

## POSUDEK Oponenta bakalářské PRÁCE

**Jméno a příjmení:** Tadeáš Motejlek

**Téma práce:** Vliv maximální síly v bench pressu na sílu úderu v bojových sportech.

**Cíl práce:** Cílem práce je zjistit, zda má maximální síla v bench pressu vliv na sílu úderu v bojových (úpolových) sportech a zda je tedy výhodné zařadit bench press do tréninku při rozvoji síly horních končetin v bojových sportech. Dále pak ověřit, zda existuje souvislost mezi maximální silou úderu a doplňkovými proměnnými, do kterých spadá rychlost zdvihu činky při bench pressu, průsečík osy rychlosti V0, průsečík osy zátěže L0, plocha pod čarou a sklon regresní přímky.

Hlavním cíle této práce je zjistit, jaký vztah se nachází mezi maximální silou na jedno opakovací maximum (1RM) v bench pressu a maximální silou přímého zadního úderu dominantní horní končetiny. Dále pak, zda může sílu úderu ovlivnit i rychlost zdvihu činky v bench pressu.

1. Náročnost tématu na:
  - teoretické znalosti – velmi dobré
  - vstupní údaje a jejich zpracování – velmi dobré
  - použité metody – velmi dobré

2. Kritéria hodnocení práce:

	stupeň hodnocení			
	výborně	velmi dobře	vyhovující	nevyhovující
stupeň splnění cíle práce		X		
logická stavba práce	X			
práce s literaturou včetně citací			X	
adekvátnost použitých metod		X		
hloubka provedené analýzy ve vztahu k tématu		X		
úprava práce (text, grafy, tabulky)			X	
stylistická úroveň			X	

### 3. Využitelnost výsledků práce v praxi, příp. teorie:

Daná práce v rozsahu 55 stran a 5 stran příloh je členěna do 10 kapitol. Uspořádání práce a zvolené metody odpovídají zvolenému typu práce. Seznam literatury obsahuje 5 tuzemských a 69 zahraničních zdrojů. Hlavním cílem práce je zjištění, zda má maximální síla v bench pressu vliv na sílu úderu v bojových (úpolových) sportech a zda je tedy výhodné zařadit bench press do tréninku při rozvoji síly horních končetin v bojových sportech. Dílčím cílem je pak ověření, zda existuje souvislost mezi maximální silou úderu a doplňkovými proměnnými, do kterých spadá rychlost zdvihu činky při bench pressu, průsečík osy rychlosti  $V_0$ , průsečík osy zátěže  $L_0$ , plocha pod čarou a sklon regresní přímky. Teoreticko-empirická práce nám uvádí výsledky bivariační analýzy. Předložená práce popisuje danou problematiku jak z teoretického, tak i z praktického hlediska. Popisuje vztah mezi maximální silou na jedno opakovací maxima v bench pressu a maximální silou přímého zadního úderu dominantní horní končetiny. Dále pak, vztah síly přímého zadního úderu a rychlost zdvihu činky v bench pressu.

### 4. Připomínky a otázky:

#### Připomínky:

- V dané práci se nachází spousta formálních a stylistických chyb.
- Není dodržena jednotná citační norma.
- Literární zdroje nejsou správně seřazeny.
- Cíle práce si liší v abstraktu práce a ve výzkumné části práce.
- V kapitole 4.3 je uveden výsledek lineární regrese a zároveň zde chybí výsledek korelace, dále se nikde výsledky lineárních regresí nevyskytují.
- V dané práci chybí výpočet koeficientu vnitrotřídní korelace (ICC) u testu maximální síly úderu.
- Dle mého názoru by student měl uvést, a to alespoň do příloh, výsledky jednotlivých probandů z důvodu ověření výpočtů.
- Seznam použitých zkratk není kompletní.
- Chybí citace např.: standardizovaná rozcvičení, standardizované uvázání bandáže pod boxerskou rukavici, test maximální síly úderu, test maximální síly v bench pressu.

#### Otázky:

- Jaké jsou obecně uznávané citační normy? Mohl byste také vysvětlit, proč ve vaší práci nebyla dodržena jednotná citační norma?
- Proč uvádíte výsledky lineární regrese pouze u rychlostně silového profilu bench pressu a zároveň zde neuvádíte výsledky korelace?
- Co znamená ICC? Jaké znáte druhy ICC? Který druh ICC byste použil ve své práci?
- Na jakém základě jste se rozhodl u testu maximální síly úderu, kdy jste měřil tři pokusy maximální síly úderu, využít pro statistickou analýzu nejlepší výkon měřených pokusů a ne průměr daných výkonů?

### 5. Práce je doporučena k obhajobě.

- Ano

### 6. Navržený klasifikační stupeň:

- „Dobře“, kdy po kvalitní obhajobě práce, může být tato bakalářská práce klasifikována stupněm „velmi dobře“.