

ÚVOD.....	7
1 INTENZITA ZATÍŽENÍ EXTRALIGOVÉHO HRÁČE HÁZENÉ MUŽŮ V PRŮBĚHU PŘÁTELSKÉHO UTKÁNÍ –PŘÍPADOVÁ STUDIE Roman Vala, Marie Valová, Martina Litschmannová, Marek Vančo.....	9
1.1 Cíl	10
1.2 Metodika.....	11
1.3 Výsledky a diskuse	12
1.4 Shrnutí	15
2 MONITOROVÁNÍ SRDEČNÍ FREKVENCEBĚHEM TESTOVÁNÍVYTRVALOSTNÍCH SCHOPNOSTÍVE FOTBALE Martin Zvonar, Josef Maleček, Igor Duvač, Vladimír Psalman, Martin Sebera	17
2.1 Cíl a úkoly	19
2.2 Metody.....	19
2.3 Výsledky	21
2.4 Závěry.....	25
3 DIAGNOSTIKA ŠPECIÁLNYCH VYTRVALOSTNÝCH SCHOPNOSTÍ VO FUTBALE Igor Duvač, Vlastimil Šimíček.....	26
3.1 Cieľ a úlohy	28
3.2 Metodika.....	28

3.3	Výsledky	37
3.4	Zhrnutie	43
4	INTENZITA ZATÍŽENÍ KŘÍDLA V PRŮBĚHU BASKETBALOVÉHO UTKÁNÍ Roman Vala, Marie Valová	44
4.1	Cíl	46
4.2	Metodika	46
4.3	Výsledky a diskuse	47
4.4	Shrnutí	53
5	KOMPARACE VLIVU AKUTNÍ APLIKACE DYNAMICKÉHO A PNF STREČINKU NA EXPLOZIVNÍ SILOVÉ SCHOPNOSTI HORNÍCH A DOLNÍCH KONČETIN Richard Adámik, Jan Cacek, Andrea Rosenberk	55
5.1	Cíl	56
5.2	Metody	56
5.3	Výsledky	59
5.4	Shrnutí	64
6	FUNKČNÍ AUSTRALSKÝ TRÉNINK – NOVÝ FITNESS PROGRAM Petr Požárek	65
6.1	Diskuse	74
6.2	Shrnutí	74
7	VYTVOŘENÍ A VYUŽITÍ MULTIMEDIÁLNÍHO MATERIÁLU PRO VÝUKU SPORTOVNÍ GYMNASTIKY Gustav Bago, Petr Hedbávný	76

7.1	Vývoj multimediální učebnice pro výuku sportovní gymnastiky	77
7.2	Postupy při vytváření multimediálního materiálu	79
7.3	Obsah a struktura multimediálního materiálu	79
7.4	Efektivita výuky sportovní gymnastiky při použití multimediálního materiálu	84
7.5	Vztah studentů k použitému novému učebnímu postupu	86
7.6	Dílčí závěry a perspektivy založené na dosavadním využití multimediálního materiálu	87
7.7	Hlavní přínos pro rozvoj vědy	90
8	REGENERAČNÍ PROSTŘEDKY V KLASICKÉM Tanci	
	Miriam Kalichová.....	91
8.1	Poškození zdraví v klasickém tanci.....	92
8.2	Regenerace.....	94
8.3	Cíl	100
8.4	Metody.....	100
8.5	Výsledky a diskuse	101
8.6	Shrnutí	104
9	FREESTYLE NA DIVOKÉ VODĚ Kateřina Migdauová	105
9.1	Cíl a úkoly práce.....	106
9.2	Metody zpracování	107
9.3	Freestyle na divoké vodě	108
9.4	Diskuse	124

9.5	Shrnutí	126
10	ZÁVĚR	128
11	SUMMARY	130
	VĚCNÝ REJSTŘÍK	132
	SEZNAM LITERATURY	136

OBSAH

ÚVOD.....	6
1 DIAGNOSTIKA FUNKČNÉHO ZAŤAŽENIA VO FUTBALE Igor Duváč.....	10
1.1 Cieľ.....	13
1.2 Úlohy.....	13
1.3 Metodika	13
1.4 Výsledky	22
1.5 Zhrnutie	29
2 REGENERACE SIL JAKO SOUČÁST TRÉNINKU BASKETBALISTEK Renáta Malátová, Petra Lukešová	32
2.1 Cíl.....	37
2.2 Hypotézy	37
2.3 Metodologie	37
2.4 Výsledky	39
2.5 Diskuse.....	46
2.6 Shrnutí	48
3 VYBRANÉ GYMNASTICKÉ CVIČENÍ JAKO ZÁKLAD TRÉNINKU PARAVOLTIŽE Jana Sklenaříková.....	49
3.1 Hiporehabilitace	50
3.2 Paravoltiž.....	51
3.3 Tréninková jednotka paravoltiže	55

