
POSUDEK VEDOUCÍHO BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Autor: Ladislav Petřík

Povědomí o silovém, kondičním tréninku v basketbale juniorů

Bakalářská práce se zabývá silovým, kondičním tréninkem, respektive tím, v jakém je tento silový trénink povědomí u trenérů a jak jej využívají v basketbale juniorů. Basketbal, jako každá jiná sportovní hra, se postupně vyvíjí a přizpůsobuje i nejnovějším vědeckým poznatkům, a tak je zřejmé, že i problematika silového tréninku je v podstatě také kapitola sama o sobě. Řešitele v práci zajímá, jak moc současní trenéři mládeže vědí o silovém tréninku, jestli, kdy a jak moc ho zařazují do tréninku a také proč a jakým způsobem. Tato data řešitel sbíral pomocí dotazníku, a i když by tento dotazník mohl být více podrobný a mohl být od většího počtu trenérů, tak nabízená práce splňuje podmínky té bakalářské.

Po vyhodnocení dotazníků a diskusi nabízí řešitel i jednotlivé cviky, které jsou popsány, s poznámkami a pro lepší pochopení i s fotkami.

FORMÁLNÍ STRÁNKA PRÁCE

68 stran, abstrakt v jazyce českém a anglickém, 12 grafů, 15 obrázků, 1 příloha – dotazník o silovém tréninku v basketbale, 28 odkazů na tištěné literární zdroje a 5 odkazů na elektronické zdroje v přehledu bibliografické citace.

Formální úprava práce je na dobré úrovni a odpovídá obvyklým standardům. Grafy a obrázky, které doprovází text zejména v praktické části práce, problematiku vhodným způsobem dokreslují a napomáhají k lepší představě a prezentaci výsledků. Stylistické zpracování a způsob vyjadřování autora jsou též na kvalitní úrovni.

TEORETICKÁ VÝCHODISKA

Teoretická část je řazena logicky, kdy autor seznamuje čtenáře se všemi oblastmi, které jsou pro následnou praktickou část práce důležité. Autor postupuje od obecných informací o basketbale přes konkrétnější témata kondičních faktorů v basketbale až po samotné teorie posilování, kde jsou čtenářům adekvátně představeny jakožto hlavní předmět zájmu praktické části práce.

PRAKTICKÁ ČÁST

V metodologické části jsou přesně definované cíle a dílčí úkoly práce se třemi jasně formulovanými vědeckými otázkami. Dále řešitel seznamuje čtenáře s charakteristikou souboru, a hlavně s použitými metodami práce a s následnou analýzou dat. Jak již bylo psáno, řešitel pro sběr dat využil dotazník, kde bylo použito 12 uzavřených otázek týkajících se silového tréninku. Těchto dotazníků bylo rozesláno 30, z toho nakonec vyhodnoceno 25.

VÝSLEDKY A DISKUSE

Výsledky jsou přehledně prezentovány pomocí grafů a vždy jsou vhodně vysvětleny a okomentovány. Myslím, že data nejsou nijak překvapivá pro někoho, kdo se v českém basketbale orientuje. Bohužel jsou spíše smutná a naráží buď na nevzdělanost trenérů, anebo na neochotu věnovat silovému tréninku více času nebo finančních prostředků.

V diskusi jsou okomentovány a diskutovány s informacemi v literárních zdrojích odpovědi na všechny tři položené vědecké otázky. Následně z této diskuse autor doplňuje práci o celkový závěr, který se zdá být srozumitelně vysvětlen a prezentován.

CELKOVÝ ZÁVĚR

Z celkového pohledu lze hovořit o práci, ve které autor prokázal velmi dobrý vhled do zkoumané problematiky. Hlavním úkolem závěrečných prací je, aby byl student motivován k nastudování problematiky, položení si otázek, které ho zajímají a případně na ně hledal odpověď. Myslím, že tato práce přesně toto nabízí.

Lze tedy konstatovat, že autor předložil kvalitní dílo, které odpovídá všem požadovaným kritériím pro bakalářskou práci.

Z tohoto pohledu doporučuji tuto bakalářskou práci k obhajobě.