

OPONENTSKÝ POSUDEK BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Název práce: **Vliv vybraných regeneračních metod po kondičním tréninku v letní přípravě na extraligové hráčky florbalu.**

Autor bakalářské práce: **Barbora Polívková**

Oponent: Doc.PhDr. Blanka Hošková, CSc

Struktura práce: předložená bakalářská práce má standardní členění i v doporučeném rozložení na část teoretickou a část praktickou. Je sepsána na 47 stranách textu s použitím 49 literárních zdrojů, doplněna 6 přílohami.

V oddíle abstraktu Metoda mám připomínky:

- **Postrádám zmínku o použité metodě cross over experimentu**
- **Možná zbytečné uvádět 2x charakteristiku sledovaného souboru (15 hráček...)**
-

Cíl práce: je stanoven jasně, konkrétně vzhledem k tématu práce srovnávající vliv masáže a chladové vodní terapie ze subjektivního i objektivního pohledu po sportovní zátěži hráček florbalu.

- **Co Vás vedlo k tomu, zvolit si velmi podobné téma bakalářské práci z jarního období ?**

Aktuálnost tématu: pro dnešní dobu aktuální vzhledem k ověřování úspěšnosti různých metod regenerace.

Úroveň teoretické analýzy problému: na dobré úrovni, dokazuje schopnost orientovat se v odborné literatuře

- **Co Vás přivedlo k tomu použít jako jeden z literárních zdrojů publikaci „Kompenzace pohybem“?**
- **Které zahraniční publikaci týkající se masáže dáváte přednost?**

Adekvátnost použitých metod a sběru dat: použité metody sběru dat a jejich popis je na úrovni bakalářské práce.

- **Proč pracujete s hypotézami i vědeckými otázkami když charakterizujete práci jako kvantitativní výzkumné šetření ?**
- **Co analýza subjektivních dat?**

Výsledky a diskuse: výsledky jsou adekvátní stanoveným cílům, vhodně prezentovány. V diskuzi se autorka opírá o hypotézy.

- **V čem vidíte pozitivní změny při testování protažení zadní strany dolních končetin při předklonu v sedu?**
- **Jak může souviset chladová terapie s protažením zadní strany dolních končetin?**

Závěr: práce svým obsahem a rozsahem splňuje svým rozsahem i obsahem podmínky pro zpracování bakalářských prací a doporučuji obhajobu.

Hodnocení podle výsledků obhajoby