

## POSUDOK

na dizertačnú prácu Mgr. Petra Bahenského na tému:

### VLIV ZMĚN TRÉNINKOVÉHO ZATÍŽENÍ NA MOTORICKOU VÝKONNOST MLADÝCH VYTRVALCŮ

**Oponent:** Prof. PaedDr. Tomáš Kampmiller, PhD., FTVŠ UK

Vplyv tréningového zaťaženia a jeho zmien na úroveň motorickej a športovej výkonnosti je mimoriadne aktuálny problém nielen súčasnej teórie a športovej praxe. Napriek tomu, že sa v minulosti riešili podobné témy, stále je veľa otázok nezodpovedaných. Predložená dizertačná práca je príkladom riešenia kauzálneho vzťahu medzi absolvovaným tréningom, jeho štruktúrou, objemom, intenzitou, spôsobom organizácie podnetov a medzi variáciou športovej výkonnosti v behoch na stredné vzdialenosti. Autor si zvolil retrospektívny metodologický prístup so štvorročným obdobím sledovania, čo považujem za veľmi originálne a náročné. Okrem toho chcem vyzdvihnúť originalitu autora pri riešení danej témy pomocou nových prístupov aj mnohoročnej matematickej štatistiky.

Dizertačná práca má viac ako požadovaný rozsah a vyznačuje sa formou výskumnej správy s primeranou štruktúrou.

Autor sa v prvých dvoch kapitolách vyčerpávajúco venuje teoretickým východiskám na základe štúdia rozsiahlej literatúry v počte približne 250 zdrojov prevažne odborného charakteru, ale čiastočne aj vedeckého charakteru s relevantnou metodológiou. Na základe takéhoto rozsiahleho východiska stanovil cieľové kategórie výskumu, ktoré sú zamerané na hľadanie súvislostí medzi variáciou tréningového zaťaženia a zmenami športovej výkonnosti v rozlične dlhých cykloch prípravy.

Autor si stanovil 5 hypotéz, ktoré predstavujú zložité konštrukty vzťahov medzi sledovanými nezávislými a závislými premennými a ktoré vychádzajú z analýzy a následnej syntézy teoretických východísk, ako aj z trénerských skúseností. Problém mám iba s hypotézou H1, ktorej dokazovanie je veľmi zložité vzhľadom na použité metodologické nástroje, časové obmedzenie výskumu a problém hodnotenia výkonnosti v dospelosti.

Úlohy práce predstavujú čiastočnú operacionalizáciu postupov nevyhnutných na potvrdenie alebo falzifikáciu nastolených hypotéz. Metodológia v oblasti získavania empirických údajov vychádza zo zaužívaných modelov v oblasti atletického športu. Ide o problematiku registrácie tréningového zaťaženia, testovania, hodnotenia techniky a športového výkonu. Autor v tejto oblasti preukazuje výborné teoretické aj praktické skúsenosti. V oblasti vyhodnocovania empirických dát sa opiera čiastočne o zaužívané postupy vzťahovej a porovnávacej analýzy, ale čo je najmä potešujúce, využíva moderné nástroje, ako sú modely CART a PARTy, ktoré umožňujú pracovať s obmedzeným počtom vstupných údajov a majú neparametrický charakter. Celkove hodnotím metodológiu práce ako primeranú cieľu a výskumnej situácii.

Výsledky práce predstavujú originálne vzťahy získané pomocou štatistických modelov medzi ukazovateľmi bežeckého tréningového zaťaženia a medzi športovou a motorickou výkonnosťou sledovaného súboru v priebehu štvorročného obdobia. Autor preukázal významnú súbežnosť dát, najmä z hľadiska špecifických bežeckých prostriedkov a športovej výkonnosti v behu na 800 m, 1 500 m a 3 000 m. Nebol jednoznačne dokázaný vplyv nešpecifických prostriedkov, ale podľa môjho názoru sa o jednoznačnosti dá ďalej diskutovať. Za originálne považujem aj výsledok, ktorý hovorí o vplyve časového faktora z hľadiska významnosti vplyvu použitých tréningových prostriedkov. Efekty adaptácie sa znižujú

vplyvom dĺžky časového pôsobenia. Zaujímavý je aj fakt o vplyve silových schopností na úroveň techniky behu, čo následne evokuje aj možnosť vplyvu na celkovú ekonomiku behu.

Všetky uvedené zistenia považujem za relevantné. Rozširujú poznatky súčasného teoretického poznania a majú dostatočný potenciál na posúvanie športovej praxe na vyššiu úroveň s tzv. pridanou hodnotou.

Práca obsahuje aj niektoré slabšie články, ktoré vo mne evokujú nasledovné otázky:

1. Vysvetlite objektivnosť potvrdenia H1.
2. Ako boli registrované podnety na úrovni ANP, AP, resp. ako to bolo konfrontované so systémom registrácie zaťaženia v denníkoch?
3. Ako boli hodnotené a verifikované postupy kvalitatívneho vyjadrenia úrovne techniky?
4. Všeobecnú vytrvalosť považujete za všeobecný prostriedok behov na stredné vzdialenosti?
5. Ako vidíte možnosti využitia výsledkov Vašej práce v športovej praxi?

### Záver

Predložená dizertačná práca Mgr. Petra Bahenského vznikla na základe relevantných teoretických východísk a metodologických prístupov. Prináša celý rad originálnych objektívnych výsledkov, ktoré obohacujú súčasnú teóriu. Autor preukázal širokú bázu teoretických a praktických východísk, ako aj schopnosť interpretácie a diskusie získaných výsledkov. Môžem konštatovať, že zvládol základy vedeckej práce a jej metodológie.

Na základe splnenie cieľových a výsledkových kategórií ako aj formálnych požiadaviek môžem konštatovať, že predložená dizertačná práca Mgr. Petra Bahenského spĺňa všetky nároky kladené na tento druh kvalifikačných prác.

V Bratislave dňa 20. 1. 2017

Prof. PaedDr. Tomáš Kampmiller, PhD.  
Katedra atletiky FTVŠ UK Bratislava