

Teorie sportovního tréninku

2. Se Požadavky na seminární práci

Doc. PaedDr. František Langer, CSc.
Katedra sportovních her FSpS MU

.....

.....

.....

.....

.....

SEMINÁRNÍ PRÁCE



Seminární práce je závažným předstupněm zpracování diplomního úkolu a je nedílnou součástí studia.

.....

.....

.....

.....

.....

SEMINÁRNÍ PRÁCE



Student se učí písemně formulovat své myšlenky odborným jazykem, pracovat s literaturou, ale ... hlavně se učí pečlivě a přesně odborné práci s jasně vymezenou odpovědností za výsledky (Frömel, 2002).

.....

.....

.....

.....

.....

ÚPRAVA TEXTU



Přehlednost



Logické
uspořádání



Snadná orientace
v textu

Text píšeme výlučně na PC (*doc, docx*) a používáme výhradně bílý papír (*formát A4*)

.....

.....

.....

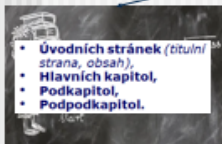
.....

.....

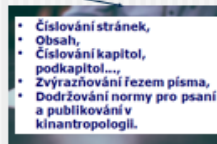
ÚPRAVA TEXTU



Přehlednost



- Úvodních stránek (*titulní strana, obsah*),
- Hlavních kapitol,
- Podkapitol,
- Podpodkapitol.



- Číslování stránek,
- Obsah,
- Číslování kapitol, podkapitol...
- Zvýrazňování fezem písma,
- Dodržování normy pro psaní a publikování v kinantropologii.

Text píšeme výlučně na PC (*doc, docx*) a používáme výhradně bílý papír (*formát A4*)

.....

.....

.....

.....

.....

POKYNY PRO AUTORKY/AUTORY



Pro sepsání seminární práce se studentky/studenti řídí...

...závaznou normou pro psaní a publikování v kinantropologii...

Frémel, K. (2002). *Kompendium psaní a publikování v kinantropologii*. Olomouc: UP
Chmelík, F. (2014). *Manuál pro publikování v kinantropologii podle normy APA*. Olomouc: UP

https://ftk.upol.cz/fileadmin/userdata/FTK/Studenti/Dokonceni_studie/Zaverecna_prace/Kompendium_psaní_a_publicování_v_kinantropologii.pdf

Zjednodušený „vzor“ bude zavěšen na web stránek předmětu v IS
(*Studijní materiály; Organizační pokyny...*)

.....

.....

.....

.....

.....

DOPORUČENÍ



Počet řádků: 32–34 (řádková mezera 1,5; mezery 0,0)
Počet úhozů: 60–90
Vzhled stránky: vnitřní okraje 2,5 cm
Program: Microsoft Word

Číslování kapitol: **Arabskými čísly podle desetinného dělení (...za posledním číslem bez tečky...)** se stálou velikostí písma 12... s rozlišením **HLAVNÍCH KAPITOL**, **podkapitol** a **podpodkapitol** různým řezem písma (popř. odsazením řádku vpravo 0,5)

1 HLAVNÍ KAPITOLA

1.1 Podkapitola
1.1.1 Podpodkapitola
1.1.1.1 Podpodpodkapitola
1.1.1.1.1 Podpodpodpodkapitola

DOPORUČENÍ

Mezery (1) Podle „úrovně“ nadpisu **KAPITOLY**, Podkapitoly

Číslo stránek (2) Uprostřed spodního okraje

Nadpisy (3) Bez tečky (dvojtečky) a bez podtrhávání, od levého okraje (...ne uprostřed!)

Zarovnávání (4) Do bloku ☐☐☐☐ nebo vlevo ☐☐☐☐ v celé práci(!)

Navazujte text (5) V seminární práci navazujte **HLAVNÍ KAPITOLY** jednu na druhou (v Bc. nebo Mgr. práci jsou **HLAVNÍ KAPITOLY** na samostatných stránkách...!)



DOPORUČENÍ

Řádkování 1,5

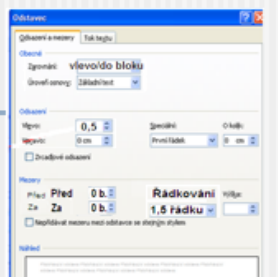
Mezery (před a za řádkem) 0 a 0

Odsazení odstavce Začátek prvního řádku odstavce řešte automatickým nastavením nebo jezdcem na horní liště

Zarovnávání do bloku nebo vlevo

Velikost písma „12“ ... v celé seminární práci

Typ písma Bud Times New Roman nebo Arial (v celé práci)



SOUHRN PŘEDEŠLÉHO

- Celá seminární práce je psána jedním typem písma (buď Arial nebo Times New Roman),
- Velikostí 12,
- Řádkování 1,5,
- Mezery před a za 0,0,
- Zarovnávání do bloku nebo vlevo,
- Kapitoly se liší kromě čísla i „řezem“ písma (**HLAVNÍ KAPITOLY**, **Podkapitoly**, resp. **Podpodkapitoly**...)

