

## **Posudek vedoucího BP**

**Student: Karolína Tesařová**

### **Název bakalářské práce: Vliv intervalu odpočinku na rychlou sílu**

Studentka Karolína Tesařová se ve své BP pokusila o komparaci rozdílného intervalu odpočinku při silovém tréninku zaměřeného na projev rychlé síly. Téma BP je stále velmi aktuální. Pustila se do zajímavého terénního experimentu, který ale často skrývá plno nástrah a limitací.

Její výsledná data a závěry jsou pokusem o zdůraznění významu doby odpočinku v silovém tréninku. Tento metodotvorný komponent je ve sportovní praxi často různě zkracován a upravován, což může mít za důsledek málo efektivní rozvoj rychlé síly.

Studentka Karolína Tesařová pracovala z větší části samostatně, ovšem dost nesystematicky a své kroky s vedoucím práce prakticky téměř nekonzultovala.

V navrhované podobě BP splňuje základní požadavky na ní kladené, má standartní úpravu a doporučuji jí k obhajobě.

V Praze 22.4.2019

PhDr. Radim Jebavý, Ph.D.  
katedra atletiky