

## **Abstrakt**

Bakalářská práce se zaměřuje na stravu sportujících adolescentů a souvislosti, které jejich stravovací návyky ovlivňují. Teoretická část je věnována rozsáhlému rozboru adolescenta po psychologické stránce, nejen v rámci vývojové psychologie, ale také vzájemnému ovlivňování se s okolím. Součástí teoretické části je dále fyziologie zátěže a základy výživy společně se sportovní výživou zaměřenou na rychlostně vytrvalostní výkon.

Praktická část se skládá ze zhodnocení stravovacích návyků u skupiny adolescentů žijících doma a skupiny adolescentů žijících na internátě. Z celkového počtu 21 sportujících adolescentů se sedm adolescentů zdrželo spolupráce. Ačkoliv se tak pokryl vzorek různých rysů tohoto komplikovaného věku, současně došlo k snížení vzorku, který byl předmětem hodnocení stravovacích návyků a rozdíly se tak staly ne zcela měřitelné.