

Posudek oponenta bakalářské práce

Název práce: Objemové ukazovatele a výkonnost' juniorských reprezentantiek v behu na lyžiach

Autor: Barbora Suchánková
Studijní obor: TVS-ZSV, prezenční studium
Rok: 2011
Oponent práce: PaedDr. Otakar Mojžiš

Studentka se ve své práci zabývá výkonností juniorských reprezentantek v běhu na lyžích v závislosti na objemových ukazatelích. V první části práce popisuje běžecskou techniku, výzbroj a výstroj, složky sportovního tréninku a tréninkové prostředky běžkyň na lyžích.

Zajímavě je zpracována část práce zabývající se tréninkovými pásmy 1-6 dle intenzity tréninku, kde studentka hlavně poukazuje na rozdílné způsoby úhrady energie v organizmu. Rovněž členění tréninkového cyklu je dobře a přehledně zpracované a poskytuje čtenáři přehled o těchto obdobích a jejich úkolech v návaznosti na tréninkové metody.

Vhodně stranovené hypotézy pak zkoumá pomocí porovnávací metody, dotazníkové metody a metody řízeného rozhovoru. Zkoumá zde tři generace slovenských juniorských reprezentantek, i když je poněkud problematické hovořit o třech generacích v rozpětí pěti po sobě jdoucích letech.

Porovnání objemových ukazatelů v závislosti na výkonnosti je zde poměrně stručné a zasluhovalo by v práci určitě podrobnější a detailnější rozbor vzhledem k tomu, že se jedná o stěžejní otázku celé práce. Rovněž je třeba zvážit, zda juniorky mohly správně posoudit otázky týkající se vztahu mezi objemovou přípravou a jejich výkonností. Toto se projevuje právě při srovnávání odpovědí závodnic a trenéra, které se v odpovědi na tuto otázku značně liší.

Po formální stránce práce splňuje podmínky na ni kladené až na plánovaný postup práce, který je nestandardně zařazen až před zkoumaný soubor na str. 66.

Výsledky práce mohou být zajímavé pro trenéry i závodnice tohoto sportovního odvětví. Práci doporučuji k obhajobě a navrhuji hodnocení

Otázka k obhajobě:

Vysvětlíte, zda mohly být výsledky juniorek ovlivněny tréninkovými metodami a výsledky závodnic jiných států (FIS body).

Jak jste došla k závěru, že v prvním pásmu intenzity tréninku odbouráváte na úhradu energie pouze tuky (str. 45)?

V Praze dne 18.8.2011

PaedDr. Otakar Mojžiš