

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

- Jméno a příjmení studenta:* **Pavel Picka**
Studijní obor: Fyzioterapie
Vedoucí bakalářské práce: PaedDr. Vladislav Kukačka, Ph.D.
Katedra: Pohybových a sportovních aktivit ZF JU
Název bakalářské práce: **Vliv sportovního odvětví – běhu na pohybový aparát a jeho fyzioterapie**
- Volba tématu: 1. Mimořádně aktuální
2. Aktuální pro danou oblast
3. Užitečné a prospěšné
4. Standardní úroveň
5. Neobvyklé
- Cíl práce a jeho naplnění: **1. Vhodně zvolený cíl, který byl naplněn**
2. Vhodně zvolený cíl, který byl částečně naplněn
3. Vhodně zvolený cíl, který nebyl naplněn
4. Nevhodně zvolený cíl
- Struktura práce: 1. Originální – zdařilá
2. Logická – systémová
3. Logická – tradiční
4. Pro dané téma tradiční
5. Pro dané téma nevhodná
- Práce s literaturou: 1. Vynikající, použity dosud neběžné prameny
2. Velmi dobrá, použity nejnovější dostupné prameny
3. Dobrá, běžně dostupné prameny
4. Slabá, zastaralé prameny
- Vybavení práce (data, tabulky, grafy, přílohy): 1. Mimořádné, funkční
2. Velmi dobré, funkční
3. Odpovídá nutnému doplnění textu
4. Nedostačující
- Přínosy bakalářské práce: 1. Originální, inspirativní názory
2. Ne zcela běžné názory
3. Vlastní názor argumentačně podpořený
4. Vlastní názor chybí
- Uplatnění bakalářské práce v praxi a ve výuce: **1. Práci lze uplatnit v praxi**
2. Práci lze uplatnit ve výuce
3. Vhodná pro publikování
4. Práci nelze příliš využít ani v praxi ani při výuce
- Formální stránka: 1. Výborná
2. Velmi dobrá
3. Přijatelná
4. Nevyhovující

- Jazyková stránka:
1. Stylistika a) výborná
b) velmi dobrá
c) dobrá
d) nevyhovující

 2. Gramatika a) výborná
b) velmi dobrá
c) dobrá
d) nevyhovující

Zásadní připomínky k bakalářské práci:

- 1. nemám**
2. mám tyto:

.....
.....
.....

Další hodnocení:

Práce na základě výpovědi zkušených běžců vysvětluje, že některé názory na negativní působení pravidelného běžeckého zatěžování, neodpovídají skutečnosti. Práce zdůrazňuje další aspekty běžecké techniky, kde především styl běhu, terén a vhodná obuv mohou významně ovlivnit zdravotní vliv běhu na lidský pohybový aparát a celkové zdraví. Velmi správně jsou zdůrazněny potřeby kompenzačních cvičení a omezené vlivu jednostranného zatěžování, mezi kterými má významné místo strečink i další regenerační procedury. Není opomenuto ani zdůraznění pozitivního psychického vlivu tělesné zátěže (tvorba endorfinů).....

.....
.....
.....
.....
.....

Práce splňuje základní požadavky kladené na tento typ prací, a proto ji doporučuji k ústní obhajobě:

- 1. ano**
2. ne

- Navrhovaná klasifikace:
1. výborně
 - 2. velmi dobře**
 3. dobře
 4. nevyhověl

Otázka k ústní obhajobě práce:

Jaká kompenzační a regenerační cvičení doporučujete pro vytrvalostní běžce jako prevenci jednostranného zatížení pohybového aparátu?

Datum: 1. 6. 2010

Podpis vedoucího bakalářské práce.....

