

Posudek oponenta

Téma práce: **Prevence zdravotních rizik tenistů**

Autorka: Mgr. Gabriela Váchová

Bakalářská práce má 52 stran textu, 6 obrázků a 1 přílohu. Cílem práce bylo shrnutí problematiky zdravotních rizik tenistů, možností jejich prevence a návrh preventivních opatření či programu pro využití v trenérské praxi.

Problematika přetěžování a zranění (nejen ve sportu) je dnes často diskutována v souvislosti se směřováním naší společnosti směrem k výkonu a k jeho ocenění. Fenomén komercializace sportu nese s sebou jak výhody, tak i nevýhody, které mohou práci na poli prevence zranění u sportovců rozhodovat o kvalitě činnosti i konečném výsledku. Tuto výzkumnou snahu tedy považuji v současnosti za velmi přínosnou a téma za zajímavé.

Jedná se o teoretickou práci deskriptivně-analytického charakteru zpracovanou formou literární rešerše, která je na výborné úrovni a respektuje současné moderní možnosti práce se zdroji. V hlavní části práce je postupně věnován prostor vzniku zranění v tenise, třídění zranění dle věku, soutěží, pohlaví a dalších faktorů. Následná část práce se věnuje lokalizaci zranění a jejich souvislosti s tenisovou technikou.

Nejcennější pro praxi jsou zřejmě další části, kde je přehledně shrnuto riziko zranění u juniorů a dospělých a také návrh preventivního programu či pokynů jak postupovat v tréninku s hráči. Celkově je práce přehledná a logická, vhodně doplněná tabulkami i obrázky. Vzhledem k výše uvedenému ji hodnotím velmi pozitivně a doporučuji k obhajobě.

Otázky k obhajobě:

Jaké rozdíly jsou mezi ženami a muži v přístupu k prevenci a kompenzaci?

Které výsledky hodnotíte jako nejzajímavější či podnětné pro začínající trenéry mládeže?

13.6.2021

Mgr. Tomáš Kočib