

Posudek vedoucího bakalářské práce

Autor: Adéla Hotová

Název: Vliv pohybové intervence založené na principech vývojové kineziologie u závodnic sportovního aerobiku v kategorii žen 18+.

Vedoucí práce: Mgr. Markéta Křivánková

Cíl práce: Zjištění efektivity 10týdenní pohybové intervence založené na trupové stabilizaci pro korekci vadného držení těla a odstranění bolesti zad u čtyř vrcholových závodnic sportovního aerobiku ve věkové kategorii 18 a více let.

Rozsah: 55 stran textu, 14 stran příloh

Literatura: 35 literárních zdrojů

Kritéria hodnocení práce:

	stupeň hodnocení			
	výborně	velmi dobře	vyhovující	nevyhovující
stupeň splnění cíle práce	x			
teoretické znalosti	x			
vstupní údaje a jejich zpracování	x			
adekvátnost použitých metod	x			
samostatnost posluchače při zpracování tématu	x			
logická stavba práce	x			
práce s literaturou včetně citací		x		
využitelnost výsledků práce v praxi, příp. teorie		x		
hloubka provedené analýzy ve vztahu k tématu		x		

úprava práce (text, grafy, tabulky)	x			
stylistická úroveň	x			

Obsah a hodnocení práce:

Autorka Adéla Hotová zkoumala využití trupové stabilizace u závodnic sportovního aerobiku. Teoretická část práce se zabývá nejprve samotným aerobikem, jeho historií a soutěžními formami. Chválím zařazení kapitoly o sportovním výkonu v aerobiku, kde je blíže popsáno zatížení a faktory, které na závodnice působí. Následují kapitoly o držení těla, jeho poruchách. Přestože je využita převážně klasická literatura staršího data, chválím alespoň zařazení novějších pohledů na držení těla dle principů DNS. Dále jsou rozebrány testy DNS a samotná metoda, která by mohla být blíže popsána a doplněna o obrázky. Opět chválím, že autorka propojuje témata dohromady a zařazuje zranění a dysbalance v gymnastických sportech, teoretická část tak působí komplexně. Výsledky jsou prezentovány přehledně formou tabulek a rozdíly jsou barevně označeny. Výsledky jsou dostatečně přehledné a závěrem jsou shrnuty v samostatné kapitole. Diskuze zodpovídá položené výzkumné otázky a porovnává je s výsledky jiných studií.

Spolupráci se studentkou hodnotím kladně, pravidelně a včas vše konzultovala, byla samostatná, pro účely práce se naučila pracovat s programem DNS se kterým do té doby neměla mnoho zkušeností, což hodnotím velmi pozitivně.

Kontrola podobnosti práce v Turnitinu je 19%, práce nejeví známky plagiátorství.

Závěr:

Předložená práce splňuje veškeré nároky kladené na diplomovou práci, a proto ji **doporučuji** k obhajobě.

Otázky k obhajobě

- 1) Máte nějakou zpětnou vazbu od probandek, jak program samotný hodnotí a zda v něm případně i nadále pokračují?
- 2) Zařazujete principy DNS i do vlastních tréninků?

3. 9. 2023 v Praze

.....

datum a místo
vyhotovení posudku

Mgr. Markéta Křivánková

.....

podpis vedoucího
bakalářské práce

