

Abstrakt

Název: Hodnocení vybraných pomůcek využívaných v tenisovém tréninku dětí mladšího školního věku

Cíle: Hlavním cílem této práce je posouzení efektivity shromážděných tenisových pomůcek, které se využívají v tenisové přípravě dětí mladšího školního věku (6–11 let).

Metody: Zvolenými metodami pro získání cíle práce jsou literární rešerše dostupné literatury a zdrojů a jejich následná analýza a syntéza.

Výsledky: V této práci byl vytvořen přehledný popis, rozřazení a hodnocení efektivity tenisových pomůcek na základě prostudování dostupných zdrojů týkajících se tenisové tematiky. Byl zde uveden postup, jak lze podle platných principů zařazovat pomůcky do tréninkového plánu. Výsledkem je klasifikace vybraných tenisových pomůcek podle jejich použití pro začátečníky, mírně pokročilé a pokročilé. Kritériem pro zařazování pomůcek do tréninku je zejména vliv věku a trénovanosti. Konkrétně bylo zjištěno, že záleží na zkušenostech trenéra vhodně zařazovat pomůcky do tréninkové jednotky podle zákonitostí sportovního tréninku. Postupy, které vznikly v rámci literární rešerše, jsou zdůvodněny a rozebrány v analyticko-deskriptivní části práce a závěru.

Klíčová slova: tenis, pomůcky, klasifikace pomůcek, efektivita pomůcek, mladší školní věk, tenisový trénink, tenisová příprava