

Abstrakt

Název práce: Vybrané parametry těla, ukazatelé tréninku a výkonnost žáků v plavání

Cíl práce: Cílem bakalářské práce je zjistit vybrané antropometrické parametry těla, obecné ukazatele tréninku a výkonnost plavců ve věku 14 let. Šetření je situováno na Mistrovství České republiky žactva 14letých v Litoměřicích. Zkoumání budou žáci i žačky.

Metody řešení: V práci je využit kvantitativní výzkum ve formě strukturovaného šetření. Data byla získávána pomocí přímého měření (antropometrické údaje), dotazováním (tréninkové ukazatele) a studiem materiálu (výkonnost probandů). Zkoumaným souborem se stalo 120 plavců ve věku 14 let, kteří se kvalifikovali na mistrovství České republiky 14letého žactva, z toho 66 chlapců a 54 dívek. K vyhodnocení výsledků byla využita základní statistika, tabulační a grafické zobrazení.

Výsledky: Ve zkoumaném souboru bylo zjištěno, že BMI do jisté míry ovlivňuje výkonnost v plavání a to spíše u chlapců než u dívek. Průměrná výška plavců v této věkové kategorii je 172,4 centimetrů u plavkyň je to 165,6 centimetrů. Výsledky ukazují, že výška plavců má vliv na výkon v disciplínách volného způsobu u chlapců. Vysoké počty tréninkových hodin nejsou hlavním předpokladem pro získání medaile. Při porovnání tréninkového zatížení (počty hodin) chlapců a dívek bylo shledáno, že chlapci věnují tréninku více času.

Klíčová slova: sportovní plavání, somatické faktory, tréninkové zatížení, plavecký výkon