# POSUDEK VEDOUCÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Zpracovatel BP: Miloš LIBRA

Téma práce: Vliv všeobecného kondičního tréninku na výkon v hodu granátem na cíl a dálku

Cíl práce: Stanovit a zhodnotit vliv všeobecného kondičního tréninku na výkon v hodu granátem na cíl a na dálku u vybraných vojáků posádky Liberec. Pro test byla využita disciplína vojenského pětiboje avšak s gumovým granátem.

1. Náročnost tématu na:

| | průměrné | nadprůměrné |
|---|---|---|
| - teoretické znalosti | x | |
| - vstupní údaje a jejich zpracování | x | |
| - použité metody | x | |

2. Kritéria hodnocení práce:

| | stupeň hodnocení | | | |
|---|---|---|---|---|
| | výborně | velmi dobře | vyhovující | nevyhovující |
| stupeň splnění cíle práce | | x | | |
| samostatnost posluchače při zpracování tématu | x | | | |
| logická stavba práce | | | x | |
| práce s literaturou včetně citací | | | x | |
| adekvátnost použitých metod | | | x | |
| hloubka provedené analýzy ve vztahu k tématu | | | x | |
| úprava práce (texty, grafy, tabulky) | | x | | |
| stylistická úroveň | | | x | |

3. Využitelnost výsledků práce v praxi, příp. teorii:

Výsledky práce mohou být využity v přípravě vojáků sportovců ve vojenských vícebojích a ostatních vojáků v jednom z témat speciální tělesné přípravy – házení.

4. Připomínky a otázky k zodpovězení při obhajobě:

a) jaké jsou příčiny špatných výsledků vojáků v hodu granátem?
b) jaký je vliv jednotlivých složek sportovního tréninku na výkon u sledovaných ukazatelů?
c) podílí se na výkonu v hodu na dálku a v hodu na cíl psychická připravenost, pokud ano, jak, lze ji trénovat?

5. Práce je doporučena k obhajobě.

6. Navržený klasifikační stupeň: velmi dobře - dobře

V Praze dne 11. 1. 2016

..... .....

datum a místo vyhotovení posudku

podpis vedoucího bakalářské práce