Abstrakt:

Obsah práce je určen všem zájemcům z široké veřejnosti. Především však lidem, kteří se zajímají o fotbal a jeho trénink. Vhodný také pro začínající trenéry. Práce obsahuje teoretickou charakteristiku jednotlivých pohybových schopností a jejich metody rozvoje a diagnostiku. Výzkum poukazuje na to, jak je možné ovlivnit rozvoj pohybových schopností.