



POSUDEK OPONENTA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

studenta: Patrik Grosman

s názvem: Posílení svalů pletence ramenního s využitím kettlebellu, jako prevence zranění.

Hodnocení bakalářské práce dosahuje následující úrovně:

| | | |
|----|---|----|
| 1. | Splnění cíle a vhodnost struktury obsahu bakalářské práce z hlediska zadaného tématu (splnění zadání). (0 - 30) | 25 |
| 2. | Teoretická úroveň a využití dostupné literatury v bakalářské práci. (0 - 20) | 11 |
| 3. | Formální náležitosti a úprava obsahu bakalářské práce (úroveň psaní, označení struktury textu, grafy, tabulky, citace v textu, seznam použité literatury apod.). (0 - 10) | 5 |
| 4. | Rozsah realizačních prací, aplikovaných vědomostí a znalostí, úroveň metodologického zpracování a závěrů práce. (0 - 40) | 32 |
| 5. | Celkový počet bodů | 73 |

Návrh otázek k obhajobě

1. Existují validní kontrolované studie, které prokazují vliv efektu tréninku s využitím Kettlebellu na stabilitu ramenního kloubu?

2.

3.

Celkové hodnocení úrovně vypracování bakalářské práce:

| Hodnocení**: | A (výborně) | B (velmi dobře) | C (dobře) | D (uspokojivě) | E (dostatečně) | F (nedostatečně) |
|--------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Počet bodů: | 100 - 90 | 89 - 80 | 79 - 70 | 69 - 60 | 59 - 50 | < 50 |
| | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

** v případě hodnocení F (nedostatečně) uveďte komentář

Bakalářskou práci hodnotím výše uvedeným klasifikačním stupněm a doporučuji/~~nedoporučuji~~ k obhajobě.

Komentář

Stylistika a obsahová stránka úvodu a diskuse by měla být pojata více jako vědecká práce a méně jako subjektivní názor na komerční produkt. Místy se vyskytují gramatické chyby (např. "u zdravích jedinců"). V teoretické části i v diskusi by měly být výhody Kettlebellu podloženy kvalitními výzkumy na větším počtu probandů, jejichž výsledky by byly porovnány s kontrolní skupinou podstupující konvenční terapii. Některá tvrzení (např. "Být silný funguje.") nejsou podpořena kvalitními zdroji. Hodnocení "Během krátké chvíle dosáhl celkem pěkných výsledků, za které se rozhodně nemusí stydět. Efekt se dostavil, a pokud bude i proband nadále cvičit, nemusí se o svůj ramenní kloub bát." je psané spíše jako beletrie než jako vědecká práce s jasně a odborně definovanými výsledky.

Cíle jsou jasně a správně stanovené. Teoretická část je pojatá přehledně, jsou obsaženy všechny důležité informace. Z mého pohledu je metodologie pojata nekoncepčně - i přes to, že anamnéza a vyšetření ramene je v teoretické části by zde mělo být uvedeno, že tyto prvky byly součástí vyšetření.

Není jasné, zda jsou obrázky z vlastního zdroje. Pokud je na nich pacient, mělo by být zajištěno, aby byl jeho obličej skryt. Kladně hodnotím postupné zvyšování zátěže probanda a důraz na správné provedení cviků.

Závěry jsou správně a jasně formulované.