

**Zhodnocení bakalářské práce MONIKY KRATOCHVÍLOVÉ:
„Charakteristika závodního zatížení a úroveň funkční trénovanosti
v maratónu horských kol“**

Bakalářská práce (BP) má rozsah 72 stran a 2 strany příloh. Podstata tématu vychází z teorie sportovního tréninku a využívá poznatků z fyziologie zatěžování v podmínkách sportovní přípravy. BP zpracovává charakteristiku nové sportovní disciplíny v cyklistice – maratónu horských kol.

V úvodu je BP zaměřena na souhrn poznatků o historických začátcích disciplíny maratónu horských kol.

Teoretická část vychází ze současných literárních podkladů příbuzných sportů – triatlonu, silniční cyklistiky. Autorka vycházela především ze současných českých literárních zdrojů a zaměřila se především jak na oblast charakteristiky energetického zabezpečení dlouhodobé vytrvalostní zátěže a její diagnostiky tak na charakteristiku techniky jízdy na horském kole.

Cíle a úkoly BP byly splněny. V hlavní části se autorka zaměřila na statistické zpracování dat a vyhodnocení závodního zatížení v maratónu horských kol, spiroergometrického vyšetření u vybrané skupiny a formou dotazníkového šetření zmapovala současnou osobnostní charakteristiku sportovců zúčastňujících se závodů v maratónu horských kol.

Použitelnost výsledků vyhodnocení sice není podložena odpovídajícím počtem probandů, některé tabulky jsou méně srozumitelné (např. Tab.17), ale informace, které autorka získala o sledovaných skupinách dávají úvodní představu o současné úrovni závodního zatížení v maratónu horských kol, úrovni výkonnosti a trénovanosti závodníků včetně osobnostní typologie. Podnětné jsou hlavně části, které jsou doplněné o poznatky získané dotazníkovou metodou či v ústních rozhovorech s přímými aktéry v prostředí maratónu horských kol.

Diskuse k uvedeným výsledkům vystihuje podstatné problémy a naznačuje výhledy, které je třeba řešit v dalším období.

Lze konstatovat, že autorka BP pracovala samostatně, tvořivě a prokázala schopnost odborně pracovat. Obsahová a formální stránka BP (zjištěné nedostatky doporučuji ještě opravit) splňuje kritéria kladená na práce tohoto druhu. BP lze považovat za přínosnou z pohledu charakteristiky nové sportovní disciplíny a použitelnou jako základ pro další rozpracování problematiky tréninku na maratón horských kol.

Bakalářskou práci hodnotím - dobře.

Praha, 5.9.2007

PaedDr. Josef Horčic Ph.D.
Laboratoř sportovní motoriky FTVS

