

## POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

**Autor:** Bc. Jan Imlauf

**Název práce:** Crossfit jako prostředek veslařského tréninku

**Oponent práce:** PaedDr. Irena Svobodová

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

Student si zvolil téma, které je mu vzhledem k jeho veslařské minulosti vlastní a blízké. Cílem jeho práce bylo zjistit, jak veslaři využívají Crossfitového tréninku v rámci své přípravy a jaký má tento trénink vliv na jejich další výkonnost. Cíl práce je jasně, srozumitelně a stručně formulován a koresponduje s názvem práce. Stanovená hypotézy reflektuje řešenou problematiku. Struktura práce má logický charakter.

### 2. Úroveň teoretické části, komplexnost analýzy zkoumaného problému, kvalita práce s literaturou

(odkazy, citace, počet a druhy využitých informačních zdrojů apod.)

Teoretická část je velmi kvalitně zpracována a řeší témata, která se vztahují k praktické části práce. Poměr teoretické a výzkumné části práce je vyvážený. Citace a odkazy na využitá informační zdroje svědčí o kvalitní práci s literaturou (32 titulů včetně internetových). Citace zdrojů jsou správné.

### 3. Formulace hypotéz, jejich provázanost na problémy a cíle práce, metody testování hypotéz, jejich vhodnost a logika postupu práce.

Formulace jednotlivých pracovních hypotéz vychází ze stanoveného tématu práce a je v souladu s jejím cílem. Autor si stanovil celkem 6 hypotéz. Jako výzkumné metody student využil obsahovou analýzu, interview a metodu pozorování. Výzkumné metody plně postačují k ověření stanovených výzkumných úkolů i k potřebám práce.

### 4. Úroveň analýzy a interpretace výsledků (statické zpracování, přehlednost výsledků, grafů, tabulek aj.), zaměření a úroveň diskuse.

Výsledky jednotlivých šetření jsou přehledně zaznamenány, vyhodnoceny i interpretovány hlavně v podobě tabulek, které autor vytvořil samostatně na základě vlastní analýzy. Diskuse je věcná, logická a podnětná.

### 5. Formulace závěrů (přiměřenost, jasnost, konkrétnost, stručnost, vazba na problém, cíl a hypotézy), přínos a využití výsledků.

Závěry práce jsou jasně strukturované a věcně správné. Práce je využitelná s různými alternativami pro trenéry veslování a samotné veslaře při jejich tréninkové přípravě.

### 6. Formální stránka práce (jazyková a stylistická úroveň, úprava, přehlednost text, dodržení norem rozsahu práce, bibliografické citace apod.).

Po formální stránce diplomová práce splňuje požadavky na ni kladené. Typologickým nedostatkem se z hlediska grafické úpravy textu jeví nejednotnost velikosti mezer mezi číslováním kpt. a podkapitol a následným textem (celá práce). Autorovi lze vytknout rozdělení tabulky na str. 25 na dvě stránky a také nejednotnost použitého typu písma (str. 41). Práci chybí některé nutné náležitosti dle „*Opatření děkana 12/2017, kterým se stanovují obsahové, formální a technické náležitosti týkající se zpracování a odevzdání závěrečných prací (č. 8/2015)*“, např. "Evidenční list" - „Prohlášení žadatele o nahlédnutí do listinné podoby závěrečné práce“. Dalším drobným nedostatkem je používání odrážek, které v práci tohoto typu není vhodné (str. 13, 16, 17, 21, atd.). Na straně 9 je drobný překlep ve slově „zdrojů“ místo „zdrojům“.

**8. Celkové hodnocení práce** (přehlednost, přístup a samostatnost autora při zpracování, jeho informovanost o metodologii vědecké práce apod.).

Z práce je zřejmé, že autor pracoval samostatně a s velkým osobním nasazením. Při své práci vhodně využíval uvedenou literaturu i informační zdroje. Student pochopil problematiku vědecké práce. Protokol o vyhodnocení podobnosti závěrečné práce vykazuje 27 podobných dokumentů.

**Práci k obhajobě doporučuji**

**Návrh klasifikace:**

**Otázky k obhajobě:**

- 1)** Jaké jsou hlavní nedostatky v Crossfit tréninku?
- 2)** Je možné Crossfit trénink odlišovat podle somatotypu a popřípadě uveďte odlišnosti těchto tréninků.

**Datum:** 11. 5. 2017

**Podpis:**