

## **Posudek vedoucího BP**

**Student: Martin Švec**

**Téma: Interval odpočinku při explosivně silovém tréninku**

Student Martin Švec se ve své BP pokusil o experimentální studii zaměřenou na vliv intervalu odpočinku na explosivní sílu.

Zvolené téma je aktuální a pro sportovní praxi určitě užitečné. Student se pokusil o terénní experiment. Spousta odborných i vědeckých studií se zaměřuje na dopady různých variant silového tréninku, ale student se zaměřil na odlišnou studii, kterých je v literatuře naopak zpracováno velmi málo. Proto zde oceňuji odvalu a snahu pustit se tzv. „do neznámých vod.“ Jeho cílem byl konkrétně interval odpočinku u odvrhových cvičení. Student pracoval samostatně a s vedoucím práce své kroky pravidelně konzultoval. Samotné výsledky nebyly pro závěry práce prioritou. Student totiž předpokládá, že tuto BP považuje jako pilotní studii a rád by na ní navázal ve své DP v širším rozměru. Student Švec během zpracování zjistil, kolik proměnných může výsledky ovlivnit a potýkal se spoustou problémů, které se mu z větší části dařilo řešit. Jistě je v BP řada věcí k diskuzi jako zvolená statistika, způsob zjišťování adekvátní velikosti zátěže, která je pro tento typ výzkumu zcela zásadní, výběr probandů atd., což si student uvědomuje a v BP to popisuje.

Na základě naměřených dat si navrhl i upravil design pro svůj další výzkum.

Výsledky práce, diskuze i závěry jsou popsány poměrně smysluplně a BP má i odpovídající úpravu.

Hodnocení:

V Praze 9.1. 2018  
PhDr. Radim Jebavý, Ph.D.