



Univerzita Hradec Králové  
Pedagogická fakulta

## Univerzita Hradec Králové

### Pedagogická fakulta

#### Posudek vedoucího bakalářské práce

---

**Jméno studenta:** Hamsová Sandra

**Studium:** B 7507-Specializace v pedagogice

Tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání

Základy techniky se zaměřením na vzdělávání

**Název práce:** Vliv zdravotně kompenzačních cvičení na žáky staršího školního věku

**Vedoucí práce:** Mgr. Dana Urbanová, Ph.D.

**Oponent práce:** doc. PaedDr. Dana Fialová, Ph.D.

**Pracoviště:** Katedra tělesné výchovy a sportu

---

**Cíl práce:** „Cílem bakalářské práce je za pomoci dotazníku a orientačních testů zjistit úroveň funkčnosti pohybového systému vybrané skupiny žáků staršího školního věku. Na základě získaných výsledků sestavit cvičební kartu a variabilní cvičební jednotku s cílem zjistit možnost ovlivnění svalových dysbalancí.“

**Zaměření práce:** teoreticko-empirické (testování svalových dysbalancí) s ověřením navržených cviků v praxi u dětí

**Rozsah práce:** 51 stran + 7 příloh

Kritérium	Podíl bodů na hodnocení	Hodnocení
Syntéza poznatků (vhodnost, aktuálnost)	20	18
Formulace cíle, VO, příp. hypotéz práce	5	5
Metodologie a její adekvátnost	20	18
Zpracování výsledků	15	15
Závěry a diskuze	15	14
Přínos pro praxi (přínos pro obor)	10	7
Naplnění citační etiky (norma)	5	5
Jazyková úroveň (gramatika, stylistika)	10	10
<b>Celkem</b>	<b>100</b>	<b>92</b>

*\*Hodnocení "0 b." u jakékoli z kategorií a celkové skóre pod 60 b. je důvodem pro nedoporučení práce k obhajobě.*

---

## Konkrétní připomínky k práci:

Formální stránka:

- psaní tučných slov v textu práce, aniž by šlo o nadpisy kapitol/podkapitol (např. str. 20, 30, 33, ...).

Obsahová stránka:

- str. 29: „Následovalo **statické** (X statistické) zpracování dat...“;
- na str. 44 je v textu BP chybný odkaz n obrázek („Z obrázku 125 je evidentní...“ X jedná se správně o obr. 13 na str. 45).

Jazyková stránka:

- interpunkce (např. str. 43: „V té době, je...“; str. 44).

Autorka předkládané bakalářské práce zpracovala velice aktuální a zajímavé téma. Syntéza poznatků a teoretická východiska jsou vhodně využita, obsahově na sebe tato teoretická část logicky navazuje.

Díky teoretické části, s využitím na sebe logicky navazujícího teoretického vhledu do problematiky pohybu, pohybové gramotnosti, problematiky staršího školního věku, s objasněním správného a vadného držení těla s uvedením výhod a zásad zdravotně kompenzačních cvičení, nás autorka uvádí do problematiky tématu.

V kapitole 3 Praktická část, autorka popisuje testovaný soubor dětí, popisuje organizaci výzkumného šetření a použité výzkumné metody a techniky pro sběr dat s uvedením do problematiky hodnocení držení těla s popisem svalových funkčních testů využitých pro tuto bakalářskou práci. V následující podkapitole (3.4 na str. 36-37) diplomantka popisuje výběr zdravotně kompenzačních cvičení pro testované osoby šetření s názornými odkazy na obr 4 str. 37) a na přílohu G (Obr. 15 Cvičební karta pro výzkum na str. G1).

Kapitola 4 Výsledky a diskuse práce (str. 38-49) nás postupně a přehledně seznamuje s výsledky vstupního dotazníku (podkapitola 4.1/str. 38), s výsledky svého vstupního a výstupního hodnocení držení těla diplomantka předkládá v názorném grafu (str. 45) s textovým komentářem v podkapitole 4.2 Výsledky hodnocení držení těla (na str. 44-46). V následné podkapitole 4.3 (str. 47-48) jsou přehledně autorkou prezentovány výsledky orientačních svalových funkčních testů, jak s využitím odkazů na přílohy práce (E), tak na názorné obrázky 16 a 17. V podkapitole 4.4 diplomantka zodpovídá formulované čtyři výzkumné otázky (str. 25). Pro diskusi autorka využívá porovnání s několika publikacemi, které dokládá v Referenčním seznamu BP (str. 52-56).

V kapitole 5 autorka komentuje shrnujícím způsobem své poznatky a závěry z realizovaného šetření za pomoci intervenčního tříměsíčního působení zdravotně kompenzačních cvičení.

Autorce předložené bakalářské práce se podařilo splnit vytyčený cíl práce a zodpovědět na 4 formulované výzkumné otázky.

Obsahově a formálně v práci neshledávám žádná zásadní pochybení. Práce je stylisticky i jazykově čistá, bezchybná.

Práci **doporučuji** k obhajobě.

**Cíl práce:** splněný

Navrhované výsledné hodnocení:

.....  
Mgr. Dana Urbanová, Ph.D.

V Hradci Králové dne 15. 8. 2022