

OPONENTSKÝ POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

Akademický rok 2022/23

Jméno studenta: Bc. Markéta ŠTRUNCOVÁ
Studijní obor: Učitelství pro 2. stupeň ZŠ - Tv-Vy
Téma diplomové práce: ZAŘAZENÍ KOMPENZAČNÍHO CVIČENÍ DO TRÉNINKOVÉHO PROCESU BIATLONISTŮ

Typ diplomové práce

výzkumný
 metodický
 výukové médium (videopořad apod.)
 kompilační
 projektový

Oponent práce: Mgr. Petra Špottová, Ph.D.

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

Předložená diplomová práce je svým tématem a zkoumanou problematikou jedna z řady prací sledujících skupinu probandů daného sportovního zaměření před a po zařazení pohybového intervenčního programu. V tomto případě se jedná o cílenou kompenzaci jednostranné sportovní zátěže u biatlonistů s diagnostikou svalových dysbalancí dle Jandy a metodou FMS.

Po formální stránce je práce v pořádku, gramatické chyby či překlepy se objevují ojediněle (zejména ke konci práce, např. str. 78, 82), rovněž struktura práce a celkové rozložení textu do kapitol a subkapitol je standardní a logické, citační aparát dostatečný.

Diagnostika pohybového aparátu probandů i dotazníkové šetření probíhalo metodicky správně, výsledky autorka přehledně prezentuje a vhodně diskutuje. Drobnou poznámku mám k popisu cviků v intervenčním programu, kde bych uvítala podrobnější popis - základní poloha, dýchání, počet opakování, varianty s pomůckami, upozornění na možné chyby a jejich odstranění; možná širší zásobník...

Jinak je celkově rozsahem i zpracováním dané problematiky práce na velmi vysoké úrovni, studentka objektivně popisuje i přes veškerou snahu limity práce a přistupuje reálně k doporučením pro praxi.

Práci doporučuji k obhajobě a věřím, že probandům i trenérům vydrží elán a nadšení nejen pro sportovní výkon, ale také pro kompenzaci a práci s pohybových aparátem.

Otázky a připomínky k bližšímu vysvětlení při obhajobě:

- 1) Je zajímavé, že jste u vstupní ani u výstupní diagnostiky nezaznamenala žádné odchylky od normy u testu břišních svalů. Většinou je tento test vázán na chybný hybný stereotyp flexe hlavy a trupu. U hodnocení 3 - ZP připažit, pohyb do předpažit poníž, ruce vně kolen, máte chybně uvedeno ruce překřížené na hrudníku
- 2) Do kompenzační jednotky jste zařadila cvičení uvolňovací, posilovací, protahovací a rovnovážná. Jaká další cvičení by byla, podle Vás, vhodná pro danou skupinu sportovců?
- 3) Bylo pro Vás obtížnější hodnocení FMS nebo funkčním svalovým testem dle Jandy? Kde se snáze zachovává objektivita hodnocení?

V Plzni, dne 23. 8. 2023

.....
podpis oponenta práce