

## POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Autor: **Michal Šup**  
Název práce: **Úroveň pohybových schopností cvičenců CrossFit**  
Oponent práce: PaedDr. Marie Hronzová

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

Téma práce je relativně nové (v ČR), poměrně atraktivní. Autorovi se podařilo jasně zformulovat problém, cíle a úkoly práce. Pro soulad s názvem práce se jeví jako nadbytečné stanovení úkolu č1 a následně k němu se vztahující teoretické části (historie, popis CrossFitových cviků). S názvem a výzkumnou částí zcela nesouvisí.

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

Ke zpracování teoretické části využívá autor poměrně širokou škálu literárních a internetových zdrojů. Odkazy na tyto zdroje jsou však v textu těžko dohledatelné, neúplné nebo chybí (např. lit. č 6,8,12,14). Relevantnost historie a popisu CrossFitových cviků je nutné objasnit v souvislosti s názvem práce.

### ***3. Formulace hypotéz, jejich provázanost na problémy a cíle práce***

Autor pro výzkumnou část formuluje 5 hypotéz, které jsou v souladu s vědeckými otázkami a stanovenými cíli práce. Hypotézy jsou formulovány velmi jednoduše a srozumitelně, následně tedy dobře hodnotitelné.

### ***4. Metody testování hypotéz, jejich vhodnost a logika postupu práce***

Pro testování hypotéz využívá autor soubor testové baterie UNIFITTEST, který je díky přesnému popisu provedení vhodný pro testování stanovených parametrů i pro vyhodnocování a porovnání výsledků. Postup práce je logický a přehledný.

### ***5. Úroveň analýzy a interpretace výsledků, zaměření a úroveň diskuse.***

Pro prezentaci průběhu a výsledků výzkumu používá autor uspořádání výsledků do tabulek, které jsou jasné a přehledné, doplněné stručnými komentáři. Diskuse je kvalitní, autor se vyjadřuje podrobně a jasně k jednotlivým hypotézám.

### ***6. Formulace závěrů, přínos a využití výsledků***

(Závěr x Závěry) Autor stručně rekapituluje a formuluje konkrétní výsledky výzkumu. V obecné rovině zůstává jen u závěru, že: „není jednoduché přesvědčit dospělou osobu k jednoduchému testování“. Autor také naznačuje způsoby využití práce. Možná, že pokus o formulaci obecnějších závěrů by autorovi pomohl naznačit i další možnosti návaznosti a využití práce.

### ***7. Formální stránka práce***

Po formální stránce splňuje práce veškeré nároky kladené na bakalářskou práci.

Rovněž po jazykové stránce je práce kvalitně zpracována.

#### **8. Celkové hodnocení práce**

Autor bezesporu zvládl metodologii a zásady psaní vědecké práce. Prokázal dobrou orientaci v terminologii, metodologii i samotném výzkumu. Obsahem i rozsahem práce odpovídá stanoveným požadavkům.

**Práci doporučuji k obhajobě**

**Návrh klasifikace:**

**Otázka k obhajobě:** *Jaký obecný závěr z hlediska pohybové všestrannosti můžete z výzkumu vyvodit, resp. jaká jsou Vaše doporučení pro cvičence CrossFit?*

**Datum:** 22.5.2013

**Podpis:**