

Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu

Laboratoř sportovní motoriky

Posudek vedoucího diplomové práce

Název diplomové práce: Vliv rozdílného způsobu silového tréninku na tělesné složení, posturální stabilitu a svalovou a explozivní sílu u skupin závodníků v Men's Physique a vrcholových Street Workout atletů	
Název diplomové práce v anglickém jazyce: Influence of different way of strength training on body composition, postural stability and muscle and explosive strength in Men's Physique and Street Workout Athletes	
Autor práce	Bc. Ondřej Regál
Název studijního oboru	TVS
Forma studia	Prezenční
Vedoucí práce (včetně pracoviště FTVS UK)	Mgr. Tomáš Gryc, Ph.D.
Konzultant práce (včetně pracoviště FTVS UK)	PaedDr. Tomáš Malý, Ph.D.
Oponent práce (včetně pracoviště FTVS UK)	PhDr. Petr Šťastný, Ph.D.
Akademický rok	2017/2018

Hodnotící kritéria závěrečných prací

Závěrečné práce jsou hodnoceny počtem bodů, slovně a navrženým klasifikačním stupněm na základě jednotlivých kritérií. Vedoucí a oponent práce vypracují posudek, jehož součástí je bodové hodnocení jednotlivých aspektů práce (dle bodového rozpětí), slovní hodnocení jednotlivých aspektů práce, návrh klasifikačního stupně a jeho slovní zdůvodnění. Součástí oponentského posudku jsou také otázky k obhajobě.

Bodové rozpětí pro určení klasifikačního stupně je pouze doporučené, hodnotitel se od něj může v odůvodněných případech odklonit (vysoký odborný či společenský přínos může převážit drobné nedostatky, nebo naopak přes nesporné kvality práce v některých aspektech může být práce nedoporučena k obhajobě pro natolik zásadní pochybení v klíčovém aspektu).

Klasifikace navržená v posudcích není pro Komisi obhajoby závěrečné práce závazná, ta k posudkům přihlíží, ale rozhoduje se na základě průběhu obhajoby a vlastního uvážení. I přes jeden nebo dva nedoporučující posudky může student závěrečnou práci obhajovat před komisí.

Hodnocení jednotlivých aspektů teoretické a výzkumné práce

HODNOCENÁ POLOŽKA	POČET BODŮ
<p>ABSTRAKT (0-5 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obsahuje abstrakt všechny klíčové části (cíl a smysl práce, způsob řešení problému, nejzávažnější výsledky a implikace)? • Koresponduje abstrakt s obsahem práce a má přiměřený rozsah? • Obsahuje abstrakt adekvátní klíčová slova (klíčová slova by se neměla nacházet v názvu práce)? 	5
<p>Abstrakt (slovní hodnocení) Abstrakt je úplný a koresponduje s obsahem práce.</p>	
<p>ODŮVODNĚNÍ A REŠERŠE ODBORNÉ LITERATURY (0-25 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Je zdůvodnění práce uvedené v úvodu logické? • Je popsána metoda rešerše? • Prokázal student schopnost vyhledat, prostudovat, tematicky utřídit a analyzovat odbornou literaturu? • Obsahuje rešerše literatury (část teoretická východiska práce) podrobnou zprávu o zvolené problematice vycházející z české i zahraniční literatury? • Je výběr literatury aktuální a její záběr vzhledem k tématu dostatečný (úplný)? • Je použitá literatura řádně citována? 	20
<p>Odůvodnění a rešerše odborné literatury (slovní hodnocení) V závěru teoretické části postrádám odstavec (kapitolu), která by shrnula teoretickou část a vedla k plnému pochopení cílů práce. Přesto teoretická část obsahuje dostatek informací, aby se čtenář v problematice práce zorientoval. Na některých místech jsou drobné formální chyby – např. str. 14, tečka před závorkou s citací na dvou místech.</p>	
<p>POUŽITÉ METODY A LOGIKA STRUKTURY PRÁCE (0-20 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Je cíl práce definován přesně, stručně a srozumitelně? • Jsou výzkumné otázky a hypotézy jasně stanoveny? • Uvádí a zdůvodňuje student konkrétní metody a postupy, které použil a na jejichž základě došel k výsledkům? • Jsou použité metody dobře a podrobně popsány tak, aby umožňovali replikaci? • Jsou uvedeny použité statistické metody a byla věnována pozornost reliabilitě a validitě dat? • Je zmíněna existence informovaného souhlasu a schválení projektu práce Etickou komisí UK FTVS? 	20
<p>Použité metody a logika struktury práce (slovní hodnocení) Metody práce obsahují všechny důležité informace pro zopakování měření, replikaci testů, a hodnocení výsledků. K získání výsledků student použil standardně používané přístroje a</p>	

