

Posudek vedoucího práce:

Téma práce:

Rozbor psychických dovedností a psychologické přípravy u profesionálních tenistů

Autor: Bc. Richard Pavlův

Tenis je jedna z nejnáročnějších sportovních her. Zejména na elitní úrovni zde narůstá podíl psychiky na aktuálním výkonu hráče. Psychologická příprava je však v praxi z různých důvodů poněkud skryta. Učit se od nejlepších je jistě dobrý nápad, narážíme však často na to, že se mnoho informací vlastně nedozvíme. Autor řeší v tomto smyslu velice zajímavé a na výsost aktuální téma. Podařilo se mu zajistit několik probandů z elitní úrovně tenisu a to je zřejmě na této práci nejzajímavější, nejdůležitější a nejcennější.

Cílem diplomové práce bylo zjistit, jaké techniky z oblasti mentálního tréninku používají profesionální tenisté, a také analyzovat jejich mentální přípravu jako celek. Název práce zní trochu složitě, ale nutno říci že přesně vystihuje její obsah.

V teoretické části práce se autor postupně věnuje představení tenisu a jeho charakteristice z hlediska psychologie. Následuje pojednání o specifických tréninku, osobnosti hráče a mentálních dovednostech. Autor se zde snaží nahlédnout některé praktické problémy i tréninkové možnosti jak pracovat s psychikou hráče, jak se připravovat na utkání i celou sportovní kariéru, a také upozorňuje na vybrané důležité body či kritická místa. Vhodně zde dochází ke kompilaci odborných a ověřených skutečností s vlastními zkušenostmi z praxe hráče i tenisového trenéra.

Druhá část práce je zaměřena na vlastní případové studie (v podstatě) sedmi elitních tenistů. Výzkumný vzorek byl vhodně zvolen a umožnil tak získat odpovědi od hráčů, kteří hrají či hráli nejvyšší světové soutěže. V průběhu výzkumu navíc autor projevil výborné komunikační dovednosti a citlivost v oblasti získávání tzv. „měkkých dat“. Právě tím se stává jeho práce velmi užitečnou pro trenéry v našem prostředí a umožňuje nám přemýšlet o úpravách tréninkových programů a zatížení hráčů s ohledem na jejich psychiku.

Práci hodnotím jako zajímavou, praktickou, odborně zdůvodněnou a doporučuji ji k obhajobě.

Dotazy k obhajobě:

Jak využijete výsledky práce ve své trenérské praxi?

Jak se dá v tréninku pracovat s tzv. „instinktem“ hráče?

Další dotazy vyplynou z průběhu obhajoby.

17. 6. 2023

Mgr. Tomáš Kočib