

Posudek oponenta bakalářské práce

Jméno posluchače	Mikuláš Wojnar
Téma práce	Využití regeneračních prostředků ve sportovní přípravě mládeže v klubech se statutem sportovního centra mládeže.
Cíl práce	Zjištění stavu využití regeneračních prostředků v SCM na území Prahy v kategoriích U12-U19
Vedoucí bakalářské práce	
Oponent bakalářské práce	Mgr. Jakub Kokštejn, Ph.D.

Rozsah práce	
stran textu	58
literárních pramenů (cizojazyčných)	51 (25)
tabulky, grafy, přílohy	2, 15, 1

Kritéria hodnocení práce	úroveň			
	výborně	velmi dobře	dobře	nevyhověl/a
stupeň splnění cíle práce		+		
logická stavba práce	+			
práce s českou literaturou včetně citací	+			
práce se zahraniční literaturou včetně citací	+			
adekvátnost použitých metod	+			
hloubka provedené analýzy		+		
stylistická úroveň		+		
využitelnost námětů, návrhů a doporučení k řešení problému	+			

Bakalářská práce je doporučena k obhajobě.

Navržený klasifikační stupeň: 2

Otázky k obhajobě bakalářské práce:

1. Definuj termín pohybové zátížení.
2. Které druhy kompenzačních cvičení kluby nejčastěji využívají?
3. Jaké konkrétní poznatky a zkušenosti Vám přineslo zjišťování stavu využití regeneračních prostředků v klubech se statutem SCM?

Připomínky k bakalářské práci:

- V kapitole 2.1.1 chybí jasná definice tělesného (pohybového) zátížení.
- U grafů 8 a 9 chybí detailní informace (jaké druhy regenerace jsou v klubu a jaké jsou dostupné externě – alespoň obecně; které druhy jsou povinné a které dobrovolné)
- V diskusní části chybí celkové zhodnocení regeneračního režimu ve vybraných klubech. Jeví či nejeví se tento režim jako dostatečný? Chybí konfrontace s doporučeními pro objem či intenzitu regeneračních aktivit.

Závěr oponentského posudku:

Práci celkově hodnotím jako zdařilou a doporučuji k obhajobě. V praktické části autor přináší poznatky o stavu regeneračního režimu v pražských klubech se statutem SCM. V diskusní či závěrečné části chybí celkové zhodnocení stavu regeneračního režimu v klubech ve vztahu k obecným doporučením, což z jistého pohledu činí práci neúplnou.

V Praze dne: 2.4.2014

Mgr. Jakub Kokštejn, Ph.D.