

Příloha k protokolu o SZZ č.  
Vysoká škola: Jihočeská univerzita  
Pedagogická fakulta

Katedra: tělesné výchovy a sportu  
Odevzdání posudku: 22. 1. 2009

Diplomant: Veronika FAKTOROVÁ

Aprobace: učitelství pro SŠ, obor TV - Bi

Vedoucí diplomové práce:

Doc. PaedDr. Zdeněk Šebrle, CSc.

## **POSUDEK DIPLOMOVÉ PRÁCE**

Faktory ovlivňující výkon maratonského běžce

---

(téma)

Diplomantka předkládá k obhajobě diplomovou práci tematicky zaměřenou na atletiku, zabývá se faktory ovlivňující výkon maratonského běžce jak v samotném závodě, tak i při vlastní přípravě. Práce obsahuje 86 stran textu, tabulek a grafů (tabulky a grafy jsou součástí textu). Práce je dobře strukturálně členěna na část teoretickou, výzkumnou a výsledkovou. V teoretické části se autorka zabývá rozbořem faktorů ovlivňující výkon vytrvalostního běžce a na základě těchto poznatků vytvořila návrh ročního tréninkového plánu pro ženu vytrvalkyni a tento plán ověřila sama na sobě (to může být posuzováno za určitý nedostatek), proč tomu tak bylo bude předmětem obhajoby. Sestavení tréninkového plánu je na velmi dobré odborné úrovni. Ověření tréninkového plánu prováděla autorka sama na sobě, k platnosti plánu použila množství naběhaných km a časy z kontrolních závodů. Získané údaje zpracovala do přehledných tabulek a grafů.

Diplomantka přistupovala ke zpracování tématu velmi zodpovědně, pracovala samostatně. Prokázala dobrou odbornost v oblasti vytrvalostních disciplín. Práce má velmi dobrou grafickou úpravu.

Práce po obsahové i formální stránce splňuje podmínky, které jsou kladeny na diplomovou práci, a proto ji doporučuji k obhajobě.

**Okruhy otázek k obhajobě :**

1. Které z faktorů ovlivňující výkon vytrvalostního běžce považujete osobně u vás za nejdůležitější?
2. Vysvětlete měření laktátu a jeho vlivu na výkon vytrvalce.

Návrh na klasifikaci diplomové práce:  **v e l m i d o b ř e**

Doc.PaedDr. Zdeněk Šebrle, CSc., v.r.

.....  
podpis vedoucího diplomové práce

V Českých Budějovicích dne 22. ledna 2009

Stupeň klasifikace:	v ý b o r n ě	v e l m i d o b ř e	d o b ř e	n e v y h o v ě l
------------------------	---------------	---------------------	-----------	-------------------