

Název práce: Regenerace ve fotbale

Autor práce: Filip Soucha

Katedra: Katedra tělesné výchovy

Vedoucí bakalářské práce: PaedDr. Ladislav Pokorný

Abstrakt:

Cílem bakalářské práce je nahlédnout do různých fotbalových klubů na různých soutěžních úrovních, a v nich se zabývat problematikou regenerace. Bakalářská práce se dělí na teoretickou a praktickou část. V teoretické části se zaměřím na zatížení ve fotbale a jeho dopad na sportovce. Budou shrnuty všechny dostupné regenerační metody a prostředky, které se ve fotbale využívají, a tyto metody a prostředky budou stručně charakterizovány. Praktická část se skládá z dotazníkového šetření, směřujícího k hráčům z vybraných klubů. Má za cíl podat ucelený přehled o oblasti regenerace ve fotbale. Tohoto přehledu bude dosaženo pomocí dílčích cílů: zaprvé zjistit informovanost a názory na potřebnost regenerace a jejího využívání, zadruhé, zda hráčům klub poskytuje regenerační prostředky, a v neposlední řadě, zda má regenerace vliv na procento zraněných hráčů. Výstupem praktické části budou zpracované výsledky a jejich vyhodnocení v přehledných tabulkách a grafech.

Klíčová slova:

fotbal, regenerace, zranění