

Posudek vedoucího práce:

Téma práce: Rozvoj rovnováhy u tenistů ve věku 6-15 let

Diplomant: Marek Žďánský

Bakalářská práce obsahuje 65 stran textu, 27 obrázků a 3 přílohy. Jejím cílem bylo navržení a vstupní hodnocení zásobníku cviků pro rozvoj rovnováhy u dětí ve věku 6-15 let.

Rovnováha je důležitou koordinační schopností, která se podílí na kvalitě herního výkonu tenisty. Její „uchopitelnost“ je obtížná a často vede i v odborných textech k určitým rozporům. Proto shledávám snahu o její lepší pochopení za přínosnou a pokus o hodnocení navržených cviků za velmi praktický.

Teoretická část obsahuje informace o pohybových schopnostech i dovednostech. Jsou zde základní informace o motorickém učení a didaktických principech aplikovaných na tenis. Zvláště jsou potom rozpracovány koordinační schopnosti, kde autor vychází z určité teorie, která je rozpracována v literatuře. Závěrem jsou naznačeny možnosti, jak rovnováhu či rovnováhovou schopnost diagnostikovat.

Výzkumná část je zajímavým pokusem o evaluaci navrženého programu, ke které si autor vybral čtyři hráče tenisu.

Metodika odpovídá potřebám práce, kterou je možno chápat spíše jako pilotní studii pro další výzkum. Výsledky práce směřují přímo do praxe a dávají trenérům možnost rovnováhu v trénincích rozvíjet dle přiloženého návodu. Cviky jsou vhodně doplněny i vlastními fotografiemi autora.

Práce je originální, zajímavá a přináší nové podněty. Práci doporučuji k obhajobě, otázky vyplnou z jejího průběhu.

7.5.2016

Mgr. Tomáš Kočib