

Příloha k protokolu o SZZ č.

Diplomant: **Voldřichová Jaroslava**

Vysoká škola: **Pedagogická fakulta JU v Č. Budějovicích**

Katedra: **výchovy ke zdraví**

Studijní obor: **výchova ke zdraví**

Datum odevzdání posudku: **19. 5. 20009**

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Jan Schuster

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Využití fitness centra při redukci tělesné hmotnosti u pubescentů.

Redukce hmotnosti pomocí intervenčních pohybových programů a adekvátní pohybové aktivity je v současnosti téma velmi aktuální. Předložená bakalářská práce se zabývá touto problematikou s možností využití fitness centra. Záměrem práce je ověřit efektivitu intervenčního pohybového programu s aplikací v podmínkách fitness centra u probandů získaných nábořem v populační skupině věkově specifikované. Autorka sleduje vybrané antropometrické údaje na počátku a po ukončení programu. Intervenční program je koncipován tak, aby byl přístupný širším vrstvám populace, snadno aplikovatelný a nevyžadoval žádné speciální prostředky a dodatečné investice. Je zde zjevná snaha o zařazení pohybové aktivity do denního režimu. Práce sleduje i emoční a hodnotové postoje a jejich ovlivnění programem.

Z hlediska formálního zpracování je práce přehledně a logicky členěna. Teoretická část zahrnuje celou řadu podnětů pro celou zpracovávanou problematiku. Autorka zde prokazuje dostatek trpělivosti, pracovitosti a orientace v odborné literatuře při shromažďování teoretického základu projektu. Pečlivé zpracování snižují překlepy.

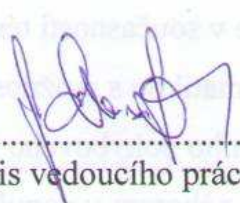
Ve výzkumné části autorka stanovuje hypotézy a cíle práce velice pragmaticky. Získaná data, která jsou vyhodnocena základními statistickými metodami jsou přehledně prezentována. Autorka probandy získané rozsáhlým nábořem rozděluje na ES a KS, čímž výsledkům s relativně malého vzorku dodává dostatečnou validitu. Předkládaná práce splňuje požadavky kladené na práce tohoto typu.

Předloženou diplomovou práci považuji za komplexní a velice zdařilou a doporučuji k obhajobě.

1. Považujete formu náboru za metodu, kterou je možné realizovat s náležitým efektem k získání probandů vhodných k zařazení do intervenčního programu na snižování tělesné hmotnosti?
2. Považujete trvání intervenčního programu v délce 12 týdnů dostatečné k vybudování trvalejších změn v přístupu k pohybové aktivitě?

ivrh na klasifikaci bakalářské práce:

výborně

.....

.....
podpis vedoucího práce

Českých Budějovicích dne: 19. 5. 2009

Stupeň kvalifikace:	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl
---------------------	---------	-------------	-------	-----------