

## **ABSTRAKT**

### **Název práce:**

**Srovnávací analýza silové přípravy paralympijského vítěze v hodů diskem třídy F55 v ročních tréninkových cyklech 2004 - 2006**

**Cíl práce:** Hlavním cílem práce bylo zmapování a srovnání silové přípravy diskařů paralympionika M.N. s československým reprezentantem v hodů diskem G. Valenta. Srovnání se týkalo u M.N. ročního tréninkového cyklu 2005 - 2006 a u G. Valenta ročního tréninkového cyklu 1987 - 1988.

**Metoda:** Při zkoumání vnitřního obsahu použité literatury, hledání vztahů, struktur a souvislostí jsme využily metodu srovnávací analýzy, ve které jsme seskupily všechny potřebné informace o ročních tréninkových cyklech (dále jen RTC) obou závodníků a porovnali jejich silovou přípravu. Vzhledem k cíli práce bylo provedeno statistické a grafické znázornění získaných dat.

**Výsledky:** Ukázalo se, že RTC 2005 - 2006 se u M.N. výrazně neliší od RTC 1987 - 1988 G. Valenta v intenzitě a v objemu speciálních tréninkových ukazatelů silové přípravy. Největší rozdíl v silové přípravě M.N. a G. Valenta byl v posilování do 75 % osobního maxima. M.N. dosáhl 6 640 opakování a G. Valent 15 565 opakování. Tento rozdíl poukázal na omezené možnosti silové přípravy zdravotně postižených. U M.N. v RTC 2005 - 2006 dominovala technická příprava. Tréninkové zatížení bylo výrazné v RTC 2003 - 2004 a nedostatečná kompenzace prostřednictvím regenerace měla za následek pokles sportovního výkonu.

**Klíčová slova:** atletika vozíčkářů, paraplegik, hod diskem, silová příprava.