

## **Posudek na diplomovou práci MILANA BABICI „Vypracování metodologie stavby vzorových jízd v tréninku cyklistické části triatlonu pomocí měřiče výkonu“**

---

Diplomová práce (DP) má rozsah 88 stran textu a 16 příloh. Podstata tématu vychází z teorie sportovního tréninku a využívá poznatků z teorie řízení. DP zpracovává problematiku, která je pro řízení sportovního tréninku v cyklistice i triatlonu velice aktuální jak z pohledu potřeby přesnějšího a hlubšího propojení ukazatelů vnějšího a vnitřního zatížení v průběhu jízdy na kole tak z pohledu rozšíření komplexního hodnocení tréninkového zatížení, výkonnosti a trénovanosti cyklistů i triatlonistů o hodnocení determinant vnějšího výkonu.

Teoretická část vychází ze současných literárních podkladů. Hodnocení jednotlivých přístupů k řešení problematice diplomantem je zasvěcené. Způsob zpracování teoretických východisek je na velmi dobré úrovni a stal se dobrým základem pro realizaci cíle a úkolů stanovených v DP.

Cíle a úkoly DP byly splněny. Hlavní část je rozdělena v podstatě na tři oblasti kde v první se diplomant zaměřil na stanovení a ověření vzorových jízd přerušovanou metodou s krátkými úseky v intenzitách II a III, ve druhé oblasti se zaměřil na stanovení typologie jezdce (probanda) dle tabulky kritických výkonů, porovnání krátkého a dlouhého triatlonu a ve třetí oblasti pak předložil metodiku stavby vzorových jízd pro přerušovanou metodu s krátkými úseky.

Diskuse k uvedeným výsledkům vystihuje podstatné problémy a naznačuje výhledy, které je třeba řešit v dalším období.

Použitelnost výsledků DP sice není podložena odpovídajícím počtem probandů, ale poznatky, které diplomant formuloval především při tvorbě metodiky stavby vzorových jízd dávají základní představu o možnostech využití MVV nejen v tréninku výkonnostních triatlonistů a cyklistů ale v budoucnu i pro běžnou populaci využívající jízdy na kole v rámci své pohybové aktivity.

Lze konstatovat, že diplomant pracoval samostatně, tvořivě a prokázal schopnost odborně pracovat. Obsahová a formální stránka DP (drobné stylistické a jiné chyby doporučuji opravit) splňuje kritéria kladená na odborné práce tohoto druhu. DP lze považovat za přínosnou nejen z hlediska dalšího využití poznatků při řízení tréninku cyklistů a triatlonistů, ale i reálného přiblížení problematice měření vnějšího výkonu v cyklistice pro širší spektrum trenérů i sportovců. Rozpracovanou tematiku by bylo vhodné dále rozvíjet v rámci doktorandského studia, případně ji lze po drobných úpravách poskytnout jako metodický materiál pro Český svaz triatlonu.

V závislosti na obhajobě navrhuji klasifikaci

**„velmi dobře - výborně“.**

V Praze, 17. 9. 2008

  
PaedDr. J. Horčic, Ph.D.  
LSM - UK FTVS