

Posudek vedoucího bakalářské práce

Jméno posluchače	Jaroslav Kuřítko
Název práce	Hodnocení rozvoje silových schopností během závodního období v ledním hokeji v juniorské kategorii
Cíl práce	Zjistit účinnost šestitýdenního posilovacího plánu a zjistit jaký byl silový rozvoj v průběhu sezony 2012/2013 u kategorie juniorů ledního hokeje
Vedoucí bakalářské práce	PhDr. Petr Šťastný PhD.

náročnost tématu na	úroveň		
	nadprůměrná	průměrná	podprůměrná
teoretické znalosti		x	
praktické zkušenosti	x		
podkladové materiály (vstupní data) a jejich zpracování		x	

Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:

x

Hodnocení

Zpracovaná bakalářská práce se pokouší ověřit účinnost silového tréninku v soutěžním období. Autor porovnává silovou úroveň hráčů LH v cyklu, kde je jako stimulace síly mimo led kruhový trénink a cyklu, kde je zvolen systém progresivního zvyšování zátěže. Co do formální stránky práce splňuje požadavky na tento typ práce. Slabou stránkou práce je grafická a gramatická úroveň, kdy např. již v abstraktu práce je v anglické verzi překlad proveden velmi neodborně.

Kandidát aktivně spolupracoval a zpracovával připomínky do práce, měl ovšem potíže s implementací praktických souvislostí do psaného textu. To je patrné nejvíce v praktické části. Výsledek práce naznačuje, že progresivní silový trénink účinností převyšuje kruhový trénink, což je již prokázaná skutečnost. Tato skutečnost je však v klubech ČR často opomíjena, což byl u dané kategorie i případ klubu, kde se práce realizovala. Praktický přínos práce tak shledávám ve zkvalitnění tréninkového procesu u daného týmu.

Na základě uvedeného je **práce doporučena k obhajobě**

Navržený klasifikační stupeň:

DOBŘE

Do rámečku vypsát slovní hodnocení z této škály: výborně, velmi dobře, dobře, nevyhověl/a

Vedoucí bakalářské práce:

Jméno, tituly: PhDr. Petr Šťastný PhD.

Podpis:

V Praze dne: 9.5.2013

