Univerzita Karlova v Praze
Fakulta tělesné výchovy a sportu

Doktorand: Mgr. David Bujnovský
Vedoucí disertační práce:
Prof. ing. František Zahálka, Ph.D.
PaedDr. Tomáš Malý, Ph.D.
Oponent: Doc. PaedDr. Jaromír Votík, CSc.

Oponentský posudek disertační práce

Téma: Efekt základního mezocyklu na změny herní kondice s progresivním charakterem zatížení u hráčů mládežnického fotbalu

Téma disertační práce je aktuální a významné neboť problematika řešení struktury a obsahu přípravného období je dlouhodobě v odborném fotbalovém prostředí, a to v globálním měřítku, poměrně frekventovaná a diskutovaná. Efekt relace zatížení (různými metodami, formami, prostředky) a změn herní kondice v limitovaném časovém horizontu považuji za téma závažné, zajímavé a pro teorii i praxi nezbytné.

Obecně je řešení této problematiky z hlediska teorie a didaktiky sportovního tréninku a speciálně tréninkového procesu ve fotbalu často spojené s hledáním a ověřováním různých modelů přípravného období, a to i z hlediska věkových kategorií.

V disertační práci autor předkládá experimentálně získané výsledky, které mohou přispět k rozšíření poznatků o efektivním zatížení v základním mezocyklu přípravného období ve věkové kategorii U16 - U17. Uvedený spis je zpracován na 88 stranách textu, a je doplněn 60 obrázky a 20 tabulkami včetně 24 příloh. Referenční seznam obsahuje 185 bibliografických odkazů převážně na zdroje zahraniční, několik v textu citovaných autorů, většinou českých, však není v tomto seznamu uvedeno (Bedřich, Süss, Cacek, Psotta aj.).

Teoretický rozbor problematiky je postaven především na fyziologických aspektech pohybového zatížení, v kontextu s prezentovanými výsledky studie v této části disertační práce postrádám např. podkapitoly týkající se tréninku silových a rychlostních schopností.

Primárním cílem této práce bylo zjistit, zda je využití specifického nizozemského modelu a specifického skotského modelu rozvoje kondice více efektivní formou než využití nespecifického „českého“ modelu u elitních hráčů mládežnického fotbalu. Výzkumná situace je popsána přehledně s charakteristikami intervenčních programů experimentálních skupin (EXP1, 6 týdnů, kondiční program 2x týdně, Σ 500 minut; EXP2, 4 týdny, kondiční program 2x týdně, Σ 170 minut; KON, 6 týdnů, kondiční program 2x týdně, Σ 270minut).

Prezentace výsledků výzkumu se promítá do čtyř konkrétně formulovaných hypotéz a sedmi úkolů práce.

H1 –tvrzení o posunu ANP u všech skupin bylo zamítnuto.

H2 – výsledky podporují hypotézu jen částečně (EXP2 nedosáhla zlepšení výkonnosti v rychlostních testech).

H3 – předpokládá u EXP1 a EXP2 vyšší adaptabilitu na vytrvalostní zatížení ve smyslu zotavovacích procesů ve srovnání s KON.

Autor na straně 87 uvádí, že hypotéza byla potvrzena pozitivně a konstatuje vysokou míru významnosti u rozvoje silových parametrů u EXP1 (test Sprint 10, K – test, RSA) a u EXP2 (test Sprint 20). Tato odpověď nekoresponduje s formulací H3 a jejím pozitivním potvrzením.

V rámci obhajoby objasněte, případně konkretizujte Vaši odpověď.

H4 – autor tvrzení o posunu silových parametrů kondice akceptuje jen z části.

Metodika výzkumu je přiměřená cíli, hypotézám i úkolům. Volba metod statistického zpracování a vyhodnocení získaných dat koresponduje s jejich charakterem.

Po jazykové stránce se v textu relativně často objevují neopravené přepisy a v menší míře má text formulační rezervy včetně konkrétních terminologických nepřesností.

V Závěru disertační práce, v prvé větě na straně 87, autor konstatuje, že aplikace specifických modelů založených na různých formách průpravných her znamenala významné zvýšení kondiční připravenosti v komparaci s klasických tréninkovým modelem.

V rámci obhajoby, v kontextu výše uvedené prvé věty, vysvětlete a zdůvodněte následující druhou větu ze strany 87 „Kondiční připravenost hráče byla v této studii ovlivněna z hlediska modelu tréninku relativně na stejné úrovni, ale EXP1 dosahovala vyšších výsledků, pravděpodobně z důvodu většího objemu tréninku".

I přes uvedené rezervy, především formálního charakteru hodnotím předloženou práci pozitivně a považuji dílčím způsobem za přínosnou jak v oblasti monitoringu tréninkového zatížení ve fotbalu, tak vzhledem k potenciálu využití výstupů v praxi.

Jak už jsem uvedl v úvodu posudku, autor relativně komplexně zpracoval aktuální, v zahraničí i v ČR nepříliš často frekventované téma inovace přístupů k problematice kondičního tréninku v mezocyklu přípravného období ve fotbalu.

Otázky oponenta k obhajobě disertační práce:

1) Podle uvedených harmonogramů dvou šestitýdenních a jednoho čtyřtýdenního intervenčního tréninku (str. 41 – 44) byli probandi v tréninkovém procesu v přípravném období v kondičně zaměřeném mezocyklu nepřetržitě 6

respektive 4 týdny. V harmonogramech není uvedena žádná regenerační tréninková jednotka, ani jeden den odpočinku.

Na str. 82 upozorňujete, v souvislosti s poklesem mezi vstupní a výstupní úrovní explozivní síly, na možný vliv nedostatečného prostoru na regeneraci. ***Otázka k obhajobě: Jaký je Váš názor na absenci řízené regenerace nebo dnů odpočinku v šesti respektive čtyř týdenním kondičním mezocyklu v přípravném období? Může negativně ovlivnit úroveň výkonnosti hráčů a speciálně probandů ve věku 16 až 17 let?***

2) **Další dvě otázky** jsou uvedeny v textu oponentského posudku a **označeny tučnou kurzívou.**

Závěr

Předložená disertační práce doktoranda Mgr. Davida Bujnovského „Efekt základního mezocyklu na změny herní kondice s progresivním charakterem zatížení u hráčů mládežnického fotbalu" splňuje nároky disertační práce podle Studijního a zkušebního řádu UK.

V Plzni dne 12. 9. 2019 Podpis oponenta: