna do textu u charakteristiky jednotlivých probandů. Pohybová kompenzační intervence je zařazena pouze formou fotodokumentace v příloze. Postrádám alespoň jednoduché komentáře k vybraným cvičením protahovacího a posilovacího charakteru. Některá cvičení by bylo vhodné modifikovat efektivnější a jednodušší základní polohou či využitím adekvátních pomůcek.



Z textu je patrný autorův zájem o problematiku a domnívám se, že ve své profesní praxi je autor schopný řešení samostatných výzkumných úkolů.

Zadání bakalářské práce koresponduje s obsahem.

Cíl a úkoly se podařilo splnit.

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

Popište, jak probíhalo zařazování kompenzačního programu do pohybového režimu jednotlivých probandů.

Je možné tuto intervenci rozšířit o další pohybové aktivity?

V Plzni dne 31. srpna 2021

.....  
podpis oponenta práce