

# Abstrakt

## Název práce:

Obsahová náplň tréninku 4. tříd a její návaznost na moderní trendy v LH

## Cíle práce:

Zjistit zastoupení vybraných herních činností jednotlivce v tréninkových jednotkách kategorie 4. tříd v ČR a porovnat je s nejnovějšími trendy, které doporučují IIHF a USA hockey.

## Metoda:

K získání dat byla využita metoda přímého pozorování a také zaznamenávání tréninkových jednotek do připravených hodnotících protokolů. Zkoumaný soubor představuje 3 tréninkové jednotky u kategorie 4. třídy ve 3 vybraných klubech v ČR během sezóny 2013/2014. Získaná data byla zpracována, porovnávána a uvedena do tabulek.

## Výsledky:

Ve všech třech zkoumaných klubech se věnují bruslení nad 30% tréninkového času, HC Sparta Praha trénuje bruslení dokonce přes 50% tréninkové doby. Uvolňování hráče s kotoučem provádějí ve dvou klubech nad 20% tréninkového času, v jednom sledovaném klubu pod 20%. Přihrávání se nacvičuje v mužstvu HC Hvězda Praha přes 20% času z tréninku, v HC Krkonoše přes 16% a v HC Sparta Praha pod 10%. Střelbě se nejvíce věnují v klubu HC Hvězda Praha, a to přes 37%, ve zbylých dvou mužstvech pod 20%. Ani jedno ze sledovaných mužstev neprovádí hru na malém prostoru přes 30% tréninkové doby. Ve všech třech zkoumaných klubech byly využity stanoviště. HC Hvězda Praha a HC Krkonoše v průměru 3 stanoviště na jedno tréninkové cvičení a HC Sparta Praha 2 stanoviště.

## Klíčová slova:

Herní činnosti jednotlivce, lední hokej, 4. třída