

Abstrakt

- Název:** Využití prostředků základní gymnastiky v tréninku fotbalistů
- Cíl:** Cíl bakalářské práce je vyhodnotit hospitační záznamy s dotazníkovým šetřením, a sledovat výskyt obsahu základní gymnastiky v kategorii starší přípravek U9. Dílčím cílem je vytvořit soubor tělesných cvičení a vyvodit obecná doporučení pro trenérskou praxi.
- Metody:** Teoretická část je zpracována formou literární rešerše zabývající se tématem práce. Hlavní metodou této práce je pozorování, pomocí které bylo zjištěno využití gymnastických prostředků v tréninkových jednotkách. Další metodou je obsahová analýza literárních zdrojů a hospitačních záznamů, která byla doplněna písemným dotazováním. Získaná data z dotazníku jsou zpracovány standardními statistickými metodami v programu Microsoft Excel.
- Výsledky:** Výsledky obsahují data získaná pomocí dotazníkového šetření a analýzou hospitačních záznamů. Dalším výsledkem je návrh souboru tělesných cvičení z oblasti základní gymnastiky využitelný v tréninku fotbalistů nacházejících se v přípravném i soutěžním období kategorie U9.
- Klíčová slova:** fotbal, základní gymnastika, mládež, sportovní trénink, sportovní příprava