

## Posudek školitele

na bakalářskou práci

Lucie Kožešníkové

### Metody regenerace v rámci basketbalového tréninku

Odchod na mateřskou dovolenou, a tím i ztráta přímého kontaktu se zdravotnickým pracovištěm přinutil autorku změnit téma své původně fyzioterapeuticky zaměřené práce (Fyzioterapie a respirační terapie jako součást léčby pacientů s CHOPN).

Omezena současnými možnostmi využila svých kontaktů a zkušeností z pozice trenérky košíkové. Rozhodla se pro dotazníkové šetření, zmapování znalostí a způsobů využívání regeneračních procedur u basketbalistů různých věkových kategorií.

Kontakt se studentkou kombinovaného studia byl limitovaný jak místem bydliště, tak i časovým zaneprázdněním. Výhodou byly její předchozí zkušenosti. Pracovala proto velice samostatně a konzultace probíhaly především elektronickou formou.

Svou bakalářskou práci rozdělila do několika základních kapitol, přičemž první tři kapitoly jsou teoretickým úvodem, přehledem dosavadních poznatků o hře jako takové, o únavě a zotavení a regeneračních prostředcích.

Zpracováním literární rešerše může vzniknout pro studenty dilema mezi obecně podporovanou snahou držet se co nejnovější literatury a méně vyvíjeným tlakem na čerpání informací z originálních zdrojů (př. převzatá charakteristika stresu a fází stresové reakce od Bartůňkové, 2006, zatímco Seley realizoval své první pokusy již v r. 1935).

Pro vlastní výzkumnou část si autorka sestavila jednoduchý dotazník zahrnující 8 otázek. Stanovila si jasné cíle, hypotézy i jednotlivé kroky v plnění úkolů. Předpokládala povědomí o nutnosti regenerace v hráčské přípravě s určitými věkovými rozdíly, preferenci masáží před ostatními prostředky regenerace a samozřejmě i vyšší zájem o regenerační procedury v době výskytu zdravotních potíží.

Sledovaný soubor se jí nečekaně a zcela paradoxně navýšil (a to o 50 %), což je z hlediska výtěžnosti dotazníkových akcí zcela opačný a naprosto neobvyklý jev. Soubor rozdělila podle pohlaví, věku a hráčské výkonnosti a výsledky zpracovala v jednoduché tabulkové a grafické formě (počet, procenta)

V několikastránkové diskusi a poté v závěru se snažila zhodnotit své výsledky, z nichž některé potvrdily, jiné zase vyvrátily její původní hypotézy. Autorka si plně si uvědomuje, že provedené šetření nebylo reprezentativní a že bylo jen sondou, i když nezanedbatelnou, do dané problematiky.

Předložená bakalářská práce si nekladla příliš velké ambice, přesto však splnila všechny požadavky na práci tohoto typu kladené.

Doporučuji ji k obhajobě a navrhuji hodnocení

.....  


V Praze 3.9.2008

Doc.MUDr.Staša Bartůňková, CSc.