

POSUDEK OPONENTA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

TÉMA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE:

Analýza všestranného silového tréninku u běžců – případová studie

ZPRACOVAL: Jiří PAVLŮ

Cílem bakalářské práce byl rozbor dvou přípravných období (2017-18 a 2018-19) z hlediska všestranné silové přípravy u běžců na střední a dlouhé tratě vybraného elitního atletického klubu. Pro rozbor byla použita metoda obsahové analýzy tréninkových dokumentů, v tomto případě tréninkových deníků. Student Jiří Pavlů použil pro splnění cíle metodu analýzy a metodu komparace.

V teoretické části byla provedena literární rešerše odborné literatury, avšak při samotném výčtu autorů můžu konstatovat, že se nepodařilo zahrnout do teoretických východisek více zahraničních autorů.

V metodologické části autor upřesnil cíl práce a stanovil úkoly práce. Vzhledem k tomu, že se jedná o případovou studii, byl bych opatrný na stanovování hypotéz práce a spíše bych se přiklonil k výzkumným otázkám. Pro větší přehlednost mohla být charakteristika skupiny zpracována ve strukturované, případně v tabulkové podobě.

Sledování bylo zaměřeno na přípravná období dvou ročních tréninkových cyklů 2017-18 a 2018-19. Pro splnění cíle práce a vytyčených úkolů si Jiří Pavlů vybral porovnání přípravných období mezi sebou navzájem a také porovnání přípravných období s vybranou odbornou literaturou. Chtěl bych upozornit na skutečnost, že jakmile se jedná o komparativní studii, je třeba se částečně opřít o metodu základní matematické statistiky, což je následně spojováno s dalšími empirickými a teoretickými metodami používanými především při komparaci zjištěných údajů u sledovaného souboru běžců. Student Jiří Pavlů tento postup základního statistického rázu opomněl a soustředil se pouze na deskripci a dále na stručný přehled vybraných tréninků.

Bakalářskou práci Jiřího Pavlů **doporučuji**, i přes výše uvedené výhrady, **k obhajobě**.

Pro obhajobu bych žádal odpověď na následující otázku:

1) Stručně charakterizujte odlišnosti v dynamice tréninkového zatížení u běžce na 800 m, dále u běžce na 1500 m a běžce na 5000 m.

Další otázky vyvstanou z průběhu samotné rozpravy při obhajobě.

Hodnocení:

V Praze, 29. 4. 2019

Aleš Kaplan
oponent bakalářské práce