

## **Posudek vedoucího BP**

**Jméno studentky: Tereza Šulcová**

**Název práce: Organizační formy silového tréninku a jejich vliv na maximální sílu**

Studentka Tereza Šulcová ve své BP popisuje zajímavou tematiku zaměřenou určité formy silového tréninku a jejich rozdílný dopad na úroveň maximální síly.

Studentka uskutečnila spolu s dalšími dvěma spolužáky terénní experiment. Jejím cílem bylo porovnat akutní vliv odlišných organizačních forem silového tréninku na maximální sílu u vybraných silových cvičení jako jsou zadní dřep a na bench press. Vybraní probandé se zúčastnili tří intervenčních jednotek s rozdílnou organizační formou. Vždy se porovnával dopad jednotek na maximální sílu.

Studentka Tereza Šulcová pracovala na BP systematicky a samostatně. Své kroky pravidelně konzultovala s vedoucím práce. Svoji BP měla vypracovanou již v předchozím školním roce, ale díky jiným studijním povinnostem byla nucena odložit obhajobu na letošek.

Rozsahem i obsahem práce splňuje nároky kladené na BP, a proto jí doporučuji k obhajobě.

V Praze 9.6.2024

PhDr. Radim Jebavý, Ph.D.

katedra atletiky, sportů a pobytu v přírodě