

Posudek vedoucího diplomové práce

Jméno diplomanta	Bc. Lada Lanková
Téma práce	Porovnání tréninkové přípravy běžců na lyžích distančních a dálkových závodů
Cíl práce	Cílem práce je porovnání a zhodnocení tréninkové přípravy a aplikovaných tréninkových prostředků u dvou vybraných běžců na lyžích dálkových a distančních závodů.
Vedoucí diplomové práce	PaedDr. Tomáš Gnad

náročnost práce na	úroveň		
	nadprůměrná	průměrná	podprůměrná
teoretické znalosti	x		
praktické zkušenosti	x		
podkladové materiály, vstupní data a jejich zpracování	x		

kritéria hodnocení práce	známka			
	1	2	3	4
název práce	x			
téma práce a její aktuálnost	x			
teoretická fundovanost autora	x			
formulace cílů práce		x		
adekvátnost použitých metod	x			
celkový postup řešení	x			
práce s daty a informacemi	x			
hloubka provedené analýzy	x			
členění a logická stavba práce	x			
práce s odbornou literaturou	x			
formální úprava práce (text, grafy, tabulky)	x			
stylistická úroveň	x			
přesnost formulací a práce s odborným jazykem	x			
splnění cílů práce	x			
závěry práce a jejich formulace	x			
odborný přínos práce a její praktické využití		x		

Přípomínky: Odborný přínos diplomové práce nemá příliš vysokou hodnotu, neboť se jedná pouze o dva závodníky dospělé kategorie, ve které je možné v některých případech tréninkové plány závodníků upravovat s upřednostněním jejich výkonnostních cílů.

Otázky k obhajobě:

1. Distanční závodník ani v jednom sledovaném RTC nesplnil doporučený počet tréninkového objemu u tréninkového prostředku síla i přesto, že byl zařazen do reprezentačního družstva. Je možné na základě uvedené analýzy nalézt nějaký důvod?

2. Distanční závodník nedodržel doporučených deset procent u žádného tréninkového ukazatele v tréninku III. intenzitou zatížení, s výjimkou kolečkových lyží. Je možné na základě uvedené analýzy nalézt nějaký důvod?
3. Jakou mírou může být ovlivněna výkonnost obou sledovaných závodníků při posouzení počtu závodů?
4. U jednotlivých závodníků jsou poměrně velké výkyvy u některých sledovaných tréninkových prostředků v jednotlivých RTC. Je možné se domnívat, že jsou plánované?

Práce je doporučena k obhajobě.

Navržený klasifikační stupeň:

Výborně

Vedoucí diplomové práce:

Jméno, tituly: PaedDr. Tomáš Gnad

Podpis:

V Praze dne: 2. 9. 2019