

Posudek oponenta:

Téma práce: Atletika v tenise

Diplomant: Jakub Čvanda

Bakalářská práce má 65 stran textu, 4 tabulky v textové části a 2 přílohy.

Cílem práce bylo navržení atletického programu a zásobníku cviků pro mladé tenisty.

Teoretická část je přehledně rozdělena na 6 podkapitol. Autor se zde věnuje nejprve pohybovým schopnostem, vývojovým stádiím mládeže a následně se vyjadřuje k významu atletických prvků či cvičení pro tenis. Připojeno je také pojednání o principech rozcvičení a kompenzace. Teoretická část působí přehledně, uspořádaně a vhodně je navíc zakončena výčtem faktorů, které by měl trenér zohlednit při plánování a organizaci tréninku.

Výzkumná část prezentuje vlastní zásobník cviků. Zásobník je dobře strukturován, cviky jsou srozumitelně popsány a doplněny příloženými obrázky. Chybí zde pouze podrobnější informace o tvorbě zásobníku (jak vznikal, metodika postupu). Následná diskuse je spíše stručnější.

Celkový dojem z práce je dobrý, je v ní podstatný praktický potenciál a může sloužit jako dobrá pomůcka pro trenéry tenisu. Vzhledem k uvedeným skutečnostem práci hodnotím pozitivně a doporučuji jí k obhajobě.

Dotazy k obhajobě:

- 1) Setkal jste se s problémem interference u některých atletických cviků?
- 2) Jakou souvislost s tenisem vidíte ve cvičení 25 (trčení medicinbalu v letu)?

7.5.2018

Mgr. Tomáš Kočib