

## **Abstrakt**

Tato bakalářská práce pojednává o sebměření (self-tracking), tedy praxi sběru, zaznamenávání a vyhodnocování dat o sobě samém pomocí digitálních technologií. Cílem práce je popsat uživatelskou zkušenost se sebměřením a dopady na motivaci k pohybovým aktivitám a chování ve skupině. Teoretická část přináší vhled do sociálně-psychologické stránky problematiky a charakteristiku konkrétního sebměřícího zařízení značky Fitbit, včetně jeho mobilní aplikace. V praktické části jsou prezentovány výsledky kvalitativního výzkumu. Tento výzkum byl realizován formou strukturovaných rozhovorů se skupinou šesti osob, které provádějí sebměření právě pomocí zařízení Fitbit.