

Posudek vedoucího bakalářské práce

Student: Dominik Těšný

Téma závěrečné práce: Efekty vysoce intenzivního intervalového tréninku na aerobní a anaerobní výkonnost hráčů fotbalu ve věkové kategorii 14 a 15 let

Vedoucí práce: Mgr. Pavel Frýbort, Ph.D.

Kritéria hodnocení práce	úroveň			
	výborn	velmi dobře	dobře	nevyhovující/a
stupeň splnění cíle práce	x			
logická stavba práce	x			
práce s českou literaturou v etn. citacích	x			
práce se zahraniční literaturou v etn. citacích		x		
adekvátnost použitéch metod		x		
hloubka provedené analýzy	x			
stupeň realizovatelnosti záměru	x			
formální úprava práce (text, grafy, tabulky)	x			
stylistická úroveň	x			
využití podkladových materiálů, konzultací, průzkumů apod.	x			
obsah a relevantnost příspěvků v textu a v příl. části ZP (tabulky, grafy, propočty apod.)	x			
Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:				

Práce je / není doporučena k obhajobě.

Navržený klasifikační stupeň :	Výborn - velmi dobře
---------------------------------------	-----------------------------

Doplující komentář k hodnocení práce a připomínky k práci:

Cílem bakalářské práce bylo zjistit efektivitu vysoce intenzivního intervalového tréninku (HIIT) na aerobní a anaerobní výkonnost starších hráčů (U-14 a U-15). Teoretická část obsahuje citace zahraničních zdrojů zabývajících se danou problematikou a deskripci vybraných ukazatelů tělesné výkonnosti.

Výsledková část je vhodně zpracovaná s přehledným zobrazením dat v podobě tabulek a grafů. Kapitola Diskuze obsahuje komparaci dosažených výsledků výzkumného záměru s výsledky, které provedly zejména zahraniční výzkumníci.

Bakalářskou práci hodnotím jako velmi zdařilou s potenciálem využít metodiku jako vhodný nástroj ve zvyšování tělesné výkonnosti v systematické sportovní přípravě mladých fotbalistů.

Otázky k obhajob :

1. Jsou dosažené referenční hodnoty ve $VO_2\text{max}$ a skoku dalekém v postestu adekvátní vzhledem k tělesným nárokům fotbalového utkání?

V Praze dne:
30. 8.2016

Podpis:
Mgr. Pavel Frýbort, Ph.D.