

POSUDEK OPONENTA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Autor práce: Radek Miška

Téma práce: Délka a intervaly zatížení družstev při basketbalovém utkání (se zaměřením na utkání Euroligy v sezóně 2008/2009)

Diplomová práce Radka Mišky se zabývá délkou a intervaly zatížení družstev při basketbalovém utkání se zaměřením na utkání Euroligy v sezóně 2008/2009. Cílem práce bylo zjistit pozorováním vybraných utkání skutečné intervaly zatížení a odpočinku hráčů v nejkvalitnější basketbalové lize v Evropě.

Pro současný elitní basketbal je z pohledu zatížení charakteristické střídání především krátkodobých úseků, ve kterých se hráči z pohledu intenzity zatížení pohybují převážně v maximálních a submaximálních hodnotách, s úseky, kdy je hra rozhodčími přerušena a hráčům je tak poskytnut různě dlouhý interval odpočinku. Tato charakteristika basketbalového utkání by se samozřejmě měla promítnout i do tréninkového procesu, především do způsobu realizace herního a kondičního tréninku. Bohužel, trenéři v ČR často pouze setrvávají u tréninkových metod, které se předávají z generace na generaci, a upravit je či úplně změnit dle nejnovějších trendů a poznatků odmítají. Nemůžeme se tedy potom divit, že většina českých hráčů má problém spojit provádění mnoha basketbalových dovedností s maximální intenzitou zatížení a že předsezónní kondiční přípravě klubů stále „kralují“ až nesmyslně dlouhé běžecké úseky zaměřené především na rozvoj obecné vytrvalosti.

Teoretická východiska práce autor zpracoval především s důrazem na fyziologii tělesné zátěže a na popis z ní vyplývajících poznatků, které jsou aplikovány ve sportovním tréninku. Jako metoda výzkumu bylo zvoleno přímé pozorování videozáznamu 11 vybraných utkání Euroligy mužů v sezóně 2008/2009. Výsledková část je zpracována do přehledných a názorných grafů, každé utkání je navíc doplněno krátkým autorovým komentářem. Vše je následně souhrnně vyhodnoceno v závěrečné diskusi, jejíž součástí jsou i grafy sumarizující všechna sledovaná utkání. Je třeba si ale uvědomit, že práce nám nedává prakticky žádnou informaci o skutečné intenzitě zatížení hráčů v utkání – tu by nám poskytlo např. použití sporttesteru.

Celkově práci hodnotím jako velmi dobrou jak po odborné, tak formální stránce a doporučuji ji k obhajobě. Případné otázky na autora jistě vyplynou z diskuse při vlastní obhajobě.

V Praze dne 11. září 2009

Mgr. Tomáš Kaprálek