

POSUDEK OPONENTA HABILITAČNÍ PRÁCE

Masarykova univerzita

Uchazeč

PhDr. Petr Schlegel, Ph.D.

Habilitační práce

Vysoce intenzivní funkční trénink

Oponent

František Zahálka, prof. Ing. Ph.D.

**Pracoviště oponenta,
instituce**

Laboratoř sportovní motoriky, FTVS UK

Předložená práce sestává ze 150 stran textů zahrnujících 11 článků v původním znění doplněné o slovní úvody a následně shrnující diskuzi se závěrem. Předkladatel rozdělil text do jednotlivých tematicky zaměřených kapitol. Všechny kapitoly mají velmi stručné a mnohdy nedostatečné a nevypovídající názvy. V úvodní části se předkladatel zabývá původem a historií uvedeného cvičení, a to včetně jeho zařazení do sportovní oblasti. Kapitola 2.3 probírající sociální a psychologické aspekty sice navazuje na sportovní oblast, ale ve skutečnosti se zabývá aspekty sociálními, kdy je otázkou, zda toto velmi široké téma má v takto stručné podobě vůbec smysl uvádět jako samostatnou dílčí kapitolu. Kapitola 3. Vymezení pojmu HIFT se snaží uvést úvodní prezentovaný článek z hlediska pojmů a ve velmi stručné podobě se odkazuje na následně publikovaný článek ve formě přehledové studie. Další kapitolou je „4. Trénink“, zde se musím pozastavit nad názvem kapitoly, protože ani z názvu a ani z textu nevyplývá postavení HIFT k teorii sportovního tréninku nebo něco podobného. Další článek ve formě systematické rešerše je velmi zdařilou částí práce a dá se konstatovat, že kvalita článku odráží i kvalitu časopisu, kde je publikován, který je ze všech publikovaných studií nejvýše hodnocen. Následující článek pak v kapitole trénink řeší anaerobní testování u crossfit. Zde se musím pozastavit nad úrovní recenze prezentovaného článku. Na první pohled tolik formálních chyb je skutečně až zarážející (u participantů není uvedena jednotka hmotnosti, tabulky neobsahují jednotky, u času se píše jednotky slovně minuty a u sekund zkratkou „s“ a to někdy s mezerou 60 s a jindy bez mezery 60s apod.). Další částí je článek ohledně testování infračervenou spektroskopií, který je zařazen do kapitoly trénink, ale zabývá se testováním a spíše by se hodil k objektivizaci výkonu. Další kapitola nazvaná opět stručně „Výkon“ se v úvodním vysvětlení zabývá více deskripcí, závodní podobou a organizací, a proto i zde nevidím název kapitoly jako výstižný. Ještě větší problém vidím v názvu kapitoly „AIR BIKE“, kdy autor ve druhé větě objasňuje využívání ergometru se specifickým postavením právě „AIR BIKE“. Chápu, že se jedná o snahu propojit text následujícího článku do celkového kontextu, ale v tomto případě není zdůvodněna uvedená výjimečnost. Pokud předkladatel popisuje měřené a sledované parametry jako je čas, vzdálenost, ujeté kalorie (vlastní měrná jednotka), výkon (watty) apod. tak by bylo vhodné uvádět buď jednotky všude, nebo nikde a u kalorií asi budeme odhadovat jejich spotřebu. Z formálních věcí je potřeba dále upozornit, že „Jízda na air biku je silově náročnější, a zdá se, že optimální práce paží bude vytvářet 10-30 % celkového výkonu“ (zápis 10-30% znamená deseti až třiceti procentní a věta by měla být formulačně upravena. V angličtině se mezera u procent nepoužívá a chápu že předkladatel použil text jako citaci, ale zde ji musí každopádně upravit do češtiny). Velkou otázkou by bylo porovnání práce paží s ergometrem veslařským. Další obsahovou částí je kapitola „Zdravotní aspekty“, kde je název ve stejné obecném a stručném duchu jako kapitoly předchozí. Zde bych se pozastavil vůbec nad zařazením dopingové problematiky do předložené práce, a to i s faktem, že problematika je zpracována ve světově neindexovaném časopise a je velkou otázkou, zda by tato studie měla šanci být jinak ve světě publikována a co vlastně vědecky přináší.

