



POSUDEK VEDOUCÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno studenta: Elza Ryšková

Název práce: Vytvoření a ověření crossfit přípravy na fyzické testy profesionálních hasičů (zadání BP)

Autor posudku: Mgr. David Chaloupský, PhD.

Cíl práce: Porovnat úspěšnost vybraných českých profesionálních hasičů ve fyzických testech dle amerických stanov, tzv. CPAT, před a po působení speciálně vytvořeného CrossFit tréninku.

Povinná kritéria hodnocení práce	Stupeň hodnocení (známka)			
	1	2	3	4
Práce svým zaměřením odpovídá studovanému oboru	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vymezení cíle a jeho naplnění	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Náročnost práce na teoretické znalosti	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Náročnost práce na praktické dovednosti	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Adekvátnost použitých metod, způsob jejich použití	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hloubka a správnost provedené analýzy	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Práce s literaturou	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Logická stavba a členění práce	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jazyková a terminologická úroveň	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Formální úprava a náležitosti práce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vlastní přínos studenta	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Využitelnost výsledků práce v teorii (v praxi)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Dílčí připomínky a náměty:

U fyzických testů českých hasičů postrádám bodové hodnocení pro úspěšné splnění. (Autorka uvádí pouze tabulky pro získání bodů v příloze.) Chybí autor fotek u obrázků cvičení v příloze č. 2.

V některých částech je rozhozena formální úprava - řádkování (např. str. 13).

Celkové posouzení práce a zdůvodnění výsledné známky:

Práce splňuje požadavky bakalářské práce. Provedený výzkum má logické závěry a může sloužit jako motivace pro pokračování dalšího tréninku u profesionálních hasičů. Autorka splnila cíl práce, který byl vytyčen.

Práci doporučuji k obhajobě.

Otázky pro diskusi:

Jak reagovali hasiči na tříměsíční abstinenci a změnu stravovacích návyků, kterou autora doporučila? (str. 27)

Mohou být i ženy profesionálními hasiči a jakými testy případně musí projít?

Proč každý, kdo se pro CrossFit rozhodne, se musí naučit správnou terminologii cviků a nářadí, která je celá v angličtině? (Tvrzení autorky str. 14)

Navržená výsledná známka: velmi dobře

V Hradci Králové, dne 6.5.2015

podpis