

Komínková Linda: Výkonnostní vývoj a trénink vícebojařky

(posudek vedoucí práce)

Studentka byla k výběru tématu bakalářské práce vysoce motivována. Sama trénovala od osmi let pod vedením otce ve velmi malém atletickém oddíle. Díky svým výkonům v žákovské kategorii nastoupila do sportovního gymnázia v Ostravě, které po jednom roce opustila. Zpracování tématu bakalářské práce ji umožnilo provést důkladnou reflexi vlastní sportovní kariéry. Studentka pracovala samostatně, důkladně a iniciativně.

Teoretickou část práce rozdělila do deseti podkapitol a zpracovala ji z 39 zdrojů, které jsou řádně citovány.

Cílem práce bylo posoudit vlastní výkonnostní vývoj a zhodnotit, zda trénink, pomocí kterého bylo těchto výkonů dosaženo, byl adekvátní a pokusit se identifikovat možné příčiny předčasné stagnace a následného poklesu výkonnosti

V práci bylo možné použít metodu obsahové analýzy tréninkových deníků, které si studentka s pečlivostí sobě vlastní vedla od 11 let.

Výsledky obsahové analýzy jsou zpracovány v tabulkách a grafech, které zpracovávala samostatně. U některých grafů mohlo být zvoleno lépe měřítko na ypsilonové ose, aby vzhled grafů byl názornější.

Studentka svoji tréninkovou kariéru správně vyhodnotila jako předčasně specializovanou a dobře ohodnotila úroveň své výkonnosti v 15 letech a srovnala ji s ostatními českými vícebojařkami. Práce je přínosná svojí autentičností a je zajímavá pro všechny budoucí trenéry mladých atletů a i pro samotné vícebojaře a vícebojařky.

Oceňuji pozitivní přístup studentky k hodnocení její sportovní kariéry. Přínosy atletiky k osobnostnímu rozvoji jedince jsou významné i při nedovršení sportovní kariéry k vysněným metám.

Práce plně splňuje požadavky na bakalářskou práci.

Hodnocení:

V Praze dne 9. 5. 2015

PaedDr. Jitka Vindušková, CSc.