

**Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu**

**Laboratoř sportovní motoriky**

**Posudek vedoucího diplomové práce**

<b>Název diplomové práce: Využití Crossfitu v kondiční přípravě juniorských hokejistů</b>	
<b>Název diplomové práce v anglickém jazyce: Use of Crossfit in condition training of junior ice hockey players</b>	
<b>Autor práce</b>	Bc. Jakub Drda
Název studijního oboru	TVS
Forma studia	
<b>Vedoucí práce</b> (včetně pracoviště FTVS UK)	Prof.ing.V.Bunc, CSc, LSM
<b>Konzultant práce</b> (včetně pracoviště FTVS UK)	
<b>Oponent práce</b> (včetně pracoviště FTVS UK)	PhDr. Aleš Kaplan, Ph. D. Katedra atletiky UK FTVS
Akademický rok	2019/20

**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 doporučeno, 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><b>ABSTRAKT (0-5 bodů)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Obsahuje abstrakt všechny klíčové části (cíl a smysl práce, způsob řešení problému, nejzávažnější výsledky a implikace)?</li> <li>• Koresponduje abstrakt s obsahem práce a má přiměřený rozsah?</li> <li>• Obsahuje abstrakt adekvátní klíčová slova (klíčová slova by se neměla nacházet v názvu práce)?</li> </ul>	4
<p><b>Abstrakt</b> (slovní hodnocení) Abstrakt poskytuje čtenáři všechny podstatné informace.</p>	
<p><b>ODŮVODNĚNÍ A REŠERŠE ODBORNÉ LITERATURY (0-25 bodů)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Je zdůvodnění práce uvedené v úvodu logické?</li> <li>• Je popsána metoda rešerše?</li> <li>• Prokázal student schopnost vyhledat, prostudovat, tematicky utřídit a analyzovat odbornou literaturu?</li> <li>• Obsahuje rešerše literatury (část teoretická východiska práce) podrobnou zprávu o zvolené problematice vycházející z české i zahraniční literatury?</li> <li>• Je výběr literatury aktuální a její záběr vzhledem k tématu dostatečný (úplný)?</li> <li>• Je použitá literatura řádně citována?</li> </ul>	20
<p><b>Odůvodnění a rešerše odborné literatury</b> (slovní hodnocení) Literární rešerše zpracovává české i zahraniční prameny s problematikou Cross Fitu, které jsou odpovídajícím způsobem využity jak v teoretické části DP tak v diskusi.</p>	
<p><b>POUŽITÉ METODY A LOGIKA STRUKTURY PRÁCE (0-20 bodů)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Je cíl práce definován přesně, stručně a srozumitelně?</li> <li>• Jsou výzkumné otázky a hypotézy jasně stanoveny?</li> <li>• Uvádí a zdůvodňuje student konkrétní metody a postupy, které použil a na jejichž základě došel k výsledkům?</li> <li>• Jsou použité metody dobře a podrobně popsány tak, aby umožňovali replikaci?</li> <li>• Jsou uvedeny použité statistické metody a byla věnována pozornost reliabilitě a validitě dat?</li> <li>• Je zmíněna existence informovaného souhlasu a schválení projektu práce Etickou komisí UK FTVS?</li> </ul>	18
<p><b>Použité metody a logika struktury práce</b> (slovní hodnocení) Formální zpracování práce je na dobré úrovni a splňuje kritéria kladená na práce tohoto typu.</p>	

