

Pavel Frýbort
Rozcvičení v tréninkovém procesu

Vedoucí práce: PhDr. Mario Buzek, CSc.

Podrobit proces rozcvičení, u vybraných věkových skupin mládežnického fotbalu, analytickému šetření dle stanovených kritérií, bylo záměrem zpracování diplomové práce. Na 74 stránkách textu, s vyváženou strukturací jednotlivých částí, při mírné dominanci teoretické části, se autor pokusil podrobným způsobem zachytit současné trendy v rozcvičení mládeže.

Po zdůvodnění problému je uvedena teoretická část, pojata velmi fundovaným způsobem, strukturovaná jak vy smyslu požadavku na hráče, tak i na působnost trenéra. Základní problém je vysvětlován komplexně s logickým utříděním do jednotlivých kapitol. K této části je vhodné položit několik otázek:

1. Lze podrobněji vysvětlit tvrzení Karvonena(1995), že zvyšování La, až k hranici 4 mmol. není žádoucí, když některé studie hovoří jinak?
2. Jakým způsobem lze stanovit zóny SF podle Conconiho testu?
3. Jak si lze vysvětlit doporučení pasivního rozcvičení (sprchování, ozařování)?
4. Je modelové zpracování rozcvičení v tabulce č.4 převzaté nebo vypracované autorem?

Výzkumná část uvedena cílem a hypotézami, které jsou formulovány jen k fyziologickým souvislostem (proč?), pokračuje podrobnou metodologickou částí s odkazy na postupy získávání požadovaných dat. Jen není jasné zda použita obsahová analýza má kvantitativní (jak autor uvádí) či kvalitativní charakter.

Výsledková část přehledně uvádí získané údaje pomocí tabulek a grafů dle stanovených proměnných. K této části opět několik dotazů pro obhajobu:

1. Je vhodné určovat tréninkové zóny zatížení podle zprůměrnovaných hodnot SF?
2. Je pojmenování zóny (na redukci hmotnosti) adekvátní? Chybí citace literatury.
3. Jak diplomant postupoval při určování řazení pohybových činností, jejich sledu?

Diskuze je stručným a výstižným uvedením získaných výsledků. Škoda, že autor nepodrobil získané údaje podrobnějšímu interpretačnímu procesu např. k dobře zpracovaným teoretickým východiskům. Proč se 1.hypotéza u mládeže nepotvrdila?

Bibliografická citace je dosti široká, jak z domácích, tak i zahraniční provenience. Přílohy podrobněji dokumentují obsahy rozcvičení i evidují monitorovanou srdeční frekvenci.

Hodnocení: Přes uvedené poznámky hodnotím diplomovou práci známkou výborně.

24. 9. 2006

PhDr. Mario Buzek, CSc.