

Abstrakt

Název práce: Efektivita rozvoje síly v p ípravném období u týmu mlad-ích dorostenek v házené

Cíle práce: Cílem práce je zjistit, jak se u prvoligových mlad-ích dorostenek z týmu TJ Jiskra Havlí k v Brod m ní silové schopnosti b hem kondi ní p ípravy v p ípravném a v závodním období.

Metoda: Prvním bodem mé práce byla d kladná analýza odborné literatury z oblasti kondi ní p ípravy, házené a testování. Ve své práci vyuffívám metodu testování. Pro vyhodnocení získaných dat a pro porovnání výsledk poufliji statistickou významnost rozdílů a v cnou významnost.

Výsledky: Zji-t né výsledky zobrazují rozdíly v silových schopnostech v p ípravném období mezi hrá kami prvoligového týmu a hrá kami SCM mlad-ích dorostenek. Také zobrazují rozdíly v silových schopnostech b hem p ípravného období a na konci závodního období.

Klí ová slova: házená, silové schopnosti, p ípravné období