

ABSTRAKT

Název práce:

Návrh stavby ročního tréninkového cyklu ve florbale

Cíle práce:

Cílem diplomové práce bude pokusit se navrhnout stavbu ročního tréninkového cyklu pomocí porovnání a provedení rozboru ročního tréninkového cyklu v sezóně 2004/2005 českého a švýcarského prvoligového týmu se současným využitím teoretických znalostí.

Florbal je jednou z nejmladších kolektivních sportovních her, která od roku 1992, kdy byla založena ČFBU, zaznamenala nebývalý rozmach. Oproti jiným sportům s delší tradicí má florbal rezervy ve vzdělání, přesněji řečeno nedostatek písemného materiálu, který by pomáhal trenérům v tréninkovém procesu.

Metoda:

Při zpracování této práce bude použita metoda návrhu a demonstrace, metoda formativní evaluace a metoda komparace.

Výsledky:

Výsledkem diplomové práce bude návrh stavby ročního tréninkového cyklu. Roční tréninkový cyklus bude charakterizován pomocí nesespecifických a specifických ukazatelů. Pomocí specifických ukazatelů budou charakterizovány jednotlivé mikrocykly. Pro přehlednost budou výsledky prezentovány pomocí grafů a tabulek.

Klíčová slova:

florbal, roční tréninkový cyklus, mikrocyklus, tréninková jednotka, tréninkový proces, stavba ročního tréninkového cyklu