

POSUDEK VEDOUCÍHO DIPLOMOVÉ PRÁCE

| | |
|-------------------------|--|
| Jméno posluchače | Bc. Antonín Mocik |
| Název diplomové práce | Specifický pohybový program (HIIT) a jeho vliv na tělesné složení u mužů a žen |
| Cíl práce | Cílem práce bylo zhodnocení změn tělesného složení u mužů a žen, kteří absolvovali tříměsíční pohybový program. |
| Vedoucí diplomové práce | Mgr. Ivana Kinkorová, Ph.D. |

Rozsah:

| | |
|-------------------------|------------------------------|
| Stran textu | 67 |
| Literární zdroje | 47 celkem (21 cizojazyčných) |
| Tabulky, grafy, přílohy | 9 tab., 22 grafů, 6 příloh |

Náročnost tématu na:

| | úroveň | | | |
|----------------------------------|---------|-------------|-------|-------------|
| | výborně | velmi dobře | dobře | nevyhověl/a |
| teoretické znalosti | | X | | |
| vstupní data a jejich zpracování | | X | | |
| použité metody | | X | | |

Kritéria hodnocení práce:

| | úroveň | | | |
|---|---------|-------------|-------|-------------|
| | výborně | velmi dobře | dobře | nevyhověl/a |
| stupeň splnění cíle práce | | X | | |
| samostatnost při zpracování tématu | | X | X | |
| logická stavba práce | | X | | |
| práce s literaturou včetně citací | | X | | |
| adekvátnost použitých metod | | X | | |
| formální úprava práce (text, grafy, tabulky) | | X | | |
| stylistická úroveň | | X | | |
| nároky DP na podkladové materiály, konzultace | | X | | |
| zpracování výsledků, použití analýz | | X | X | |
| využitelnost výsledků a námětů v praxi | | X | | |

| | |
|---|-------------------|
| Doporučení/nedoporučení práce k obhajobě: | DOPORUČUJI |
|---|-------------------|

| | |
|-------------------------------|--------------------|
| Navržený klasifikační stupeň: | VELMI DOBŘE |
|-------------------------------|--------------------|

Doplňující komentář k hodnocení práce:

Diplomová práce se zabývá problematikou hodnocení tělesného složení, resp. změnami jednotlivých parametrů, ke kterým může docházet vlivem specifického pohybového programu (HIIT). Sledování vybraných parametrů tělesného složení je žádané nejen u jedinců v oblasti vrcholového sportu, ale poptávka po těchto službách stoupá i mezi jedinci z běžné populace, např. v rámci redukčních programů nebo jako služba ve sportovních centrech. V teoretické části se předkladatel zaměřil na charakteristiku tělesného složení, rozbor jednotlivých hodnocených parametrů, charakteristiku zatížení metodou HIIT. V praktické části jsou vytyčeny cíl, úkoly práce, vědecká otázka a formulována hypotéza spolu s jejím zdůvodněním. V dalších kapitolách předkladatel charakterizoval sledovaný soubor, popsal použité metodiky a zpracování získaných dat. Výsledky jsou zpracovány nejen tabulkově, ale i graficky s komentáři. V diskusi jsou zjištěné výsledky konfrontovány s obdobnými studiemi.

Formální zpracování práce odpovídá požadavkům na práce podobného charakteru. Celkově velice kladně hodnotím značnou míru samostatnosti a aktivní přístup při realizaci měření a celém zpracování práce.

Vedoucí diplomové práce:

Jméno, tituly: Mgr. Ivana Kinkorová, Ph.D.

V Praze dne: 16.12.2019

Podpis: