

Název práce: Míra specifčnosti cvičení v zimním přípravném období ve fotbale.

Autor: Jakub Šlitr

Posudek vedoucího práce:

Bakalářská práce si kladla za cíl analýzu zimního přípravného období ve fotbale z hlediska míry specifčnosti cvičení při rozvoji kondičních předpokladů herních dovedností. 47 stran textu obsahuje 5 grafů a 5 tabulek. V teoretické části naznačuje autor možnosti rozvoje kondičních předpokladů herních dovedností v rámci tréninkového procesu ve fotbale. Předloženy jsou moderní teorie zaměřující se na rozvoj kondičních předpokladů v herních podmínkách tréninkového procesu. Ve vztahu k cíli práce byly odpovídajícím způsobem stanoveny tři hypotézy. Sledovaným souborem v zimním přípravném období bylo mužstvo dospělých hráčů z krajského přeboru. Ke sběru dat byla použita metoda přímého pozorování. Pro sledované a zaznamenávané jevy se autor snažil určit kritéria hodnocení, což s ohledem na danou problematiku nebylo věcí jednoduchou. Celkem bylo sledováno a zaznamenáno 26 tréninkových jednotek v rámci přípravného období. Výsledky práce potvrdily dvě hypotézy, v diskusní části pak autor uvádí vlastní postřehy ve vztahu k verifikaci stanovených hypotéz. V kapitole závěr autor shrnuje přínos práce a nastiňuje doporučení pro trenéry nižších výkonnostních úrovní v podobě většího poměru cvičení, kde rozvoj kondičních předpokladů herních dovedností probíhá v rámci specifických cvičení, jež jsou obsahem herního tréninku.

Závěrečné hodnocení:

Autor práce se snažil podat náhled na způsob rozvoje kondičních předpokladů herních dovedností v tréninkovém procesu ve fotbale, konkrétně v zimním přípravném období u seniorských hráčů na výkonnostní úrovni. Přestože v práci je patrná výrazná míra subjektivity (např. stanovení kritérií pro sběr dat), cíl práce byl splněn.

Práci hodnotím jako adekvátní a doporučuji k obhajobě.

V Praze dne: 3. 5. 2012

Mgr. Jakub Kokštejn