

diplomant: Petr Nejedlý

název práce: **Silová příprava v tenise a její aplikace v jednotlivých obdobích ročního tréninkového cyklu**

oponent: PhDr. Jan Kříček, CSc.

Předložená diplomová práce (dále DP) autorizovaná Petrem Nejedlým směřuje do aktuálně zajímavé a často diskutované oblasti silové přípravy ve sportu, konkrétně mezi síťové sportovní hry (tenis). Zvolené téma autor řeší prostřednictvím evaluační studie kvalitativního typu v pěti kapitolách vyjma příloh na 83 stranách textu. Diplomant v textu přesvědčuje o osobním zájmu a erudici v oblasti posilování. Snaží se o ucelené zdůvodnění silové přípravy tenistů, výběru a rozložení vhodných postupů, doporučení pro jejich aplikaci v průběhu ročního tréninkového cyklu.

Abstrakt a úvod práce je přehledný v orientaci začlenění tématu do problematiky současného sportu. Pozn. „sestavení návrhu“ viz abstrakt není metoda.

Teoretická část je prezentována a vedena v návaznosti, uceleně, také řazení kapitol, jejich parciální osvětlení a užitá terminologie jde v kontextu a koherenci řešení problematiky. V některých momentech si teoretická východiska žádají lepších formulací a oduštění prázdných floskulí (s. 7, s. 47). Na s. 5, kondiční trénink je kompenzačním cvičením možností tenisu? V literárních odkazech postrádám více zahraničních autorů k problematice silového tréninku. Odkazy na atletického Vomáčku považuji nejen z časového hlediska za překonané. Objem, intenzita a pauzy jsou prezentovány věcně, přehledně a srozumitelně stejně jako charakteristika metod posilování. Užití *plyometrické a elektrostimulační metody v textu osvětlí autor (při obhajobě)*. Tab. 5 termín „skončení“, na s. 43 „lehká“ cvičení?? Příliš často jsou prezentovány vzhledem k tenisu příklady z atletiky. Šablonovitě rozlišení mezi útočným a obranným hráčem v textu A,B a difference silové přípravy (s. 73) je přinejmenším vzhledem k tématu a potenciálním soupeřům diskutabilní. *Cíle DP autor zřejmě vynechává záměrně?*, jejich vágní stanovení v úvodu práce nestačí.

Praktická část je obsahově i strukturálně uspořádána vhodným a přehledným způsobem. Výběr cviků, série, počet opakování, intenzita odpovídají potenciální efektivitě jejich aplikace. Roční plán dělí autor do 5 fází a vychází z čeho? Tradice, zkušenosti, invence... (s.66). Perioda soutěžního období u top hráčů má své opodstatnění, flexibilně reagovat zcela potřebným silovým tréninkem zde může být pouze doporučení. Tabulky jsou výstižné, přehledné včetně obrazových příloh na konci DP.

Pokud diplomant se rozhodne pomínout ve své práci kapitolu diskuse lze očekávat širší polemiku k stanoveným cílům práce, užitým postupům, metodám a jejich verifikaci, kvalitě literárních odkazů, kladům a případným záporům se kterými se autor při zpracování setkal alespoň v závěrech práce. *Proč absentuje?* Závěry omezuje více na opakování textu viz výše a generalizaci doporučení přičemž některé z nich (s. 79) působí bipolárně (tenis komparovat s nároky atletiky).

Závěry: DP je zpracována autorem v potřebné linii řešení a zpracování stanovené problematiky. Autor sám nepostrádá potřebnou erudovanou orientaci ve zvolené oblasti, jejího ovlivňování, forem a způsobů aplikace silové přípravy ve sportovním tréninku. Také po formální stránce práce splňuje požadavky na DP (proč mezery v textu?). Nevyhne se sice některým obsahovým a formulačním nepřesnostem, které však úroveň práce neznehodnocují. Proto předloženou práci doporučuji obhajobě a její výsledek navrhuji stanovit na základě potenciálního potvrzení k kvalitativní úrovni diplomanta v průběhu samotné obhajoby.