

POSUDEK OPONENTA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení studenta: Jakub Jiroušek

Téma práce: Využití mentálního tréninku plaveckými trenéry v České republice

Cíl práce: Cílem práce je zjistit prostřednictvím dotazníkového šetření využívání mentálního tréninku plaveckými trenéry v České republice v oblasti tréninkové přípravy iv oblasti soutěžení.

Posuzovaná bakalářská práce se zabývá v současnosti často diskutovanou oblastí plaveckého výkonu, psychologickou přípravou. Nabízí aktuální a podrobný vhled do využití technik mentálního tréninku plaveckými trenéry u nás.

Jednotlivé části práce jsou přehledně řazeny, formální úprava práce je na vysoké úrovni. Počet použitých zdrojů odpovídá kladeným požadavkům, autor v rámci teoretické rešerše pracuje s velkým množstvím zahraniční odborné literatury a výzkumných studií, což hodnotím velmi pozitivně.

Teoretická část práce je členěna do logicky navazujících celků, stěžejní kapitola věnovaná mentálnímu tréninku je zpracována značně podrobně a do hloubky. Oblast řešeného problému se autorovi podařilo pojmut komplexně. Jako mírný nedostatek této části práce vnímám drobné nepřesnosti v použitých formulacích či práci s odborným jazykem (např. „ ...1500 m volným stylem...“, či „...Nadal a Djokovic, kteří jsou světoví mistři tenisu...“).

Cíle práce jsou formulovány optimálně a srozumitelně, použité metody voleny adekvátně i celkový postup řešení problému je vybraný vhodně.

Výsledková část je zpracována podrobně, strukturovaně a v přiměřené míře využívá grafické znázornění jednotlivých částí dotazníku. Výrazným benefitem pro oblast psychologické přípravy plavce je překlad a modifikace dotazníku TOPS-2 v kooperaci s odborníky z oblasti sportovní psychologie. Odborný přínos práce díky použití standardizovaného dotazníku společně s posuzováním reliability jednotlivých zkoumaných částí prostřednictvím výpočtu hodnot Cronbachovo alfa spatřuji v rámci plaveckých sportů v ČR ojedinělý.

Pozitivum posuzované práce vidím také v potenciálu motivovat oslovené trenéry ke snaze o další vzdělávání v oblasti psychologické přípravy plavce.

Na základě zpracovaného posudku shledávám Jakuba Jirouška způsobilého k samostatnému řešení odborných problémů a jeho práci doporučuji k obhajobě.

Navrhovaná známka: Velmi dobře až výborně

Otázky k obhajobě:

1. Výzkumný soubor zahrnoval tuzemské trenéry plavání bez ohledu na výkonnostní úroveň svěřenců. Dokázal byste ze zkoumaných technik mentálního tréninku vybrat takové, které nyní, po zpracování práce, shledáváte jako méně využitelné u nejmladších – tedy v přípravné etapě plaveckého tréninku?

V Praze dne 6. 6. 2022

Mgr. Aleš Zenáhlík