

Posudek vedoucího práce na bakalářskou práci Martina Sejkky

Kondiční trénink v basketbalu juniorů v průběhu sezóny

60 stran, abstrakt v jazyce českém a anglickém, 4 tabulky a 6 obrázků, 21 odkazů v přehledu bibliografické citace

Kondiční trénink ve smyslu zatěžování jak nesespecifickými, tak specifickými činnostmi je u družstev sportovních her stále předmětem diskusí a polemik. V teoretických předpokladech, přestože vycházejících z ověřeným poznatků především v oblasti fyziologie sportu (fyziologie tělesné zátěže), sice nacházíme pro praxi sjednocující východiska, avšak spíše v poloze určování objemu a intenzity. To, co se stále ve sportovních hrách postrádá, je především objektivita ukazatelů zatěžování v kondičním slova smyslu a jejich měřitelnost. V důsledcích toho se velmi často preferuje jen určitá složka (spíše v rámci vytrvalosti), ale na úkor jiné (především rychlosti a akcelerace). Značně se rovněž pomíjejí dovednostní předpoklady k silově výbušným úkonům, jakkoli v předpokladech kondiční přípravy.

Každou práci, která se zabývá nastíněnou problematikou, ať již v aspektech zobecnění, nebo naopak konkretizací námětů pro praxi, lze uvítat. Stejný názor zaujímáme i k bakalářské práci předložené Martinem Sejkkou. Práce má povahu teoretického elaborátu a klade si za cíl analyzovat, roztřídit a posoudit současné poznatky o kondičním tréninku hráčů basketbalu juniorského věku. Hlavní metodou se proto stává literární rešerše, a to se snahou získat data potřebná k objektivizaci stanoveného záměru, resp. cíle.

Práce dospívá k relativně přitažlivým závěrům. Jejím přínosem je především obecnější prezentace a shrnutí možností, které se v problematice kondiční přípravy vyskytují v zaměřenosti na kategorii hráčů basketbalu juniorského věku. Cíl práce, která je v textu doprovázena tabulkami a obrázky, lze proto považovat za splněný. Naproti tomu si neodpustíme kritičtější poznámku ve smyslu postradatelnosti obsahově ucelenějšího přístupu ke zvolené tématice. V současné praxi je totiž stěžejním východiskem pro aplikaci různých součástí tréninkového procesu herní výkon. Proto se začíná velmi silně hovořit o integrované praxi a o daleko užší propojenosti dovednostní a kondiční stránky tohoto výkonu a jeho rozvoje. V práci takové alespoň připomenutí částečně postrádáme a odůvodňujeme si jej „klasikou“ inklinace k teorii pohybových schopností.

Práci lze považovat za pilotní studii, tudíž v předpokladech využití pro zpracování dalších materiálů, a doporučujeme ji k obhajobě.