Problematika dopingu je separátní odborný, vědecký, a hlavně celosvětový problém. Ještě větší výhrady lze vyjádřit k zařazení článku „Crossfit ve výuce školní tělesné výchovy“, kde lze publikaci zařadit do kategorie sborníkového příspěvku s nízkou úrovní recenze. Poslední částí je kapitola „Diskuze“, která rozebírá jednotlivé kapitoly a publikované texty. Tuto část lze hodnotit jako velmi zdařilou. Předkladatel zde ukazuje, že je schopen aplikovat kritické myšlení, formulovat problém a kvalitně jej diskutovat za opory externích zdrojů. Obecně nejsem velkým podporovatelem kvalifikačních prací, které jsou souhrnem publikovaných výstupů a tato práce mě v mém názoru utvrzuje, protože pro kvalifikační práci by měly být použity významné publikace v kvalitativně vysoce hodnocených časopisech (impaktovaných na WOS), kde je vyšší záruka, že prošly kvalitní recenzí, což v tomto případě nebylo zaručeno. Autor na jednu stranu prokazuje jak široké, tak ale především velmi hluboké znalosti dané problematiky, ale sestavení dílčích prací z různých oblastí do jednoho celku je pak takřka neřešitelný problém. Osobně musím konstatovat, že pokud by autor sestavil jednotnou práci jako originální text, který by vycházel ze všech zde prezentovaných výstupů, vypadala by práce podstatně lépe a mohla by být kvalitním monografickým dílem, které by uceleně shrnovalo stav poznání HIFT a Crossfit s ambicemi publikace jak v českém, tak anglickém jazyce. To, že by toho byl předkladatel schopen, prokázal zejména v kapitole „Diskuze“.

Přes můj velmi kritický pohled na předloženou práci musím konstatovat, že předkladatel je bezesporu velkým odborníkem na danou problematiku a z textu je velmi patrné intenzivní zaujetí a nadšení se uvedeným tématem nadále zabývat a rozvíjet ho. Přes veškeré doposud deklarované výhrady musím konstatovat, že mě čtení práce v mnoha pohledech zaujalo, obohatilo a donutilo k zamyšlení, což lze hodnotit zcela určitě velmi pozitivně. Zde zopakuji svůj postesk, že je škoda, že nebyla práce sestavena jako originální text, kde by předkladatel mohl sestavit práci do jednotné, logické a souhrnné linie jako následnou monografii.

Dotazy oponenta k obhajobě habilitační práce (počet dotazů dle zvážení oponenta)

- **Porovnejte a diskutujte silovou náročnost ergometru AIR BIKE a ergometru veslařského**
- **Zdůvodněte intervenci po dobu 10 týdnů při školní tělesné výchově s časovou dotací 20-25 min a proč se zlepšily obě skupiny (a kde výhoda cross fit)**

Závěr

Předložená práce se zabývá problematikou vysoce intenzivního funkčního tréninku a její základ je tvořen jedenácti původními texty. Autor zde prokazuje dlouhodobý, systematický a intenzivní zájem o uvedenou problematiku a přináší nové pohledy na přístup a aplikaci tématu jak ve vědecké oblasti, tak v odborné praxi. K práci lze vyjádřit řadu kritických připomínek, které jsou zmíněny v posudku a jsou tvořeny zejména problémy z formálního pohledu. Z obsahového hlediska práce však obohacuje oblast sportovních věd a Kinantropologie o nové poznatky a lze jí tak doporučit v rámci kvalifikačního růstu jako práci habilitační.

Habilitační práce PhDr. Petra Schlegela, Ph.D. “Vysoce intenzivní funkční trénink” **splňuje** — ~~nesplňuje~~ požadavky standardně kladené na habilitační práce v oboru Kinantropologie.

Praha

Dne 7.5.2024.....

Prof. Ing. František Zahálka, Ph.D.

podpis