

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

**Autor: Michal Hojdar**

*Posudek vedoucího práce:*

Bakalářská práce si kladla za cíl analýzu velikosti týdenní pohybové aktivity adolescentních chlapců s pravidelnou organizovanou pohybovou aktivitou. Současně bylo cílem zjištěné výsledky komparovat se zdravotními doporučeními. 45 stran textu obsahuje 4 grafy a 10 tabulek. V teoretické části se autor věnuje problematice pohybové aktivity u adolescentů, monitoringu pohybové aktivity a zdravotním doporučením pro danou populaci adolescentů z hlediska množství pohybové aktivity. Dále se teoretická část věnuje problematice sportovní hry fotbalu, jakožto možné organizované formě pohybové aktivity pro splnění zdravotních doporučení. Ve vztahu k cíli práce byly odpovídajícím způsobem stanoveny čtyři hypotézy. Sledovaným souborem byli adolescentní chlapci s pravidelnou organizovanou pohybovou aktivitou-fotbal. Ke sběru dat byla použita metoda akcelerometrie společně s písemným záznamem pohybové aktivity. Ve výsledkové části jsou přehledně zpracována data z měření do tabulek a grafů a vhodně písemně doplněna. V závěrečné části jsou vhodnou formou verifikovány hypotézy a autor diskutuje ke zjištěným výsledkům.

*Závěrečné hodnocení:*

Autor práce se snažil přinést poznatky o velikosti pohybové aktivity adolescentů pravidelně sportujících. V práci byly použity objektivní metody pro hodnocení pohybové aktivity, a proto lze výsledky pokládat za přínosné a zajímavé. Zejména příprava na sběr dat, práce s probandy a statistické zpracování byly v tomto případě velmi náročné činnosti jak časově, tak organizačně, avšak autor tyto úkoly úspěšně zvládl.

Práci hodnotím jako zdařilou a velmi zajímavou, doporučuji k obhajobě.

V Praze dne: 3. 5. 2012

Mgr. Jakub Kokštejn