

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Autor a název práce: František Bláha

Aplikace systému italských cvičení z Polcanta do zimního tréninku motokrošařů

Oponent: PhDr. Gabriela Jahodová, Ph.D.

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

Téma práce je zajímavé, nicméně samotný název zcela nevystihuje vlastní obsah. Ona italská cvičení jsou součástí práce, ale není zřejmé, odkud jsou přejatá, jejich historie, případně autorova zkušenost,...celkem 9 cviků, z nichž některé jsou v ČR tradičně užívané. Chybí zácvik probandů, korekce, či upozornění na možné chyby,...(některé cviky, vyfocené v příloze, jsou v chybném provedení). V celkovém programu, ona cvičení, nemají žádnou pravidelnost, spíše se objevují náhodně a někdy, dokonce, ne jako celek. Celkový program je ovlivněn, z větší části, ostatními cvičeními a aktivitami, takže účinek onoho systému je naprosto neprokazatelný.

Formulace problému je sepsána již v úvodu („Budu vyhodnocovat, které z kondičních schopností se nejvíce podílí na výkonu v motokrosovém sportu“). Následně však autor již nespecifikuje, proč se zaměřuje pouze na vybrané pohybové schopnosti – v podstatě od začátku pracuje s předem stanoveným výsledkem, tedy i cíle, problémy a úkoly práce.

Strukturování práce koresponduje s prací tohoto typu a je logické, pouze kapitola závěr by měla být v množném čísle.

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

Autor uvádí celkem 20 informačních zdrojů informací – jeden zahraniční. Syntéza poznatků zahrnuje 8 celků, nicméně s některými se v práci nijak neworkuje (kap. 2.2). Poslední kapitola zahrnuje konkretizaci přípravného období po jednotlivých dnech, ovšem dosti vágní, těžko opakovatelnou v případě trénování jednotlivců bez odborného dohledu, jak autor následně uvádí (viz jeden den: „dvoufázový trénink celého těla“). Kapitola týkající se italského cvičení by zasloužila podrobnou analýzu.

Citace v textu nejsou vždy uváděné – zřejmě tedy časté konstatování a komentář samotného autora v syntéze poznatků.

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

Autor stanovil celkem 4 hypotézy korespondující s výzkumnými problémy (v práci uváděné na začátku), což měly být výzkumné otázky a blíže již neměly být specifikovány, protože není zřejmé, na základě čeho autor stanovil konkrétní hodnoty pro zlepšení – chybí odkaz na zdroj.

O problematice souvislosti s problémem, cíli, tedy i hypotézami viz výše.

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

Metody testování, vhodnost a logika postupu práce je negativně ovlivněna samotným výběrem výzkumného souboru, což celou práci znehodnocuje. Autor nespécifikuje (tedy až na tabulku), pouze obecně zmiňuje i „odhadnutý fyziologický věk“??, pohlaví vůbec (z textu patrné zastoupení jedné ženy – Kateřina str. 47?? – nefiguruje v tabulce probandů – tak není jasný ani počet testovaných), nekompletní testové výsledky minimálního souboru rozčleněného do dvou, snad tedy i věkových kategorií, různých výkonnostních a věkových (kalendářně) kategorií.

Jak probíhalo vlastní testování není patrné, tedy ani termín, místo, examinátoři,...

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

Výsledky jsou popisovány a ilustrovány v 7 tabulkách. Jejich počet odpovídá i počtu testových cviků. Jiná grafická vyhodnocení v práci nejsou. Nekompletní výsledky, díky zranění některých probandů, by neměly být zahrnuty do průměru skupiny a i dále vyhodnocovány! Ovšem v celkovém počtu by tento finální počet klesl na pouhých 5 probandů!!

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

Závěry práce jsou, díky předcházejícím výtkám, nevypovídající.

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

V práci se objevují jazykové a stylistické nedostatečnosti - překlipy, hrubé chyby (shoda podmětu s přísudkem, velká písmena, vyjmenovaná slova,...), chybná slova. Tabulka vložená mezi nedokončenou větu – nejen zde je formátování s nedostatky. Převládá spíše beletristické pojetí. Odborná terminologie není bez chyb (kroužení lokty,...), poučení čtenáře o základní definici motokrosu nepatří do úvodu.

Červenou barvu písma zřejmě autor opomenul změnit.

Rozsah práce, vzhledem k počtu stran, je adekvátní, ovšem počet úhozů na jedné straně vždy neodpovídá normě.

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

Autor prokazuje osobní zainteresovanost v tématu práce, kompletnost a výstup však působí velice povrchně a výše zmíněné výtky jsou zásadní.

Práci k obhajobě doporučuji s vážnými výhradami!

Otázky k obhajobě:

Jak byste vyřešil problematiku vhodného výběru výzkumného souboru?

Proč uvádíte jako nepotřebný test ohebnosti?

Datum: 30. července 2019

Podpis:

PhDr. Gabriela Jahodová, Ph.D.