

Oponentní posudek diplomové práce

„Makiwara a její využití v tréninku karate“

diplomanta Michala Hofmana

Diplomová práce Michala Hofmana obsahuje 84 stran textu a 15 příloh.

Úvod této práce charakterizuje postavení karate ve světě a jeho sportovní povahu. Diplomant uvádí, že „Prakticky v každé knize o karate je zmínka o používání makiwary v tréninkovém procesu“ a konstatuje, že je to opravdu jen zmínka. Na tomto faktu staví zaměření své práce.

Cíle a úkoly jsou definovány jasně a přesně. Historické údaje uvedené v kapitole „Historie karate“ jsou správné. Zařazením kapitol „Anatomie úderové plochy Sejkem“ a „Biomechanika, rychlosti a síla úderu“ nabízí diplomová práce jiné odborné pohledy na praktikování technik do makiwary. Jednotlivá fakta prezentovaná v těchto kapitolách logicky navazují na vytýčený cíl práce. Popis makiwary je správný, stejně tak i její postup výroby a montáž.

Kapitoly „Funkční a anatomické změny na úderových plochách“ a „Možná traumata“ jsou důležitou součástí diplomové práce z hlediska komplexního pohledu na tréninkový proces zaměřený na úderové pomůcky, zvláště makiwaru.

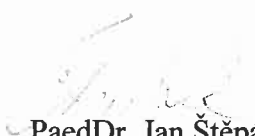
Diplomant splnil cíl, který si na začátku diplomové práce vytýčil a po obsahové stránce splňuje požadavky kladené na diplomovou práci. Určitým nedostatkem je absence přesného popisu metody, podle které byla tato práce zpracována. Tento drobný nedostatek však žádným způsobem nesnižuje kvalitu obsahu a proto

hodnotím práci: **výborně**

Pro obhajobu kladu tuto otázku:

- 1) Lze využít makiwaru v tréninkovém procesu v bojových sportech, kde se nepoužívají údery a kopy?

V Praze dne 22.9.2008


PaedDr. Jan Štěpánek
UK FTVS
odb. as. KTÚS