

ABSTRAKT

Název diplomové práce: Kritický rozbor a zhodnocení vlastní sportovní kariéry

Zpracoval: Jiří Mužík

Vedoucí diplomové práce: odb. as. Aleš Kaplan

Cíle práce: Stručné popsání a kritické zhodnocení sportovní kariéry Jiřího Mužíka v období let 1986 – 2006 pomocí obsahové analýzy tréninkových dokumentů a vlastní sebereflexe.

Metodika práce: Obsahová analýza tréninkových dokumentů v průběhu 20letého období sportovní přípravy od roku 1986 do roku 2006, ve kterém se postupně Jiří Mužík specializoval na běh na 400 m překážek. Provedení kompletace tréninkových ukazatelů a závodních údajů, a zároveň provedení sebereflexe průběhu sportovní kariéry.

Výsledky práce: Postupně byly uvedeny jednotlivé roky sportovní kariéry a zároveň stručné charakteristiky obecných tréninkových ukazatelů ve všech obdobích. Kriticky byl zhodnocen rok po roku a hledány problémy v přípravě nebo v závodních obdobích. Podařilo se nastínit důvody stagnace výkonnosti v posledních letech před zraněním, jednalo se o stagnaci na výkonnostní úrovni 48,70 - 49,50 s. Stagnace je přičítána určitému „zafixování“ spíše tempařského způsobu běhu v průběhu samotných závodů, kdy docházelo k pomalému rozběhnutí. Jedním z důvodů mohl být přechod ze 13ti krokového rytmu v první polovině trati na 14ti krokový. Z hlediska dosažených úspěchů došlo k účasti na pěti světových šampionátech pod otevřeným nebem, na třech evropských šampionátech, dvou olympijských hrách a dvou halových evropských šampionátech. V jednom případě došlo k reprezentaci Evropy na Světovém poháru. V současné době dochází k opakovanému návratu do vrcholové atletiky po těžkém zranění pravého kolene.

Klíčová slova: atletika, sportovní kariéra, kritické zhodnocení, Jiří Mužík, 400 m překážek, autobiografie