

**David Žitný: Vlastní analýza dvouletého tréninkového zatížení v hodů diskem se srovnáním s tréninkovým zatížením diskáře Gejzy Valenta**

**(posudek vedoucí práce)**

Autor zvolil práci, která mu souvisí s jeho vrhačskou specializací, závodní kariérou. I když zadání diplomové práce bylo v roce 2003, intenzivně na ni začal pracovat až v dubnu 2006. Oceňuji jeho závěrečné nasazení, kdy projevil samostatný přístup, kreativitu a iniciativní přístup a velmi zodpovědně konzultoval problémové statě v diplomové práci.

Ve své práci zúročil vlastní trénink, kdy vycházel z vlastní evidence tréninkového zatížení a ke srovnání využil při řešení práce analýzu tréninkového zatížení bývalého reprezentanta v hodů diskem G. Valenta.

Autor přistoupil k řešení zadaného tématu v teoretické části práce zevrubně z pohledu řady aspektů prostudoval problematiku struktury a řízení vrhačského tréninku a podstaty tréninkového zatížení. Obsah teoretické části včetně citovaných autorů svědčí o autorově odborné znalosti.

Pro zjištění dynamiky a vývoje výkonnosti analyzoval a srovnával objemy zatížení obecných a speciálních tréninkových ukazatelů. Autor ve výsledkové části prokázal schopnost srozumitelně interpretovat údaje z tréninkové evidence a věcně posoudit vlastní dílčí stupeň sportovního vývoje.

Struktura práce je proporčně dobře členěna, obsahuje kvalitně zpracovanou výsledkovou a diskusní část. V práci se nevyskytují vážnější věcné a formální nedostatky.

Hodnotím jasný strukturovaný závěr práce, který je dobrým vyústěním směrem k aplikaci pro praxi.

**Hodnocení:**

*Mluví dohru*

Praha 22.9. 2006

  
PaedDr. J. Seget'ová