

POSUDEK OPONENTA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Jméno vedoucího práce:

Mgr.Renata Konopková, Ph.D.

Jméno diplomanta:

Bc.Petr Šádek

Jméno oponenta práce:

doc.MUDr.Jakub Otáhal, Ph.D.

Název diplomové práce:

Vliv stretchingu na maximální svalový výkon

Cíl práce:

Cílem práce bylo popsat vliv typů stretchingu na svalový výkon a provádění sportovních disciplín.

1. Rozsah:

* stran textu	69
	115
	cizojazyčných 107
* literárních pramenů (cizojazyčných)	
* obrázky, tabulky	3, 4, 2

2. Náročnost tématu na:

	nadprůměrné	průměrné	podprůměrné
* teoretické znalosti	x		
* vstupní údaje a jejich zpracování	x		
* použité metody		x	

3. Kritéria hodnocení práce:

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

4. Využitelnost výsledků práce v praxi:

nadprůměrná

průměrná

5. Připomínky a otázky k event. zodpovězení při obhajobě:

Předložená diplomová práce měla za cíl zmapovat současné poznatky o vlivu typu prováděného stretchingu r. svalový výkon a provádění vybraných sportovních disciplín. Práce pokrývá rozsáhlou oblast převážně zahraniční literatury, autor přehledně formou tabulek shrnuje hlavní výsledky publikovaných prací. Práce má dobrou jazykovou úroveň, po formální stránce obsahuje drobné překlepy, drobné gramatické chyby a nepřesně převzaté cizojazyčné termíny. Tyto formální nedostatky však nesnižují jinak velmi dobrou úroveň práce. Po věcné stránce je DP také na velmi dobré úrovni, nicméně musím upozornit na dvě části, které jsou pojaty poněkud neohrabaně až zmateně: na straně 16 část o Hreflexu a pak na straně 25 úvaha o svalové síle. DP je celkově na velmi dobré úrovni, splňuje všechny náležitosti a doporučuji práci k obhajobě s klasifikováním, pro kterou mám následující otázky:

- 1. Vysvětlíte prosím co to je Hreflex a čím je ovlivněna jeho amplituda a latence.*
- 2. Jaký je vztah mezi silou a délkou sarkomery?*

6. Doporučení práce k obhajobě:

ANO

NE

7. Navržený klasifikační stupeň

velmi dobře

Datum: 14.9.2014