

## Oponentní posudek na bakalářskou práci

Autor/ka BP: **Barbora Havranová**  
 Studijní obor: **7401R014 - Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání**  
 Název práce: **Trénink chodkyň v kategorii starších žákyň.**  
 Vedoucí práce: **Mgr. Petr Jeřábek, Ph.D.**

| Hodnotící kritéria                                                                                                              | Splňuje bez výhrad                  | Splňuje s drobnými výhradami        | Splňuje s výhradami                 | Nesplňuje                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| <b>A. obsahová</b>                                                                                                              |                                     |                                     |                                     |                          |
| V práci jsou vymezeny základní a dílčí cíle, které jsou v koncepci práce patřičně rozpracovány. Cíle jsou adekvátně naplňovány. | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| Práce splňuje cíle zadání.                                                                                                      | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Studující využívá a kriticky vybírá sekundární a/nebo primární literaturu.                                                      | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| Práce má vymezen předmět, je využito odpovídajících metodologických postupů.                                                    | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| Výstupy výzkumných částí jsou adekvátně syntetizovány a je o nich diskutováno.                                                  | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| V práci je využita odborná terminologie a jsou vysvětleny hlavní pojmy.                                                         | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| V práci jsou formulovány jasné závěry, které se vztahují ke koncepci práce a ke stanoveným cílům.                               | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>B. formální</b>                                                                                                              |                                     |                                     |                                     |                          |
| Práce vykazuje standardní poznámkový aparát a jednotný způsob citací v rámci práce, je typograficky jednotná.                   | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| Studující dodržuje jazykovou normu, text je stylisticky jednotný.                                                               | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| Text je soudržný, srozumitelný a argumentačně podložený.                                                                        | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/> |
| <b>C. přínos práce</b> (tvůrčí přístup studujícího, kompilační hodnota, využití pro praxi)                                      | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**Celkové hodnocení práce** (max. 1700 znaků):

Práce je zpracována na 77 stranách, autorka využila 24 zdrojů včetně zahraničních a internetových. Cíl práce je srozumitelně a jasně formulován, k dosažení jsou stanoveny logické dílčí úkoly. V druhé kapitole se autorka věnuje vysvětlení základních pojmů a principů sportovního tréninku, podává popis všech složek i etap sportovního tréninku. Vzhledem k charakteru práce je kapitola poměrně obsáhlá. Třetí kapitola je věnována charakteristice dané disciplíny - sportovní chůze, které se věnují závodnice, jejichž trénink je pak dále analyzován. Vzhledem k specifčnosti této disciplíny by tato kapitola mohla být i obsáhlejší.

V dalších kapitolách se již autorka věnuje analýze RTC vybraných závodnic. Je vysvětlen výběr ukazatelů k evidenci tréninkového zatížení. Kladem je stanovení jednotlivých zón zatížení pomocí SF na základě testování závodnic. V práci ale není zmíněno, jak probíhalo vyhodnocení (využití sporttestrů,...). To spolu s faktem, že v tabulkách jsou uvedeny stejné hodnoty pro obě sledované závodnice (přestože trénovaly ve společné skupině) trochu snižuje důvěryhodnost uvedených údajů. Ty byly poskytnuty z evidence trenéra, ale bohužel není uveden mezi zdroji. Přesto se autorka snažila o diskutování zjištěných skutečností a na základě posouzení trenéra a svého názoru formulovala jistá doporučení pro trénink chůze v této kategorii. Bohužel jsou však dost obecně formulovány, chybí kvantifikace jednotlivých tréninkových ukazatelů apod.

Po formální stránce má práce pouze drobné nedostatky, které ale nijak nesnižují její úroveň.

**Práce splňuje požadavky na udělení akademického titulu bakalář:**

**ANO**

**Práci doporučuji k obhajobě:**

**ANO**

**Návrh klasifikačního stupně:**

**velmi dobře**

**Náměty pro obhajobu** (max. 1500 znaků):

Jakým způsobem probíhalo vyhodnocení tréninkového zatížení (rozdělení do pásem) ?

Datum: 19.8.2015

Podpis: \_\_\_\_\_

