



Katedra telesnej výchovy a športu, Filozofická fakulta,  
Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici

Tajovského 40, Banská Bystrica

tel. + 421 446 7527

---



doc. Mgr. Marián Vanderka, PhD.

Dekan FTVŠ UK

FTVS UK Bratislava

Nábr. arm. gen. L. Svobodu 9

81469 Bratislava

Vážený pán doc. Mgr. Marián Vanderka, PhD.,

v nadväznosti na Vašu žiadosť zo dňa 4. apríla 2016 Vám predkladám

**posudok na habilitačnú prácu - vedeckú monografiu „Laktát v športovom tréningu“, ktorá bola predložená RNDr. PaedDr. Viktorom Bielikom, PhD. v rámci habilitačného konania.**

Autor habilitačnej práce sa problematikou laktátu v športovom tréningu zaoberá dlhé obdobie. Jeho výstupy z tejto problematiky evidujem v období posledných desiatich rokov veľmi intenzívne a tak pokladám túto prácu ako prirodzené vyústenie jeho vedeckého bádania, ktoré z môjho pohľadu už čiastkovými výstupmi obohatilo oblasť vied o športe.

Samotná práca má racionálnu štruktúru. V prvej kapitole autor hneď na začiatku upozorňuje na aktuálnu kontroverznosť vnímania laktátu z pohľadu športového tréningu a energetiky svalovej bunky. Táto kapitola je precízne spracovaná, pričom autor konfrontuje viacero aktuálnych zistení, ktoré vhodne dopĺňa o svoje poznatky.

V druhej kapitole veľmi vecne poukazuje na problémy, ktoré sa môžu objavovať pri meraní laktátu. Túto kapitolu považujem z pohľadu športovej praxe za kľúčovú, keďže sa dennodenne stretávam nielen s chybnou interpretáciou laktátového

metabolizmu, ale najmä s nesprávnou metodikou merania (odberu), čo absolútne skresľuje výsledky. Autor veľmi správne poukazuje na praktické riziká, čím jednak potvrdzuje svoju praktickú skúsenosť, ale najmä z odborného hľadiska vhodne smeruje examinátorov. Tu **by bolo zaujímavé, ak by autor práce, čo najpresnejšie sformuloval konkrétne odporúčania pre trénerov, ktorí používajú v tréningovom procese najmä prenosné prístroje na meranie laktáru v krvi.**

Tretia kapitola približuje metabolizmus laktátu počas zaťaženia a to vo vzťahu k aeróbnemu a anaeróbnemu výkonu. Tu približuje inovatívny pohľad na sledovanie prahových hodnôt. Je pravdou, že nové možnosti v tejto oblasti sú predmetom diskusií už dlhšie obdobie, ale je nutné pripomenúť, že u nás sa udomácňujú veľmi ťažko. V kontexte tejto kapitoly **by ma zaujímalo vnímanie tzv. laktátového paradoxu z pohľadu osobnej výskumnej skúsenosti autora práce,** nakoľko hypoxická príprava je medzi vytrvalcami značne rozšírená a autor smeruje svoje vedecké bádanie najmä týmto smerom .

Problematika sledovania hladiny laktátu po ukončení zaťaženia je témou poslednej kapitoly, kde autor hľadá vzájomný vzťah medzi poklesom hladiny laktátu po ukončení zaťaženia a rýchlosťou zotavenia. V tejto časti je interpretovaných niekoľko pozoruhodných reálnych zistení, ktoré možno jednoznačne aplikovať v športovej praxi. V nadväznosti na túto kapitolu **by som chcel počuť názor autora na inhaláciu kyslíkových koncentrátov ako alternatívy na urýchlenie zotavenia predovšetkým po anaeróbnom výkone.**

Publikácia „Laktát v športovom tréningu“ je sumárom aktuálnych poznatkov v oblasti využitia sledovania laktátu v športe, ako i sumárom niekoľkoročného bádania autora. Práca nemá klasickú zaužívanú štruktúru, ale skôr štruktúru na hranici vedecko-komerčného priestoru. Toto však nevnímam ako slabú, ale naopak silnú stránku publikácie. Z tohto pohľadu je teda publikácia lepšie čitateľná pre širšiu skupinu čitateľov. Na druhej strane to možno vnímať ako určitý nedostatok z vedeckého pohľadu, nakoľko je ťažké konfrontovať interpretované dáta, keďže nie je možné podľa metodiky hodnoverne zopakovať priebeh výskumu a teda porovnať výsledky. Celkovo však vnímam publikáciu ako prínosnú pre športovú prax.

**Habilitačnú prácu hodnotím ako pôvodnú.**

**Habilitačná práca - vedecká monografia „Laktát v športovom tréningu“, ktorá bola predložená RNDr. PaedDr. Viktorom Bielikom, PhD. v rámci habilitačného konania podľa môjho názoru spĺňa platné zákonné požiadavky na habilitačné konanie a preto ju odporúčam k obhajobe.**

**V prípade úspešnej obhajoby odporúčam udeliť RNDr. PaedDr. Viktorovi Bielikovi, PhD. titul „docent“ v študijnom odbore Športová kinantropológia, nakoľko podľa môjho názor spĺňa všetky ďalšie obligatórne kritérié pre ŠO v oblasti Vied o športe.**

8. máj 2016

doc. PaedDr. Martin Pupiš, PhD.  
Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici