

Posudek vedoucího BP

Student: Anna Křížová

Téma: Vliv rozcvičení na opakovaný test rychlosti

Studentka Anna Křížová se ve své BP pokusila o experimentální studii zaměřenou na komparaci dvou variant rozcvičení s dopadem na opakovaný test rychlosti.

Téma je velmi aktuální a pro sportovní praxi potřebné. Studentka prováděla terénní experiment. Spousta odborných i vědeckých studií se zaměřuje na rozdíly různých variant rozcvičení s dopadem na rychlost, ale studentka se pokusila o částečně odlišnou studii, kterých v literatuře naopak zpracováno mnoho není. Jedná se o opakovanou komparaci rychlostních testů s krátkým časovým rozestupem. Zajímalo jí, jestli neúplné rozcvičení může mít dopad na zhoršení výsledků i po krátké pohybové aktivitě, čehož se dá následně využít v atletice např. u sprinterů, kteří mají rozběhy a finále v krátkém časovém sledu za sebou a také se tato problematika výrazně promítá do sportovních her (např. rychlostní činnosti po poločase, třetině, atd.).

I když závěry BP nejsou statisticky významné, tak studentka alespoň prokázala svým zpracováním objektivní náhled do zkoumané problematiky.

BP má pěknou úpravu, výsledky práce, diskuze i závěry jsou popsány smysluplně i s doporučením pro samotnou sportovní praxi.

Hodnocení:

V Praze 24.4. 2017
PhDr. Radim Jebavý, Ph.D.