

Posudek oponenta diplomové práce

Jméno posluchače	Karolina Čaklošová
Název práce	Optimalizácia rozevičeniapred rýchlostno-silovým zaťažením
Cíl práce	Komparace tří variant rozevičení a stanovení nejvhodnější varianty před rychlostně-silovým zatížením.
Vedoucí diplomové práce	PhDr. Radim Jebavý, PhD.
Oponent diplomové práce	Pavel Červinka

Rozsah práce	
stran textu	64
literárních pramenů (cizojazyčných)	61/31 (slovenská nebyla považována za zahraniční)
tabulky, grafy, obrázky, přílohy	12

Náročnost tématu na	Úroveň			
	Výborně	velmi dobře	Dobře	nevyhověl/a
teoretické znalosti		X		
praktické zkušenosti				
podkladové materiály (vstupní data) a jejich zpracování			X	

Kritéria hodnocení práce	Úroveň			
	Výborně	velmi dobře	Dobře	nevyhověl/a
stupeň splnění cíle práce			X	
logická stavba práce		X		
práce s českou literaturou včetně citací		X		
práce se zahraniční literaturou včetně citací		x		
adekvátnost použitých metod			X	
hloubka provedené analýzy			X	
stupeň realizovatelnosti řešení			X	
formální úprava práce (text, grafy, tabulky)		X	X	
stylistická úroveň		X		
nároky DP na podkladové materiály, konzultace, průzkumy		X		
použití analýz, matem. statistických a jiných metod, komparací apod.			X	
využitelnost námětů, návrhů a doporučení k řešení problému		X		
obsah a relevantnost příloh v textu či příl. části DP (tabulky, grafy, propočty apod.)		x		

Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:

Navržený klasifikační stupeň:

Do rámečku vypsát slovní hodnocení z této škály: výborně, velmi dobře, dobře, nevyhověl/a

Práci doporučuji k obhajobě.

Otázky k obhajobě:

1. Odpovědět otázky níže v textu.
2. Charakterizujte atletické vrhy a hody z hlediska silových schopností. Který druh síly převládá, převládá-li, ve výkonu jednotlivých disciplín? Které disciplíny kladou největší nároky na silové schopnosti?
3. Jaké metody a konkrétní cvičení by autorka zvolila pro rozvoj rychlé síly u kladiváře v přípravném a předzávodním období, má-li smysl jí rozvíjet? Ozřejmit na příkladu tréninkového mikrocyklu, včetně zdůvodnění zařazení v určitý den.

Doplňující komentář k hodnocení práce:

Teoretická část posuzované diplomové práce je zpracována na dobré úrovni. Autorka při tom vycházela z dostupné české i zahraniční literatury. Po jazykové stránce obsahuje tradiční chyby: psaní %, značek jednotek apod. anglickým způsobem, což je i podle pravidel slovenského pravopisu nepřijatelné. Vhodné by bylo opravit překlepy . např. s. 30 stupeň hypertrobie, dále opravit pojmy opakující se pojmy myofasciálna (myofaciálna), facitácia s. 22 (facilitácia) aj. Obecně se mi přičí dřívější systémy cvičení a rehabilitačních technik zařazovat pod pojem strečink. Nicméně módě pronikání cizojazyčných výrazů do češtiny či slovenštiny nelze zabránit.

Na dané téma jsem nyní mohl posuzovat více prací a všechny mají jeden společný nedostatek: malý soubor probandů, design výzkumu nebere do úvahu multifaktorialitu sportovního výkonu a není vhodný pro závodní praxi. S výhradami možná pro tréninkovou. Autorka sama v závěrečné části řadu těchto nedostatků pojmenovává.

Jaký byl pohybový režim probandů v pěti minutách mezi rozcvičením a vlastním testem – aktivní a jakým způsobem, či pasivní v sedu, lehu? To je důležitá charakteristika pro hodnocení výzkumu.

s. 38 – Co znamená zápis v obrázku tempo 10X1 a tempo 4021?

s. 40 – asi lepší uvést m/s než km/h a ještě neformátované

Postrádám údaj o hmotnosti medicinbalu, kterým bylo testování prováděno. Lze předpokládat, že rychlost odhodu trčením by byla jiná u hmotnosti 3 kg, která je standardně používána pro testování v mužských kategoriích a jiná třeba u 6 kg.

s. 41 – Proč autorka pro zpracování výsledků vybrala lepší výsledek ze dvou pokusů? Jak dlouhá byla přestávka mezi jednotlivými pokusy? Byl odpočinek pasivní či aktivní?

Oponent diplomové práce:

Pavel Červinka

V Praze dne: 8. 9. 2017

Podpis: