

Příloha k protokolu o SZZ č. ....  
Vysoká škola: Pedagogická fakulta JU Č.B.

Diplomant: Milan Šafařík  
St. obor: Magisterské studium Bi-TV

Katedra: tělesné výchovy a sportu  
Datum odevzdání posudku: 18. 5. 2007

Recenzent diplomové práce:  
PaedDr. Vladislav Kukačka, Ph.D.

## POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

### **Vytvoření a ověření optimálního tréninkového plánu v soutěži Ocelový muž**

Diplomová práce je rozdělena na 7 kapitol, má 54 stran a přílohy. Cílem této práce bylo vytvořit a ověřit plán rozvoje silově vytrvalostních schopností na soutěž Ocelový muž.

Literární rozbor přináší teoretické informace z oblasti tréninku zaměřeného na rozvoj silových a vytrvalostních schopností. Správně je zde zhodnocena také kategorie regenerace sil, která má tréninku své nezastupitelné místo. Rovněž upozornění na požadované potřeby změny ve sportovním stravování lze hodnotit kladně.

Kapitola č. 4 nedostatečně vysvětluje metodiku výzkumu a odvolává se na přílohy. Práce má ovšem další kapitolu č. 4, která by měla hodnotit výsledky, ale i tato kapitola postrádá přesné a zřetelné výsledné tabulky nebo grafy a odvolává se na přílohy. Závěr je poněkud obecný a postrádá přesné formulování výsledků práce a svým obsahem ho lze zařadit do diskuse. V názvu práce se hovoří o vytvoření plánu tréninku pro soutěž Ocelový muž, ale ani výsledky ani závěr se o vztahu navrhovaného plánu a jeho ověření v této soutěži nezmiňují.

Ověřovat nový tréninkový systém pouze na skupině pěti probantů je nedostatečné. Návrh tréninkového programu je ochuzen o použití dalších prostředků z oblasti regenerace sil a sportovní výživy, které jsou zmíněny v teoretické části.

Z formálního hlediska obsahuje práce několik desítek pravopisných nedostatků a svědčí o podcenění formálního aspektu předkládané práce!

Práce nesplňuje požadavky kladené na diplomovou práci, proto ji nedoporučuji k obhajobě.

PaedDr. Vladislav Kukačka, Ph.D.

.....  
podpis recenzenta práce

V Českých Budějovicích dne 18. 5. 2007