

Abstrakt

Název práce: Možnosti rozvoje rychlosti v mladším a starším školním věku

The possibilities of the speed development in younger and older school age

Rozvoj rychlosti je ovlivněn některými vývojovými a věkovými zákonitostmi. Senzitivní období a genetické determinanty se jeví jako další významné faktory ovlivňující rozvoj rychlosti. Pro rozvoj rychlostních schopností je dále důležité stanovení vhodných parametrů zatížení ve vztahu k jednotlivým věkovým obdobím.

Cílem práce je popsat možnosti rozvoje rychlosti v závislosti na věku a genetických determinantech, dále stanovit problémové oblasti pro jednotlivá věková období - konkrétně mladší a starší školní věk. Vytvořit zásobník cviků, které se používají k ovlivňování jednotlivých druhů rychlostních schopností.

Metoda: Tato práce má dokumentační charakter a pro její zpracování mělo velký význam využití všech dostupných vědeckých a odborných článků a prací, periodik, monografií, učebnic a literatury vůbec. Dále využití počítačových databází a internetu.

Výsledky: Práce by měla být pomůckou a návodem pro trenéry různých sportovních odvětví, kteří se zabývají tréninkovou činností mladších věkových kategorií.

Klíčová slova: Rychlost, rychlostní schopnosti, rozvoj rychlosti, mladší školní věk, starší školní věk.