

## Posudek na diplomovou práci Petry Jindřiškové

Diplomová práce „Analýza tréninkových ukazatelů dorostenek v běhu na lyžích a biatlonu“ obsahuje 99 stran textu, doplněných o 27 tabulek a 16 grafů, uvedených v příloze. Seznam bibliografických citací obsahuje 21 titulů.

V předložené práci diplomantka prezentuje výsledky podrobné analýzy evidence tréninkových ukazatelů u mladších a starších dorostenek v běhu na lyžích a biatlonu. Dochází v ní, oproti stanoveným pracovním hypotézám, které se nakonec nepotvrdily, k pozoruhodným výsledkům. V hodnocení sledovaných hodnot speciálních a obecných tréninkových ukazatelů u mladších starších dorostenek jsou značné rozdíly a především nedochází k plynulému nárůstu, který by měl odpovídat dané věkové kategorii. Zároveň v některých případech nedochází k doporučenému poměru využívání obecných a speciálních tréninkových ukazatelů, který by měl opět odpovídat věkovým kategoriím. Tím že byly sledovány tréninkové slupiny, i když málo početné, napovídá, že v některých klubech nebo tréninkových centrech se netrénuje podle doporučených zákonitostí, týkající se tréninkového procesu. U některých jedinců jsou výsledky ovlivněny objektivními příčinami, jako je nemoc.

Při porovnávání tréninkových ukazatelů a výsledků ve sledovaném období u biatlonistek, jsou výsledky značně ovlivněny skutečností, že se disciplína biatlon skládá z běhu na lyžích a střelby z malorážné pušky. Tím mohou být výsledky závodnic značně ovlivněny právě výsledky ze střelby.

Tím, že sledování probíhalo u různých tréninkových skupin u různých trenérů se dá předpokládat, že se jedná o chyby nikoliv v systému, ale spíše u některých trenérů v jeho dodržování.

Po obsahové stránce se diplomantka snažila podrobně analyzovat získané hodnoty, ale častokrát se na problematiku dívá z poněkud jednostranného zaměření příliš povrchně. V literární rešerši postrádám názory na uvedenou problematiku tréninku od zahraničních autorů, stejně tak u hodnocení fyziologické zátěže u těchto disciplín názory renomovaných autorů.

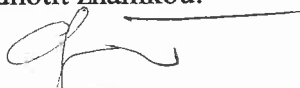
Po formální stránce se v práci vyskytuje několik málo drobných překlepů (str. 9, 10, 21, 74, 96), v přehledu použité literatury se vyskytuje 2 x stejná publikace (Dovalil).

Dotazy k obhajobě:

1. Co vede některé trenéry k tak výraznému nárůstu využívání speciálních tréninkových prostředků v tréninku a nepostupovat podle určitých zákonitostí při plánování tréninku, jak je patrné z výsledků této práce?
2. Jakým způsobem se dá zamezit u některých závodnic k tak vysoké nemocnosti ?

Po zodpovězení uvedených dotazů doporučuji diplomovou práci hodnotit známkou: velmi dobře.

V Praze dne 5. května 2007

  
PaedDr. Tomáš Gnad  
Vedoucí práce