

Příloha k protokolu o SZZ č:

Diplomant: Iveta Maršíková

Vysoká škola : PF JU České Budějovice

Katedra: Výchova ke zdraví

Aprobace: jednooborové bakalářské  
studium, kombinovaná forma

Datum odevzdání posudku: 18. 5. 2009

Vedoucí bakalářské práce:  
Mgr. Vlasta Kursová, Ph.D.

## POSUDEK ZÁVĚREČNÉ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Vytvoření a ověření výukového modelu na základě aquafitness programu pro posluchače  
kombinovaného studia Oddělení výchovy ke zdraví (PF JU)

.....  
(téma)

Autorka si zvolila za téma práce oblíbenou a v současné době velmi propagovanou pohybovou aktivitu, ke které však chybí odborné literární zdroje a podklady.

V teoretické části přehledně a logicky postupuje od základních pojmů (zdraví, zdravý životní styl, výchova ke zdraví) až ke konkrétní problematice - vodní pohybové aktivitě. Vše uvádí do souvislostí, text je stylisticky výborně zpracován, bez gramatických či formálních chyb, doplněný vždy citací literárního zdroje dle české citační normy ČSN ISO 690. Pomocí těchto citací autorka prezentuje nové pohledy na zvolenou odbornou oblast - čerpá převážně z nejnovějších zdrojů (rok vydání 2005, 2006, 2007). Prokazuje tak nejen svoji sečtělост, ale i odbornou erudovanost. V textu uvádí veškeré vodní aktivity zařazené pod pojmem „aquafitness“ a rovněž čtenáři představuje i vhodné pomůcky pro jejich provozování. Jednotlivým aktivitám se věnuje vyváženě, charakterizuje jejich význam i obsahovou náplň a vhodně doplňuje text konkrétními obrázky včetně odborného názvosloví.

Cíl, úkoly i odborné otázky (viz s. 35) jsou správně vymezeny, obdobně i další náležitosti související s praktickou částí práce (metodika, charakteristika souboru, organizace experimentálního šetření - viz kapitoly 4.1, 4.2, 4.3). Hlavním přínosem je předložení samostatně zpracovaného rámcového pohybového programu se značným množstvím jednotlivých cviků - tyto lze kombinovat různými způsoby pro libovolnou klientelu a vytvořit tak značné množství různorodých cvičebních jednotek.

V kapitole 5 (s. 44) autorka popisuje realizovatelnost vytvořeného programu v praxi, včetně uvedení jeho účinků na cvičící jedince. Vyhodnocuje celkovou odezvu klientů zjištěnou pomocí dotazníkového šetření a k získaným údajům adekvátně diskutuje.

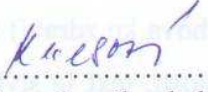
Práci hodnotím velmi kladně, domnívám se, že svým obsahem dokonce přesahuje rámec bakalářské práce. Doporučuji k obhajobě a klasifikuji „výborně“.

Návrh na klasifikaci bakalářské práce :

Výborně

Otázky k obhajobě:

1. Jaké zákonitosti je důležité dodržovat při aplikování aquafitness aktivit?
2. Mohou být tyto aktivity provozovány ve všech věkových kategoriích?

  
.....  
podpis vedoucího bakalářské práce

V Českých Budějovicích dne 18. 5. 2009

| Stupeň<br>klasifikace : | výborně | velmi dobře | dobře | nevyhověl |
|-------------------------|---------|-------------|-------|-----------|
|-------------------------|---------|-------------|-------|-----------|