

## Abstrakt

- Název:** Temperament a jeho zohlednění při tvorbě tréninkových jednotek v tenise u mladších žáků.
- Cíle:** Cílem diplomové práce je zjistit temperament svěřenců, aplikovat modelové tréninkové jednotky a vyzkoumat, jak moc ovlivňují jejich sportovní výkon v tréninku.
- Metody:** V práci je používána metoda subjektivního pozorování, metoda analýzy výtvarného projevu, metoda posuzování pomocí numerické posuzovací škály a dotazníkové šetření zjišťující subjektivní pocity svěřenců z odtrénované tréninkové jednotky.
- Výsledky:** Zjistil jsem, že nejčastěji se vyskytuje temperament sangvinika, kolem padesáti procent, nejméně potom temperament melanholika. Dále jsem vypožoroval, že by temperament opravdu měl být nedílnou součástí u tvorby tréninkových jednotek v tenise u mladších žáků. Téměř u všech testovaných (14/15) bylo vidět kladné přijetí tréninku při jednotkách dělaných pro jejich temperament a naopak záporné při jednotkách opačných. Stejně tak to bylo s efektivitou a nasazením mladších žáků během tréninku.
- Keywords:** Svěřenci, tenis, temperament, tréninková jednotka, psychika.