

OBSAH

ÚVOD.....	6
1 ZÁUJMOVÝ REKREAČNÝ TELESNÝ VÝCHOVA AKO ÚČINNÝ PROSTRIEDOK K ZDRAVÉMU ŽIVOTNÉMU ŠTÝLU Tatiana Nevolná.....	8
1.1 Problém.....	9
1.2 Cíl.....	10
1.3 Úkoly	11
1.4 Metodika	11
1.5 Výsledky	13
1.6 Zhrnutie.....	28
2 VPLYV POHYBOVÝCH AKTIVÍT ŽEN NA ZOTAVENÍ SRDEČNÝCH FREKVENCÍ PO ZÁTĚŽI Radek Masař	30
2.1 Cíl, hypotézy.....	32
2.2 Metody	32
2.3 Analýza dat	35
2.4 Výsledky	36
2.5 Diskuse.....	41
2.6 Shrnutí.....	42
3 VPLYV INTERVENČNÍHO PROGRAMU SENIOR-FITNESS NA ROVNOVÁHOVÉ A REAKČNÍ SCHOPNOSTI U STARŠÍCH OSOB: PŘEDBĚŽNÉ VÝSLEDKY Lenka Nejedly, Jitka Kopřivová.....	43

3.1	Metody	45
3.2	Výsledky	59
3.3	Diskuse a shrnutí	63
4	ANALÝZA INTENZITY ZATÍŽENÍ ROZEHRÁVAČE V MISTROVSKÉM UTKÁNÍ BASKETBALU KADETŮ- PŘÍADOVÁ STUDIE Roman Vala, Marie Valová, Martina Litschmannová.....	64
4.1	Cíl.....	66
4.2	Metodika	67
4.3	Výsledky a diskuse	69
4.4	Shrnutí.....	79
5	SROVNÁNÍ VÝSLEDKŮ MOTORICKÉHO TESTU REAKČNÍCH SCHOPNOSTÍ MEZI DVĚMA SPORTY Ondřej Kovář.....	80
5.1	Cíl.....	93
5.2	Vyhodnocení výsledků a diskuse.....	104
6	VLIV ÚROVNĚ SILOVÝCH SCHOPNOSTÍ NA PROVEDENÍ STOJE NA RUKOU Petr Hedbávný, Gustav Bago, Miriam Kalichová	105
6.1	Abstrakt.....	105
6.2	Úvod.....	105
6.3	Cíl, Hypotéza	108
6.4	Metody výzkumu	109
6.5	Výsledky a diskuse	114
6.6	Závěry	133
7	ZÁVĚR.....	135

8 SUMMARY	138
SEZNAM LITERATURY	141
VĚCNÝ REJSTŘÍK	149