

Posudek vedoucího bakalářské práce

Jméno posluchače	Jeroným Ťuka
Téma práce	Efekt kofeinu na lokální izometrický výkon flexorů prstů u sportovních lezců
Cíl práce	Cílem této práce bylo zjistit, zdali kofein ovlivňuje lokální izometrický výkon flexorů prstů u sportovních lezců při 4 minutovém all-out testu a testu maximální síly

Autor si zvolil téma nutričních doplňků k zvyšování výkonu ve sportovním lezení, konkrétně kofeinu. Téma je velmi diskutované v lezeckém prostředí, ale stále daty nepodložené. Touto prací se autor pokusil zaplnit aktuální mezery v literatuře.

Jeroným se zapojil do širšího projektu a podílel se na realizaci výzkumné práce, často konzultoval. Z tohoto pohledu si velmi cením experimentálních dat a výsledky představují první sondu k pochopení účinků kofeinu. Na druhou stranu je potřeba hodnotit i hloubku provedené analýzy. Zde bych očekával erudovanější diskusi nad možnými účinky kofeinu na výkonnost sportovce. Je to ke škodě, neboť autor čerpal z řady kvalitních zahraničních časopisů. Diskusní část by měla ukázat schopnost studenta zarámovat výsledky do širšího rámce, to se úplně nezdařilo. Formálně je práce v pořádku, zvážil bych použití některých formulací: dekontaminace před testováním...

V každém případě práce i přes připomínky splňuje požadavky k obhajobě.

Otázky k obhajobě:

Je tedy kofein zbytečný pro stimulaci výkonu v lezení?

Jak je možné posoudit sensitivitu člověka na kofein?

Jakou roli hraje wash-out perioda?

Práce je doporučena k obhajobě

Vedoucí bakalářské práce:

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

Podpis:

V Praze dne: 22. 8. 2023