

**OPONENTSKÝ POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE**

Akademický rok 2013/2014

**Jméno studenta:** Jiří Moravec  
**Studijní obor:** Tělesná výchova a sport  
**Téma bakalářské práce:** Nordic Walking jako varianta funkčního tréninku  
**Typ bakalářské práce**

- výzkumný
- metodický
- výukové médium (videopořad apod.)
- kompilační
- projektový

**Oponent práce: Mgr. Petra Kalistová**

| <b>Kritéria hodnocení: (1 nejlepší, 4 nejhorší, N-nelze hodnotit)</b>            | <b>1</b>                            | <b>2</b>                            | <b>3</b>                            | <b>4</b>                 | <b>N</b>                 |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| A) Definování cílů a úkolů práce   | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| B) Vymezení problému, definice teoretických východisek, formulace vědecké otázky | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| C) Metodický postup vypracování  | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| D) Jazykové zpracování práce (skladby vět, gramatika)                            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| E) Práce s odbornou literaturou (citace)   | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| F) Přesnost formulací a práce s odborným jazykem                                 | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| G) Závěry a jejich formulace   | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| H) Splnění cílů práce  | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| I) Formální zpracování práce   | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| J) Originalita zvoleného tématu a jeho zpracování                                | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| K) Odborný přínos práce (pro teorii, pro praxi)                                  | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| L) Grafická stránka práce  | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| M) Celkový dojem z práce   | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Vzhledem k uvedeným skutečnostem **doporučuji** předloženou práci k obhajobě před státní komisí.

Navrhuji klasifikovat práci klasifikačním stupněm:

- výborně
- velmi dobře
- dobře
- nevyhovující

**Stručné zdůvodnění navrhovaného klasifikačního stupně:**

V bakalářské práci se autor věnuje problematice propojení funkčního tréninku a moderní sportovní disciplíny Nordic Walking.

Toto téma je velmi aktuální a pro stávající i potencionální vyznavače kondiční chůze velmi zajímavé.

Zadání bakalářské práce koresponduje s obsahem.

V úvodních kapitolách teoretické části se autor věnuje vymezení a charakteristice základních informací k danému tématu. Uvádí odkazy na použitou literaturu a zdroje.

V práci se bohužel vyskytuje poměrně velké množství tiskových chyb (tečky, čárky, písmena). Po stránce formální by bylo vhodné zarovnání celého textu do bloku a v jednotném řádkování. Vzhledem k zadání by bylo vhodné podrobnější rozpracování kapitoly 6.1 - 6.3.

Stylisticky se autor vyjadřuje spíše populárně až hovorově (s.24 ..poskládány rozumně za sebe.., s. 34 někteří lidé mají sedavé zaměstnání.. jiní pracují poctivě.., s.37 zahřát se na provozní teplotu.. aj.).

Praktická část je věnována konkrétnímu popisu vybraných cvičení s názornou vlastní fotodokumentací. Bohužel i tady se autor nevyvaroval především chybám v terminologii (s.38 kmitání - komíhání.., s. 41 klek - podřep, kliky - odstrčte se zpátky..s.44 vzpor) a v neodborném názvoslovném popisu výchozích poloh. U obr.30 je navíc výrazný předklon hlavy..aj.

Význam cvičení by bylo lépe konkretizovat na svalové skupiny (s. 52 střední a dolní polovina těla??)




Úkoly uvedené v druhé kapitole nejsou bohužel úkoly práce (zajistit hole). Velkým nedostatkem je chybějící vyhodnocení k daným úkolům - kapitola Diskuze. Stanovený cíl práce byl však splněn.

**Otázky a připomínky k bližšímu vysvětlení při obhajobě:**

V teoretické části uvádíte hole jako balanční pomůcku - s.22?  
Vysvětlete odborně pojem - provozní teplota kap.7.1?

V Plzni, dne 17. srpna 2014

  
.....  
podpis oponenta práce