.....

.....

.....

.....

.....

DOPORUČENÍ



Mezery neděláme:

- u pomlček, např. mezi čísla stránek (28-34),
- jestliže čísla vyjadřujeme přidavné jméno, např. desetiprocentní aj. (10%, 5m, 12km),
- mezi závorkou, dvojtečkou nebo v uvozovkách.

Mezeru děláme:

- mezi číslicí a značkou (15 km, 5 s, 33 %).

Nenahrazujeme:

- číslice 1 a 0 písmeny „l“ a „o“,
- závorky lomítkem („/“).

V textu práce nepodtrhávejte!

.....

.....

.....

.....

.....

ZJEDNODUŠENÁ STRUKTURA SEMINÁRNÍ PRÁCE

1 ÚVOD

(zdůvodnění výběru tématu práce, popř. problému)

2 CÍL

(jeden hlavní cíl práce, příp. dílčí cíl)

3 ŘEŠENÍ HLAVNÍ PROBLEMATIKY

(s dílčími podkapitolami)

4 ZÁVĚRY

(případně i doporučení)

5 REFERENČNÍ SEZNAM

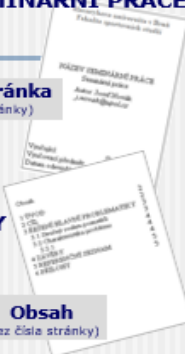
(autoři citovaní v textu seminární práce)

Úvodní stránka

(bez čísla stránky)

Obsah

(bez čísla stránky)



.....

.....

.....

.....

.....

ÚVODNÍ STRÁNKA

Název instituce (*Univerzita, fakulta...*)

Titul seminární práce
Druh dokumentu
Autor

Identifikace

Znak (*logo*) ~~instituce lze použít jen ve výjimečných případech na velmi důležitých dokumentech (což seminárka není)! Použití loga podléhá schválení odpovědného pracovníka instituce (na MU v Brně je to děkan).~~ **Navíc musí znak splňovat základní požadavky** (např. barva, poměry stran, originální písmo a grafika atd.).

Titulní stránka (zarovnávání na střed) a v normě pro psaní a publikování v kinantropologii.

Masarykova univerzita v Brně
Fakulta sportovních studií

NÁZEV SEMINÁRNÍ PRÁCE
Seminární práce
Autor: Josef Novák
josef.novak@upol.cz

Vydání:
Vydavatelství:
Datum aktualizace:
Stručný obsah:
Stručný náčrtek:

Úvodní stránku nečíslujte!

.....

.....

.....

.....

.....

.....

OBSAH

Struktura seminární práce je jasně vymezena pěti Hlavními Kapitoly, popř., Podkapitolami, Podpodkapitolami..., označenými arabskými čísly podle desetinného dělení (...za posledním číslem bez tečky...).

OBSAH

1 ÚVOD	3
2 CÍL PRÁCE	3
3 ŘEŠENÍ HLAVNÍ PROBLEMATIKY	3
3.1 Sběr dat	3
3.2 Analýza údajů	4
3.2.1 Hodnocení výsledků	5
4 ZÁVĚRY	5
5 REFERENČNÍ SEZNAM	5

Stránku s obsahem nečíslujte!

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TEXTOVÁ ČÁST

- 1. Seminární práce má max. rozsah pět stránek (2 úvodní stránky a 3 stránky vlastního textu).**
- 2. V seminární práci navazujte Hlavní kapitoly jednu na druhou,**
- 3. Stránky číslete až od kapitoly 1 ÚVOD (... 3),**
- 4. Hlavní kapitoly velkými písmeny, vlevo, před a za titulem vynechat řádek,**
- 5. Podkapitola má jiný řez písma, nevynechávat řádek pod titulem (pouze nad).**

1 ÚVOD

Cílem této seminární práce a první kapitoly v této práci je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii. Účelem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii. Účelem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii.

2 CÍL

Cílem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii. Účelem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii.

3 Hlavní kapitola

Cílem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii. Účelem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii.

3.1 Sběr dat

Cílem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii. Účelem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii.

3.2 Analýza údajů

Cílem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii. Účelem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii.

3.2.1 Hodnocení výsledků

Cílem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii. Účelem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii.

4 ZÁVĚRY

Cílem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii. Účelem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii.

5 REFERENČNÍ SEZNAM

Cílem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii. Účelem této kapitoly je seznámit studenty s významem fyzikálního vzájemného působení v kinantropologii.

Nezapomeňte na číslo stránky!

.....

.....

.....

.....

.....

.....

CITACE AUTORŮ V TEXTU

3 DIAGNOSTIKA HERNIHO VÝKONU

Diagnostiku je důležité zmínit v úvodu, jako předpoklad jsou pozorování a měřitelné znaky či projevy sportovce, trenéra, nebo jejich vzájemné vztahy.

Diagnostika zahrnuje čtyřhranné vztahy kardiálních, biomech, antropometrických a biomechanických charakteristik (Dobry, 1988; Holman a Brack, 1983).

