

**Posudek vedoucího bakalářské práce**

**Dany ŠATROVÉ**

**Posilovací cvičení a hry v tréninku staršího žactva**

Autorka se orientuje na problematiku posilování v tréninku staršího žactva. O způsobech posilování mladších věkových kategorií, zejména ve výkonnostním sportu se dlouhodobě vede poměrně vyhrčená diskuze. Z tohoto pohledu je zvolené téma velmi aktuální. Bakalářská práce exaktně formuluje své cíle (s.8).

Teoretická část práce se zabývá silou a jejími druhy, jako jednou z oblastí pohybových schopností. Zaměřuje se zejména na způsoby jejího rozvoje. Poněkud na tomto místě postrádám porovnání a kritiku zdrojů, ze kterých autorka čerpala. Je to škoda, protože použitá literatura je dobře volena a její výčet je poměrně rozsáhlý.

Hypotézy (s.33) by si zasloužily větší propracovanost. Např. H1 je zcela jasná i bez jakéhokoli výzkumu. K testování hypotéz použila Šatrová metodu analýzy literatury, dotazníkového šetření, pozorování a rozhovoru. Přestože jsou tyto metody voleny velmi vhodně, domnívám se že autorka nevyužila zdaleka všech možností, které skýtají.

Výsledky dotazníkové metody jsou uváděny na stranách 36-37. Výsledky získané ostatními uváděnými metodami postrádám.

Samotný zásobník cvičení je dobře sestaven a svědčí o odborné erudici autorky. Lze jej bez dalších úprav použít k práci nejen atletických trenérů, ale i trenérů a cvičitelů mnoha jiných sportovních odvětví. Lze jej rovněž využít ve školní tělesné výchově.

Kapitoly Diskuze i Závěry by si zasloužily větší pozornost a pečlivost autorky.

Závěrem lze konstatovat, že Dana Šatrová přes uváděné nedostatky, které mohou označit za nepodstatné, splnila nároky kladené na bakalářskou práci.

Předkládanou práci doporučuji k obhajobě a hodnotím ji .....

V Praze, dne 1. 1. 2013

PhDr.et PaedDr. Ladislav Kašpar, Ph.D.  
vedoucí práce