

Posudek oponenta

Diplomová práce Ondřeje Diviše s názvem Sportovní poškození a úrazy při praktikování bojových sportů obsahuje 93 stran textu a autor čerpá ze 17 literárních zdrojů převážně domácích autorů. Práce je přehledně rozdělena do 8 kapitol včetně příloh.

V teoretické části nás autor seznamuje se stručnou historií bojových sportů, působením zátěže na lidský organismus a příčiny dělí dále na vnitřní a vnější. Bojové sporty mají na organismus jak kladný, tak negativní vliv a další rozdělení je na poranění jednotlivých částí těla.

Z uvedeného je patrné, že diplomant vycházel nejen z výsledků anketního šetření, ale i z vlastních zkušeností. Některým poraněním v bojových sportech se dá předcházet především svalovou rovnováhou. Právě svalová nerovnováha a její odstranění je popsáno v kapitole 3.6 a 3.7. Nedílnou součástí předcházení sportovnímu poškození je kvalitní a systematická regenerace. Tady autor popisuje druhy regeneračních prostředků.

V praktické části jsme seznámeni s metodikou zpracování výsledků anketního šetření, charakteristikou dotazovaných skupin a ověřováním hypotéz.

V diskusi autor shrnuje poznatky shromážděné při zpracování diplomové práce.

V závěru práce je konstatováno, že nestačí věnovat jen dostatek času rozcvičení, kompenzaci a regeneraci, ale je nutné se věnovat především kvalitě těchto procedur.

Z mého pohledu se jedná o kvalitní práci, která může být přínosem pro trenéry bojových sportů.

Tabulky a grafy by však měli být součástí přílohy. Tento drobný nedostatek však nesnižuje žádným způsobem kvalitu obsahu práce.

Práci doporučuji k obhajobě a navrhuji hodnocení : **VÝBORNĚ**

PaedDr. Jan Štěpánek
16.4.2008