

Posudek oponenta bakalářské práce

Jméno posluchače	Kristýna Koželska
Téma práce	Asymetrický trénink a jeho vliv na hluboký stabilizační systém
Cíl práce	Cílem práce je porovnání vlivu asymetrického silového tréninku na hluboký stabilizační systém oproti symetrickému silovému tréninku
Vedoucí bakalářské práce	PhDr. Radim Jebavý, Ph.D.
Oponent bakalářské práce	PhDr. Dušan Blažek, Ph.D.

Náročnost práce na	úroveň		
	nadprůměrná	průměrná	podprůměrná
Teoretické znalosti		X	
Praktické zkušenosti		X	
Podkladové materiály, vstupní data a jejich zpracování		X	

Kritéria hodnocení práce	Známka			
	1	2	3	4
Název práce	X			
Téma práce a její aktuálnost	X			
Teoretická fundovanost autora			X	
Formulace cílů práce			X	
Adekvátnost použitých metod		X		
Celkový postup řešení			X	
Práce s daty a informacemi			X	
Hloubka provedené analýzy			X	
Členění a logická stavba práce			X	
Práce s odbornou literaturou			X	
Formální úprava práce (text, grafy tabulky)				X
Stylistická úroveň				X
Přesnost formulací a práce s odborným jazykem			X	
Splnění cílů práce			X	
Závěry práce a její formulace			X	
Odborný přínos práce a její praktické využití		X		

Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:

X

Doplňující komentář k hodnocení práce:

Bakalářská práce je průměrně náročná na teoretické, praktické a podkladové zpracování. Student řeší téma týkající se asymetrického zatížení v kontextu rozvoje síly hlubokého stabilizačního systému.

Práce je již od úvodu psána způsobem neplnícím kritéria textu vědecké práce. Text obsahuje nejasné všeobecné informace. Rešerše literatury je provedena za pomoci klíčových slov, které nejsou dány do vzájemného kontextu. Text obsahuje nadprůměrné množství artefaktů, od překlepů, až po novotvary typu „bilaterální dřep na zádech, házeči, přezkum, fluktuující, mordalita...“ (s.14, 15,16,56..), po změny pádů a nenávaznost jednotlivých souvětí (s.15), či nafukování textu významovými synonymy (Niméně, ačkoli Gonzalo-skok s.17)). Kapitola č. 6 začíná citací silového tréninku Zatsiorsky „Síla nebo svalová síla je schopnost vyvinout maximálně maximální sílu.“ Významově pak zaměňuje sílu absolutní za sílu maximální. První odstavec textu s. 33 je bez jakékoliv přidané hodnoty. S opominutím označování části výzkumného vzorku jako „holky“ neobsahuje text měrnou jednotku pro výšku a váhu. Kapitola č. 8 Elektromyografie nemá v práci opodstatnění, jelikož se nejedná o metodu, která by byla v práci využita. Kapitola č. 12.1. z nejasného důvodu vybírá 17 sportovců z nejasného prostředí, kteří mají odpovídat na nestandardizovaný dotazník, bez jakékoliv návaznosti na předchozí část experimentu, či design studie. V práci se vyskytují neanonymizované fotky, včetně iniciálu probandů. Výsledky nejsou dostatečně vyhodnoceny a statisticky zpracovány. Kapitola obsahuje pouze celkové srovnání jednotlivých intervencí (kdy jsou obě označovány jako experimentální) a nikoliv analýzu jednotlivých testů. Místo toho však opět obsahuje kapitolu elektromyografie, která je umístěna naprosto bez kontextu. Práce celkově vyžaduje úpravu téměř všech kapitol a je na hraně obhajitelnosti.

Otázky k obhajobě:

- 1. Jaký je rozdíl mezi hlubokým stabilizačním systémem a core?**
- 2. Jaké jsou statistické rozdíly mezi skupinou ES1 a ES2 v jednotlivých testech HSS ?**
- 3. Jakou limitací je fakt, že nedošlo ke kontrolnímu měření uprostřed výzkumu?**

Práce je doporučena k obhajobě

Navržený klasifikační stupeň:

3-

Oponent bakalářské práce:

Jméno, tituly: PhDr. Dušan Blažek, Ph.D.

Podpis:

V Praze dne: 11.6. 2023