3.1 Herní výkon

Herní výkon je podle Taborského (1979) sportovním výkonem svého druhu, který je dán průběhem a výsledkem specifického jednání během děje zápasu a jednoru vřech forem pohybu vyřídilých realizovaných úrovní fyzikálních, chemických, biologických a sociálních. Výkon hráče můžeme charakterizovat jako substituční výkon a herní výkon skutečný.

3.1.1 Herní výkon jednotlivce

Dobry a Semigajovský (1988) chápe herní výkon jednotlivce jako souhrn všech činností, které hráč v zápasu realizuje ve snaze reagovat na proměnlivý děj zápasu.

Herní výkon jednotlivce vyjadřuje vývojový stupeň kvality uplatnění participovat na týmovém herním výkonu. Jeho úroveň závisí na mnohařivě determinacích.

ODRÁŽKY V TEXTU

Občas lze metody regrese rozdělit podle Benackové et al. (2020) do pěti důležitých kategorií:

- pedagogické prostředky regrese,
- psychologické prostředky regrese,
- fyzikální prostředky regrese,
- pohybové prostředky regrese,
- výhra v regresi a podoba sportovního výkonu.

4 ZÁVĚRY

V seminární práci jsem přehledně regrese a její funkci, resp. dělení. Uvedla jsem konkrétní rozdělení regresečních metod do skupin podle druhu a principů provádění, následně zmínila nejpoužívanější metody a běžící na lyžích a biatlonu.

Vycházela jsem jak z odborné literatury, tak ze sportovní praxe, protože jsem se věnovala 11 let biatlonu lyžování na vrcholové úrovni. Z osobní zkušenosti mohu potvrdit důležitost regrese v tréninkovém procesu i procesu nastavení po zápasích.

V mému sportovním klubu se byl klade důraz na regresi ani kontrolována či

1. **Odrážky řešte automaticky (na horní liště) + za každým pojmem, větou v odrážce pište čárku, za poslední větou tečku + za poslední odrážkou vynechte jeden řádek.**
2. **Věty (pojmy) v odrážkách začínějte v celém textu jednotně – velkým nebo malým písmenem.**
3. **Odsazení prvního řádku odstavce je v celém textu stejné (0,5). Řešte automaticky pomocí horní lišty (ne tabulátorem nebo mezníkem)!**

ZÁVĚRY

4 ZÁVĚRY... srovnejte poznatky s cílem práce, citovaných autorů i s vlastním stanoviskem.

4 ZÁVĚRY

V seminární práci jsem přehledně regrese a její funkci, resp. dělení. Uvedla jsem konkrétní rozdělení regresečních metod do skupin podle druhu a principů provádění, následně zmínila nejpoužívanější metody a běžící na lyžích a biatlonu.

Vycházela jsem jak z odborné literatury, tak ze sportovní praxe, protože jsem se věnovala 11 let biatlonu lyžování na vrcholové úrovni. Z osobní zkušenosti mohu potvrdit důležitost regrese v tréninkovém procesu i procesu nastavení po zápasích.

V mému sportovním klubu se byl klade důraz na regresi ani kontrolována či doporučená osobními trenéry, což vedlo o některých zápasích k častým zdravotním problémům a zraněním a zraněním lyžařské kariéry.

Sepání seminární práce mě velmi bavilo a domnívám se, že cíle práce byly splněny.

...V seminární práci jsem seznámil(-a) studenty s... popsal(-a) ... charakterizoval(-a) ... objasnil(-a) ... Limity práce... Cíle seminární práce jsem splnil(-a) nebo nespil(-a) ... proč?

REFERENČNÍ SEZNAM

5 REFERENČNÍ SEZNAM

- Čiháková, D. (1999). *Polohová aktivita a její determinanty u osob s mentálními i řečnými obtížemi studia FTK UP v Olomouci*. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.
- Frömel, K. (2002). *Kompensace psaní a publikování v kinantropologii*. Olomouc: UP Olomouc.
- Lehant, M., Novosád, J., Neula, F., Langer, F. & Botek, M. (2010). *Průběh kordické svalové zprávy*. Olomouc: UP Olomouc.
- Langer, F. (2014). *Fast sport system evaluation*. Bydgoszcz: Uniwersytet Kazimierza Wielkiego.
- Langer, F. & Langerová, A. (2008). Evaluation of the condition high jumper's locomotor system in the prevention of health problems. *Kinesiology* 40, 1:1-13.
- Langer, F. (2008). *Atletika I [Účební texty]*. Olomouc: UP Olomouc.
- Membership directory of men and women tennis-playing professionals. (1995). Houston, TX: United States Professional Tennis Association.
- Morris, H. (1998). *Eye-tracking design and analysis*. Retrieved 11. 12. 2009 from the World Wide Web: <http://www.indiana.edu/~kines1093.html>.

Pro citování autorů nahlédněte do *Kompedia pro psaní a publikování v kinantropologii* (Frömel, 2002).

5

5 REFERENČNÍ SEZNAM ... standardní hlavní kapitola navazuje přímo na předchozí hlavní kapitolu!

Díky za pozornost...