

Posudek vedoucího práce

Zuzana Valentová:

Trénink sedmibojařky (analýza vlastního výkonnostního vývoje a tréninku)

Studentka v předložené práci splnila plně požadavky zadání bakalářské práce. Jako dlouholetá dosavadní držitelka českého rekordu v sedmiboji byla plně motivována ke zpracování zadaného tématu. S nadstandardním úsilím provedla zpětné vyhodnocení tréninkových deníků a získala data o objemu tréninkové práce a výkonnostním vývoje. Navrhla a použila vlastní metodu kvantifikace celkového Objemu tréninkového zatížení a ověřila jeho korelaci v výkonům v jednotlivých disciplínách a víceboji jako takovému.

Studentka pracovala samostatně a iniciativně. Velmi dobře se vyrovnala se zpracováním teoretické části, kde mohly ještě být zmíněny další práce řešící problém kvantifikace tréninkového zatížení.

Práce splňuje požadavky kladené na bakalářskou práci. Práce je přínosná svojí autentičností, zaujme zejména trenéry vícebojařské specialisty.

Hodnocení:

V Praze dne 8. 9. 2007

Jitka Vindušková