



## HODNOCENÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Akademický rok 2011/2012

**Jméno studenta:** Lukáš Trapp  
**Studijní obor:** Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání  
**Téma bakalářské práce:** Problematika bolestivých beder v triatlonu  
**Typ bakalářské práce**

výzkumný  
 metodický  
 výukové médium (videopořad apod.)  
 kompilační  
 projektový

**Vedoucí práce:** PaedDr. Marta Bursová, CSc.

Kritéria hodnocení: (1 nejlepší, 4 nejhorší, N-nelze hodnotit)	1	2	3	4	N
A) Teoretický základ práce (řešeršní část)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B) Metodický postup vypracování BP	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C) Členění práce (do kapitol, podkapitol, odstavců)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D) Jazykové zpracování práce (skladby vět, gramatika)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E) Práce s odbornou literaturou (citace)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F) Celkový postup řešení	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G) Práce s informacemi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
H) Závěry a jejich formulace	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I) Splnění cílů práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J) Odborný přínos práce (pro teorii, pro praxi)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
K) Spolupráce autora s vedoucím práce a katedrou	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
L) Přístup autora k řešení problematiky práce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" 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.

Navrhují klasifikovat práci klasifikačním stupněm:

výborně  
 velmi dobře  
 dobře  
 nevyhovující

### **Stručné zdůvodnění navrhovaného klasifikačního stupně:**

Druhá verze bakalářské práce se příliš neliší od neobhájené první verze. Cíl a úkoly jsou jasně formulovány, ale kvalita je na hranici požadované úrovně. S vytýkanými chyby v posudcích 1. verze se dokázal autor jen částečně vypořádat, přestože již využíval možností konzultací. Největším problémem teoretické části je malé proniknutí do vytyčené problematiky. Text odpovídá učebnicovému vhledu, je stručný, obecný a bez vztahu k tématu. Není patrná odbornost, jež by měla odpovídat profilu absolventa, její kompilační zpracování je na úrovni podprůměrné bakalářské práce.

Kap. 3.2 zabývající se sportovním tréninkem v triatlonu by měla být stěžejní a autor, jako aktivní sportovec, měl provést analýzu vlastní tréninkové praxe zaměřenou právě na negativní vlivy, jež vedou k bolestivosti beder, s následným doporučením, jakým způsobem lze bolestivým důsledkům předcházet. Zamyšlení nad somatotypem zde nemá své opodstatnění. Je možno pochválit necelou stránku textu, kde autor konstatuje důležitost spontánní pohybové aktivity a plavecké přípravy před vlastním triatlonovým tréninkovým procesem.



Subkap. 4.2 ani v této verzi není uspokojivě zpracována, přestože je funkčnost HSSP klíčová a s největší pravděpodobností je příčinou algických potíží triatlonistů. Pozitivně hodnotím subkap. 4.4, přestože autor ukončil svoje zamyšlení nad příčinami bolestivosti beder jen konstatováním všeobecně známého faktu (viz posl. odst. s. 16).

Opakovat se musím i při hodnocení elektronického materiálu. Kladně zhodnotit lze technické provedení, ale obsahově předložený materiál v podstatě zůstal beze změn.

Formální stránka je celkem uspokojivá, největší chybou jsou chybějící interpunkční znaménka.

Práci i přes uvedené nedostatky doporučuji k obhajobě.

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

Na základě znalostí o svalové funkční koaktivitě hluboce uložených svalů a dysbalanční náchylnosti povrchově uložených svalů vysvětlíte nejpravděpodobnější příčinu bolestí beder u triatlonisty. Aplikujte na konkrétním cvičebním tvaru protahovacím a posilovacím s ohledem na současnou a následnou kompenzaci.

Citace v textu je bez pravidel (uvádí se první autor, druhý, oba...)?

V Plzni, dne 17. 8. 2012

.....*Buclová*.....  
podpis vedoucího práce