

OBSAH

ÚVOD	4
1 SVALSTVO TELESNÉHO JADRA A JEHO FUNKCIA.....	6
1.1 Systematizácia svalstva telesného jadra	6
1.1.1 Funkcia v rámci pohybovej sústavy	9
1.1.2 Rozvoj svalovej sily telesného jadra	18
1.2 Záťaž svalstva telesného jadra v ľadovom hokeji	21
2 DETERMINANTY HOKEJOVEJ VÝKONNOSTI	26
2.1 Pohybové schopnosti podmieňujúce výkon v ľadovom hokeji	26
2.2 Korčuliarska technika hokejistov	31
2.2.1 Prvky korčuliarskej zručnosti hokejistov	38
3 METODIKA.....	44
3.1 Charakteristika súboru	44
3.2 Metódy získavania údajov	46
3.3 Metódy spracovania a vyhodnocovania údajov	52
4 VÝSLEDKY A DISKUSIA	54
4.1 Hodnotenie individuálnej korčuliarskej techniky pri maximálnej korčuliarskej rýchlosti	54
4.2 Hokejová výkonnosť a jej zmeny v ročnom tréningovom cykle	63
4.3 Hodnotenie determinantov hokejovej výkonnosti	68
4.4 Proporcionalita somatického vývinu a hierarchické usporiadanie ukazovateľov pohybovej výkonnosti	75
SÚHRN	81
ZÁVER	83
CONCLUSION	85
ZUSAMMENFASSUNG.....	87
LITERATÚRA	89