

Abstrakt

Název: Vybrané parametry kondiční připravenosti mladých elitních hráčů fotbalu

Cíle: Hlavní cíl této diplomové práce je zjištění vybraných parametrů kondiční připravenosti mladých elitních hráčů fotbalu. Dalším cílem je popsat terénní motorické testy zaměřené na rychlost, obratnost, vytrvalost aj. Ve výsledné části deskriptivně popíšeme výsledky absolvované testové baterie a blíže budeme analyzovat rychlostní schopnosti a jednotlivé indikátory pomocí motorických terénních testů.

Metody: V této práci jsme použili metodu terénních testů, která je specifická pro fotbal. Vybraný soubor se skládal z elitních hráčů fotbalu do 16 let, kteří byli v reprezentačním výběru. Testovaný soubor absolvoval měření při reprezentačním srazu v kryté hale s umělým povrchem, protože umělá tráva nám zajišťuje standardní podmínky. Mimo jiné jsme zjišťovali rychlostní schopnosti jednotlivých hráčů, poté jsme výsledky statisticky a pomocí počítačových programů zpracovali a vyhodnotili.

Výsledky: Zjistili jsme, že naše testovaná skupina má velice dobré kondiční parametry a dle výsledků tvoří homogenní soubor. Detailněji jsme analyzovali výkony hráčů v motorických testech rychlostních schopností. Zde jsme zjistili například jednotlivé rychlosti, kterých hráči během běhu dosahují, jak stoupá jejich křivka zrychlení, či kde na dvacetimetrovém úseku s letným náběhem přestávají zrychlovat a svoji rychlost už jen udržují. Výsledky jsme doplnili o spoustu zajímavých individuálních zjištění.

Klíčová slova: fotbal, mládež, testy, rychlost, agility