

ABSTRAKT

Název práce

Stimulace silových schopností ve fotbale

Cíl práce

Primárním cíl je rešerše odborné literatury na téma této bakalářské práce. Sekundárním cílem je návrh pohybové intervence na stimulaci silových schopností ve fotbale na poloprofesionální úrovni pro mužskou kategorii.

Metody

Metoda literární rešerše a následné tvoření návrhů intervenčních programů.

Výsledky

Hlavním produktem práce je vytvoření ucelených návrhů intervenčních programů v každém období RTC. Tato bakalářská práce by po ověření v praxi mohla být prospěšná pro hráče a trenéry, kteří nemají dostatečné znalosti v oblasti kondičního tréninku.

Klíčová slova

Organizační formy, kondiční příprava, silové schopnosti, analýza, návrh intervence