

Posudek vedoucího bakalářské práce

Jméno posluchače	Ondrej Zeman
Název práce	Vliv agonistické a antagonistické dvojsérie na submaximální výkon v bench presu
Cíl práce	Hlavním cílem této práce je zjistit vliv pořadí cviků a typu série na submaximální výkon vBP, při velikosti odporu 4RMa době odpočinku 4 min.
Vedoucí bakalářské práce	Doc., 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 bakalářská práce hodnotí průběh dvou typů tréninkových metod (antagonistickou a agonistickou) na akutní tréninkový objem, což je aktuální téma v rámci silového tréninku. V teoretické části je provedena rešerše za použití dostačujícího množství citované literatury. Konečný výběr metod a výzkumné skupiny 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 „magnitude based inference“, jejíž interpretaci zvládá v rámci hodnocení pravděpodobnosti změny. Uchazeč prokázal dostatečnou 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:

Velmi Dobře

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: 15.1. 2020

