

POSUDEK VEDOUCÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

TÉMA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE:

Trénink rychlosti v kondiční přípravě mladých basketbalistů

ZPRACOVAL: Martin JANIKOV

Student Martin Janikov v předložené bakalářské práci zjišťoval účinnost tréninkového programu zaměřeného na rozvoj rychlostních schopností basketbalistů kategorie do 14 let. Práce byla zpracována ve formě experimentu, jehož cílem bylo sledovat rozvoj pohybových schopností u dvou záměrně vybraných skupin hráčů. Pro získání dat bylo využito somatické měření, testování rychlosti a zároveň dotazování. Zvolený přístup i postup řešení odpovídal požadovaným kritériím.

Posluchač Martin Janikov přistoupil k řešení zadaného úkolu v teoretické části bakalářské práce komplexně a je zřejmé, že příslušná odborná teoretická východiska autor svědomitě prostudoval. Bibliografických citací bylo využito v přiměřeném počtu, který odpovídá rozsahu a charakteru práce.

Ve výsledkové části pak autor velice důkladně probral problematiku rozvoje rychlosti, provedl hodnocení naměřených dat a zároveň statistické zpracování.

Po věcné stránce hodnotím bakalářskou práci jako seznámení se s metodikou testování rychlosti i s následným pokusem o intervenci vzhledem k tréninkovému procesu v basketbalu v kategorii U14. Konkrétní doporučení v závěru práce jsou velmi dobrým vyústěním směrem k aplikaci pro praxi.

Bakalářská práce svým rozsahem 68 stran textové části a 12 stran přílohové části splňuje požadavky pro tento druh závěrečné práce. Bakalářskou práci Martina Janikova **doporučuji** k obhajobě.

Hodnocení:

V Praze, 5. 9. 2015

Aleš Kaplan

vedoucí bakalářské práce