



Katedra tělesné výchovy UK PedF

POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Název práce: Průpravná cvičení pro nácvik správné techniky překážkových běhů pro děti staršího školního věku

Autor: Pavel Petřík

Oponent: Prof. PhDr. Soňa Jandová, Ph.D.

KTV PedF UK

Předkládaná bakalářská práce je v rozsahu 57 stran textu včetně literárního seznamu. **Cílem práce** bylo sestavit zásobník cvičení pro nácvik správné techniky překážkových běhů pro děti staršího školního věku. Jedná se o zajímavé téma, které by mohlo napomoci rozšířit pestrost hodin tělesné výchovy na ZŠ.

V **Teoretické části** práce autor celkem logicky shrnuje dosavadní poznatky související se zvoleným tématem. Zaměřuje se na faktory ovlivňující překážkové běhy, tedy na techniku běhu, na nízký start, na techniku běhu přes překážky, na kondiční faktory a v neposlední řadě také autor zmiňuje věková specifika vybrané kategorie dětí. Tato teoretická část práce dokladuje autorovu zainteresovanost a zájem o zvolené téma.

Práce je **metodického charakteru** s velmi užitečným přesahem do praxe,. Přináší velmi podrobný a názorný přehled cviků na nácvik překážkových běhů, které jsou vhodné pro všechny věkové kategorie, ale především právě pro starší školní věk. Jednotlivé cviky jsou uvedeny v pořadí, v jakém je vhodné je zařazovat. Je zde uvedeno správné provedení a zohledněny jsou nejčastější chyby. Vše je doplněno názornou fotodokumentací. Zásobník cviků je možné považovat za stěžejní **výsledek** práce a lze jej okamžitě použít při tréninku mladých atletů.

V **Závěrech práce** jsou vysloveny praktické závěry pro trenérskou praxi, což je bezesporu velmi cenné.

Celkově hodnotím práci jako zdařilou, zpracování svědčí o autorově zainteresovanosti a orientaci v dané problematice. Občasný sklon k hovorovému jazyku a slangu s tím úzce souvisí. Přesto se domnívám, že toto mělo být autorem ještě doladěno.

Po formální i obsahové stránce předložená **práce splňuje** požadavky na bakalářskou práci, a proto v případě úspěšné obhajoby **navrhuji udělit Pavlu Petříkovi titul Bc.**



Otázky k obhajobě: Uveďte prosím některé pomůcky, které se pro nácvik překážkových běhů dětí mohou využívat.

Návrh hodnocení:

V Praze dne: 10. května 2022

Prof. PhDr. Soňa Jandová, Ph.D.