

PhDr. R. Vorálek Ph.D.

Vedoucí práce:

Posudek vedoucího práce:

Diplomová práce studentky Hany Maciolkové s názvem „Analýza vybraných aspektů zatížení v plážovém volejbale žen“ obsahuje 86 stran psaného textu doplněného obrázky a grafy a 14 stran příloh. Hlavním cílem práce bylo popsat zatížení hráček v plážovém volejbale z hlediska vybraných aspektů zatížení.

Za dílčí cíle byly stanoveny:

- A) Charakterizovat vnější zatížení hráček plážového volejbalu.
 - 1. zjistit průměrnou délku roze hry, průměrnou délku utkání a určit poměr čistého hracího času a délky utkání
 - 2. zjistit skokanské zatížení a zmapovat pohybovou činnost spojenou s odbitím míče
- B) Popsat vnitřní zatížení hráček plážového volejbalu.
 - 1. stanovit bioenergetické parametry herního výkonu v utkání z hlediska tepové frekvence

Ke splnění cílů byly realizovány tyto úkoly:

- studium odborné literatury a sběr dat (pomocí domácí a zahraniční literatury),
- zvolení vhodné metody pozorování a měření,
- provedení pozorování a měření,
- zpracování výsledků,
- analýza naměřených hodnot a stanovení patřičných závěrů.

Pro splnění stanovených cílů v bodech A) byla provedena analýza 14 utkání a ke stanovení bioenergetických parametrů byly analyzovány čtyři záznamy tepové frekvence pořízené během čtyř soutěžních utkání.

Výsledky ukázaly, že průměrná doba utkání je buď 30 nebo 37 minut v závislosti na hráčské vyspělosti a sportovní formě. Interval zatížení je dlouhý 5 až 9 sekund a mezi jednotlivými roze hrami je pauza 15 sekund. Z hlediska přesunů hráček jsou nejčastější přesuny na vzdálenost do 4 metrů.

Z analýzy tepové frekvence vyplynulo, že se jedná o sportovní hru s pohybovou aktivitou mající základ v aerobně – anaerobní zóně s občasnými přechody jak do aerobní, tak i anaerobní zóny energetického krytí.

Otázka: Jaké jsou hlavní rozdíly v kondiční přípravě mezi hráči šestkového a plážového volejbalu?

Závěr: Získané výsledky této práce by měly pomoci ke zkvalitnění trenérské práce v oblasti kondiční přípravy hráčů plážového volejbalu.

Hodnocení: Práci doporučuji k obhajobě.

Praze 17.9. 2008
V dne

.....
podpis vedoucího práce