

Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení diplomanta:	Jan KOČÍ
Osobní číslo:	P16375
Studijní program:	VKZk
Studijní obor:	Specializace v pedagogice
Akademický rok:	2018/2019
Název bakalářské práce: Vliv a benefity silového tréninku na lidské tělo u individuálního klienta	
Katedra:	Katedra výchovy ke zdraví
Vedoucí práce:	Mgr. Michaela Pospíšilová, DiS.
Pracoviště vedoucího práce:	Katedra výchovy ke zdraví

Hlediska – (hodnocení vyznačte tučně nebo X, slouží pro stanovení výsledné klasifikace)

1	Splnění požadavků zadání	Cíl byl naplněn 1x	Cíl byl částečně naplněn 2	Cíl nebyl naplněn 3	Nelze hodnotit 4
2	Aktuálnost práce	Originální 1x	Již částečně diskutovaná 2	Hojně diskutovaná 3	Neaktuální 4
3	Struktura práce	Zdařilá 1x	Systémová 2	Tradiční 3	Pro dané téma nevhodná 4
4	Práce s literaturou	Originální neběžné prameny 1	Nejnovější dostupné prameny 2x	Běžně dostupné prameny 3	Zastaralé prameny 4
5	Vhodnost metodiky řešení	Výborné 1	Adekvátní 2x	Tradiční 3	Pro dané téma nevhodná 4
6	Vybavení práce (data, tabulky, grafy, přílohy)	Mimořádné, funkční 1	Velmi dobré, funkční 2x	Tradiční 3	Pro dané téma nevhodné 4
7	Interpretace výsledků, diskuse	Přehledná, orientace v problému, s podporou cizojazyčných zdrojů 1x	Přehledná, orientace v problému, s podporou domácích zdrojů 2	Částečná, orientace v problému a podpora domácích zdrojů omezená 3	Chaotická, bez znalosti souvislostí a podobných studií 4
8	Formulace závěrů práce	Jasně, srozumitelně, vztahující se k cíli práce 1x	Částečně vztaženy k cíli, hypotézám, úkolům 2	Formulačně nepřesné nebo opakující diskusi 3	Bez souvislosti s cíli a úkoly práce 4

	Přínosy práce	Originální, inspirativní názory	Ne zcela běžné názory	Vlastní názor argumentačně podpořený	Vlastní názor chybí
		1x	2	3x	4
10	Praktické využití	Lze uplatnit v praxi	Lze publikovat	Lze uplatnit ve výuce	Nelze příliš využít
		1x	2x	3x	4
11	Práce s odborným jazykem	Výborná	Velmi dobrá	Přijatelná	nevyhovující
		1x	2	3	4
12	Formální stránka	Výborná	Velmi dobrá	Přijatelná	nevyhovující
		1x	2	3	4
13	Stylistika	Výborná	Velmi dobrá	Přijatelná	nevyhovující
		1x	2	3	4
14	Gramatika	Výborná	Velmi dobrá	Přijatelná	nevyhovující
		1x	2	3	4

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

1. ano


2. ne

Navrhovaná klasifikace slovně: **výborně**

Výborně	Velmi dobře	dobře	nevyhovující
1x	2	3	4

Datum: 7. 8. 2019

Podpis vedoucí práce:



Otázky k obhajobě:

1. Z jakého důvodu jste si vybral metody tréninku, které popisujete ve své práci?
2. Jak nebo podle čeho jste volil typy tréninku pro jednotlivé probandy?
3. Jakým způsobem roste svalová hmota?
4. Komu byste silový trénink doporučil? Domníváte se, že je vhodný pro všechny?