

Posudek vedoucího práce

Téma práce: Trénink hbitosti v tenisové přípravě

Diplomant: Jaroslav Blažek

Cílem bakalářské práce byla analýza hbitosti v tenisovém tréninku a návrh tréninkového programu či jeho části se zaměřením a tuto oblast pohybových schopností. Autor podává rozsáhlý výklad ke kondiční přípravě v tenise a uvádí různá pojetí členění jednotlivých jejích součástí. Někdy zde zabíhá až do přílišných podrobností či se dotýká až moc vzdálených témat. Osvětluje zde pojem „hbitost“ a její souvislost s výkonem tenisty. Výsledkem práce je návrh a ověření tréninkového programu hbitosti u talentovaného tenisty. Autor dochází k závěru, že jeho trénink byl přínosný, ale podložil to pouze subjektivními pocity hráče a výsledky hráče z utkání. I když nejsou jasně prokazatelné souvislosti mezi tréninkem a výsledky, může tato práce sloužit jako určitá pilotní studie. Autor přikládá i sekvence s konkrétními tréninkovými formami, které mohou být užitečné pro trenérskou praxi. Práce působí na první pohled nevyváženým dojmem, protože výsledková část je velmi stručná. Je třeba ovšem vzít v potaz, že přiložené CD s tréninkovými formami je jinou formou prezentace výsledků než text. Seznam literatury i autorův vzhled do problematiky vypovídá o jeho dobré orientaci v trenérské praxi. Přes určité nedostatky práci hodnotím jako přínosnou a doporučuji ji k obhajobě. Její výsledek bude záviset na zodpovězení otázek a reakcích autora na připomínky.

Dotazy pro obhajobu:

Jakou část přípravy v ročním tréninkovém cyklu by bylo podle Vás bylo optimální věnovat tréninku hbitosti?

Které z uvedených pomůcek jste využíval sám v trenérské praxi?

Jakou studií byste mohl na problematiku navázat v dalším stupni studia?

6.5.2010


Mgr. Tomáš Kočib