

Posudek vedoucí na bakalářskou práci **Barbory Nemravové**

## **PSYCHOLOGICKÁ PŘÍPRAVA V SOFTBALLU**

**FHS UK 2016**

Předložená práce se zabývá otázkou propojenosti fyzické a psychické stránky člověka – konkrétně v kontextu sportovního výkonu. Téma považuji za velice zajímavé a potenciálně přínosné pro praxi. Význam vlivu psychologických proměnných na výkon bývá tematizován především v oblasti vrcholového sportu (na rozdíl od amatérské úrovně), kde je samozřejmě tlak na úspěšný výkon větší. Autorka se soustředí konkrétně na prostředí českého ženského softballu.

Práce je členěna na teoretickou a empirickou část. Jednotlivé kapitoly v teoretické části na sebe plynule navazují a postupují od obecnějšího popisu psychologie sportu ke konkrétnějším aspektům tohoto oboru. Text je čtivý a srozumitelný, umožňuje čtenáři vhled do dané problematiky. Na obecnější úrovni je pozornost věnována osobnostním aspektům v kontextu sportu. U obhajoby by autorka mohla odůvodnit volbu teorie osobnosti podle Martense. Proč si autorka z tolika teorií osobnosti vybrala právě jeho, čím je jeho pojetí pro sport důležité? Následující kapitola je věnována charakteristice softballu. Přestože by se na první pohled mohlo zdát, že rozsah této kapitoly je pro potřeby práce poněkud naddimenzovaný, autorka se zde mj. podrobně zamýšlí i nad psychickými nároky, které tento sport klade. Těžištěm teoretické části je kapitola, která je věnována psychologické přípravě ve sportu, resp. v softballu. Chtěla bych ocenit, že si autorka vyhledala studie, které se vlivu psychologické přípravy věnovaly a prostřednictvím jejich výsledků ilustruje teoretické poznatky (které čerpá převážně z tuzemských zdrojů). Celkově je kapitola zpracována velmi dobře a jistě autorce posloužila při vlastním výzkumu.

Empirická část sledovala dvě hlavní linky – jednak to, jak vlastně české vrcholové softbalistky chápou psychologickou přípravu a zda se jí věnují. Druhá linka se zaměřuje na užívání konkrétních psychologických strategií a dovedností, a to jak v tréninku, tak i při zápasech; tato linka byla zkoumána prostřednictvím Thomasova Testu strategií užívaných při výkonu. Podoba tohoto testu je zde podrobně představena, chybí ovšem údaje o tom, zda byl tento test standardizován pro českou populaci. Autorka získala díky dotazníkovému šetření údaje od 61 extraligových hráček, způsob výběru i charakteristika vzorku je popsán dostatečně. Část dat (které se týkají toho, co si hráčky představují pod pojmem psychologická příprava) autorka dle svých slov zpracovávala kvalitativně – analýza nicméně obsahuje prvky spíše kvantitativní analýzy. Používání psychologických strategií v tréninku a zápasech je pak zpracováno pomocí korelační analýzy. Výsledky jsou přehledně prezentovány s akcentem na nejdůležitější zjištění. Za velmi zdařilou považuji Diskuzi, kde autorka shrnuje svá zjištění, velmi pěkně je interpretuje a především také propojuje s teoretickými poznatky.

Práci doporučuji k obhajobě a navrhuji hodnocení **výborně – velmi dobře** (konečný výsledek dle průběhu obhajoby).

V Praze dne 3.2.2016

Mgr. Eva Richterová