3.4	Diskuse	67
3.5	Shrnutí	68
4	VÝBĚR OPTIMÁLNÍHO TRÉNINKU U NESPORTOVců NA ZÁKLADĚ METABOLICKÉ ODEZVY Eva Urbánková	69
4.1	Metodika	69
4.2	Vyhodnocení analýzy dat, shrnutí	109
4.3	Diskuse	109
5	ANALÝZA INTENZITY POHYBOVÉHO ZAŤAŽENIA PODĽA HRÁČSKÝCH FUNKCIÍ V BASKETBALOVOM ZÁPASE Tomáš Vencúrik	110
5.1	Cieľ	112
5.2	Metodika	112
5.3	Výsledky a diskusia	116
5.4	Zhrnutie	130
6	TECHNICKÉ A TAKTICKÉ ASPEKTY OLYMPIJSKÉHO WINDSURFINGU Vladimír Psalman, Petr Kučera	133
6.1	Vývoj olympijských tříd windsurfingu	134
6.2	Současné třídy závodního windsurfingu	136
6.3	Systém kvalifikace na OH	137
6.4	Kritéria pro zařazení do reprezentačního družstva (RD)	138
6.5	Technické aspekty olympijského windsurfingu	139
6.6	Sestavení kompletu	142
6.7	Taktické aspekty olympijského windsurfingu	146

6.8	Závodní okruh	148
6.9	Shrnutí	158
7	ZÁVĚR.....	160
8	SUMMARY	161
	VĚCNÝ REJSTŘÍK	162
	SEZNAM LITERATURY	166

OBSAH

ÚVOD	6
1 SOUČASNÝ STAV ROZVOJE A POTENCIÁL VYUŽITÍ RESORTŮ EXTRÉMNÍCH CYKLISTICKÝCH DISCIPLÍN NA ÚZEMÍ ČR Sylva Hřebíčková, Lukáš Zelený	8
1.1 Stav dosavadních poznatků.....	8
1.2 Cíl.....	16
1.3 Metodika	16
1.4 Výsledky a diskuse	18
1.5 Shrnutí.....	22
2 FUNKČNÍ MATERIÁLY A JEJICH VLIV NA TEPELNÝ KOMFORT SPORTOVCE Pavla Kouřilová	28
2.1 Metodika	34
2.2 Výsledky	44
2.3 Diskuse.....	46
2.4 Shrnutí.....	53
3 MONITOROVANIE SRDCOVEJ FREKVENCIE V TRÉNINGOVOM PROCESE MLADÝCH BASKETBALISTIEK SYSTÉMOM SUUNTO TEAM PACK Tomáš Vencúrik	55
3.1 Problém.....	58
3.2 Cieľ	58

3.3	Metodika	58
3.4	Výsledky a diskusia	62
3.5	Zhrnutie	74
4	ROZDIELNOSTI V STRELBE TRESTNÝCH HODOV VÍTAZNÝCH A PORAZENÝCH DRUŽSTIEV NA ME 2011 ŽIEN U16 V BASKETBALE Tomáš Vencúrik	76
4.1	Cieľ	78
4.2	Úlohy práce	79
4.3	Metodika	79
4.4	Výsledky a diskusia	81
4.5	Zhrnutie	94
5	BIOMECHANIKA CHŮZE PŘED A BIOMECHANIKA CHŮZE A BĚHU PO PŘETRŽENÍ ACHILLOVY ŠLACHY Daniel Jandačka, Jaroslav Uchytíl, David Zahradník, Roman Farana, Karel Foldyna a Joseph Hamill 95	
5.1	Metoda	97
5.2	Výsledky	106
5.3	Diskuse	108
5.4	Shrnutí	112
6	KVALITATIVNÍ ANALÝZA PŘESKOKŮ VE SPORTOVNÍ GYMNASTICE Tereza Kinclová, Roman Farana	114
6.1	Stav dosavadních poznatků	114
6.2	Cíl	116
6.3	Metodika	116

6.4	Diskuze	126
6.5	Shrnutí.....	127
7	ZÁVĚR	129
8	SUMMARY	131
	VĚCNÝ REJSTŘÍK.....	133
	SEZNAM LITERATURY	137

OBSAH

ÚVOD	6
1 STRUKTURA SPORTOVNÍHO VÝKONU VYBRANÝCH SPORTOVNÍCH HER Miriam Kalichová	8
1.1 Struktura sportovního výkonu ve fotbale	10
1.3 Struktura sportovního výkonu v ledním hokeji	14
1.3. Struktura sportovního výkonu v basketbale	17
1.4. Struktura sportovního výkonu ve volejbale	21
2 PODMIENENOSŤ HOKEJOVAJ VÝKONNOSTI KONŠTITUČNÝMI TYPMI Milan Turek, Pavel Ružbarský, Martin Zvonarš	24
2.1 Problém	24
2.2 Cieľ	25
2.3 Metodika	25
2.4 Výsledky	31
2.5 Diskusia	33
2.6 Zhnutie	36
3 TECHNIKA STŘELBY V BASKETBALU Štěpán Vrubl	37
3.1 Střelba v basketbalu	38
3.2 Typy střelby	39
3.3 Technika střelby	41
3.4 Fáze basketbalové střelby	42

