



**HODNOCENÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE**

Akademický rok 2012/2013

**Jméno studenta:** Martin Hamp  
**Studijní obor:** Učitelství pro základní školy, VY - TV  
**Téma diplomové práce:** Srovnání tréninku ve sportovní a naturální kulturistice  
**Typ diplomové práce**

- výzkumný
- metodický
- výukové médium (videopořad apod.)
- kompilační
- projektový

**Oponent práce:** Mgr. Luboš Charvát

<b>Kritéria hodnocení: (1 nejlepší, 4 nejhorší, N-nelze hodnotit)</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>N</b>
A) Definování cílů a úkolů práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B) Vymezení problému, definice teoretických východisek, formulace vědecké otázky	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C) Metodický postup vypracování	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D) Jazykové zpracování práce (skladby vět, gramatika)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E) Práce s odbornou literaturou (citace)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F) Přesnost formulací a práce s odborným jazykem	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G) Závěry a jejich formulace	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
H) Splnění cílů práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I) Formální zpracování práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J) Originalita zvoleného tématu a jeho zpracování	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
K) Odborný přínos práce (pro teorii, pro praxi)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
L) Grafická stránka práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
M) Celkový dojem z práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vzhledem k uvedeným skutečnostem **doporučuji** předloženou práci k obhajobě před státní komisí.

Navrhuji klasifikovat práci klasifikačním stupněm:

- výborně
- velmi dobře
- dobře
- nevyhovující


**Stručné zdůvodnění navrhovaného klasifikačního stupně:**

Práce velmi obsáhlá poskytující detailní informace o dané problematice. V teoretické části autor velmi obsáhle popisuje anatomické a fyziologické aspekty týkající se pohybového aparátu, což trochu odvádí čtenáře od vytyčeného tématu. Vlastní praktická část je zpracována na výborné úrovni, zde autor podává detailní informace o jednotlivých tréninkových plánech. Dokazuje, že kulturistika je sport rize individuální. Autor splnil všechny vytyčené úkoly práce. Prokázal samostatné řešení daného odborného tématu.

**Otázky a připomínky k bližšímu vysvětlení při obhajobě:**

V čem vidíte hlavní příčinu rozdílného zatížení v základních cvicích sportovních a naturálních kulturistů?  
 Jakým způsobem hodnotíte riziko zranění při kulturistickém tréninku?  
 Jak probandí reagovali na návrh změny cviků posilující břišní svalstvo?  
 Všiml jsem si, že drtivá část sportovních kulturistů nepoužívá cviky na spodní část prsního svalu, v čem vidíte příčinu?

V Plzni, dne 13. 5. 2013

  
 .....  
 podpis oponenta práce