

Abstrakt

Název práce: Stimulace silových, rychlostních a koordinačních schopností u brankáře v ledním hokeji.

Cíle práce: Popsat teoretická východiska stimulace silových, rychlostních a koordinačních schopností u brankáře v ledním hokeji. Na základě těchto teoretických východisek navrhnout model silové, rychlostní a koordinační přípravy brankářů se zaměřením na věkovou kategorii dorost a starší a v jeho rámci formulovat vhodné metody, prostředky a formy stimulace silových, rychlostních a koordinačních schopností brankářů.

Metoda: K identifikování hlavních teoretických východisek stimulace silových, rychlostních a koordinačních schopností brankářů bude použito kvalitativní obsahové analýzy dokumentů. Na základě hlubší analýzy nalezených teoretických východisek budou popsány determinanty silového, rychlostního a obratnostního rozvoje brankářů. Metodou syntézy budou nakonec hlavní teoretická východiska spojena v logický celek, na jehož základě může být vytvořen model stimulace silových, rychlostních a koordinačních schopností brankářů a v jeho rámci zvoleny vhodné metody, prostředky a formy silové, rychlostní a obratnostní přípravy brankářů se zaměřením na věkovou kategorii dorost a starší.

Výsledky : Přináší vhled do problematiky stimulace silových, rychlostních a koordinačních schopností brankářů, popisuje základní teoretická východiska a determinanty silového, rychlostního a koordinačního rozvoje brankářů a v rámci konceptu silové přípravy popisuje vhodné metody, prostředky a formy silové přípravy brankářů se zaměřením na věkovou kategorii dorost a starší.

Klíčová slova: brankáři, síla, rychlost, koordinace, schopnosti, stimulace, metody, prostředky, formy, lední hokej.