

Příloha k protokolu o SZZ č.

Diplomant: Světlana Popková

Vysoká škola: Pedagogická fakulta Jihočeské University České Budějovice

Katedra: Tělesné výchovy a sportu

Obor: Tělesná výchova a sport

Datum odevzdání posudku: 20.5.2011

Vedoucí BP: Mgr. Vendula Baboučková

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Zjištění vlivu fitness aerobiku na složení těla, svalovou sílu a flexibilitu

.....
(téma)

Předložená bakalářská práce se zabývá tématem z oblasti fitness, a to sledováním vlivu fitness na složení těla, svalovou sílu a flexibilitu. Práce obsahuje 49 stran textu, tabulek, grafů (tabulky a grafy jsou součástí textu).

Struktura práce je pro dané téma zdařilá a logická. V části přehledu poznatků autorka charakterizuje aerobik, principy aerobního cvičení a uvádí aktuální přehled pohybových schopností. Sledovanou skupinou je 30 dívek navštěvující výběrový aerobik na katedře tělesné výchovy a sportu. Pro testování pohybových schopností zvolila tři testy svalové síly, test flexibility a vytrvalostní testu, které byly použity ve vstupním a výstupním měření po šesti týdnech. Pomocí výpočtu BMI zjistila složení těla.

Získané výsledky jsou přehledně zpracovány do grafů a tabulek. Posluchačka by mohla výsledky diskutovat v širších souvislostech, vzhledem k teoretickým východiskům, které zpracovala v úvodní části práce. Formální stránka práce je přijatelná. Vyskytují se zde drobné stylistické nedostatky, gramatika je na dobré úrovni.

Jak po obsahové, tak i po formální stránce práce splňuje podmínky, které jsou kladeny na bakalářskou práci.

Práci doporučuji k obhajobě.

Okruhy otázek k obhajobě :

1. Jaké bylo největší úskalí ve vašem testování v terénu?

Návrh na klasifikaci bakalářské práce: **v e l m i d o b ř e**

Mgr. Vendula Baboučková v.r.

.....
podpis vedoucího bakalářské práce

V Českých Budějovicích dne 20. 5. 2011

Stupeň klasifikace:	v ý b o r n ě	v e l m i d o b ř e	d o b ř e	n e v y h o v ě l
------------------------	---------------	-----------------------	-----------	-------------------