

Posudek vedoucího bakalářské práce

Autorka: Valerie Velemanová

Název BP: **Optimalizace tělesné hmotnosti v rámci závodní přípravy v silovém trojboji**

Optimalizace tělesné hmotnosti v rámci závodní přípravy v silovém trojboji

Bakalářská práce se detailně zabývá problematikou snižování hmotnosti do váhových kategorií v rámci soutěžního vystupování závodnic v silovém trojboji. Tento fenomén je v této sportovní disciplíně poměrně rozšířený, podobně jako v dalších sportech, kde se uplatňují váhové kategorie.

Vzhledem k omezenému množství zdrojů, které se této problematice věnují přímo v kontextu silového trojboje, se studentka rozhodla využít kvalitativní výzkum formou řízených rozhovorů. Rozhovory vedla se skupinou českých a švédských závodnic, aby mohla hodnotit jejich postoje, individuální strategie a další související aspekty. Skupinu švédských závodnic zvolila z důvodu jejich úspěšnosti v tomto sportu a také díky přístupu, který jí zajišťovala její trenérka.

Po přepisu rozhovorů studentka použila software MAXQDA Analytics PRO pro analýzu dat. Tento software umožňuje vytvářet kategorie odpovědí, přiřazovat jim kódy a následně vyhodnocovat frekvence jejich výskytů, včetně názorné vizualizace. Ovládnutí této části vyžadovalo od studentky poměrně náročné zaučení.

Získané výsledky představují zajímavé zmapování situace v elitním silovém trojboji žen, kde většina závodnic čelí požadavku na krátkodobé snížení hmotnosti. Tyto výsledky mohou být přínosné pro praktické uplatnění v tomto sportu a zároveň upozorňují na nedostatek metodických materiálů, které by zahrnovaly především šetrné a zdraví neohrožující přístupy.

Bakalářská práce splňuje všechny nároky kladené na tento typ prací. Byla vypracována s nadšením, pečlivostí a samostatností studentky. Vzhledem k těmto kvalitám a přínosu práce doporučuji hodnocení výborně.

V Praze 5. 6. 2024

Doc. PhDr. Miroslav Petr, Ph.D.

vedoucí bakalářské práce