

Příloha k protokolu o SZZ č.	Student: Jakub Dudák
Vysoká škola: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta	Studijní obor: Tělesná výchova a sport (jednooborové) BTV1
Katedra: tělesné výchovy a sportu	Oponent kvalifikační práce: Mgr. Petra Fišerová

**NÁZEV KVALIFIKAČNÍ PRÁCE:**

**Návrh souboru kompenzačních cviků zaměřených na odstranění svalových dysbalancí  
v oblasti hlezenního kloubu**

**ČÁST 1 - HODNOCENÍ ZÁKLADNÍCH POŽADAVKŮ  
BAKALÁŘSKÉ PRÁCE**

**Instrukce k vyplnění:**

1. První část posudku se zaměřuje na základní problematiku zpracování práce, bez jejichž splnění ji nelze doporučit k obhajobě. Hodnotit tyto aspekty lze pouze odpověďmi ANO-NE.

1.	Shoduje se zadání, název, cíl a obsah kvalifikační práce?	ANO	
2.	Splňuje kvalifikační práce formální požadavky kladené na daný typ kvalifikační práce? <b>Úprava dle Směrnice vedoucího KTVS 1/2017, výskyt opakovaných pravopisných chyb (zde se považuje za max. hranici 10 chyb), u obrázků a tabulek nesmí chybět zdroj, výstižný název a popis obrázku, jednotlivé obrázky musí být číslovány.</b>	ANO	
3.	Jsou citace, seznam použité literatury a pramenů v souladu s požadovanou normou ( <b>APA, 6. vydání 2010</b> ) a jsou použité internetové zdroje pouze z databází vědeckých a odborných časopisů, oficiálních stránek státních organizací (sportovní svazy, MŠMT, český statistický úřad...)?	ANO	
4.	Obsahuje kvalifikační práce přesný popis cíle (úkolů popř. předmětu) a použité metodiky práce a jsou použité metody vhodné ke splnění cíle práce?	ANO	
5.	Splňuje kvalifikační práce minimální požadavky na její rozsah dle příslušné kategorie ( <b>viz. Směrnice vedoucího KTVS 1/2017</b> ), počet slov v původní aplikaci WORD před převedením do PDF?	ANO	

**POKUD NENÍ SPLNĚNO JEDNO Z KRITERIÍ (viz výše), KVALIFIKAČNÍ PRÁCE  
NEMŮŽE BÝT DOPORUČENA K OBHAJOBĚ.**

V případě zamítnutí kvalifikační práce z výše uvedeného důvodu je třeba vypracovat k tomuto konkrétní zdůvodnění, nebo uvést potřebné připomínky či vysvětlení:

## ČÁST 2 – HODNOCENÍ KVALITY KVALIFIKAČNÍ PRÁCE

### Instrukce k vyplnění:

1. Druhá část posudku se věnuje zhodnocení kvality vybraných aspektů práce. Hodnotí se pomocí kvalifikační stupnice 1-4.
2. Znamka 1 – splněno zcela bez výhrad vyčerpávajícím způsobem.  
Znamka 2 – splněno, nedostatky neovlivňují podstatně celou práci, zejména výsledky.  
Znamka 3 – splněno s výraznějšími, ale ne kritickými nedostatky.  
Znamka 4 – splněno pouze na úrovni základních požadavků uvedených v první části.
3. Celková známka bude vypočtena pomocí aritmetického průměru.

	Hodnocení kvalifikační práce – kritéria – klasifikace	Znamka (1,2,3,4)
1.	Hodnocení úrovně formulace cíle práce a jeho naplnění.	1
2.	Hodnocení kvality a úrovně teoretických východisek práce.	1
3.	Hodnocení úrovně způsobu členění a logické stavby práce.	1
4.	Hodnocení metodické úrovně zpracování a adekvátnost výběru použitých metod.	1
5.	Hodnocení úrovně interpretace výsledků, diskuze a formulace závěrů kvalifikační práce.	2
6.	Míra dodržování bibliografických norem a citací.	1
7.	Hodnocení aktuálnosti a reprezentativnosti použité literatury, pramenů a internetových zdrojů.	1
8.	Hodnocení stylistické a jazykové úrovně práce.	1
9.	Úroveň formální úpravy a zpracování kvalifikační práce (text, grafy, tabulky).	2
	<b>Součet známek:</b>	<b>11</b>

