

Posudek vedoucího bakalářské práce

Jméno posluchače	Dominik Kolinger
Název práce	Vliv modifikace dechového vzorce při bench-pressu na překonání kritické fáze pohybu
Cíl práce	Hlavním cílem této práce je určit rozdíly v době a dráze potřebné k překonání kritické fáze pohybu v závislosti na použitém dechovém vzorci a velikosti zátěže během cvičení bench-pressu. Dalším cílem je určit, zdali se kritická fáze pohybu vyskytuje u cvičení bench-pressu s velikostí odporu 1 RM, 4 RM, 8 RM a 12 RM.
Vedoucí bakalářské práce	PhDr. Petr Šťastný PhD.

náročnost tématu na	úroveň		
	nadprůměrná	průměrná	podprůměrná
teoretické znalosti	x		
praktické zkušenosti	x		
podkladové materiály (vstupní data) a jejich zpracování		x	
Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:		x	

Hodnocení

Zpracovaná diplomová práce hodnotí vliv modifikace dechového vzorce při bench-pressu na překonání kritické fáze pohybu, což je velmi aktuální téma v rámci silového tréninku.

V teoretické části je provedena podrobná rešerše za použití dostačujícího množství citované literatury, která postihuje všechny aspekty provedení experimentu. Konečný výběr sledovaných proměnných je s ohledem na potřeby praxe adekvátní. V praktické části je dostatečně popsán sběr dat, jejich kvantifikace i statistické zpracování. Při statistickém zpracování student využívá přiměřené metody, jejichž interpretaci plně zvládá. Výsledky práce jsou aplikovatelné do praxe. Uchazeč prokázal vysokou schopnost samostatné práce v oblasti rešerše literatury, provedení experimentu, zpracování dat, interpretace dat a propojení teoreticko-praktického přístupu.

Práce splňuje veškeré formální požadavky kladené na bakalářskou práci.

Na základě uvedeného **je práce doporučena k obhajobě**

Navržený klasifikační stupeň:

Výborně

Do rámečku vypsát slovní hodnocení z této škály: výborně, velmi dobře, dobře, nevyhověl/a

Vedoucí bakalářské práce:

Jméno, tituly: PhDr. Petr Šťastný PhD.

Podpis:

V Praze dne: 6. 9. 2018

