

## **Katedra tělesné výchovy UK PedF**

### **Posudek bakalářské práce**

**Vedoucí:** PaedDr. Ladislav Pokorný

**Autor BP:** Mikuláš Forman

**Název BP:** Kondiční příprava ve florbalu mimo sezónu týmu FbŠ Bohemians.

1/ Aktuálnost tématu, obsahová struktura práce, formulace problému a cíle práce.

Autor si pro svoji bakalářskou práci zvolil aktuální téma z pohledu jeho dlouholeté aktivní činnosti na pozici hráče florbalu i expanze tohoto sportovního odvětví v Čechách, Evropě i ve světě. V letech 2012 a 2018 se naši akademici stali mistry světa. Cíle bakalářské práce jsou formulovány v souladu s tématem podobně jako vědecké otázky problému. Řazení otázek nepřímo koresponduje s řazením dílčích cílů. Struktura práce plně odpovídá potřebám, poměr teoretické a praktické části je téměř vyvážený.

2/ Úroveň teoretické části, komplexnost zkoumaného problému, kvalita práce s literaturou

Teoretická část práce je přiměřeně velkého rozsahu, je zpracována velmi pečlivě, autor se v ní zabývá teoretickými východiskami práce. V teoretické části autor uvádí charakteristiky florbalu, klubu FbŠ Bohemians a stručně se zmiňuje (nad rámec tématu) o historii florbalu. Dále se věnuje definování jednotlivých pohybových schopností, jejich dělení, způsobům jejich rozvoje a hodnocení. Následují definice sportovního výkonu, faktory které jej tvoří a ovlivňují, vliv ontogeneze a způsoby jeho rozvoje kondičním tréninkem. S tím souvisí i definice sportovního tréninku, dělení na tréninkové cykly, jejich organizace a plánování. Vhodně charakterizována je i tréninková jednotka a její obsah, možná nad rámec tématu se autor zmiňuje o výživě sportovce, naopak vhodně zařazuje definici únavy a regeneraci, zranění ve florbalu a jejich prevenci. Autor v teoretické části vychází z celkem 16 informačních zdrojů, které v práci náležitě uvádí. Struktura i četnost informačních zdrojů odpovídají potřebám bakalářské práce. Autor prokázal schopnost pracovat s odbornou literaturou a v textu práce ji náležitě cituje.

3/ Formulace hypotéz, jejich provázanost na problémy a cíle práce.

Pro realizaci výzkumu si autor formuloval 3 pracovní hypotézy, což je stejně jako je počet cílů a problémových otázek. Lze říci, že všechny hypotézy vycházejí z cílů práce a jsou formulovány tak, aby je bylo možno jednoznačně ověřit. Cíle, problémy a hypotézy navzájem víceméně korespondují.

#### 4/ Metody testování hypotéz, jejich vhodnost a logika postupu práce.

Pro testování hypotéz si autor zvolil metodu testování před a po letní přípravě a porovnání zjištěných výsledků měření. Celkový počet sledovaných hráčů (20) je dostačující pro potřeby bakalářské práce. 15 testovaných bylo ze seniorské kategorie a 5 z juniorské, kteří se již uplatňují v dospělé kategorii. Vhodnější by byl paritní poměr testovaných, nerovný podíl obou kategorií může vést k ovlivnění validity výsledků výzkumu. Postup práce je logický a jeho realizace poskytuje dostatek použitelných informací.

#### 5/ Úroveň analýzy a interpretace výsledků, zaměření a úroveň diskuze.

Výsledky výzkumu jsou přehledně tabulkově nebo graficky interpretovány. Výsledky jsou v legendě tabulek a některých grafů uvedeny s použitím metody bodového vyhodnocení či ve veličinách absolutního zlepšení v daném testu. Grafy jsou přehledné a logické, většina i s odpovídající legendou. Rozbor výsledků autor uvádí v Diskuzi. Zde jsou podrobně rozebrány výsledky testování ve vztahu k verifikaci hypotéz. Dvě hypotézy se potvrdily, jedna byla zamítnuta. Hodnocení výsledků výzkumu je věcné, stručné a logické. Zlepšení jednotlivých kategorií je uvedeno v procentech či absolutních číslech v sekundách, škoda, že některé grafy nejsou doplněny legendou.

#### 6/ Formulace závěrů, přínos a využití výsledků.

V první části kapitoly Závěry se autor věnuje rekapitulaci cílů a postupu práce. Vlastní závěry jsou strukturované, konkrétní a věcné, jsou formulovány v kontextu s problémovými otázkami a cíli práce. V posledním odstavci je nastín možného dalšího využití práce.

#### 7/ Formální stránka práce.

Po formální stránce bakalářská práce odpovídá požadavkům kladeným na tento typ práce. Celkový počet informačních zdrojů (16) odpovídá potřebám práce a je i vhodně a přehledně v práci uveden. Autor také v textu informační zdroje náležitě cituje. Práce má 8 kapitol na 62 stránkách včetně příloh a autor při jejím zpracování postupuje logicky a systematicky, byť číslování jednotlivých kapitol není vždy v souladu s ustálenou praxí – není číslován úvod, závěry, zdroje ani přílohy. Diskuze je podkapitolou výsledkové části. Práce je doplněna vhodnými přílohami. Stylistická úroveň práce je přiměřená, ač v ní někdy autor používá hovorové výrazy. Autor prokázal schopnost vědecky pracovat s odbornou literaturou.

#### 8/ Celkové hodnocení práce.

Autor při zpracovávání práce prokázal dostatečnou erudici v problematice a také velký zájem o ni. Bakalářská práce je zpracována velmi pečlivě se všemi náležitostmi, které by měl tento typ práce obsahovat. Pracoval samostatně, pravidelně konzultoval a dbal připomínek

vedoucího práce. Jazyková i stylistická úroveň práce je až na výjimky na dobré úrovni, i když se v práci sporadicky vyskytují gramatické chyby.

Práci doporučuji k obhajobě.

Návrh klasifikace:

Otázka k obhajobě: Kdo vytvořil plán letní přípravy? V čem vidíte příčiny většího zlepšení u juniorů než u mužů?

Datum: 26.8.2019

PaedDr. Ladislav Pokorný