

Posudek oponenta bakalářské práce

Jméno posluchače	Kristýna Jůzlová
Téma práce	Rozvoj švihové síly horních končetin u hráček házené
Cíl práce	Ověřit program rozvoje švihové síly horních končetin u vybraného družstva mladších dorostenek v házené.
Vedoucí bakalářské práce	PaeDr. Martin Tůma Ph.D.

náročnost tématu na	úroveň		
	nadprůměrná	průměrná	podprůměrná
teoretické znalosti		x	
praktické zkušenosti		x	
podkladové materiály (vstupní data) a jejich zpracování		x	

kritéria hodnocení práce	úroveň			
	nadprůměrná	průměrná	podprůměrná	nelze hodnotit
stupeň splnění cíle práce		x		
samostatnost při zpracování tématu				nelze hodnotit
logická stavba práce		x		
práce s českou literaturou včetně citací		x		
práce se zahraniční literaturou včetně citací		x		
adekvátnost použitých metod		x		
hloubka provedené analýzy		x		
stupeň realizovatelnosti řešení		x		
formální úprava práce (text, grafy, tabulky)		x		
stylistická úroveň			x	
nároky DP na podkladové materiály, konzultace, průzkumy ...	vysoké	průměrné	nízká	nejsou
použití analýz, matem. Statistických a jiných metod, komparací apod.	ve velké míře	přiměřené	částečné	absentuje
využitelnost námětů, návrhů a doporučení k řešení problému	ve větší míře	částečná	nížší	nevyužitelnost
obsah a relevantnost příloh v textu či příloh. Části BP (tabulky, grafy, propočty apod.)	vysoké funkční	funkční	méně funkční	neuspokojivé

Odpovídající hodnocení jednotlivých hledisek označte:

nebo **podtrhněte**

x

přiměřené

Připomínky a otázky k obhajobě:

Zpracovaná bakalářská práce kompiluje literaturu týkající se kondice a metod rozvoje silových schopností se zaměřením na házenou. Nicméně v této kompilaci a rovněž i v diskuzi chybí stěžejní literatura řešící stejnou nebo podobnou problematiku viz:

Hoff, J., & Almåsbaakk, B. (1995). The Effects of Maximum Strength Training on Throwing Velocity and Muscle Strength in Female Team-Handball Players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 9(4), 255-258.

García, J. A., Sabido, R., Barbado, D., & Moreno, F. J. (2013). Analysis of the relation between throwing speed and throwing accuracy in team-handball according to instruction. *European Journal of Sport Science*, 13(2), 149-154.

Bayios, I. A., Anastasopoulou, E. M., Sioudris, D. S., & Boudolos, K. D. (2001). Relationship between isokinetic strength of the internal and external shoulder rotators and ball velocity in team handball. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 41(2), 229.

Marques, M. A. C., & González-Badillo, J. J. (2006). In-season resistance training and detraining in professional team handball players. *Journal of strength and conditioning research*, 20(3), 563.

Wagner, H., Buchecker, M., Von Duvillard, S. P., & Müller, E. (2010). Kinematic description of elite vs. low level players in team-handball jump throw. *Journal of sports science & medicine*, 9(1), 15.

Xaverova, Z., Dirnberger, J., Lehnert, M., Belka, J., Wagner, H., & Orechovska, K. (2015). Isokinetic strength profile of elite female handball players. *Journal of human kinetics*, 49(1), 257-266.

Belka, J., Hulka, K., Safár, M., Weisser, R., & Mikova, L. (2016). Analysis of the fitness level in elite handball players (U16 and U18) between 2003 and 2013. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(4), 1381.

Abstrakt práce je nespécifický a ve podstatě bez konkrétních informací, název v abstraktu se liší od názvu práce v SIS i tištěné podobě. Použitá klíčová slova se překrývají se slovy v názvu, což je nežádoucí. V rešeršní části práce je dostatečně pracováno s českou literaturou a nedostatečně se zahraniční literaturou. Některé tabulky viz. strana 44, 45, 46 nejsou vhodně graficky upraveny a bez dostatečného množství vysvětlivek. Zaokrouhlování v tabulkách absentuje viz. str. 50. Hypotéza 1 není s ohledem na praktickou významnost doplněna o navazující hypotézu, která by měla reflektovat přesnost střelby viz.

García, J. A.. (2013).

Interpretace výsledků práce je pouze v rovině slovního popisu výsledků, kdy chybí srovnání výsledků měření s normami v ČR nebo zahraniční literaturou. Chybí obsáhlejší doporučení do trenérské praxe házené. Následující otázky tak jsou směřovány zejména k přínosu práce pro trenéra či hráče házené. Minimální požadavky kladené na bakalářskou práci jsou splněny.

Otázky k obhajobě:

- 1- K čemu je z hlediska výkonu v házené zvýšení rychlosti střelby bez udržení nebo zlepšení přesnosti střelby?
- 2- Jak zdůvodněte výběr zátěžových parametrů silového tréninku, konkrétně počet opakování (bez progresu v zátěži) a výběr cviku (jsou trénovány jen primární hybače pro hod, nikoliv jejich antagonisté)?

Práce je/ není doporučena k obhajobě

Navržený klasifikační stupeň:


Dobře

Do rámečku vypsát slovní hodnocení z této škály: výborně, velmi dobře, dobře, nevyhověl/a

Oponent bakalářské práce:

Jméno, tituly: PhDr. Petr Šťastný Ph.D.

Podpis:



V Praze dne: 2.7. 2018