

### Posudek oponenta diplomové práce

Jméno posluchače	Bc. Jan Pfeifer
Téma práce	Silová tonizace v softballu žen
Cíl práce	Cílem této studie bylo provést svalovou tonizaci a prokázat post-aktivační potenciaci (PAP) po silové zátěži. Aplikací komparace dvou velikostí odporu jsme otestovali vliv tonizace na explozivní sílu horních končetin.
Vedoucí diplomové práce	PhDr. Radimu Jebavému, Ph.D.
Oponent diplomové práce	Mgr. Jan Feher

<b>Rozsah práce</b>	
stran textu	119
literárních pramenů (cizojazyčných)	64, 54 – internetové zdroje; 47 cizojazyčných
tabulky, grafy, obrázky, přílohy	20, 12, 33, 3

Náročnost tématu na	Úroveň			
	výborně	velmi dobře	Dobře	nevyhověl/a
teoretické znalosti	x			
praktické zkušenosti	x			
podkladové materiály (vstupní data) a jejich zpracování	x			

Kritéria hodnocení práce	Úroveň			
	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl/a
stupeň splnění cíle práce	x			
logická stavba práce	x			
práce s českou literaturou včetně citací	x			
práce se zahraniční literaturou včetně citací	x			
adekvátnost použitých metod	x			
hloubka provedené analýzy		x		
stupeň realizovatelnosti řešení		x		
formální úprava práce (text, grafy, tabulky)		x		
stylistická úroveň	x			
nároky DP na podkladové materiály, konzultace, průzkumy		x		
použití analýz, matem. statistických a jiných metod, komparací apod.	x			
využitelnost námětů, návrhů a doporučení k řešení problému		x		
obsah a relevantnost příloh v textu či příl. části DP (tabulky, grafy, propočty apod.)	x			

Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:

**Práci doporučuji k obhajobě.**

**Navržený klasifikační stupeň:**

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

### **Otázky k obhajobě:**

1. Je škoda, že v práci nebyly v příloze uvedeny všechny dosažené výsledky v hodů medicinbalem, ale jen nejlepší výkon. Můžete prosím zmínit, jakých hodnot bylo dosahováno v rámci jednotlivých pokusů. Jedná se mi o fakt, že někde došlo ke zlepšení jen o 5 cm po tonizaci což je i pod rozlišovací schopnost při měření, ale také toto může být způsobeno náhodností jednotlivých pokusů, nebo nepovedenou technikou. Toto by více napovědělo, zda skutečně tonizace měla efekt.
2. Můžete podobněji popsat, jaký byl původní zamýšlený plán diplomové práce a měření. Který nebylo možné uskutečnit?
3. Stále přemýšlím, do jaké míry může výkon v trčení medicinbalem korelovat se softbalovým odpalem. I když je uváděno, že dochází k zapojení podobných svalových skupin, tak trčení je spíše izolovaný silový projev, kdežto odpal je komplexní a složitý pohyb. Můžete se prosím zamyslet na tímto problémem a zkusit ještě jednou popsat podobnosti, rozdílnosti, případně navrhnout jiný cvik na základě výsledků diplomové práce.

### **Doplňující komentář k hodnocení práce:**

Diplomová práce je velice pěkně a podrobně zpracována. Teoretická část je možná někdy až příliš obsáhlá, má rozsah od 13 do 68 stránky. Výzkumná část začíná na straně 69 a končí na straně 99. Práce je pečlivě zpracována. Drobné připomínky mám k použitým obrázkům, které jsou mnohdy nečitelné (tištěná i elektronická verze, i přílohy), obrázky na straně 29, 42, i některé grafy jsou v horší kvalitě (graf 9, graf 10). Stejně tak i obrázky v příloze číslo 2. Použité obrázky díky špatné čitelnosti pak ztrácí na významu. Na straně 76 je uvedeno, že bylo prováděno měření s přesností na 0,1 m. V tabulce 15 jsou však hodnoty uváděny s přesností na 5 cm, což neodpovídá metodice práce. Autor diplomové práce pečlivě zpracoval statistickou část práce a dobře s daty statisticky pracoval. Otázkou zůstává praktické využití v praxi, při zápase. Zde si myslím, je toto jen těžko realizovatelné.

### **Oponent diplomové práce:**

Jméno, tituly: Mgr. Jan Feher

V Praze dne: 14.6.2021

Podpis: