

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Autor a název práce: Brigl David

Posilovací trénink ve fitness pro fotbalisty

Oponent: Mgr. Zdeňka Engelthalerová

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

Téma práce je vzhledem k neustálým diskusím o vhodnosti tréninkových prostředků aktuální. Cíl práce je formulován jasně a srozumitelně.

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

Z teoretické části jsem nabyla dojmu, že jde autorovi o postihnutí adekvátního a přiměřeného rozvoje silových schopností jednotlivce, vzhledem k charakteru hry (fotbalu). Nespecifikuje však konkrétní silové schopnosti, ani metody, které vedou ke zlepšení fyzické přípravy a individuálního herního výkonu, což by bylo provázané s cílem práce. Vyskytují se zde faktické chyby například: „ roční mikrocyklus / místo makrocyklus“str.18.

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

Hypotézy jsou formulovány jasně, korespondují s cílem práce, ale postihují pouze okrajově problémové body práce.

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

Pro ověření hypotéz vybral autor metodu elektronického dotazníku. Tato metoda by byla vhodná, pokud by byl dotazník vhodně sestaven, což se nestalo. Nebyl ověřen pilotním šetřením, otázky nepostihují základní podstatné údaje potřebné k řešení práce.

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

Ve výsledkové části autor vyhodnotil výsledky dotazníku, pro lepší orientaci v textu bych doporučila číslování podkapitol shodné s číslováním jednotlivých otázek dotazníku. Diskuse je věnována některým výsledkům dotazníkového šetření a verifikuje hypotézy.

6. Formulace závěrů přínos a využití výsledků.

Závěr nekoresponduje s cílem práce, nevztahuje se k fyzické přípravě fotbalistů. Autor se vyjadřuje k odbornosti kondičních trenérů či dostupnosti fitness center, nebo nákladům spojených s návštěvou. Tento fakt však vyplývá z nevhodně sestaveného dotazníku a směru výzkumné části.

7. Formální stránka práce

Formální stránka je dostačující, v práci se vyskytují překlepy, gramatické chyby: str. 15 – „...bývalý kulturisté ...nebyly...“, „metody a techniky měli...“.

8. Celkové hodnocení práce

Autor se dobře orientuje v oblasti silového tréninku, ale výzkumná část není dostatečně propracovaná, z čehož plynou výše uvedené nedostatky.

Práci k obhajobě nedoporučuji

Návrh klasifikace:

Otázky k obhajobě:

- 1) Ve kterých momentech sportovního výkonu jednotlivce, vzhledem k charakteru hry, se projevují silové schopnosti?**
- 2) Které konkrétní silové schopnosti by měli hráči stimulovat?**

Datum: 23.8.2013

Podpis: Mgr. Zdeňka Engelthalerová