

OPONENTSKÝ POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Akademický rok 2019/2020

Jméno studenta: Adam Volák
Studijní obor: Tělesná výchova a sport
Téma bakalářské práce: Analýza obtížnosti a varianty tréninkové přípravy v rámci OCRA Predator Race

Typ bakalářské práce
 výzkumný
 metodický
 výukové médium (videopořad apod.)
 kompilační
 projektový

Oponent práce: Mgr. Věra Knappová, Ph.D.

Kritéria hodnocení: (1 nejlepší, 4 nejhorší, N-nelze hodnotit)	1	2	3	4	N
A) Definování cílů a úkolů práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B) Vymezení problému, definice teoretických východisek, formulace vědecké otázky	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C) Metodický postup vypracování	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D) Jazykové zpracování práce (skladby vět, gramatika)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E) Práce s odbornou literaturou (citace)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F) Přesnost formulací a práce s odborným jazykem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G) Závěry a jejich formulace	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
H) Splnění cílů práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I) Formální zpracování práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J) Originalita zvoleného tématu a jeho zpracování	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
K) Odborný přínos práce (pro teorii, pro praxi)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
L) Grafická stránka práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
M) Celkový dojem z práce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vzhledem k uvedeným skutečnostem **doporučuji** předloženou práci k obhajobě před státní komisí.

Navrhuji klasifikovat práci klasifikačním stupněm:
 výborně
 velmi dobře
 dobře
 nevyhovující

Stručné zdůvodnění navrhovaného klasifikačního stupně:

Student se v předložené práci teoreticky a prakticky zaměřuje na tvorbu tréninkových plánů pro závodníky mnoha typů extrémních překážkových běhů. Bohužel kritická analýza pramenů působí poměrně zmateným dojmem, autor se několikrát věnuje popisu různých závodů, přesto nevytkne větší rozdíly (jsou nějaké?). V kapitole věnované popisu techniky OCR okrajově zmíní rozvíjení motorických schopností, ale jejich bližší členění chybí a jejich obecné členění je až v další kapitole. Popis překážek nesouzní s TV názvoslovím a bez fotodokumentace není možné si pohybovou dovednost představit. Kapitola věnovaná HSSP je nadbytečná, nebo příliš stručná, chybí propojení funkčních svalových řetězců a případné příklady použitých cviků. Výtku mám však hlavně k výraznému množství gramatických a stylistických chyb v textu, některé pasáže nejsou vůbec pochopitelné. V kapitole věnované praktické přípravě a realizaci výzkumného šetření naopak kladně hodnotím popis tréninkových cyklů, vyčíslení tepových frekvencí, profilů trati a porovnání absolvovaných závodů. Citování v seznamu literatury neodpovídá standardu (velká písmena, tučné písmo, neřadí abecedně).

Otázky a připomínky k bližšímu vysvětlení při obhajobě:

Patří do fyzické přípravy posilovna (případně uveďte jaké cviky)? Liší se od sebe jednotlivé Race závody (Spartan, Predator, Gladiator)?

V Plzni, dne 24.5.2020

Západočeská univerzita v Plzni
 Fakulta pedagogická
 Centrum tělesné výchovy a sportu

KOPIE - SHODA
 S ORIGINÁLEM