vyhodnocoval nejdůležitější parametry u jednotlivých testů.	
<p>ZPRACOVÁNÍ TÉMATU A INTERPRETACE ZÍSKANÝCH POZNATKŮ (0-25 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Odpovídají uváděné informace soudobému stavu poznání? • Neobsahuje práce zavádějící, či dokonce demagogická tvrzení a polopravdy? • Jsou výsledky prezentovány srozumitelně, stručně, přehledně a přesvědčivě (ať už prostým textem, tabelárně či graficky)? • Jsou získané výsledky náležitě zhodnoceny (zvláště statisticky) a objektivně interpretovány? • Jsou získané výsledky diskutovány v kontextu soudobého výzkumu? • Byly vzaty v potaz silné i slabé stránky práce? • Jsou závěry prezentovány srozumitelně a korektně? • Jsou učiněna doporučení pro další výzkum nebo opatření? 	20
<p>Zpracování tématu a interpretace získaných poznatků (slovní hodnocení) Část výsledky je přehledně zpracována s pomocí tabulek, grafů a slovního popisu. Uvedené informace jsou úplné a dobře se v nich orientuje, včetně statistické analýzy. V části diskuse by student mohl uvádět více citací pro diskutování zjištěných výsledků s ostatními soudobými studiemi. Jak student uvádí, slabší stránkou práce je počet probandů, který nedovoluje přesnější statistickou analýzu. Doporučení pro další výzkum chybí, kromě doporučení pro větší počet probandů.</p>	
<p>ODBOBNÝ A SPOLEČENSKÝ PŘÍNOS (0-10 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zabývá se práce aktuálním/praktickým problémem? • Je práce z hlediska oboru přínosná? 	10
<p>Odborný a společenský přínos (slovní hodnocení) Práce hodnotí dva oblíbené způsoby vedení zdravého životního stylu formou posilování a tvarování těla, které jsou v současné době čím dál populárnější. Závěrem autor uvádí, že obě skupiny vykazují kladný vliv cvičení na zdraví jedince při možnostech posuzování na úrovni provedených testů.</p>	
<p>FORMÁLNÍ ÚROVEŇ PRÁCE (0-15 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obsahuje práce všechny klíčové části? • Je práce zpracována v dostatečném nebo přiměřeném rozsahu? • Je práce logicky uspořádána? • Má práce dobrou jazykovou úroveň? • Je práce z formálního hlediska bez chyb? • Jsou správně používány zkratky? • Jsou obrázky, tabulky či grafika jasně a srozumitelně označeny a popsány? • Jsou přílohy řádně číslovány (označeny) a je na ně v textu řádně odkázáno (jsou-li obsaženy v práci)? 	14
<p>Formální úroveň práce (slovní hodnocení) Práce je po formální stránce na velmi vysoké úrovni a objevují se pouze drobné formální nedostatky. Postrádám jen informace o původu některých obrázků (viz handgrip v metodické části).</p>	

Doporučená klasifikace práce podle bodového ohodnocení

Doporučený kvalifikační stupeň	Bodové rozpětí pro bakalářské práce
Výborně	100 - 81
Velmi dobře	80 - 61
Dobře	60 – 41

Práci klasifikuji stupněm: výborně (89 bodů)

Slovní zdůvodnění navrhovaného klasifikačního stupně:

Předložená práce má vysokou formální úroveň, obsahuje všechny relevantní informace, zdroje jsou správně a úplně uváděny ve správné citační normě. Autor uvádí nadprůměrné množství citací české i zahraniční literatury a internetových zdrojů (90). Práce je správně metodicky zpracována a řeší aktuální téma, kterým jsou diskuse nad vhodnější formou posilování – pomocí strojů nebo s vlastní vahou. Student pracoval samostatně a předložené části nepotřebovali výrazných zásahů ze strany vedoucího práce.

Práci doporučuji / ~~nedoporučuji~~ k obhajobě

Otázky či připomínky k obhajobě práce:

Bez otázek či připomínek.

Místo a datum vypracování posudku

Podpis vedoucího práce

Praha, 31. 8. 2018