

Posudek oponenta BP

Student: Vítězslav Veselý

Téma: Trénink oštěpaře – hodnocení vlastního výkonostního vývoje a tréninku

Student Vítězslav Veselý se ve své bakalářské práci zaměřil na hodnocení své dosavadní sportovní kariéry. Práce je takovým zpětným zrcadlem od jeho prvních atletických krůčků v Hodoníně až do současnosti.

Cílem práce je kromě hodnocení své kariéry i hodnocení tréninku v jednotlivých etapách vývoje. Student ke zpracování použil rešerši odborné literatury, retrospektivní analýzu výkonostních tabulek, tréninkových záznamů a rozhovory s trenéry.

V teoretické části se zaměřuje na charakteristiku disciplíny a etapy sportovního vývoje.

Kapitoly jsou řazeny logicky za sebe. Student Veselý se v této části snaží citovat některé autory, kteří u nás napsali odborné články a publikace o hodu oštěpem. Většinou se ovšem jedná o starší publikace (50. – 90. léta minulého století). Je škoda, že se nezaměřil více i na cizojazyčnou literaturu. Tu student ve své BP cituje jen výjimečně.

Na str. 12 nahoře student píše trochu nepřesně o diferenciaci silových schopností. Zde je rozděluje pouze na rychlostně silové a maximální.

Ve výsledkové části je uvedeno několik přehledných tabulek i grafů, které poměrně jasně poukazují na výkonostní vývoj, popř. výsledkové listiny v jednotlivých letech. Domnívám se jenom, že v tabulce č. 7 došlo k chybě a student zde zaměnil kvalifikaci OH s finále. V BP rovněž student popisuje jednotlivé trenéry, kteří s ním během jeho vývoje spolupracovali. Je jistě zajímavé, že se u každého trenéra snaží vystihnout jejich klady i zápory.

V závěrech BP poměrně výstižně odpovídá na cíl práce včetně zadaných úkolů a nastiňuje, kde si myslí, že má ještě možnosti ke zlepšení jeho výkonosti.

V BP se sice vyskytuje i několik chyb, např. špatné jméno autora (na str. 12 je uveden Bartůška a v seznamu literatury je jméno Bartušek), u obr. č. 2 není uveden autor, ale jinak BP splňuje požadavky na ní kladenou, má pěknou barevnou úpravu a proto doporučuji k obhajobě.

Prosím studenta, aby v průběhu obhajoby zodpověděl tyto otázky:

1. Jak diferencujeme silové schopnosti? Uveďte příklady jak můžeme otestovat jednotlivé složky silových schopností (všeobecné a speciální).
2. Na str. 32 se píše o nevhodném tréninku, který byl prováděn v 6. třídě. Vysvětlete, co konkrétně bylo provedeno špatně a jak naopak by měl atletický trénink pro tuto věkovou kategorii vypadat správně.
3. Jaké silové komplexní cviky student ve sportovní praxi provádí, kdo a v kolika letech jej tyto cviky naučil a kdy by se podle něj měly učit a následně zařazovat do přípravy vrhačů?

V Praze 26.8.2015
PhDr. Radim Jebavý, Ph.D.