

Posudek bakalářské práce

Název práce : Rozvoj rychlosti, výbušnosti a práce nohou u florbalistů v přípravném období

Autor : Michal Hruška

stud.obor: TVS - TIV

Druh a forma studia: Prezenční studium

rok: 2010

Posudek oponenta bakalářské práce:

PaedDr. Ivan Příbyl

Cílem práce bylo vytvoření tréninkového plánu, který byl zaměřen na rozvoj rychlosti a výbušnosti. Dále si autor stanovil čtyři hypotézy z kterých se tři potvrdily. V příloze najdeme týdenní tréninkový plán a seznam cviků na rychlost a výbušnost. V teoretické části je popsán vývoj florbalu ve světě a u nás další část je zaměřena na trénink rychlosti a výbušnosti. Výzkumná část byla založena na testování desetičlenné skupiny třikrát denně po dobu sedmi dnů.

Celkové hodnocení:

Doporučení k obhajobě: Práci k obhajobě doporučuji

Klasifikace: Výborně

Otázky k obhajobě:

1. Je somatotyp florbalisty podobný jako u hokejisty?
2. Kolik hodin trénují a regenerují naši hráči florbalu na úrovni reprezentace?

Praha dne.....*18.5. 2010*.....

podpis.....