

POSUDEK VEDOUCÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Autor: David Brigl

Název práce: Posilovací trénink ve fitness pro fotbalisty

Vedoucí bakalářské práce: PaedDr. Jana Hájková

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

Student si zvolil vlastní téma, které vychází z jeho zájmu o fotbal i fitness. Bakalářská práce na toto téma je velmi přínosná, protože může zlepšit pojetí kondičního tréninku ve fotbalu. Práce má logickou strukturu. Cíl práce odpovídá názvu, ale část formulace „v rámci celého tréninku“ není příliš jasná.

2. Úroveň teoretické části, komplexnost analýzy zkoumaného problému, kvalita práce s literaturou (odkazy, citace, počet a druhy využitých informačních zdrojů apod.)

Teoretická část je věnována zásadním odkazům ve vztahu k praktické části práce, ale ne v rozsahu, který by si problematika zasloužovala. Např. struktura sportovního výkonu ve fotbalu (str. 20) je příliš obecná a v podstatě z ní vůbec nevyplývá důležitost stimulace silových schopností a její specifika pro fotbal, resp. pro herní činnosti jednotlivce. V práci bylo použito 16 literárních zdrojů. Student prokázal, že je schopen pracovat s literaturou.

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

Hypotézy jsou logicky formulovány v souladu s názvem a cílem bakalářské práce pouze částečně, protože nepostihují všechny aspekty problému. Např. postrádám hypotézu, která by zohledňovala silový trénink ve vztahu k ročnímu tréninkovému plánu.

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

Byla použita metoda elektronického dotazníku. Práci by prospěla i doplňující metoda, např. rozhovoru s trenéry, nebo využití dotazníku i pro trenéry, ale možná by byl problém zajistit respondenty. Otázky v dotazníku nepostihují celou oblast tréninku, např. chybí otázky, které by se zaměřovaly na posilované svalové skupiny, na techniku cvičení, četnost posilovacích tréninků v průběhu roku.

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

Výsledky dotazníku jsou zpracovány do grafů, které jsou správně interpretovány. První část diskuze (k dotazníkovému šetření) má velmi dobré pojetí a je vidět, že student problematice rozumí. V části diskuze, která je věnována ověřování hypotéz, je pouze konstatována, zda se určitá hypotéza potvrdila nebo ne. Domnívám se, že lepší by bylo spojení obou částí dohromady.

6. Formulace závěrů (přiměřenost, jasnost, konkrétnost, stručnost, vazba na problém, cíl

a hypotézy), **přínos a využití výsledků.**

Kapitola Závěr je logická, jasná a stručná, odpovídá názvu práce.

7. Formální stránka práce (jazyková a stylistická úroveň, úprava, přehlednost textu, dodržení norem rozsahu práce, bibliografické citace apod.).

Po formální stránce je práce velmi zdařilá.

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

Student pracoval samostatně. Práce by mohla být mnohem kvalitnější, kdyby jí bylo věnováno více času.

Práci doporučuji k obhajobě s výhradami.

Návrh klasifikace:

Otázky k obhajobě:

- 1) Popište kondiční faktory sportovního výkonu ve fotbale.
- 2) Popište zapojení kondiční složky do ročního tréninkového cyklu.

Datum: 6. 7. 2013

Podpis: