

Bibliografická identifikace

Název bakalářské práce: Velikost pohybové aktivity v týdenním režimu u hráčů fotbalu na výkonnostní úrovni

Pracoviště: UK FTVS

Autor: Michal Hojdar

Studijní obor: Tělesná výchova a sport

Vedoucí práce: Mgr. Jakub Kokštejn

Rok obhajoby: 2012

Abstrakt:

Bakalářská práce „Velikost pohybové aktivity v týdenním režimu u hráčů fotbalu na výkonnostní úrovni“ se zaměřuje na získání nových poznatků týkajících se objemu, intenzity a obsahu pohybové aktivity adolescentů, kteří se pravidelně věnují organizované formě pohybové aktivity. Teoretická část obsahuje poznatky týkající se pohybové aktivity, její organizované formy a vztahu ke zdravotnímu rozvoji adolescentů. Velikost pohybové aktivity byla zaznamenávána pomocí akcelerometrů a písemného záznamu. V závěrečné části práce jsou verifikovány hypotézy vzhledem k dosaženým výsledkům v rámci splnění či nesplnění zdravotních doporučení.

Klíčová slova: adolescent, akcelerometr, energetický výdej, fotbal, organizovaná pohybová aktivita