

Abstrakt

Název práce: Porovnávání objemových parametrů v plaveckém tréninku
Comparison of volume parameters in swimming training process

Cíle práce: Hlavním cílem studie je snaha zjistit, jak se mění hodnoty jednotlivých složek objemových parametrů v ročních tréninkových cyklech po dobu devíti let.

Metoda: K hodnocení tréninkového procesu a výkonnosti plavkyň bylo využito především tréninkových deníků a údaje v nich zaznamenaných společně s osobní výpovědí plavkyň. Vlastní posouzení bylo realizováno metodou statického zpracování, tabulkovou analýzou, grafickým znázorněním a vlastním posouzením.

Výsledky: Pomocí porovnání hodnot uváděných v jednotlivých tréninkových denících úspěšných českých plavkyň a také porovnáním tréninkových deníků konkrétní plavkyně v průběhu jejího vývoje (plavecké kariéry) budeme schopni individuálně objektivizovat variabilní objemové parametry.

Klíčová slova: plavecký trénink, objemové složky tréninku, kariéra plavce