

Posudek vedoucího práce:

Téma práce: **Rozvoj koordinačních schopností v tenise**

Autor: Vladislav Sadirov

Bakalářská práce má praktické zaměření. Cílem práce bylo zejména vytvoření zásobníku cvičení pro rozvoj koordinace dětí či mládeže v tenise pro věkovou kategorii 6-15 let. Autor si též stanovil za úkol určitý rozbor problematiky koordinačních schopností a jejich tréninku.

Teoretická část je přehledně rozdělena na 8 podkapitol. Autor se zde postupně věnuje charakteristice tenisu, biomechanickým základům pohybu a hernímu výkonu. Dále rozpracovává jednotlivé kondiční faktory a podrobněji potom koordinaci i s jejím dalším vnitřním členěním. Závěrečná podkapitola je potom věnována příkladům vybraných testů koordinace. Tato část práce představuje vhodný základ pro následný zásobník cviků a zároveň shrnuje pro případné čtenáře textu poměrně přehledně současný stav bádání v oblasti, která není zcela jednotně v odborné literatuře chápána či popsána. Mírným nedostatkem je málo skutečně současných literárních studií (z posledních pěti let).

Praktická část práce je pokusem o uchopení problematiky směrem k praktické využitelnosti, zejména pro věkové období tolik důležité pro koordinační rozvoj. Autorovi se celkem daří přehledně rozčlenit jednotlivá cvičení, doplnit je o vhodné textové poznámky a také vlastní fotografie. Zásobníky cviků jsou v praxi stále velmi žádané, zejména u začínajících trenérů tenisu. Rozsahem zde autor navíc přesáhl běžný rozsah bakalářské práce. K podobě zásobníku nemám zásadních připomínek. Námětem by však mohlo být ještě větší propojení s psychologickou přípravou mladých tenistů. Vždyť samotná koordinace se nachází v určité přechodné zóně mezi ryze kondičními předpoklady a mentálními dovednostmi.

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

Dotazy k obhajobě:

- 1) Jak by šlo téma práce propojit s psychologickou přípravou mládeže?
- 2) Které pomůcky byste trenérům mládeže k rozvoji přednostně doporučil?

3. 9. 2023

Mgr. Tomáš Kočib