

Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu

Laboratoř sportovní motoriky

Posudek vedoucího bakalářské práce

Název bakalářské práce: Sportovní příprava jezdce ve sjezdu na horském kole	
Název bakalářské práce v anglickém jazyce: Preparation of downhill mountain biker	
Autor práce	Dan Kolář
Název studijního oboru	TVS
Forma studia	Prezenční
Vedoucí práce (včetně pracoviště FTVS UK)	Prof.ing.V.Bunc, CSc - LSM
Konzultant práce (včetně pracoviště FTVS UK)	
Oponent práce (včetně pracoviště FTVS UK)	Mgr. Tomáš Brtník,
Akademický rok	2019/2020

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 doporučené, 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>ABSTRAKT (0-5 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obsahuje abstrakt všechny klíčové části (cíl a smysl práce, způsob řešení problému, nejzávažnější výsledky a implikace)? • Koresponduje abstrakt s obsahem práce a má přiměřený rozsah? • Obsahuje abstrakt adekvátní klíčová slova (klíčová slova by se neměla nacházet v názvu práce)? 	4
<p>Abstrakt (slovní hodnocení) Abstrakt obsahuje základní informace o zpracovávaném tématu práce. Abstrakt měl obsahovat, i když některé formulace nejsou ideální a současně jsou některé formulace zvláště v závěru nedostatečně konkrétní.</p>	
<p>ODŮVODNĚNÍ A REŠERŠE ODBORNÉ LITERATURY (0-25 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Je zdůvodnění práce uvedené v úvodu logické? • Je popsána metoda rešerše? • Prokázal student schopnost vyhledat, prostudovat, tematicky utřídit a analyzovat odbornou literaturu? • Obsahuje rešerše literatury (část teoretická východiska práce) podrobnou zprávu o zvolené problematice vycházející z české i zahraniční literatury? • Je výběr literatury aktuální a její záběr vzhledem k tématu dostatečný (úplný)? • Je použitá literatura řádně citována? 	20
<p>Odůvodnění a rešerše odborné literatury (slovní hodnocení) Práce je zpracována na základě klasických zdrojů i s využitím zdrojů internetových. Pozitivně hodnotím počet cizojazyčných publikací. Literatura je citována odpovídajícím způsobem a lze konstatovat, že kandidát zvládl práci s literaturou</p>	
<p>POUŽITÉ METODY A LOGIKA STRUKTURY PRÁCE (0-20 bodů)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Je cíl práce definován přesně, stručně a srozumitelně? • Jsou výzkumné otázky a hypotézy jasně stanoveny? • Uvádí a zdůvodňuje student konkrétní metody a postupy, které použil a na jejichž základě došel k výsledkům? • Jsou použité metody dobře a podrobně popsány tak, aby umožňovali replikaci? • Jsou uvedeny použité statistické metody a byla věnována pozornost reliabilitě a validitě dat? • Je zmíněna existence informovaného souhlasu a schválení projektu práce Etickou komisí UK FTVS? 	16
<p>Použité metody a logika struktury práce (slovní hodnocení)</p>	

Základní metodou, kterou použil autor při zpracování bakalářské práce je literární rešerše doplněná vlastními autorovými zkušenostmi. Logická výstavba práce odpovídá požadavkům kladeným na spisy tohoto druhu. Jistou rezervou je míra kritického přístupu k použitým zdrojům, kde je v některých případech uvedeno jen pouhé konstatování.

ZPRACOVÁNÍ TÉMATU A INTERPRETACE ZÍSKANÝCH POZNATKŮ (0-25 bodů)

20

- Odpovídají uváděné informace soudobému stavu poznání?
- Neobsahuje práce zavádějící, či dokonce demagogická tvrzení a polopravdy?
- Jsou výsledky prezentovány srozumitelně, stručně, přehledně a přesvědčivě (ať už prostým textem, tabelárně či graficky)?
- Jsou získané výsledky náležitě zhodnoceny (zvláště statisticky) a objektivně interpretovány?
- Jsou získané výsledky diskutovány v kontextu soudobého výzkumu?
- Byly vzaty v potaz silné i slabé stránky práce?
- Jsou závěry prezentovány srozumitelně a korektně?
- Jsou učiněna doporučení pro další výzkum nebo opatření?

Zpracování tématu a interpretace získaných poznatků (slovní hodnocení)

Z této části je patrné, že autor popisovanou sportovní disciplínu dobře zná, a že je schopen tyto praktické informace konfrontovat s literárními prameny. Zpracované údaje a jejich interpretace směrem k tréninkovému prostředí jsou hlavním přínosem BP. Za velmi významné považují rovněž skutečnost, že autor naznačuje postupy jak snížit incidenci hlavně svalových zranění při jízdě na kole v náročném terénu.

ODBORNÝ A SPOLEČENSKÝ PŘÍNOS (0-10 bodů)

9

- Zabývá se práce aktuálním/praktickým problémem?
- Je práce z hlediska oboru přínosná?

Odborný a společenský přínos (slovní hodnocení)

Vzhledem ke stále většímu zájmu o cyklistiku v horském terénu nejen u výkonnostních nebo vrcholových jezdců, ale i u netrénované a často ne dostatečně připravené populace, považují odborný i společenský přínos pro současnou tréninkovou praxi je nezpochybnitelný. Práce může dobře posloužit jako východisko pro další zpracování tématu v diplomové práci.

FORMÁLNÍ ÚROVEŇ PRÁCE (0-15 bodů)

10

- Obsahuje práce všechny klíčové části?
- Je práce zpracována v dostatečném nebo přiměřeném rozsahu?
- Je práce logicky uspořádána?
- Má práce dobrou jazykovou úroveň?
- Je práce z formálního hlediska bez chyb?
- Jsou správně používány zkratky?
- Jsou obrázky, tabulky či grafika jasně a srozumitelně označeny a popsány?
- Jsou přílohy řádně číslovány (označeny) a je na ně v textu řádně odkázáno (jsou-li obsaženy v práci)?

Formální úroveň práce (slovní hodnocení)

Formální úroveň zpracování BP odpovídá požadavkům kladeným na práce tohoto typu. Obsahuje minimum překlepů a dobrá je stylistická úroveň textu.

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:

Jízda na horských nebo i silničních kolech v terénu, je stále populárnější mezi rekreačními i závodícími jezdci. Bohužel úměrně zájmu o tuto pohybovou aktivitu vzrůstá i počet vážných zranění daných jednak nedostatečnou zkušeností s jízdou v náročném terénu, jednak nedostatečnou kondiční připraveností jezdce. Proto práce objektivizující podmínky jak vlastního sportovního výkonu tak i připravenost jezdce, jsou v našich podmínkách pionýrské. Lze diskutovat, jak dalece se autorovi podařilo odpovědět na všechny otázky spojené s jízdou na kole v terénu, ale domnívám se, že základní cíle BP autor splnil. Pozitivní je snaha autora prezentovat výsledky srozumitelnou formou tak, aby byly využitelné ve sportovní tréninkové praxi. Závěrem je třeba konstatovat, že autor zvládl základní principy kreativní odborné práce.

Práci doporučuji k obhajobě

Otázky či připomínky k obhajobě práce:

1. Co považujete za zásadní v prevenci svalových zranění ve sjezdu na horském kole?
2. Existuje vztah mezi úrovní zdatnosti a riziku zranění?
3. Jaký by měl být pohybový režim, který by přispěl jednak ke zlepšení sportovní výkonnosti, jednak ke snížení zranění? Popište vhodné doplňkové tréninkové prostředky

Místo a datum vypracování posudku

Podpis vedoucího práce

V Praze 24.1.2021