



POSUDEK VEDOUCÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

studenta: Lukáš Kubík

s názvem: Svalové dysbalance v silovém trojboji

Hodnocení bakalářské práce dosahuje následující úrovně:

1.	Přístup studenta k řešení úkolu (přípravenost, iniciativa, pracovní morálka a samostatnost studenta). (0 - 30)	30
2.	Způsob a úroveň zpracování úkolu. (0 - 20)	20
3.	Formální náležitosti a úprava obsahu bakalářské práce (úroveň psaní, označení struktury textu, grafy, tabulky, citace v textu, seznam použité literatury apod.). (0 - 10)	9
4.	Rozsah realizačních prací, aplikovaných vědomostí a znalostí, úroveň metodologického zpracování a závěrů práce. (0 - 40)	39
5.	Celkový počet bodů	98

Návrh otázek k obhajobě

1. Dokážete posoudit, zda se změnil u probandů způsob provedení jednotlivých cviků v silovém trojboji.

2. Absolvoval jste cvičební jednotky se svými probandy? Pokud ano, zlepšila se i Vaše výkonnost?

3. Jaké fyzioterapeutické pomůcky by bylo možné využít ve cvičebních jednotkách?

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
	X	<input type="checkbox"/>	<input 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

Bakalářská práce na téma Svalové dysbalance v silovém trojboji velmi zajímavě seznamuje s tímto sportem. Teoretická část popisuje jeho historii, pravidla, provedení jednotlivých cviků, dále tato kapitola zahrnuje svalové dysbalance a kompenzační cvičení včetně aktivace hlubokého stabilizačního systému.

Ve speciální části student spolupracoval s pěti probandy věnujícím se tomuto sportu. Po podrobném vyšetření stanovil cvičební plán zahrnující kompenzační cvičení včetně aktivace HSSP, kde využil prvky z DNS a SMS. Provedení bylo skupinové v případě potřeby i individuální.

Z práce je patrné nesmírné zaujetí studenta pro tento sport. Výsledky práce prokazují velký přínos zejména pro probandy, u nichž došlo ke zlepšení z pohledu fyzioterapeutického vyšetření, ale zároveň i ke zvýšení výkonu.

Práce je pěkně zpracována, výsledky jsou přehledné, výhodou je velká obrazová příloha.

Jméno a příjmení: Mgr Štěpánka Křížková
Organizace:

Podpis:
Datum: