

Abstrakt

Název práce:

Kondiční schopnosti ve fotbale. Komparace vrcholové a výkonnostní úrovně u hráčů ve věku 16 – 18 let.

Cíl práce:

Cílem práce bylo shromáždění poznatků o kondičních schopnostech hráčů fotbalu. A následné testování a porovnání kondičních schopností hráčů fotbalu ve věku 16 – 18 let v různých výkonnostních kategoriích.

Metody:

Výzkum byl proveden formou testování podle testové baterie obsahující 6 testů na zjištění kondičních schopností. Jednalo se o 4 terénní cvičení – Cooperův test, skok snožmo z místa, člunkový běh na 4 x 10 m a opakovaný 6-ti skok. A dva laboratorní testy – aerobní test do vita maxima na běžeckém ergometru a anaerobní intermitentní test na bicyklovém ergometru.

Výsledky:

Výsledky by měly odhalit, jak se liší kondiční schopnosti u hráčů různých výkonnostních kategorií.

Klíčová slova:

Fotbal, mládež, kondiční schopnosti, trénink, intermitentní zatížení.