

Příloha k protokolu o SZZ č:

Diplomant: Gabriela Knobová

Vysoká škola: Pedagogická fakulta JU v Č. B.

Aprobace: Magisterské studium Bi - Tv

Katedra: Tělesné výchovy a sportu PF

Vedoucí diplomové práce:

Datum odevzdání posudku: 18. 5. 2009

PaedDr. Vladislav Kukačka, Ph.D.

POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE

Návrh souboru průpravných cviků pro jezdce v jezdeckví

Předkládaná práce Gabriely Knobové má 68 stran a 40 stran příloh, její členění odpovídá požadavkům na diplomovou práci. Teoretická část analyzuje poznatky z jezdeckví se zaměřením na jezdecký sed, jehož zvládnutí je předpokladem pro úspěšné absolvování jízdy na koni. Z této části vyplývá, že v dostupné literatuře je dostatek informací o jezdeckém sedu, ale nedostatek informací na téma, jak lze především začínajícího jezdce na tuto náročnou tělesnou polohu fyzicky připravit.

Cílem práce bylo navrhnout a ověřit přibližně 4 měsíce trvající trénink zaměřený na protahovací a posilovací cviky, které by adaptovaly svalstvo zatěžované při jezdeckém sedu. Soubor těchto cviků byl vytvořen na základě analýzy jezdeckého sedu z pohledu účasti svalů na zajištění optimální jezdecké polohy.

Aplikace navrženého souboru posilovacích a protahovacích cviků, které se prováděly na koni i bez účasti zvířete, na souboru dvaceti dívek ve věku 16 až 17 let, byla doplněna hodnocením souboru kontrolního, který neabsolvoval zmíněná adaptační cvičení.

Závěry práce konstatují statisticky významné změny parametrů zjištěných kontrolním měřením zatěžovaných svalových skupin, kdy sledovaná skupina měla ve čtyřech z pěti testovaných cviků významně lepší výsledky než skupina kontrolní.

Práci a její výsledky hodnotím kladně a považuji ji za přínos v oblasti tvorby adaptačních programů v jezdeckví, kde jsou podobné přístupy spíše výjimkou. Vysoce hodnotím také motivační práci diplomantky, která zajistila pravidelnou a několik měsíců trvající tréninkovou činnost celého sledovaného souboru.

Práce splňuje požadavky kladené na diplomovou práci a doporučuji ji k obhajobě.

Předloženou diplomovou práci hodnotím známkou výborně.

Otázka o obhajobě: Který z vámi navržených posilovacích cviků považujete za nejefektivnější ve vztahu ke zkvalitnění jezdeckého sedu?

PaedDr. Vladislav Kukačka, Ph.D., v.r.

.....
podpis vedoucího diplomové práce

V Č. Budějovicích dne 15. 5. 2009