

Posudek diplomové práce

Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu v Praze

Katedra: Technických a úpolových sportů

Oponent : Mgr. Jan Sucharda

Posudek oponenta:

Název práce : **Možnost využití trampolínek v aerobním a střeleckém tréninku biatlonistů**

Vypracovala: **Dagmar Šťastná**

Vedoucí práce: Mgr. Petr Graclík

Autorka se v diplomové práci na dané téma hledá možnost využití trampolínek v aerobním a střeleckém tréninku biatlonistů. V hlavní části shrnuje poznatky o biatlonu a jumpingu z hlediska historie, anatomie, fyziologie, energetického krytí a souvislosti mezi pohybovými dovednostmi obou sportů. Na základě rozboru teoretických a praktických poznatků navrhuje baterii cvičení na trampolíně, která je vhodná pro zkvalitnění a zpestření biatlonového tréninku z pohledu aerobní zátěže, včetně kompenzačních účinků na pohybový aparát biatlonisty. V další části se zabývá možnostmi využití trampolínek při tréninku střelby ve stoje.

Po stránce formální diplomová práce obsahuje všechny náležitosti, avšak v bodu 2.4 bych očekával větší rozpracování použité metodiky. V práci se objevují formální chyby (nesprávná forma citace v druhé polovině práce, překlepy - např.str.9:„dumping“, str.50:„Redlerová“), které nemají zásadní negativní vztah k hlavnímu cíli práce.

Detailní popis jednotlivých cviků vhodných pro biatlon, včetně dostatečně názorné obrazové dokumentace předurčuje práci k využití v tréninkové praxi. Dalším přínosným prvkem je využití trampolínek při tréninku střelby ve stoje. V této části by bylo vhodné práci doplnit jakým způsobem ovlivňuje jumping rozvoj rovnováhy a ostatních senzomotorických schopností biatlonistů, popřípadě jakým konkrétním způsobem ovlivňuje trénink na nestabilní podložce, respektive na disbalančních pomůckách výslednost střelby. Zmíněné doplnění by zřejmě přesáhlo rámec této diplomové práce, která by tímto mohla být základem pro další studie dané oblasti. Na téma rovnováhy a vestibulárního aparátu diplomant pohovoří při obhajobě práce.

Vzhledem k výše uvedenému hodnocení doporučuji přijetí práce k obhajobě a navrhuji hodnocení dobře.

V Jilemnici 28.4.2007

Mgr. Jan Sucharda

v.r.

