

POSUDEK OPONENTA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Jméno oponenta:

Mgr. Ing. Jitka Kamarýtová

Jméno studenta:

Bc. Luděk Konvičný

Název diplomové práce:

Vliv kompenzačního programu pro sportovce v řeckořímském zápase

Cíl práce:

Cílem práce bylo posoudit vliv sestaveného kompenzačního programu zaměřeného na zmírnění svalové nerovnováhy u skupiny sportovců zápasu řeckořímského ve věku 16-17 let.

1. Náročnost tématu na:	průměrné	nadprůměrné
* teoretické znalosti	x	
* vstupní údaje a jejich zpracování	x	
* použité metody	x	

2. Kritéria hodnocení práce:	stupeň hodnocení			
	výborně	velmi dobře	vyhovující	nevyhovující
stupeň splnění cíle práce		x		
logická stavba práce		x		
práce s literaturou včetně citací			x	
adekvátnost použitých metod		x		
úprava práce (text, grafy, tabulky)		x		
stylistická úroveň a gramatika		x		
kvalita diskuse			x	

3. Využitelnost výsledků práce v praxi:	průměrná	nadprůměrná
--	----------	-------------

Formální hledisko:

Diplomová práce je zpracována na 71 stránkách a doplněná o 2 stránky přílohy. Autor čerpal z řady literárních zdrojů. Převážně uvádí zdroje tuzemských autorů, ale i přes to byly nároky na zahraniční literaturu splněny. Práce má běžné metodologické členění a jednotlivé kapitoly na sebe logicky navazují. Grafická úprava je na velmi dobré úrovni. Celkový dojem práce snižuje několik překlepů a stylisticky nevhodně uspořádaná skladba vět. V práci dále nacházím drobné odchylky ve formátování navzdory stanovenému fakultnímu vzoru.

Obsahové hledisko:

Problematika kompenzačních programů ve sportu je v současné době hojně diskutovaným tématem, proto bych ráda vyzdvihla autorovo zaměření práce. Jednotlivé kapitoly v teoretické části na sebe logicky navazují a jsou zpracovány dostatečně do hloubky.

S kompenzačními programy je často spojena i problematika regenerace. Právě kapitolu věnovanou regeneraci v teoretické části postrádám.

V praktické části autor prokázal schopnost vědecké práce, jejíž výsledky přehledně prezentoval pomocí fotografické dokumentace, grafů a tabulek doplněných o slovní popisy. Celkový odborný dojem této DP snižuje kapitola týkající se diskuze, ve které jsou popisovány výsledky práce, ale již zde není přímé srovnání těchto výsledků se zahraničními studii. V rámci zpracování DP by práce se zahraničními zdroji v kapitole diskuse měla být určitě hojnější.

U uvedeného konkrétního kompenzačního programu postrádám popis nejčastějších chyb při provádění jednotlivých cviků.

V rámci kompenzačních programů se již zcela běžně používají cviky zaměřené na hluboký stabilizační systém. V práci tuto složku kompenzačního programu zcela postrádám stejně jako cviky na balančních plochách z důvodu prevence zranění. Zvolený kompenzační program není tedy zcela kompletní.

Závěrem lze konstatovat, že diplomant ve své práci prokázal schopnosti vědecké práce. Zpracování je pečlivé, přehledné a celkově na velmi dobré úrovni. Předložená práce splňuje požadavky kladené na diplomovou práci, a proto ji doporučuji k obhajobě.

Navrhovaný klasifikační stupeň: podle průběhu obhajoby

Otázky k obhajobě:

1. Byly v kompenzačním programu zahrnuty cviky na hluboký stabilizační systém? Pokud ano, jaké? Pokud ne, tak z jakého důvodu byly opomenuty?

2. Myslíte si, že je dobré provádět protahovací cvičení u hypermobilních jedinců?
3. Z jakých důvodů je dobré do kompenzačních programů zahrnout cvičení na labilních plochách?
4. Uveďte konkrétní příklady regenerace a vysvětlete její účinek na organismus.

V Praze 2.9.2017

Mgr. Ing. Jitka Kamarýtová
oponent