

**NÁZEV:**

Změna pohybových schopností hráčů TSV Giesen Grizzlys a VK ČEZ Karlovarsko po kondiční přípravě

**AUTOR:**

Bc. Tereza Lukešová

**KATEDRA (ÚSTAV)**

Katedra tělesné výchovy

**VEDOUcí PRÁCE:**

PaedDr. Ladislav Pokorný

**ANOTACE**

Práce je zaměřena na kondiční přípravu volejbalistů ze dvou nejvyšších soutěží mužů, a to české Uniqa extraligy a německé Bundesligy. Práce vznikla díky testování pohybových schopností dvanácti respondentů z obou týmů. Byly použity tyto testy: K-test, 200m sprint, přitahy na hrazdě, skok daleký z místa odrazem obounož, dosah jednoruč ve smečářském výskoku-absolutní dosah, dosah obouruč-blokařký dosah.

První část práce obsahuje všeobecné informace z odborné literatury o volejbale a seznámení s jednotlivými pohybovými schopnostmi, ze kterých následně práce vychází a je tedy nutno se s nimi seznámit.

Výzkumná část analyzuje již zmiňovanou formou testů pohybových schopností respondentů před kondiční přípravou a následně během sezóny, tedy zhruba v prosinci. V závěru vyhodnocuji výsledky získané tímto výzkumem a porovnávám je s jednotlivými kondičními přípravami týmů.

Práce je určena převážně pro pokročilé hráče či trenéry volejbalu.

**KLÍČOVÁ SLOVA:** pohybová schopnost, volejbal, kondiční příprava