

Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu

Katedra biomedicínského základu v kinantropologii

Posudek oponenta Bakalářské práce

Jméno autora	Barbora Vojtíšková
Téma práce	Využití Training lights ve volejbale
Cíl práce	Vytvoření zásobníku volejbalových cvičení s využitím pomůcky Training lights včetně jeho samotného představení
Vedoucí diplomové práce	doc. Mgr. Michal Štefl, Ph.D.
Oponent diplomové práce	Mgr. Tomáš Horák

Kritéria hodnocení práce	úroveň			
	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl/a
stupeň splnění cíle práce	x			
logická stavba práce	x			
práce s českou literaturou včetně citací	x			
práce se zahraniční literaturou včetně citací		x		
adekvátnost použitých metod	x			
hloubka provedené analýzy		x		
stupeň realizovatelnosti řešení		x		
využití znalosti a odbornosti problematiky	x			
formální úprava práce (text, grafy, tabulky)	x			
stylistická úroveň	x			

Práce je doporučena k obhajobě.

Navržený klasifikační stupeň:

Výborně

Připomínky k obhajobě:

Cíl práce byl splněn. Teoretická část dostatečně popisuje vše, co čtenář potřebuje k pochopení problematiky popisované v praktické části bakalářské práce. Praktická část vybraných cvičení je strukturována krátkou a výstižnou formou popisu cvičení doplněnou o schémata ulehčující čtenáři pochopení daného cvičení.

Některá cvičení nejsou zcela ještě vhodná (z hlediska náročnosti) pro veškeré věkové i výkonnostní kategorie, ale určitě si každé cvičení může najít své nevhodnější zařazení. Doporučoval bych zaměřit se v další práci na využití zahraničních zdrojů nejen v jedné části práce – prohlubovat či využívat poznatky ze zahraničí i v dalších oblastech. Práce je však odborně popsána a bylo poznat, že autorka dané problematice rozumí a dokáže pracovat s nabytými informacemi. **Práci bych k obhajobě doporučil.**

Otázky k obhajobě:

Na konci práci bylo uvedeno, že cvičení jsou pro všechny věkové a výkonnostní kategorie hráčů šestkového i beachového volejbalu. Zajímalo by mě, zda jsou v práci nějaká cvičení, která bys s dětmi (např. ve věku 11-13 let) nedělala?

Jaké výhody či nevýhody by mohly mít Training lights v porovnání šestkového volejbalu a beachvolejbalu v rámci tréninku?

V jaké části tréninku by bylo nejlepší využívat pásy k rozvoji reakční doby u hráčů?

V Praze dne: 7. 6. 2023

Podpis: Mgr. Tomáš Horák