

## Posudek vedoucího bakalářské práce

Jméno posluchače	Václav Kopecký
Název práce	Svalová aktivita při překonávání kritického bodu koncentrické fáze bench-pressu
Cíl práce	Hlavním cílem této bakalářské práce je srovnání svalové aktivity primárních hýbačů a pomocných svalů v jednotlivých částech koncentrické fáze bench-pressu (pre-sticking, sticking a post-sticking fáze).
Vedoucí bakalářské práce	Doc., PhDr. Petr Šťastný PhD.

náročnost tématu na	úroveň		
	nadprůměrná	průměrná	podprůměrná
teoretické znalosti	<b>x</b>		
praktické zkušenosti	<b>x</b>		
podkladové materiály (vstupní data) a jejich zpracování		<b>x</b>	
Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:		<b>x</b>	

### Hodnocení

Zpracovaná bakalářská práce hodnotí průběh koncentrické fáze při bench-pressu z pohledu svalové aktivity, což je velmi aktuální téma v rámci silového tréninku. V teoretické části je provedena dostatečná rešerše za použití dostatečného množství citované literatury. Konečný výběr sledovaných svalových skupin je s ohledem na potřeby praxe adekvátní. V praktické části je dostatečně popsán sběr dat, jejich kvantifikace i statistické zpracování. Při statistickém zpracování student využívá přiměřené metody ANOVY, jejíž interpretaci zvládá. Uchazeč prokázal dostatečnou schopnost samostatné práce v oblasti rešerše literatury, provedení experimentu, zpracování dat, interpretace dat a propojení teoreticko-praktického přístupu.

Práce splňuje veškeré formální požadavky kladené na bakalářskou práci.

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

**Navržený klasifikační stupeň:**

Velmi 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: 15.1. 2020

