

Posudek vedoucího bakalářské práce

Jméno posluchače	Martin Šimkanin
Téma práce	Vliv zatížení a doby odpočinku na opakovaný výkon ve sportovním lezení
Cíl práce	Cílem práce bylo posoudit kontinuální a intermitentní zatížení na lezecký výkon při lezení do vyčerpání.
Vedoucí bakalářské práce	Mgr. Jiří Baláš, Ph.D.
Oponent bakalářské práce	Mgr. Michaela Panáčková

Rozsah práce	
stran textu	50
literárních pramenů (cizojazyčných)	46 (37)
tabulky, grafy, přílohy	

Náročnost tématu na	úroveň			
	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl/a
teoretické znalosti		X		
praktické zkušenosti	X			
podkladové materiály (vstupní data) a jejich zpracování	X			

Kritéria hodnocení práce	úroveň			
	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl/a
stupeň splnění cíle práce	X			
logická stavba práce	X			
práce s českou literaturou včetně citací		x		
práce se zahraniční literaturou včetně citací		X		
adekvátnost použitých metod	X			
hloubka provedené analýzy		x		
stupeň realizovatelnosti řešení	X			
formální úprava práce (text, grafy, tabulky)	X			
stylistická úroveň		X		
nároky BP na podkladové materiály, konzultace, průzkumy	X			
použití analýz, matem. statistických a jiných metod, komparací apod.		x		
využitelnost námětů, návrhů a doporučení k řešení problému	X			
obsah a relevantnost příloh v textu či příl. části BP (tabulky, grafy, propočty apod.)	X			

Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:

x

Práce je doporučena k obhajobě.

**Navržený klasifikační stupeň: dle
obhajoby výborně/velmi dobře**

Otázky k obhajobě:

Jaký typ aerobních aktivit je přínosný pro rychlejší zotavení v intermitentním zatížení – specifické lezecké nebo obecná vytrvalost?

Doplňující komentář k hodnocení práce:

Martin Šimkanin pracoval samostatně při přípravě a realizaci svého výzkumu. Zvolil poměrně „žhavé“ téma v tréninku sportovního lezení - intermitentní zatížení. Studie přinesla řadu otázek k volbě optimálního zatěžování. Studii můžeme chápat jako pilotní a doporučuji Martinovi, aby se této problematice věnoval i v diplomové práci.

Vyskytují se ovšem některé formální nedostatky, které snižují kvalitu práce. Struktura výkonu je pouze načrtnuta, bez hlubší analýzy. Zaokrouhlování by mělo být na měřitelné jednotky – v práci je např. uvedena SF na jedno desetinné místo.

Vedoucí bakalářské práce

Jméno, tituly: Jiří Baláš, Mgr., Ph.D.

V Praze dne: 6. 9. 2013

Podpis: