

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Univerzita Palackého v Olomouci - Fakulta tělesné kultury

Autor práce: Barbora Mičkalová

Vedoucí práce: Mgr. Michal Kudláček, Ph.D.

Název práce: Alpinning - novinka ve fitness programech a jeho analýza v alpinning fitness centru ve Valašském Meziříčí

Autor posudku: PhDr. Dr. Martin Sigmund, Ph.D.

Oponent práce

V hodnocení využijte slovní vyjádření s respektováním charakteru a zaměření práce (filosofické, historické ...) **Body**
0-4

- | | | |
|----------|---|----------|
| 1 | Aktuálnost problematiky, originalita práce, praktická potřeba a uplatnění předpokládaných výstupů práce...
<i>Práce prezentuje novou pohybovou aktivitu z oblasti fitness - alpinning, a její využití s ohledem na kvalitu života a zdravotní aspekty.</i> | 4 |
| 2 | Samostatnost zpracování, vzhled autora do problematiky, přehled nejzávažnějších domácích i zahraničních literárních pramenů, databází, a to i v širších souvislostech zejména s ohledem na praktické výstupy...
<i>Syntéza poznatků zpracována se zaměřením na životní styl a problematiku alpinningu. Autorka pracuje s relevantními odbornými zdroji, především domácími.</i> | 3 |
| 3 | Formulace cílů a záměrů práce, výzkumných otázek, hypotéz. Samostatné zvládnutí odborného problému, získaných údajů, odborného textu. Výsledky a závěry práce, skutečný praktický i teoretický přínos práce...
<i>Hlavní cíl práce mohl být formulován jasněji, následné upřesnění až v dílčích cílech. Autorka položila čtyři výzkumné otázky. Ve výsledkové části se vyskytují terminologické nepřesnosti (5.1 Analýza fyziologických změn ...?, krejčovský metr... lokalizace antropometrických bodů není dle doporučených standardů...). Výsledky prezentovány přehledně, doplněny tabelárně a graficky. V závěrech autorka předkládá konkrétní zjištění v souladu s vytyčenými cíli.</i> | 3 |
| 4 | Formální zpracování práce, jazyková a stylistická úroveň, rozsah práce, grafická úprava práce, dodržení publikační normy...
<i>Práce jako celek splňuje požadavky kladené na tento typ prací. Formálně je práce zpracována odpovídajícím způsobem se snahou o dodržení publikační normy.</i> | 4 |

Body celkem

14

Poznámky,
doplňky
posuzovatele:

Otázky k
obhajobě:

Upřesněte lokalizaci míst, kde jste měřila obvod hrudníku, obvod pasu a obvod stehna.

Pozitivní změny v tělesné kompozici zjištěné pomocí metody BIA přisuzujete vlivu alpinningu?

Pokuste se blíže komentovat vztah vlivu alpinningu a kvality života u Vámi sledovaných probandů.

V čem konkrétně se alpinning významně odlišuje od jiných fitness programů?

Hodnocení celkem: *Doporučuji práci k obhajobě*

Návrh klasifikace práce: **A**

Datum:

28.5.2014

Podpis:

Martin Sigmund

** nehodící se vymažte nebo škrtněte*