

Hodnocení vedoucího diplomové práce – Radim Jebavý

Student: Lucie Tihonová

Téma: Možnosti zvýšení efektivity stimulace silových schopností žen prostřednictvím cvičení na hluboký stabilizační systém

Studentka Lucie Tihonová si zvolila aktuální téma diplomové práce. Svojí prací navazuje na DP Michala Štohanzla, který pracoval s mužskou populací. Diplomantka naopak pracuje s ženami a v druhé části DP své výsledky porovnává se závěry svého předchůdce Štohanzla. Jejím cílem bylo porovnat skupiny žen cvičící na stabilních a labilních podložkách. Jednalo se o experiment a studentka aplikovala silový intervenční program na dvou skupinách probandů. K tématu přistoupila zodpovědně a pracovala samostatně. Své kroky pravidelně konzultovala s vedoucím práce i dalšími kolegy.

Její závěry potvrzují současný trend využití labilních ploch v silové přípravě. Zpracování její DP je poměrně rozsáhlé a poskytuje mnoho tabulek a grafů, kde čtenář získává poměrně dost informací. Dostatečně pracovala jak s domácí tak i se zahraniční literaturou. V DP použila i anketu, kde se svých probandů ptala na hodnocení jejího experimentu. Oceňuji tvůrčí a samostatný přístup své diplomantky, neboť si zvolila poměrně náročné téma.

Její DP v předložené podobě splňuje požadavky na ní kladené a doporučuji k obhajobě.

Radim Jebavý, vedoucí práce

V Praze 6.9.11