3.5	Analýza strelby a efektivita různých způsobů zastavení	46
3.6	Shrnutí	48
4	ÚČINNOST' PRECHODOVÝCH FÁZ V ŽENSKOM BASKETBALE Tomáš Vencúrik, Tomáš Kačmárik, Peter Mačura.....	50
4.1	Cieľ	52
4.2	Metodika	53
4.3	Výsledky a diskusia	54
4.4	Zhrnutie.....	62
5	HODNOTENIE INTENZITY POHYBOVÉHO ZAŤAŽENIA V TRÉNINGOVOM PROCESE BASKETBALISTIEK KATEGÓRIE U14 Tomáš Vencúrik.....	64
5.1	Cieľ	67
5.2	Metodika	67
5.3	Výsledky a diskusia	69
5.4	Zhrnutie.....	77
6	VLIV HERNÍCH DĚJŮ V RÁMCI ROZEHRY NA VÝSLEDEK SETU VE VOLEJBALE Jindřich Pavlík	79
6.1	Cíl práce	81
6.2	Výzkumný soubor.....	82
6.3	Metodika	82
6.4	Výsledky	86
6.5	Diskuse.....	101
6.6	Shrnutí	102

7 VLIV UTKÁNÍ NA DYNAMIKU SUBJEKTIVNÍCH PROŽITKŮ A
STAVŮ FOTBALOVÝCH ROZHODČÍCH Jiří Voborný, Tomáš Zeman

104

7.1	Popis zkoumaného souboru	105
7.2	Použité metody	109
7.3	Výsledky práce a diskuse.....	114
7.4	Shrnutí	131
8	ZÁVĚR.....	133
9	SUMMARY	135
	SEZNAM LITERATURY	137
	VĚCNÝ REJSTŘÍK	172

OBSAH

ÚVOD.....	6
1 Vliv pohybové aktivity na tělesnou hmotnost Jana Juříková, Martina Šitinová.....	8
1.1 Výživa a její význam pro lidské zdraví	10
1.2 Trendy spotřeby potravin obyvatelstva České republiky	11
1.3 Životní styl a fyzická aktivita lidské populace	13
1.4 Význam výživy	16
1.5 Výživa a duševní činnost	17
1.6 Význam fyzické aktivity	18
1.7 Materiál a metodika	20
1.8 Výsledky a diskuse	26
1.9 Shrnutí	37
2 POROVNÁNÍ HODNOT IN-BODY MUŽŮ A ŽEN PO 3MĚSÍČNÍM SILOVĚ – KONDIČNÍM TRÉNINKU Petra Slámová	39
2.1 Tréninková jednotka	41
2.2 Složení těla – poměr	48
2.3 Výzkumný soubor a metody	54
2.4 Výsledky – Porovnání hodnot.....	54
2.5 Shrnutí.....	61

3	APLIKACE FUNKČNÍHO AUSTRALSKÉHO TRÉNINKU (FAT) NA HRÁČÍCH HOKEJE HC MOUNTFIELD Petr Požárek, Radek Vobr, Petr Bahenský	63
3.1	Cíl.....	72
3.2	Metodika	72
3.3	Výsledky	73
3.4	Diskuse.....	77
3.5	Shrnutí.....	79
4	UPLATNĚNÍ AKTIVIZAČNÍCH METOD VE VÝUCE TĚLESNÉ VÝCHOVY NA ZÁKLADNÍCH ŠKOLÁCH Lenka Přikrylová.....	80
4.1	Problém	82
4.2	Metodika	83
4.3	Výsledky a diskuse	83
4.4	Shrnutí.....	98
5	ROZDIELNOSTI V INTENZITE HERNÉHO ZATAŽENIA MEDZI BASKETBALISTKAMI VEKOVEJ KATEGÓRIE ŽIEN A U19 Tomáš Vencúrik	99
5.1	Cieľ	101
5.2	Metodika	101
5.3	Výsledky	104
5.4	Diskusie	110
5.5	Shrnutí.....	112

6	ROZVOJ AGILITY V PRÍPRAVNOM OBDOBÍ ROČNÉHO TRÉNINGOVÉHO CYKLU U MLADÝCH BASKETBALISTIEK	
	Tomáš Vencúrik.....	113
6.1	Cieľ	117
6.2	Metodika	117
6.3	Výsledky a diskusia	124
6.4	Shrnutí.....	128
7	ZÁVĚR.....	129
8	SUMMARY	131
	SEZNAM LITERATURY	133
	VĚCNÝ REJSTŘÍK	154