

HODNOCENÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Akademický rok 2021/2022

Jméno studenta: Rugovac Denis
Studijní obor: TVS
Téma bakalářské práce: Komparace tréninkových programů speciální přípravy na ME v cyklistickém stíhacím závodě družstev

Typ bakalářské práce

výzkumný
 metodický
 výukové médium (videopořad apod.)
 kompilační
 projektový

Vedoucí práce: doc. PaedDr. Jaromír Votík, CSc.

Kritéria hodnocení: (1 nejlepší, 4 nejhorší, N-nelze hodnotit)	1	2	3	4	N
A) Teoretický základ práce (rešeršní část)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B) Metodický postup vypracování práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C) Členění práce (do kapitol, podkapitol, odstavců)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D) Jazykové zpracování práce (skladby vět, gramatika)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E) Práce s odbornou literaturou (citace)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F) Celkový postup řešení	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G) Práce s informacemi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
H) Závěry a jejich formulace	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I) Splnění cílů práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J) Odborný přínos práce (pro teorii, pro praxi)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
K) Spolupráce autora s vedoucím práce a katedrou	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
L) Přístup autora k řešení problematiky práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
M) Celkový dojem z práce	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vzhledem k uvedeným skutečnostem **doporučuji** předloženou práci k obhajobě před státní komisí.

Navrhuji klasifikovat práci klasifikačním stupněm:

výborně
 velmi dobře
 dobře
 nevyhovující

Stručné zdůvodnění navrhovaného klasifikačního stupně:

Autor zvolil zajímavé a originální téma bc práce. Cílem byl návrh doporučení pro tvorbu optimálního tréninkového programu dráhových cyklistů na profesionální úrovni. Student získával informace z literárních zdrojů, od reprezentačních trenérů a také čerpal z vlastních zkušeností profesionálního cyklisty. Bohužel při zpracování tématu pracoval v závěru pod výrazným časovým tlakem a z toho vyplynuly určité chyby formálního i věcného charakteru. Z tohoto důvodu kvalita předpokládaného originálního výstupu do praxe do určité míry neodpovídá původnímu záměru. Navrhovaná doporučení nejsou adekvátní vstupní analýze a následné komparaci čtyř tréninkových mezocyklů.

Kromě jazykových rezerv v textu není někdy respektována odborná terminologie (např. str. 19 - kondiční příprava - opakovaně uveden rozvoj pohyb. dovedností; dále chybí Souhrn; v Abstraktu v AJ jedna věta v ČJ; podkap. Metodika nesprávně součástí kap. Výsledky a diskuze; termín "složky" je v textu 2x diskutován, ale vždy se zcela odlišným významem - vysvětlit). Další připomínky budou součástí otázek při obhajobě.

Otázky a připomínky k bližšímu vysvětlení při obhajobě:

1) V kap. 2.4 na str. 22 uvádíte tréninkové zóny v cyklistice. 3 zóny uvedené v prvním odstavci nedávají smysl - opravte uvedené dělení. Zdůvodněte jaký způsob dělení tréninkových zón (z FTP - 7 zón nebo podle ČSC - 6 zón) byste doporučil ve vašem návrhu.

2) Na str. 28 nahoře při komentáři ke grafu 6 zmiňujete pravděpodobnost využití specifických úkolů v daných mikrocyklech. Konkretizujte tyto specifické úkoly, které s dvěma vlnami zatížení mohly vést ke zlepšení času ve finální jízdě o bronzovou medaili.

3) Mohou Vaše doporučení uvedená v Závěru poskytnout trenérům dostatek validních informací pro vypracování modelu efektivního 45 denního tréninkového mezocyklu?

V Plzni, dne 5. 5 2022