Vyhodnocení (součet známek): 9 až 15 = 1 16 až 22 = 2 23 až 28 = 3 29 a více – nevyhověl/a

### Otázky a připomínky k obhajobě práce:

#### Připomínky:

- kapitola 4, je kapitola prvního řádu, tudíž měla začít na nové straně
- strany 41 a 84 – pozice na obrázcích není sed snožmo, jak je uvedeno v popisu cviku
- cvik č. 7 na st. 43 má z pohledu oponenta spíše protahovací účinek, než uvolňovací
- řazení jednotlivých cviků v syntetické části práce by mohlo být pro lepší přehlednost následující – uvádět vždy pohromadě cviky v lehu, cviky v sedu, cviky na židli, cviky s válcem, cviky s flexbandem;
- cviky č. 8 a 9 na str. 60-62 – v provedení jak je vidíme na obrázku velmi přetěžují oblast bederní páteře s rizikem výhřezu ploténky; vzhledem k častému problému se zkrácením hamstringů u většiny populace je lepší provádět cvik s mírně pokrčenými DK, tak aby zůstalo zachované nastavení pánve, hrudníku a hlavy z výchozí pozice vzporu klečmo

#### Otázky:

Sed na zemi je z důvodu zkrácených hamstringů a omezené hybnosti kyčelních kloubů velmi náročná pozice. Většina běžné populace (sportovce nevyjímaje) nedokážou

správně zaujmout pozici, tak jak je popsána. Jakou pomůcku je možné použít pro lepší a snadnější zaujetí správné pozice sedu?

**Kvalifikační práce „je - není“ doporučena k obhajobě (nehodící se škrtněte).**

**Navržený klasifikační stupeň:**

Výborně

Do rámečku vypsát slovní hodnocení z této škály:

výborně, velmi dobře, dobře, nevyhověl/a

**Oponent kvalifikační práce:**

Jméno, tituly: Fišerová Petra, Mgr.

Podpis:

V Českých Budějovicích dne: 9. 8. 2021

**Poznámky a vysvětlivky k posudku kvalifikační práce (orientační kritéria pro posudek):**

1.	formulace cíle práce a jeho naplnění a) přesná a jasná formulace, která je naplněna b) srozumitelná formulace s částečnými nedostatky při jeho naplnění c) nesrozumitelná formulace a nevhodně stanovený cíl
2	kvalita a úroveň teoretických východisek práce a) hluboké teoretické poznatky zpracování zadané problematiky b) povrchnější pohledy se zastaralými informacemi ale řešící zadané téma c) odtažitá a nedostatečná teoretická východiska pro dané téma
3	členění a logická stavba práce a) zdařilá a logicky utříděná stavba b) přiměřená dle zadaného téma c) pro dané téma nevhodná
4	metodická úroveň zpracování adekvátnost a výběru použitých metod a) výborná, odpovídající formě a druhu práce b) přiměřená c) nedostatečná, nekorespondující s formou a druhem práce
5.	diskuze a interpretace výsledků a) jasná a srozumitelná diskuze s daty, informacemi, výsledky i závěry b) povrchní diskuze a stručně interpretované závěry k řešené problematice c) odtažitá nebo absentující diskuze vzhledem k cíli a závěrům práce
6	dodržování bibliografických norem a citací a) pregnantní použití příslušné normy v celém rozsahu práce b) nevhodně použitá norma či syntéza více norem společně
7.	aktuálnost, reprezentativnost použité literatury a) aktuální a odpovídající literatura pro zadanou a řešenou problematiku (i cizojazyčná) b) poněkud starší ale ještě vyhovující c) stará, nevyhovující a odtažitá od tématu
8.	stylistická a jazyková úroveň práce a) výborná čtivost textu s kvalitní úrovní pravopisu předkládaného textu b) zbytečně složité formulace textu s občasnými chybami (diakritika a apod.) c) srozumitelný text s pravopisnými chybami
9.	formální úprava práce (text, grafy, tabulky) a) vysoce kvalitní grafické zpracování, odpovídající popis obrázků, grafů i tabulek b) přijatelná, vyhovující forma vnější úpravy s drobnými nedostatky c) nedostatečné zpracování po grafické stránce, nevhodné či chybné popisky