

**Oponentský posudek na bakalářskou práci s názvem „Pohybový regenerační program ve vodě pro tenisty ve věku 10-14 let“ posluchačky Martiny Průšové.**

Úvodní a teoretická část jsou formulačně i obsahově pěkně a čtivě zpracované v dostačujícím rozsahu 17 stran.. V seznamu literárních zdrojů je uvedeno 30 korektně citovaných domácích i zahraničních publikací, pouze je zde opomenut str. 27 Štochl (2002).

Cíle, metody a výzkumné otázky jsou formulovány srozumitelně a jasně. Méně tradiční je zařazení dílčích úkolů do kapitoly 3.1 Cíle práce.

Metodologie práce a výsledková část převyšuje obsahově požadavky kladené na bakalářskou práci. Tyto části jsou obohaceny o přehledně a graficky hezky zpracované tabulky, které logicky doplňují psanou interpretaci výsledků. Práce je doplněna třemi obsáhle zpracovanými přílohami.

V diskusi se na str. 52 studentka dotýká nejen regenerace, ale i možnosti kompenzace u jednostranně zatěžovaných dětí, toto je potažmo možné i vypozorovat v příloze č. 1 Pohybový program ve vodě pro tenisty – regenerační tréninkové jednotky.

V závěru práce studentka nabízí reálná doporučení, která by vedla ke zlepšení současné situace a upozorňuje na nezbytnost výchozí plavecké kompetence pro úspěšnost celého pohybového programu.

Otázky k obhajobě:

1. Pokud by jste ve své práci uvažovala o kompenzaci, která cvičení by jste po svých již získaných zkušenostech doporučila?
2. Je podle vás možná aplikace uvedeného regeneračního programu pro jiné sportovní specializace? Jaké?
3. Charakterizujte podle Vás žádoucí plaveckou úroveň pro sestavení účinného regeneračního event. kompenzačního pohybového programu ve vodě.

V Praze dne 9.9.2009

Gabriela Břečková