

ABSTRAKT

Název práce

Koordinační schopnosti v dlouhodobé koncepci sportovní přípravy

Cíl práce

Cílem diplomové práce bude zpracovat problematiku koordinačních schopností. V první části práce se budu věnovat obecné problematice sportovní přípravy dětí, vývojovým zákonitostem a charakteristice senzitivních období. Základním východiskem druhé, praktické, části práce je zjištění jakým způsobem se koordinační schopnosti podílejí na dlouhodobé sportovní přípravě, jaký je jejich význam v motorickém rozvoji dětí a co je jejich biologickým základem.

Metody

V práci je využívána kvalitativní metoda. Práce vychází z rešerše příslušných pramenů z literatury, tisku a internetu.

Výsledky

Z hlediska dlouhodobé koncepce sportovního tréninku se koordinační schopnosti ukazují jako základní element úspěšného zvládnutí pohybových dovedností více či méně závislých na koordinaci. Pokud nejsou jednotlivé schopnosti rozvíjeny v tzv. senzitivních obdobích je velmi těžké toto promeškání dohnat a dosáhnout tak stejné úrovně získaných dovedností. Významnou roli v rozvoji koordinačních schopností hraje dědičnost a v souvislosti s ní také stav a funkce centrální nervové soustavy.

Klíčová slova

sportovní příprava dětí, koordinace, rozvoj, senzitivní období