

Příloha k protokolu o SZZ č.

Diplomant: **Jaroslava Glierová**

Vysoká škola: Pedagogická fakulta Jihočeské University České Budějovice

Katedra: tělesné výchovy a sportu

Aprobace: neučitelské studium TVS

Datum odevzdání posudku: 31.1.2007

Vedoucí BP: PhDr. Radek Vobr, Ph.D.

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Vyhodnocení hladiny laktátu v průběhu zotavení po různých typech anaerobního tréninkového zatížení

Tato bakalářská práce byla zadána v širším kontextu výzkumu možnosti regenerace sportovců po „laktátovém“ způsobu tréninku. Jednalo se o pilotní studii, jejímž hlavním cílem bylo zjistit při jakých typech intervalového zatížení dochází k největšímu nárůstu hladiny kyseliny mléčné.

V teoreticko-metodologické části práce autorka předkládá velmi dobře zpracovaný přehled domácí literatury a všechny poznatky jsou opřeny o citace v literatuře.

Výsledky jsou ve shodě s literárními prameny, které uvádí, že největší nárůst hladiny kyseliny mléčné je při délce zatížení mezi 30 a 60 s. Potvrzení statistické významnosti není vzhledem k nízkému počtu probandů podepřeno o statistickou významnost.

Autorka se dopustila pouze několika drobných formálních chyb. Práce je velmi stručná, avšak z formálního hlediska obsahuje všechny důležité informace. Celkově lze práci doporučit k obhajobě.

Doplňující otázky k obhajobě:

- 1) Jaké další negativní stránky má kromě značné psychické náročnosti „laktátový způsob tréninku“.
- 2) Jakým způsobem dochází k utilizaci kyseliny mléčné?

Návrh na klasifikaci diplomové práce: **velmi dobře**

PhDr.Radek Vobr, Ph.D, v.r.

.....
podpis

V Českých Budějovicích dne 31.1.2007

Stupeň kvalifikace:	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl
---------------------	---------	-------------	-------	-----------