

Oponentský posudek na diplomovou práci

Autor: Klára Krejčířová

Téma: Individualizace předzávodního mikrocyklu u běžců na lyžích

Vedoucí práce: PaedDr. Tomáš Gnad

Oponent: PhDr. Matouš Jindra, Ph.D.

kriteria hodnocení práce	známka			
	1	2	3	4
název práce	X			
téma práce a její aktuálnost	X			
teoretická fundovanost autora	X			
formulace cílů práce	X			
adekvátnost použitých metod		X		
celkový postup řešení		X		
práce s daty a informacemi	X			
hloubka provedené analýzy		X		
členění a logická stavba práce	X			
práce s odbornou literaturou		X		
formální úprava práce (text, grafy, tabulky)		X		
stylistická úroveň	X			
přesnost formulací a práce s odborným jazykem		X		
splnění cílů práce	X			
závěry práce a její formulace	X			
odborný přínos práce a její praktické využití	X			

Téma individualizace předzávodního mikrocyklu u běžců na lyžích je vzhledem k současné situaci v běžeckém lyžování velmi aktuální a zajímavé.

Hodnocení bakalářské práce je nutné z více pohledů – zvládnutí badatelské práce, vlastní obsah, myšlenka a originalita plus zpracování bakalářské práce. Ze všech pohledů, je práce zdařilá.

Autorka zjišťuje pomocí experimentální metody ujetou vzdálenost a tepovou frekvenci na lyžařském trenažéru Ercolina Upper Body Power. Práce je zpracována na 68 stranách bez příloh a je členěna do 8 kapitol. V citacích je uvedeno celkem 53 zdrojů, z toho 19 zahraničních.

Struktura práce je logická a odpovídá spisům tohoto druhu. Práce je po formální stránce zpracována v souladu s požadavky kladenými na diplomové práce. Formátování textů, grafů a tabulek je rovněž v pořádku. Bibliografické citace jsou psány dle normy ISO, v textu se objevují citace s rozdílným formátem. V některých pasážích např. kapitola 2.3.2 nejsou vhodně citované odstavce. Místy se objevují chyby formálního charakteru, nicméně jejich četnost výrazně nesnižuje kvalitu práce.

Teoretická část práce je sumarizována na 29 stranách. Hloubku teoretických poznatků odpovídá probíranému tématu. Kladně lze hodnotit pestrost citačních zdrojů.

Metody práce jsou jasné a srozumitelné, ovšem vzhledem k charakteru experimentu je měření tepové frekvence v tomto případě téměř zbytečně, ostatně to sama autorka v závěru práce uznává. Vzhledem k proměnlivosti tepové frekvence a s ohledem na proměnné, které tepovou frekvenci ovlivňují, není téměř nikdy možné jasně definovat obecně uplatnitelné závěry. Ve výsledkové části je správně vyhodnocována spíše ujetá vzdálenost, než ostatní získané hodnoty. V diskusi je vhodně srovnáván experiment s ostatními studiemi. V závěru diplomové práce nechybí vlastní interpretace zkoumané problematiky.

I přes výše uvedené nedostatky a vzhledem k originalitě práce, doporučuji práci k obhajobě s navrhovanou klasifikací 2.

Doplňující otázky k obhajobě:

Lze vzhledem k uváděným výsledkům a k charakteru experimentu (zatížení zejména horní části trupu) zobecňovat doporučení k individualizaci tréninku na celý organismus?

Jak je ovlivňována tepová frekvence při tomto typu měření a je možné ošetřit vnější vlivy, které mají na průběh tepové frekvence vliv?

Dokáže jako odbornice na běžecké lyžování predikovat vývoj klasické techniky běhu do budoucna, lze nalézt řešení k opětovnému zatraktivnění klasického lyžování?

Práce je doporučena k obhajobě

Navržený klasifikační stupeň:

Velmi dobře

Vedoucí bakalářské práce:

Jméno, tituly: Matouš Jindra, PhDr., Ph.D.

Podpis:

V Praze dne: 26. dubna 2017