

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Univerzita Palackého v Olomouci - Fakulta tělesné kultury

Autor práce: Jaroslav Herzán

Vedoucí práce: Mgr. Jiří Buben, Ph.D.

Název práce: Diagnostika fitness profilu v rámci fitness

Autor posudku: Mgr. Michal Kudláček, 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... 3

Téma diagnostiky fitness profilu shledávám aktuálním, neboť v ucelenější podobě není v české literatuře publikovaná. Na práci je zřejmá snaha o propojení praktické oblasti s oblastí teoretickou. Uplatnění výstupů práce shledávám omezenější, a to z důvodu méně extenzivního přehledu teoretických poznatků a nedostatečného pokrytí diagnostických metod. Nicméně pro studenty následovníky, případně zájemce o oblast fitness může práce sloužit jako odrazový můstek.

2 Samostatnost zpracování, vhléd autora do problematiky, přehled nejzávažnějších domácích i zahraničních literárních pramenů, databází, a to i v širších souvislostech zejména s ohledem na praktické výstupy.... 3

Z práce je patrný autorův vhléd do dané problematiky – autora znám z výuky a fungování ve fitness centru- a vím, že je pro danou oblast zapálen a aktivně se o oblast fitness zajímá. Autor čerpal z celkem 54 literárních zdrojů, z nichž bylo 9 zahraničních (anglických). Pro oblast fitness bych očekával trochu vyšší počet zdrojů, nicméně v kontextu prací bakalářského typu to nelze hodnotit jinak než pozitivně. Otázkou zůstává použití některých zdrojů ve vztahu k dané kapitole (např. Haník, Vlach et al, 2008 v kapitole svalové dysbalance). Terminologie jednotlivých složek fitness působí místy nejednotně

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... 3

Hlavní cíle práce je formulován jasně a srozumitelně. Dílčí cíle jsou rovněž srozumitelné a průběh práce směřuje k jejich splnění. Výsledky jsou zpracovány v logickém sledu a návodně provází čtenáře zvoleným tématem. Závěry jsou zpracovány na dobré úrovni. Praktický přínos mohl být při zohlednění většího množství diagnostických metod/technik vyšší – takto vnímám danou práci jako možný odrazový můstek pro další studenty.

4 Formální zpracování práce, jazyková a stylistická úroveň, rozsah práce, grafická úprava práce, dodržení publikační normy... 2

Práce obsahuje některé formální nepřesnosti – ne zcela vhodná volba klíčových slov, nesourodá terminologie, ne-používání zkratk, drobné chyby v citacích a úpravě textu, referenční seznam. Způsob zpracování a odkazování v podkapitole 5.1.5 je nevhodně řešený a neadekvátně odkazovaný. Rozsah práce, grafická úprava, vlastní fotografie jsou v nadstandardním provedení.

Body
celkem

11

Poznámky,
doplňky
posuzovatele:

Otázky k
obhajobě:

1. Autor v úvodu práce proklamuje shodu s dlouhodobým záměrem FTK UP v Olomouci. Jaký je dlouhodobý záměr fakulty?
2. V práci zmiňujete výživová doporučení. Jedná se pouze o jeden možný úhel pohledu a přístup ... dokázal byste vyjmenovat další možná výživová doporučení – přednostně zaměřené na poměr bílkovin – tuků a cukrů ve stravě?
3. V práci zmiňujete „Regenerační prostředky --- a u nich pojednáváte o pedagogických prostředcích, které – cituji „souvisí s tréninkovým procesem a respektují biorytmus“ ... následně pak píšete o biologických prostředcích regenerace --- vše s odkazem na prof. Riegerovou. Pakliže se s tímto ztotožňujete, dokázal byste dovysvětlit toto rozčlenění/rozdělení?
4. Práce je psána s akcentem na praktickou využitelnost. Jaká je praktická využitelnost rovnic u BIA? Jaká je vaše vlastní zkušenost z praxe?

Hodnocení celkem: ***Doporučuji práci k obhajobě***

Návrh klasifikace práce: **C**

Datum:

2.9.2014

Podpis:

Mgr. Michal Kudláček, Ph.D.

** nehodící se vymažte nebo škrtněte*