

POSUDEK OPONENTA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Univerzita Palackého v Olomouci – Fakulta tělesné kultury

Autor práce: Kateřina Gruberová
Vedoucí práce: Mgr. Jarmila Štěpánová, Ph.D.
Název práce: Trénink flexibility ve sportovním aerobiku v kategorii 8–10 let
Autor posudku: Mgr. Eliška Materová

Body

0-4

V hodnocení využijte slovní vyjádření s respektováním charakteru a zaměření práce (filosofické, historické ...)

1. **Aktuálnost problematiky, originalita práce, praktická potřeba a uplatnění předpokládaných výstupů práce...**

2

Oceňuji výběr tématu práce, který považuji za velmi aktuální a přínosný vzhledem k sestavování tréninkových jednotek u všech esteticko-koordinčních sportů. Bohužel se autorce nepodařilo převést její dosavadní zkušenosti z praxe do písemné podoby, kde při vytvoření tréninkového plánu použila minimálního množství cviků na rozvoj flexibility.

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....**

2

Autorka vhodně vybrala kategorii dětí ve věku 8–10 let, kdy je důležité pracovat s kloubní pohyblivostí a neopomíjet cviky flexibility. Kvůli koronavirové situaci autorka nemohla tréninkovou jednotku vyzkoušet u svých svěřenců. Nejsem si však jistá, zda pouze na základě sepsaných cviků by došlo k dostatečnému rozvoji flexibility. Věřím, že jak respondenti, tak trenéři by ocenili důkladnější a propracovanější tréninkový plán od jednodušších cviků, po ty složitější včetně několika písemných příprav na ukázkou.

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...**

2

Formulace hlavního cíle práce byla jasně definována, avšak v práci nebyl cíl zcela naplněn. K tématu práce se nabízí i další dílčí cíle, o kterých může autorka považovat alespoň v návazání na diplomovou práci. Téměř v celém textu se autorka opírala především o tuzemské publikace. Zrovna v oblasti sportovního aerobiku, který je známý po celém světě, autorka mohla více čerpat ze zahraničních zdrojů a celkově by to povzneslo práci na lepší úroveň.

Ve výsledné části postrádám přesné rozdělení tréninkové jednotky (rušná část, průpravná část, hlavní část a závěrečná část) – sestavení cviků tedy působí chaoticky.

Oceňuji přiložené fotografie k daným cvikům, které jsou však špatně terminologicky popsány. Zajímalo by mě tedy, z jaké publikace jste čerpala při terminologických popisech jednotlivých cviků? (otázka k obhajobě).

4. **Formální zpracování práce, jazyková a stylistická úroveň, rozsah práce, grafická úprava práce, dodržení publikační normy...**

2

Rozsah práce včetně referencí je adekvátní. Práce je však postavena hlavně na tuzemských publikacích. Autorka se někdy odchyluje od publikační normy FTK (v teoretické části u některých obrázků chybí uvedení zdroje; na str. 13 chybí autor a rok vydání randomizované 12-ti týdenní studie).

V textu autorka používá zkratky, které nikde nejsou vysvětleny a bohužel v celé práci je velké množství gramatických i stylistických chyb (interpunkce, slovosled, shoda přísudku s podmětem, pomlky, apod.). Obecně je práce zejména ve výsledkové části psána stylem volným, nikoli stylem odborným – odpovídajícím bakalářské práci.

Body
celkem

8