

Posudek vedoucího bakalářské práce předložené Sandrou Schützovou:

Vliv pobytu ve vyšší nadmořské výšce na silový výkon horních končetin u běžců na lyžích (pilotní studie)

Bakalářská práce předložená Sandrou Schützovou na 55 stranách textu a pěti přílohách prezentuje samostatnou praktickou pilotní studii zaměřenou na testování změn silových parametrů horních končetin ve vyšší nadmořské výšce (Livigno, cca 1 800m n. m.) v porovnání s nížinou (Jilemnice, cca 480m n. m.) u běžců na lyžích. Autorka práce v úvodu naší spolupráce prezentovala zajímavé kontury pilotního výzkumu, které následně úspěšně realizovala. V současné době u (vrcholového) běhu na lyžích výrazně narůstají požadavky jak na silovou připravenost trupu paží tak i zvyšování kondičních předpokladů za využití vyšší nadmořské výšky; také trenažery určené pro rozvoj speciální síly jsou v lyžování využívány poměrně krátkou dobu. Z těchto důvodů považuji řešené téma za aktuální a zajímavé.

V teoretické části práce autorka pracuje s relevantními českými i zahraničními literárními zdroji, jejichž rozsah odpovídá bakalářské práci.

Cíle, úkoly i metodika práce jsou dle mého názoru na bakalářskou práci ambiciózní a odpovídají tedy požadavkům kladeným na tento typ kvalifikačních prací. Na designu pilotního výzkumu oceňuji, že inovativně částečně navazuje na předchozí realizované výzkumy.

Hypotézy mohly být formulovány precizněji, ale nedostatky v této části práce jsou u těchto typů kvalifikačních prací bohužel časté. Tato skutečnost ostatně odpovídá dle mého názoru chybně nastavenému třístupňovému vysokoškolskému vzdělávání pedagogů.

Výsledková část práce je precizně zpracovaná formou tabulek, které jsou následně okomentovány.

Diskuse je zpracována fundovaně. Jen zde poněkud postrádám osobní postřehy k průběhu pilotního výzkumu.

Stanovené náročné úkoly, které si autorka vytyčila v rámci zadání práce, se podařilo naplnit.

Oceňuji skutečnost, že autorka při praktickém řešení komplikovaného designu pilotního výzkumu prokázala předpoklady k samostatné vědecké práci. Také vyzdvihuji, že autorka jako členka reprezentačního výběru ČR v běhu na lyžích, přináší v rámci předkládané práce nové poznatky k aktuálním trendům sportovního tréninku v její specializaci.

Také skutečnost, že tento posudek píše v salóнку Korean Air v Soulu, které jsou jedním z hlavních partnerů ZOH 2018 v PyeongChang, u mne asociovala pozitivní očekávání výsledků avizovaného testování na širším vzorku reprezentantů ČR. Testování v rámci diplomové práce by bylo skvělé realizovat právě na účastnících nadcházejících ZOH, kterých věřím, že se zúčastní také autorka práce.

Předloženou bakalářskou práci **doporučuji k obhajobě**.

V závislosti na průběhu obhajoby doporučuji přeloženou bakalářskou práci hodnotit známkou výborně.

V rámci obhajoby by měla adeptka bakalářského titulu zodpovědět následující otázky:

1. S jakými obtížemi jste se setkala při testování? Zvolila byste při opakování jiné postupy?
2. Uveďte možné přínosy Vámi zjištěných výsledků pro řízení sportovního tréninku v lyžování.

V Soulu, dne 27. srpna 2016

doc. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D.
vedoucí diplomové práce