

Posudek oponenta

Téma práce: **Neurotrénink v tenise**

Autorka: Mgr. Karolína Gavendová

Cílem bakalářské práce bylo shrnutí problematiky tzv. neurotréninku a možností jeho využití v tenise. Autorka ve druhé části připojuje návrh zásobníku cviků, včetně jejich demonstrace.

Nové směry v oblasti sportovní přípravy a motorického učení se pokouší nacházet další cesty ke zvýšení sportovních výkonů a také urychlení procesu učení. Někdy se zdá již dnes obtížné objevit v tomto směru něco nového, převratného, ale sportovci se často odlišují právě v drobných detailech své přípravy, které mohou nakonec rozhodnout o vítězství či porážce v důležitých utkáních. Neuro-atletický trénink či jen „neurotrénink“ je právě jednou z diskutovaných oblastí, která se objevuje v posledních letech v odborné literatuře i ve výzkumných studiích. Aplikaci neurotréninku v tenise a snahu o přínos pro praxi u nás v této oblasti považují za velmi přínosnou a téma za zajímavé.

Jedná se z větší části o teoretickou práci deskriptivně-analytického charakteru zpracovanou formou literární rešerše, která je ovšem na výborné úrovni a respektuje současné moderní možnosti práce se zdroji. Autorka se postupně věnuje charakteristice tenisu a nervovému systému. Samostatná kapitola je věnována senzorickým systémům, což vytváří teoretický úvod pro lepší pochopení účinků cviků v zásobníku.

Nejcennější pro praxi je pochopitelně zásobník cviků, který je přehledně zpracován a umožňuje zájemci v podstatě ihned si popsané postupy vyzkoušet „na vlastní kůži“.

Celkově je práce přehledná a logická, vhodně doplněná obrázky, přílohami i videi. Svým rozsahem i kvalitou práce přesahuje požadavky na bakalářskou práci. Počítám s jejím využitím ve výuce specializace pro trenéry tenisu. Vzhledem k výše uvedenému ji hodnotím velmi pozitivně a doporučuji k obhajobě.

Otázky k obhajobě:

Jaké rozdíly jsou mezi ženami a muži ohledně neurotréninku?

Které výstupy byste považovala za podnětné pro začínající trenéry mládeže?

14.1.2024

Mgr. Tomáš Kočib