

Bc. Ondřej Kužílek – Analýza tréninkového procesu na 800 metrů u běžce vrcholové úrovně

Oponentský posudek diplomové práce

Autor diplomové práce analyzuje vlastní trénink závodníka v běhu na 800 metrů. Považuji přinejmenším za sporný název práce, neboť se domnívám, že čas 1:54 patří více do oblasti výkonnostního než do vrcholového sportu.

Práce svým rozsahem (103 stran bez příloh) patří k obsáhlejšími diplomovým pracím. Členění na teoretickou a výzkumnou část je rovnoměrné. Nedostatkem teoretické části je velmi slabě zpracovaná rešerše literatury, kdy jsou uváděny jako citační zdroje 4 dominantní tituly domácích autorů (Pisařík a Liška; Dovalil; Milerová; Kučera a Truksa). Chybí uvedení nejnovějších poznatků z problematiky tréninku, fyziologie zátěže a adaptace především ze zahraničí. Přehled nejlepších výkonů není v běhu na 800 metrů za stránek IAAF aktuální. Teoretická část je zbytečně objemná a pro samotnou výzkumnou část není velkým přínosem.

Autor v úkolech práce zmiňuje studium literatury a formulaci závěrů, což se obvykle nezmiňuje a bývá považována za samozřejmost v diplomové práci. Výzkumné otázky jsou v uvedené práci lepším východiskem pro řešení problému než uměle vytvářené hypotézy. Skutečně bylo úkolem zjistit vývoj OTU a STU během dvou let tréninku?

Výsledková část se odvíjí od nesprávně zvolené metodiky. Autor shledává, že objem obecné vytrvalosti činil 61% objemu tréninku. Považuji toto za zcela neadekvátní tvrzení, protože objem tréninku se nerovná počtu naběhaných kilometrů. Pokud chceme vyjádřit objem STU v tréninku, doporučuji jinou metodiku vyhodnocení. Dále není vhodné přepočítávat celkové objemy zatížení na den tréninku (s výjimkou regenerace). Na str. 89 uvádí autor, že součet dnů zdravotní neschopnosti sezony 2007/08 v porovnání 2008/09 vzrostl o 22%. Chybné je i uvedení zlepšení výkonu v běhu vyjádřené procentuálně (str. 94). Grafy v příloze doporučuji využít sloupcové 2D-grafy než 3D grafy kvůli jejich větší přehlednosti.

V soupisu použité literatury jsou uvedeny i zdroje, které nejsou nikde citovány (např. Luža; Hendl, Blahuš atd.)

Diplomovou práci i přes uvedené nedostatky doporučuji přijmout k obhajobě. Autorovi doporučuji prezentovat při obhajobě jiný způsob určení objemu tréninkového zatížení v jednotlivých STU než naběhaný součet kilometrů.