

Příloha k protokolu o SZZ č.

Diplomant: Petra Horečková

Vysoká škola: Jihočeská univerzita
Pedagogická fakulta

Katedra: výchovy ke zdraví

studijní obor: výchova ke zdraví

Datum odevzdání posudku: 19.5. 2010

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Jan Schuster, Ph.D.

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Cviční balantes a jeho vliv na kondici a tělesnou hmotnost.

Předložená bakalářská práce se zabývá tématem aplikace pohybové aktivity jako preventivního faktoru KVO a snížení rizika vzniku nadváhy nebo obezity. Z tohoto pohledu je zcela zřejmé, že se jedná o téma velmi diskutované a aktuální.

Problematika zvýšené tělesné hmotnosti v důsledku současného životního stylu je v řadě studií pojata velice tendenčně a často se jedná pouze o zjišťování antropologických ukazatelů, kde další konstatování je bez návaznosti do oblasti řešení příčiny. Předložená bakalářská práce se tímto problémem zabývá koncepčně. Na jedné straně jsou předložena antropologická a fyziologická fakta a na straně druhé možnost jejich korekce a zlepšení.

Práce je standardně členěna do šesti kapitol a uspořádána do logicky navazujících celků. V teoretické části, která slouží k vysvětlení zvolené problematiky a proniknutí do řešené problematiky získává autorka základní odbornou erudici k praktickému řešení vytýčených cílů práce. Čerpá zde z velkého množství aktuálních zdrojů. Tato část práce je tématicky odborně vymezena. Analyzuje zvolenou problematiku v komplexní formě se zaměřením na problematiku tělesné hmotnosti i kondice. Z formálního hlediska by se snad dalo vytknout tříštění textu do obsahově malých subkapitol (2.2.1.6). Autorka zde prokazuje trpělivost, preciznost a systematičnost při práci se zdroji

Praktická část je rozsáhle koncipována a kompletuje výsledky zvolených výzkumných metod z oblasti antropometrických i fyziologických ukazatelů. Autorka ověřila sestavený intervenční program na adekvátním počtu probandů. Stanovuje si přesně definované cíle, z kterých vycházejí formulované odborné otázky práce. Ověření odborných otázek bylo provedeno na základě pečlivě vybraných výzkumných metod, které byly aplikovány podle striktně definované metodiky. Tato pečlivost popisu umožňuje komparaci výsledků z intervenčních programů založených na pohybové aktivitě jiného typu, ale realizované podle stejné metodiky. Výsledky jsou prezentovány přehlednou formou ve formě tabulek s následným komentářem a diskuzí. Pro naprostou přehlednost i nezainteresovaného čtenáře postrádám komparační tabulku výsledků vstupního a výstupního měření. Tato situace je ale řešena náležitým písemným komentářem.

Práci považuji za zdařilou a doporučuji k obhajobě.