

Posudek vedoucího bakalářské práce

Jméno posluchače	Černý Pavel
Téma práce	Vliv vysoce intenzivního intervalového tréninku na aerobní a anaerobní výkonnost fotbalistů
Cíl práce	Zjistit efekt vysoce intenzivního intervalového tréninku a rychlostně-silově-dovednostního pohybového programu na aerobní a anaerobní tělesnou výkonnost u fotbalistů ve věkové kategorii 14 let.
Vedoucí bakalářské práce	Mgr. Pavel Frýbort, Ph.D

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		
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 BP (tabulky, grafy, propočty apod.)		x		

Práce je doporučena k obhajobě.

Komentář k hodnocení práce:

Formální a obsahové hledisko:

Abstrakt - splňuje všechna doporučení.

Teoretická část - autor BP zde charakterizuje problematiku použití vysoce intenzivního intervalového tréninku (HIIT) u fotbalistů. Kapitola je doplněna o předpokládané efekty HIIT na základě poměrně rozsáhlé literární rešerše. Přesto zmíněná problematika není doplněna o nejnovější poznatky (studie). Autor tak mohl detailněji rozpracovat zkoumaný problém.

Nicméně lze konstatovat, že teoretický rozbor splňuje svým obsahem a strukturou požadavky kladené na BP.

Metodika – obsahuje všechny podmínky k realizaci šetření včetně volby metod, výzkumného souboru apod. Jako omezení využití výsledků a závěrů z našeho šetření se jeví nepoužití věcné významnosti, která by transparentně prokázala míru efektu HIIT.

Výsledková část – obsahuje tabulky a grafy, které přehledně informují o změnách ve výstupních proměnných.

Diskuse - obsahuje verifikace hypotéz. Kapitola rovněž obsahuje komparaci našich výsledků s výsledky jiných studií.

Výsledný klasifikační stupeň: Výborně – velmi dobře podle průběhu obhajoby

V Praze dne: 10. 4. 2017

Podpis vedoucí BP: