

ABSTRAKT:

Název:

Analýza sportovního tréninku kategorie U6 a U8 ve fotbale

Cíle:

Cílem této práce bylo analyzovat současný stav sportovního tréninku kategorie U6 a U8. Dílčími úkoly práce bylo v klubu FK Mladá Boleslav zmapovat rozsah vzdělání a strukturu trenérského týmu v oblasti přípravy mládeže a popsat náborovou činnost.

Metody:

Ke zpracování této práce a pro získání dat byla zvolena kvantitativní metoda výzkumu a to řízené pozorování. Na základě pozorování tréninků cílové věkové kategorie a dotazování trenérů v klubu FK Mladá Boleslav, byla pak provedena analýza současného stavu sportovního tréninku kategorie U6 a U8. Bylo využito i mých vlastních zkušeností a konzultací s odborníky ze stáže ve fotbalovém klubu.

Výsledky:

Cíle a úkoly práce byly naplněny. Po analýze současného stavu sportovního tréninku kategorie U6 a U8 ve fotbale v klubu FK Mladá Boleslav jsme došli k závěru, že ve většině případů neměla tréninková jednotka požadovanou a potřebnou skladbu ani koncepci prováděných cvičení, vzhledem k cílové věkové kategorii. Doporučili jsme proto sestavu tréninkových cvičení, které lze zařadit do navrženého týdenního tréninkového mikrocyklu. Obsahem a sestavením těchto cvičení a týdenního mikrocyklu dáváme návod, jak by se dala postupně zlepšovat situace v rámci sportovního tréninku kategorie U6 a U8 ve fotbale.

Klíčová slova: fotbal, trenér, sportovní trénink, sportovní příprava dětí