



## POSUDEK VEDOUCÍHO DIPLOMOVÉ PRÁCE

**Jméno vedoucího práce:**

PaedDr. Ladislav Pokorný

**Jméno studenta:**

Bc. Tomáš Veselý

**Název práce:**

Vliv 8 týdenního programu na rozvoj aerobních schopností na úspěšnost v Beep testu

**Cíl práce:**

7.1 Hlavní cíl

1. Hlavním cílem diplomové práce je zjistit, jaký vliv bude mít osmítýdenní trénink aerobních schopností na úspěšnost v Beep testu.

7.2 Dílčí cíle

1. Porovnat vstupní a výstupní výsledky obou experimentálních skupin v Beep testu
2. Zjistit, která metoda tréninku aerobních schopností má větší vliv na úspěšnost v Beep testu
3. Zjistit aktuální stav vytrvalostních schopností u sportovně aktivních žáků 8. a 9. tříd
4. Pomocí dotazníkového šetření porovnat subjektivní názory účastníků výzkumu s výsledky testování v Beep testu

**1. Rozsah:**

* stran textu	87 bez příloh
* literárních pramenů (cizojazyčných)	29/6
* tabulky, grafy, přílohy	12,26,3

**2. Náročnost tématu na:**

	nadprůměrné	průměrné	podprůměrné
* teoretické znalosti		x	
* vstupní údaje a jejich zpracování		x	
* použité metody		x	

**3. Kritéria hodnocení práce:**

	stupeň hodnocení			
	výborně	velmi dobře	vyhovující	nevyhovující
stupeň splnění cíle práce		x		
samostatnost diplomanta při zpracování tématu		x		
logická stavba práce		x		
práce s literaturou včetně citací		x		
adekvátnost použitých metod				
úprava práce (text, grafy, tabulky)		x		
stylistická úroveň			x	



--

4. Využitelnost výsledků práce v praxi:

	průměrná
--	----------

5. Vyhodnocení podobnosti práce (%):

4%
----

**6. Připomínky a otázky k event. zodpovězení při obhajobě:**

Autor si zvolil téma práce na základě svého zjištění stavu úrovně vytrvalostních schopností žáků základní školy, na které již třetím rokem působí jako učitel tělesné výchovy. Teoretickou část práce zpracoval velmi pečlivě, vychází z dostatečného množství informačních zdrojů, jak českých tak i zahraničních. Informační zdroje v práci náležitě uvádí i cituje. Výzkum byl proveden u dvou skupin žáků v počtu 20 jedinců (celkem 40), na kterých byl aplikován 8 týdenní tréninkový program zaměřený na rozvoj vytrvalostních schopností. První skupina absolvovala trénink intervalovou metodou a druhá metodou souvislou. Způsob interpretace výsledků v tabulkách a grafech považují za odpovídající potřebám práce, grafy i tabulky jsou vhodně komentovány, podobně hodnotím i statistické zpracování výsledků včetně ověření statistické významnosti. Diskuze je věcná, autor zde odpovídá na dvě výzkumné otázky a zamítá dvě hypotézy ze tří. Jsou zde i vhodně formulovány limity práce. Závěry jsou věcné a strukturované, plně odpovídají výsledkům výzkumu. Po formální i obsahové stránce práce splňuje požadavky na tento typ absolventské práce. V práci se objevují drobné chyby, např. stylistického charakteru.

Otázka: Jakým způsobem by bylo možno zajistit vyšší účinnost aplikovaných tréninkových programů?

7. Doporučení práce k obhajobě:

Ano	
-----	--

8. Navržený klasifikační stupeň

--

Datum: 22.8.2024

L. Pokorný

\_\_\_\_\_ podpis



PEDAGOGICKÁ FAKULTA  
Katedra tělesné výchovy  
Univerzita Karlova