

Oponentský posudek diplomové práce

CEPKOVÁ, M.: Návrh stavby ročního tréninkového cyklu ve florbale

Předložená práce je prezentována na 65 stranách, zahrnuje 17 tabulek, 8 grafů a 5 obrázků. Zpracování byla věnována odpovídající pozornost, projevilo se to v pečlivé a přehledné úpravě, nicméně několik drobných chyb v práci zůstalo.

Zvolené téma vychází ze situace této sportovní specializace, která dosud nemá potřebné teoretické odborné zázemí, které by formulovalo takový koncept tréninku, kterým disponuje většina jiných sportovních her. Téma je proto s ohledem na potřeby praxe aktuální.

Práce má logickou strukturu. Na zdůvodnění tématu navazuje přehled teoretických poznatků o řízení sportovního tréninku a jeho stavbě. Záběr mohl být hlubší, autorka využila pouze několik málo (i když hlavních) pramenů a pro potřeby práce se rozhodla využít ledního hokeje. Přehled o dalších sportovních hrách by tuto část rozhodně obohatil.

Vzhledem k tomu, že ve florbalu autorka nenalezla potřebné kvantitativní charakteristiky o ročním tréninkovém cyklu, provedla vlastní analýzu tréninku týmů HC Rychenberg a TJ JM Chodov. Využila k tomu model ledního hokeje posuzující specifickou a intenzitu zatížení. Provedla rovněž srovnání švýcarského a českého týmu. Na tomto základě formuluje návrh stavby ročního cyklu jak v celkových sumárních ukazatelích, tak v návrzích několika typů mikrocyclů: kondičního, herně rozvíjejícího, vylad'ovacího, soutěžního, kontrolního a regeneračního. V diskuzi se pouze rekapituluje předchozí část, chybí zde hlubší zamyšlení nad výsledkem práce a také nabízející se srovnání s jinými sporty a kritické hodnocení současné podoby tréninku vrcholových družstev florbalu.

Zadání diplomového úkolu bylo naplněno, výsledek lze považovat za jistý přínos. Autorka prokázala, že je schopna samostatně pracovat, téma obsahově i formálně v podstatě přes dílčí nedostatky zvládla. Její tvůrčí přínos však mohl být větší.

Navrhované hodnocení: dobře. Práci doporučuji přijmout k obhajobě.

Otázky k obhajobě:

1. Kritické hodnocení ročního tréninkového cyklu sledovaných týmů.
2. Reálné možnosti uplatnění návrhu stavby.
3. Problematika tendencí zatížení v přípravném období: zvyšování zatížení, poměr specifických a nspecifických cvičení, analytický – syntetický přístup.
4. Vysvětlit tabulku na str. 56.

Praha 3. 5. 2007

Doc.PhDr. Josef Dovalil, CSc