

Dubský Petr: Trénink a výkonnostní předpoklady dvou atletů - juniorů

(posudek vedoucího práce)

Diplomant byl ke zpracování své práce motivován svojí trenérskou činností v atletickém oddíle SC Radotín. V tomto oddíle působí 8 let. Pod jeho vedením se oddíl rozrostl ze 40 členů na 350 členů.

Ve své práci se nakonec zabýval tréninkem a výkonnostními předpoklady dvou svěřenců juniorů, kteří se mohou prosadit na národní úrovni. Splnil zadání diplomového úkolu.

Student se zpracováním diplomové práce prodíral poměrně těžce. V počátku pracoval velmi samostatně a iniciativně, což se odrazilo ve shromáždění velkého množství dat, po konzultacích se nakonec podařilo téma práce upřesnit.

V teoretické části se zabýval tématy, která si musí uvědomovat každý atletický trenér, chce-li úspěšně řídit trénink atletů juniorů a vést je k růstu výkonnosti v jejich specializaci. Ačkoliv si diplomant v úvodu práce stěžuje na nedostatek „návodné literatury“ k tréninku juniorů, je soupis literárních zdrojů nakonec obsáhlý a obsahuje i několik zahraničních zdrojů. Zpracování teoretické části nakonec vyústilo ke stanovení výzkumných otázek.

Výsledková část obsahuje podrobnou charakteristiku obou juniorů, jejich výkonnostní růst, údaje o jejich tréninku a vyhodnocení výsledků laboratorních testů.

V diskuzi porovnává získané údaje s údaji z prací Kučera a kol.(2003), Kužílka (2011), Šimánka (2013) a Šroubka (2014).

V závěru práce diplomant konstatuje, že oba běžci, pokud budou pokračovat v tréninku, se mohou ještě zlepšovat, ačkoliv z výsledků laboratorního vyšetření byl zklamán.

Zpracování tématu bylo pro diplomanta jako trenéra významně edukační. Práce má dobrou odbornou úroveň, může být přínosná pro mladé trenéry z malých oddílů.

V Praze dne 24. 4. 2018

PaedDr. Jitka Vindušková, CSc.

Hodnocení: