

Jiří Bernášek – Nároky na techniku v desetiboji

Oponentský posudek diplomové práce

Autor si vybral pro téma diplomové práce téma blízké své atletické specializaci. Domnívám se, že přistoupil ke zpracování práce svědomitě, ale zvolil si velmi náročné téma, které se mu podařilo zvládnout pouze částečně. Diplomová práce může být podstoupena obhajobě.

Teoretická část je postavena dominantně na domácí a bohužel zastaralé literatuře. Některé myšlenky již nejsou platné, protože pokrok ve sportovních vědách tyto informace zpřesňuje nebo dokonce vyvrací:

- tab. 3 činnost trvající 20-30 s je vysoce laktátová
- str. 25 – popisuje fotoaparát z roku 1982 a video kameru
- proč by měl tyčkař ve fázi vykývnutí zaklánět hlavu (Koštejn, 1974).
- skutečně je výhodou koulařova vysoká váha (str. 37)? Je na to nějaká studie?

Celkově je teoretická část pojata jako přehled bez hlubšího vhledu do problematiky analýzy techniky vícebojařských disciplín. Jaký je rozdíl mezi speciální silou a výbušnou silou pro vícebojaře (str. 11)? Jaký je rozdíl mezi obratností a koordinačními schopnostmi (str. 13)?

Řazení kapitol v jistých částech práce nemá logiku: kritéria techniky – sportovní technika – proč je tam didaktická technika (jedná se o pomůcky) – následuje individuální technika. Proč je uvedeno srovnání s našimi elitními vícebojaři, když to není cílem práce?

V kapitolách o technice jednotlivých disciplín jsou nepřesnosti. Na str. 29 – skutečně se snaží skokan do dálky získat rozběhem co nejvyšší vzletovou rychlost? Proč je v odstavci odraz řešen způsob doskoku (str. 30)? Skutečně působí síla odrazu mimo těžiště u skoku do výšky (str. 33)? „Samotnou výšku úchopu určují 2 aspekty, a to technická připravenost atleta a jeho tělesná výška“ – nechybí něco podstatného? Kapitola „Odras a zasunutí tyče“ – logicky by mělo být nazváno obráceně. O zasunutí se autor zmiňuje v odstavci před tímto nadpisem, v kapitole pod názvem „Odras a zasunutí tyče“ vůbec. „Tato část“ – kterou tím autor myslí (odras nebo zasunutí)? Přechod na tyč – nepřesně popsany pohyb odrazové nohy – zcela chybí jasná definice úkolu této fáze a čeho je důsledkem?

U technických disciplín bych očekával, že technický model bude založen na biomechanicko-kineziologických základech. Vesměs je popisováno to, co se děje bez uvedení náležitých souvislostí (příčin a důsledků). V této části autor promarnil příležitost uvést souvislosti mezi jednotlivými fázemi vybraných disciplín na základě vědecky podložených poznatků. Zároveň bych očekával, že budou uvedeny cíle jednotlivých fází a na základě definice těchto cílů budou stanovena kritéria pro hodnocení techniky.

Výsledková část začíná charakteristikou vícebojařů, to patří do metodické části. Proč autor srovnává atleta dlouhodobě zařazeného v atletickém tréninkovém procesu s Romanem Šebrlem, který atletiku dělal 3 roky (str. 63)? To není vypovídající srovnání a ani nemůže nic

naznačit o výkonnostních možnostech. Navíc v porovnání výkonnosti sledovaných vícebojařů a elitních českých závodníků minulosti jsou zcela opomíjeny běžecské disciplíny.

Popisky obrázků nevyjadřují podstatu problému. Jedná se o popis statické polohy bez náznaku směru pohybu jednotlivých segmentů. Tento přístup je zcela nevhodný při kvalitativním posuzování změn techniky. Chybí jasná definice kritérií, podle kterých bude technika hodnocena. Je zcela evidentní, že zlepšení ve skoku do dálky je důsledek zvětšení rozběhové rychlosti a zvýšení úrovně reaktivní síly, což se na obrázcích statických poloh vůbec nemusí projevit. Podobně u skoku vysokého je absence souvislostí mezi součinnostmi jednotlivých segmentů. Zdůvodněte, proč má Jan Doležal pasivní švihovku? Skok o tyči autor popisuje velmi správně, ale opět chybí uvedení širších souvislostí. Při výběru snímků by bylo vhodné si nejprve prohlédnout video a následně vybírat jednotlivé snímky, aby autor ukázal, kde došlo k chybě a jaké jsou jejich důsledky.

U všech vrhů můžeme pozorovat zhoršení techniky, přesto dochází ke zlepšení výkonu. Na tento fakt autor upozorňuje. Naopak u Sýkory (str. 93/94) došlo k významnému zlepšení klíčové fáze techniky, proto pravděpodobně skočil dále (lepší nasazení odrazu - odečteno z poloh jednotlivých segmentů). U výšky není autor schopen odpozorovat klíčové rozdíly a příčiny zhoršení. U hodů diskem (Sýkora) zase chybí souvislosti mezi jednotlivými fázemi.

Diskusi je věnován relativně malý prostor (2 stránky), přestože je částečně obsažena ve shrnutí výsledků u jednotlivých disciplín. Závěry, které autor uvádí, nejsou uplatnitelné v praxi v důsledku nedostatečné hloubky analýzy problematiky a časoprostorových vztahů u jednotlivých disciplín. Kapitola závěr je pouze shrnutím celé práce a několika problémů při jejím zpracování.

Otázky pro obhajobu:

- 1) Jaké mechanismy způsobují vznik rotací ve skoku vysokém? Co by se stalo, kdyby síla odrazu působila mimo těžiště?
- 2) Jaké jsou cíle jednotlivých fází v hodů diskem a pomocí jakých mechanismů jich je dosaženo?

Hodnocení:

V Praze 16.4.2017

Vladimír Hojka