

I. Bakalářská - diplomová - rigorózní - disertační práce

Vedoucí práce: *Mph. JITKA POKORNÁ*

Posudek vedoucího práce:

Cíl práce:

- **zjistit objemové ukazatele plaveckého tréninku a vývoj výkonnosti juniorských reprezentantů ve stanoveném čtyřletém období 1993 až 1996.**

Bakalářská práce je zaměřena na sportovní plavání, konkrétně na problematiku sportovního tréninku a výkonnosti v období adolescence. Z hlediska etap plaveckého tréninku se práce zabývá specializovaným tréninkem směřující postupně k vrcholné etapě, který současní plavci absolvují přibližně od 15 let.

Pro posouzení tréninku z hlediska kvality je nutné zaznamenávat ukazatele zatížení a také vývoj výkonnosti. Jedním z parametrů, který se odbornou plaveckou veřejností sleduje, nejen v této etapě, je parametr objemu tréninku počet naplavaných kilometrů ve stanovených cyklech.

Autor bakalářské práce si téma zvolil samostatně na základě své dřívější plavecké kariéry. Autora zajímalo období, které z hlediska ukončení jeho kariéry bylo zlomové a na druhé straně u některých plavců představuje první velké mezinárodní úspěchy nebo úspěchy mezi seniorskými závodníky. Zvolené téma lze považovat za velmi zajímavé. Z pohledu sportovního plavání práce nabízí data mající určitý vztah k mezinárodní úspěšnosti našich závodníků.

Pro vypracování práce si autor stanovil cíl práce, úkoly práce a výzkumné otázky. Na základě problému stanovil šetřený soubor plavců, sledované období a zahájil sběr dat. Protože bylo nutné vycházet z uskutečněných ročních tréninkových cyklů, musel autor zdrojové dokumenty nejprve vyhledat, respektive získat od příslušných pracovníků plaveckého oddílu, z kterého sledovaní plavci pocházeli. Převedení denních záznamů do týdenních cyklů včetně zanesení absence v tréninku u jednotlivých plavců bylo časově pro autora náročné. Obdobně i dohledání některých údajů o podávaných výkonech během sledovaného období musel student řešit složitě i z několika zdrojů. V této části prokázal student samostatnost, logické uvažování a smysl pro vhodné zpracování.

Konzultační činnost využíval autor práce především pro zpracování teoretických pasáží. Autor není absolventem předmětů „Specializace plavání“ a tato skutečnost se promítla do menšího rozhledu v plavecké literatuře popř. ve znalosti pouze starších titulů. Nicméně na základě doporučení vedoucího práce byly zdroje především pro část plaveckého tréninku více rozpracovány a doplněny a lze i teoretickou část práce považovat za uspokojující.

Výzkumná část bakalářské práce poskytuje zpracovaná data (objem naplavaných kilometrů, hodnoty výkonů na důležitých závodech) pro jednotlivé šetřené plavce, sumarizačně pro roční tréninkové cykly i celé čtyřleté období. Zpracovaná data i použitá forma grafického zobrazení poskytují čtenáři dobrý přehled o manipulaci s objemem zatížení v ročním cyklu a o vývoji výkonnosti plavců.

Díličními diskusemi ve výsledkové části a v kapitolách Diskuse a Závěr student přehledově prezentuje nejdůležitější závěry svého šetření, odpovídá na výzkumné otázky a popř. se snaží konfrontovat svá zjištění s teoretickými podklady.

Ojedinelé formální nedostatky nikterak nesnižují úroveň práce, která odpovídá požadavkům kladených na tento typ prací. Zvolené téma splnilo očekávání a rozšířilo náhled na absolvované objemy naplavaných kilometrů u českých plavců, kteří mezinárodně více či méně byli úspěšní.

Práce je doporučena k obhajobě.

Navržený klasifikační stupeň:

Praha 7. 9. 2010

v ý b o r n ě

Jitka Pokorná

V dne

.....
podpis vedoucího práce