

**Pedagogická fakulta  
Univerzita Hradec Králové  
Katedra tělesné výchovy a sportu**

**Hodnocení diplomové práce – posudek vedoucího práce**

**Jméno autora:** Bc. Martin Koblása

**Studijní obor:** N7504- Učitelství pro střední školy- tělesná výchova  
Učitelství pro střední školy- základy techniky

**Název práce:** Otuzování studenou vodou jako prevence nemocí

**Vedoucí práce:** Mgr. Adrián Agricola, Ph.D.

**Oponent práce:** doc. PaedDr. Dana Fialová, Ph.D.

**Téma práce:** Seznámit s otuzováním jako účinným způsobem posilování imunitního systému; druhy otuzování a zásady správného otuzování; kryoterapie; sportovní otuzování

**Téma bylo v literatuře:** Obsah teoretické části práce je v literatuře zpracován.

**Zaměření práce:** empiricky

**Rozsah práce:** 63 stran + přílohy

**Použitá literatura:** odpovídající zaměření práce

**Jazyková a stylistická úroveň práce:** Jazykovou a stylistickou úroveň práce je možné hodnotit jako přijatelnou.

**Formální stránka práce:** Práce odpovídá požadavkům kladeným na diplomovou práci na PdF UHK.

**Citace v textu/Seznam použité literatury:** Citace v textu odpovídají požadované normě (APA); Seznam použité literatury je vytvořen podle požadovaných kritérií normy. Jediná nesrovnalost se objevuje u tištěných publikací, kde název díla by měl být uváděn kurzívou.

**Metodika a statistické zpracování výsledků:** Z hlediska logické návaznosti by v Kap. 3 („*Cíl práce*“) měl být stanoven nejdříve cíl práce a až následně jednotlivé výzkumné otázky. Formulace cíle se zbytečně opakuje v Kap. 4 („*Výzkumné metody*“). Charakteristika souboru by měla být v kapitole „*Metodika*“ (ne „*Výsledky*“). Metodickou část práce bych pro větší přehlednost doporučoval rozčlenit do podkapitol (např. *4.1 Charakteristika souboru; 4.2 Použitá metoda...atd.*). Výsledky jsou poměrně přehledně zpracovány v „*koláčových*“ a sloupcových grafech, nechybí popis.

**Využitelnost pro praxi:** Práce nabízí zajímavé informace o této netradiční aktivitě jak pro lidi, kteří by rádi s otužováním začali, tak pro ty, kteří se již otužování věnují. Práce popisuje důležitost a význam otužování, podrobně popisuje jednotlivé problémy s ním spojené a uvádí důležitá doporučení do praxe.

**Úroveň závěrečné práce:** Odpovídá formálním požadavkům kladeným na závěrečnou diplomovou práci na Univerzitě Hradec Králové.

**Cíl práce:** Splněn.

**Otázky:** Jaký pilotní program otužování byste navrhoval pro děti na MŠ a ZŠ? Má otužování význam i u tak mladých jedinců? Existují nějaké vědecké studie, které se zabývají problematikou otužování dětí?

Mgr. Adrián Agricola, Ph.D.

V Hradci Králové 8. května 2017