

## POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

**Autor a název práce :** Bc. Jan Vilímek, Ragby – trénink a rozvoj svalové síly.

**Vedoucí:** PaedDr. Ladislav Pokorný

Klasifikace:

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

Téma diplomové práce si autor zvolil na základě své osobní zkušenosti s touto sportovní hrou. Považuji je za velmi aktuální z pohledu charakteristiky sportovního tréninku v ragby. Diplomová práce má odpovídající strukturu, formulace problému a cílů práce je přiměřená a vzájemně koresponduje.

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

Teoretická část je zpracována velmi pečlivě a autor při jejím zpracování vychází z dostatečného množství informačních zdrojů a vhodně je v textu práce cituje. Některé publikace jsou staršího data vydání, ale to je dáno skutečností, že ke zvolenému sportu nevychází nové metodické publikace. Škoda jen, že na stránce 14 autor při formátování textu přehlédl mezeru takřka na celou velikost stránky.

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

Pro realizaci výzkumu si diplomant formuloval osm pracovních hypotéz. Hypotézy plně korespondují s cíli práce a odpovídají formulaci problému. K poslední vědecké otázce si autor formuluje dvě hypotézy. Hypotézy jsou konkrétní, jasné a plně ověřitelné.

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

Jako základní metodu si autor zvolil experiment. Jako metodu zjišťování výsledků autor použil testování maximálních silových schopností, antropometrické měření a řízený rozhovor. Experiment je realizován pouze jednou skupinou o četnosti 12ti jedinců v rámci jednoletého tréninkového období. Malá četnost výzkumného vzorku je dána možnostmi diplomanta, postup jeho výzkumné práce je logický.

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

Statistické zpracování výsledků včetně jejich grafického vyjádření odpovídá požadavkům diplomové práce. Přehledné jsou též souhrnná tabulková

zpracování výsledků v příloze diplomové práce. Diskuze je vztažena k verifikaci hypotéz a je věcná a logická. Z osmi hypotéz se šest potvrdilo a dvě nepotvrdily.

**6. Formulace závěrů** (přiměřenost, jasnost, konkrétnost, stručnost, vazba na problém, cíl a hypotézy), **přínos a využití výsledků.**

Závěry diplomové práce jsou strukturované, vycházejí z výsledků výzkumu, plně korespondují s cílem a problémem práce. Jejich konkrétnost naopak snižuje v některých případech rozpětí (2 – 3) apod. Možná by bylo vhodnější buď procentuálním poměrem rozdělit výsledek na dvě části (x% 2, y%3 x týdně), nebo výsledek zprůměrovat celkově (2,5 x).

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

Po formální stránce diplomová práce plně odpovídá požadavkům na ni kladeným. Jazyková i stylistická úprava je dobrá. Diplomová práce splňuje požadavky norem na tento typ práce. Autor pracoval s dostatečným množstvím informačních zdrojů a náležitě je v textu práce cituje.

**8. Celkové hodnocení práce** (přehled, přístup a samostatnost autora při zpracování, jeho informovanost o metodologii vědecké práce apod.). Při zpracování diplomové práce autor postupoval samostatně, pravidelně konzultoval s vedoucím práce a dbal jeho připomínek. Prokázal svoji informovanost o metodologii vědecké práce a erudici v oblasti zpracovávané problematiky tématu práce.

**Práci k obhajobě doporučuji.**

**Návrh klasifikace:**

**Otázky k obhajobě: 1)** Využil jste při zjišťování údajů o tréninku tréninkových deníků hráčů, nebo jste ke zjišťování informací využil jen rozhovor.

**2)** Čím si vysvětlujete malý nárůst svalové hmoty při poměrně významném podílu silového tréninku?

**Datum:** 14.8.2014

**Podpis:** PaedDr. Ladislav Pokorný