

Posudek oponenta

Téma práce: Sledování četnosti zranění u volejbalových specializací a jejich prevence

Autor: Mariana Malá

Sportovní trénink i soutěžení se většinou neobejdou bez zranění. Jedná se často o trochu opomíjenou záležitost vzhledem k plánování tréninku a často zde dochází k poměrně velkým chybám i u hráčů na vyšších úrovních. Proto je chvályhodné zpracovávat témata tohoto typu a pokusit se podpořit úroveň hráčů a hráček volejbalu i z tohoto pohledu.

Diplomová práce má 62 stran textu, 23 grafů a 2 obrázky v textové části a 2 přílohy. Cílem práce bylo zjistit četnost zranění u hráčů volejbalu v souvislosti s jejich specializací.

V teoretické části je volejbal nejprve představen jako moderní sportovní hra. Jsou zde zmíněna základní pravidla, složky sportovní přípravy a herní činnosti. Další samostatné kapitoly jsou věnovány herním specializacím. Třetí a stěžejní část je věnována problematice zranění – příčinám, klasifikaci, prevenci, regeneraci a kompenzaci. Teoretická část je psána srozumitelně a poskytuje dobré pozadí pro následný výzkum.

Pro výzkum bylo vybráno 117 probandů – hráčů či hráček volejbalu a byly formulovány 4 hypotézy. Sběr dat probíhal na základě dotazování písemnou formou, kdy sportující vyplňovali nestandardizovaný dotazník. Metody odpovídají zaměření práce a jsou dobře popsány. Výsledky jsou přehledné, názorné, na dobré úrovni je rovněž diskuse. Chybí mi zde více komentářů autorky práce k jednotlivým výsledkům. Stejně tak v závěru bych uvítal více konkrétních doporučení pro praxi.

Práce přináší dobrý přehled údajů o četnosti a typech zranění volejbalistů a umožňuje srovnání mnoha údajů navzájem a hledání rozdílů mezi pohlavími a jednotlivými specializacemi. Skýtá tak mnoho užitečných údajů pro trenéry, kteří ji mohou dále využít.

Celkově je práce přehledná a logická, srozumitelná, shledávám ji velmi zdařilou a nemám zásadních připomínek. Vzhledem k výše uvedenému ji doporučuji k obhajobě.

Otázky k obhajobě:

Pod který z uvedených psychických faktorů (str.18) byste zařadila koncentraci?

Jaké výhody by mohlo přinést dotazování hráčů?

Jaké výsledky by mohla přinést obdobná pozorování u mladších věkových kategorií?

11.6.2020

Mgr. Tomáš Kočib