

## **Abstrakt v českém jazyce**

- Název:** Analýza tréninku snowboardcrossové reprezentace České republiky
- Cíle:** Cílem bakalářské práce je popsat roční tréninkový cyklus reprezentantů české snowboardcrossové reprezentace. Dílčí cíl je analýza jednotlivých period charakteristické sportovní přípravy ve snowboardcrossu.
- Metody:** V naší práci jsme použili metodu zúčastněného pozorování, analýzy, ankety, rozhovoru pomocí návodu a neformálního rozhovoru. Metodu zúčastněného pozorování jsme využili při pozorování chování závodníků během tréninkových jednotek. Metodu analýzy jsme aplikovali v rozboru jednotlivých tréninkových cyklů. Metodu ankety a neformálního rozhovoru jsme využili pro doplnění dat a objasnění interpretací získaných zúčastněným pozorováním.
- Výsledky:** Zjistili jsme, že trenéři a realizační tým využívají pro dělení snowboardcrossové přípravy devíti specifických period. V „suché“, letní přípravě se věnují rozvoji všech pohybových schopností. Během přípravy na sněhu se zaměřují na nácvik specifických dovedností, potřebných k maximálnímu výkonu, taktické a psychologické přípravě.
- Klíčová slova:** snowboarding, snowboardcross, sportovní trénink, reprezentace České republiky