<p><b>ZPRACOVÁNÍ TÉMATU A INTERPRETACE ZÍSKANÝCH POZNATKŮ (0-25 bodů)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Odpovídají uváděné informace soudobému stavu poznání?</li> <li>• Neobsahuje práce zavádějící, či dokonce demagogická tvrzení a polopravdy?</li> <li>• Jsou výsledky prezentovány srozumitelně, stručně, přehledně a přesvědčivě (ať už prostým textem, tabelárně či graficky)?</li> <li>• Jsou získané výsledky náležitě zhodnoceny (zvláště statisticky) a objektivně interpretovány?</li> <li>• Jsou získané výsledky diskutovány v kontextu soudobého výzkumu?</li> <li>• Byly vzaty v potaz silné i slabé stránky práce?</li> <li>• Jsou závěry prezentovány srozumitelně a korektně?</li> <li>• Jsou učiněna doporučení pro další výzkum nebo opatření?</li> </ul>	21
<p><b>Zpracování tématu a interpretace získaných poznatků (slovní hodnocení)</b> Téma je zpracováno dobře a je třeba připomenout, že autor zde demonstroval dobrou schopnost odborné práce. Dokázal využít získané poznatky ze studia při konkrétním zpracování problému i ze své trenérské praxe.</p>	
<p><b>ODBOBNÝ A SPOLEČENSKÝ PŘÍNOS (0-10 bodů)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zabývá se práce aktuálním/praktickým problémem?</li> <li>• Je práce z hlediska oboru přínosná?</li> </ul>	8
<p>Vzhledem ke stále se zvyšujícím nárokům kladeným na hokejisty, je třeba odpovídajícím způsobem intenzifikovat tréninkový proces. Zavádění nových tréninkových systémů jako je CrossFit je jednou z možností. Tento systém je využíván v řadě sportů, v juniorském hokeji zatím velmi omezeně. Zde je možné DP chápat jako průkopnickou</p>	
<p><b>FORMÁLNÍ ÚROVEŇ PRÁCE (0-15 bodů)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Obsahuje práce všechny klíčové části?</li> <li>• Je práce zpracována v dostatečném nebo přiměřeném rozsahu?</li> <li>• Je práce logicky uspořádána?</li> <li>• Má práce dobrou jazykovou úroveň?</li> <li>• Je práce z formálního hlediska bez chyb?</li> <li>• Jsou správně používány zkratky?</li> <li>• Jsou obrázky, tabulky či grafika jasně a srozumitelně označeny a popsány?</li> <li>• Jsou přílohy řádně číslovány (označeny) a je na ně v textu řádně odkázáno (jsou-li obsaženy v práci)?</li> </ul>	13
<p><b>Formální úroveň práce (slovní hodnocení)</b> Práce má odpovídající logickou strukturu s minimem pravopisných chyb. Formálně vyhovuje požadavkům kladeným na DP.</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: velmi dobře**

**Slovní zdůvodnění navrhovaného klasifikačního stupně:**

Zvolené téma diplomové práce je velmi aktuální a potřebné, vzhledem k potřebě intenzifikace tréninkového procesu mladých hokejistů. Autor na základě literární rešerše vytvořil teoretický koncept studie, kde vychází z aplikací CrossFitu v jiných sportech majících herní charakter. Při zpracování DP využil i své praktické zkušenosti trenéra juniorských hokejistů. Autor prokázal schopnost samostatné odborné práce schopnost zformulovat odborný problém a následně jej řešit. Závěry i výsledky DP mohou přispět k řešení aktuálního problému integrace adolescentů a k budování vztahu k pohybu. Je třeba rovněž připomenout, že výsledky DP přispívají k rozšíření poznatkové databáze o tréninkových systémech využitelných u mladých hokejistů.

**Práci doporučuji k obhajobě**

**Otázky či připomínky k obhajobě práce:**

- 1. Co je podstatnou příčinou současné nižší výkonnosti mládežnických hokejistů?**
- 2. Který z pohybových předpokladů považujete za nejslabší u mladých hokejistů?**
- 3. Na kultivaci jakých pohybových předpokladů by měl být orientován pohybový trénink v počátku přípravného období?**
- 4. Jaká jsou možná negativa využití Crossfitu v mládežnickém hokeji?**

Místo a datum vypracování posudku

Podpis vedoucího práce

**V Praze 9.6.2020**