

## Posudek oponenta diplomové práce

Jméno posluchače	<b>Bc. Eliška Zýková</b>
Téma práce	Efekt dechového cvičení Wima Hofa na výkon sportovního lezce v all-out testu
Cíl práce	Zjistit, zda dechové cvičení W. H. ovlivní výkon flexorů prstů v intermitentní zátěži
Oponent závěrečné práce	Pavel Hráský, PhDr., Ph.D.

<b>Rozsah práce</b>	
stran textu	53
literárních pramenů	49
tabulky, obr, přílohy	4, 2, 2

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		
práce s literaturou včetně citací	x			
adekvátnost použitých metod	x			
hloubka provedené analýzy		x		
stupeň realizovatelnosti řešení				
Využití podkladových materiálů, konzultace, průzkumy		x		
využitelnost námětů, návrhů a doporučení k řešení problému		x		
obsah a relevantnost příloh v textu či přílohách	x	x		
Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:			<b>x</b>	

**Navržený klasifikační stupeň: velmi dobře**

### Doplňující komentář k hodnocení práce:

V DP zpracovává kandidátka aktuální a zajímavou problematiku, která je přínosná z hlediska aplikace do trenérské praxe i pro další odborný rozvoj v praxi v lezení. Vlastní pojetí rešeršní části zpracovává hlavní faktory, byť, dle mého názoru, zde chybí konkrétnější rozbor problematiky u některých faktorů – viz obsahové připomínky. Některým proměnným se věnuje jen okrajově a neposkytuje relevantní souvislosti s proklamovaným cílem práce.

Autorka zmiňuje obecné informace o rozvoji svalové síly, dech stereotypech, ovlivnění fyziologických parametrů in Vivo.

Drobné výhrady mám k metodice DP (viz níže).

Praktická část je poměrně stručně, ale věcně zpracována. Postrádám pouze obsáhlejší diskuzní část DP.

Obsahové připomínky k závěrečné práci:

1. Obecné pojetí kapitol 2.3.2
2. V kap 2.5 je pouze zmíněn obecně dechový stereotyp bez dalších specifik a závislostí
3. Kap 2.6.4 je psána poeticky nikoli odborně
4. V kap 2.6.3 uvedeny pouze některé faktory a vlivy na fyziologické funkce
5. V kap 2.7 uvedena zmínka pouze o globálním vlivu WHBM
6. Dle mého názoru nevhodně rozdělený výzkumný soubor

**Otázky oponenta:**

1. Zvažovala jste použití zaslepeného experimentu?
2. Mohlo by mít toto provedení vliv na výsledky studie?

**Oponent DP:**

Hráský

V Praze dne: 31.8.2022