

## Posudek vedoucího práce

Diplomová práce Martina Hubinky s názvem **Technická příprava chvatu KATA GURUMA** obsahuje 52 stran textu doplněného obrázky a 9 příloh. Autor čerpá za 23 literárních zdrojů domácích i zahraničních autorů. Využil i svých závodních zkušeností a kontaktů se závodníky a trenéry na světových soutěžích.

Práce je přehledně členěna do 8 kapitol z nichž každá má své podkapitoly. V první části práce diplomant rozebírá schopnosti které jsou důležité pro trénink juda. Pozornost si zaslouží zmínka o taktilním pocitu a vnímání bolesti. Toto je často opomíjeno v tréninku, ale výzkumy prokazují, že taktilní citění je pro judo velmi důležité, stejně jako poznání prahu bolesti. Nejasná mi jsou udávaná %. Prosím vyjasnit u obhajoby. Těžiště práce je v kapitole 5, kde diplomant podrobně rozebírá nácvik techniky KATA GURUMA. Nejprve základní provedení, které je nutno zvládnout tak, aby bylo možné techniku využít v zápasových variantách. Tyto varianty, včetně nejčastějších chyb jsou popsány a názorně doplněny obrázky se zdůrazněním klíčových momentů. Doporučoval bych v některých případech více obrázků pro jasnější a zřetelnější představu. Množství zápasových variant je nezvykle obsáhlé a autor neopomněl žádnou z důležitých a používaných variant. Správně jsou v této kapitole také zařazena průpravná cvičení a především kombinace s využitím chvatu KATA GURUMA jako chvatu výsledného i předšledného. Na straně 50 je popsána a obrázkem doplněna obrana proti chvatu KATA GURUMA.

Práce ukázala světový vývoj juda a změnu používaných technik, ke kterému došlo během posledních 10 let. Pro české judo je důležité tento trend zachytit, aby se vrátilo k úspěchům z 80. let, kdy čeští judisté vozili medaile z ME i světových soutěží.

Práce je psána čistě, přehledně, s minimem stylistických chyb, obrázky jsou kontrastní. Diplomant jednotlivé fáze své práce konzultoval a upravoval podle připomínek vedoucího práce.

Práce má přínos pro trenéry juda a doporučuji ji k obhajobě.  
Navrhuji hodnocení: **VÝBORNĚ – VELMI DOBŘE**

V Praze 2.5.2006



PaedDr. Jan Štěpánek  
vedoucí práce