

Souhrn

Příprava brankářek v ledním hokeji

Cíl: Cílem mé diplomové práce bylo, na základě znalostí z literatury a mnou provedených sledování, porovnat tréninkové metody u vybraných brankářek ledního hokeje a zároveň porovnat trénink brankářů – mužů a žen v ledním hokeji.

Metody: V mé diplomové práci jsem použila metodu přímého pozorování, kdy jsem po dobu 2 let sledovala vybraný soubor. Sledovaný soubor měl v roce 2004 čtyři osoby a v roce 2005 taktéž. Sledované osoby byly testovány v průběhu brankářských soustředění.

Výsledky: Na konci sledovaného období, které bylo dlouhé 2 roky, jsem zjistila, že se tréninkové metody u vybraných brankářek téměř neliší a výsledky testů sledovaného souboru jsou srovnatelné s výsledky testů brankářů kategorie do 16 let.

Závěr: Tato práce podporuje hypotézu, že se trénink brankářů a brankářek téměř neliší.

Klíčová slova: tréninkové období, brankářka, lední hokej, tréninková jednotka