

Abstrakt

Název:

Deskripce techniky běhu českého žákovského rekordmana v hladkém sprintu

Cíle:

Hlavním cílem bakalářské práce byla deskripce techniky běhu sprintera v kategorii staršího žactva. Na základě metodiky pedagogického výzkumu jsme provedli zhodnocení úrovně techniky běhu na nejkratší sprintérské trati v žákovské kategorii u záměrně vybraného jedince. Sledovaným objektem je současný český rekordman v hladkých sprinterských disciplínách v kategorii staršího žactva.

Metody:

V předkládané bakalářské práci jsou využity pedagogické metody pozorování a anketa. Pomocí pozorování a následné deskripce jsme sledovali individuální provedení techniky z hlediska startu, dále šlapavého i švihového způsobu běhu. Zároveň jsme sledovali úroveň výkonnosti tohoto mladého talentovaného sprintera v atletických sezónách 2009 a 2010. Pro zjištění možného předčasného využívání etapy specializované atletické přípravy jsme využili anketní dotazování.

Výsledky:

Díky stanovenému postupu řešení bakalářské práce jsme zaznamenali z hlediska úrovně techniky běhu u sledovaného jedince individuální provedení sprintu, které se neodchylovalo od standardního popisu sprinterské techniky. Jelikož se jednalo o závodníka v žákovské kategorii můžeme zde shledávat individuální odchylky vzhledem k věkovým zákonitostem. Největším nedostatkem v technice běhu bylo vytáčení chodidel vně při dokroku v celé délce trati. Podařilo se nám zaznamenat poslední závod v žákovské kategorii. Naši snahou bude pokračovat v dlouhodobém sledování v dorostenecké i v juniorské kategorii. Tento zájem pramení z možné obavy využívání etapy specializované atletické přípravy u tohoto jedince. Musíme však konstatovat, že na základě anketního šetření se tato domněnka nepotvrdila.

Klíčová slova:

hladký sprint, technika běhu, starší žactvo, etapa základní atletické přípravy, etapa specializované atletické přípravy, pedagogický výzkum, deskripce