

ÚVOD	6
1 POHYBOVÉ AKTIVITY – NEDÍLNÁ SOUČÁST AKTIVNÍHO ZPŮSOBU ŽIVOTA Aleš Sekot.....	8
1.1 Sportovně pohybové aktivity jako sociologický fenomén.....	8
1.2 Co společnost očekává od sportovně pohybových aktivit?	55
1.3 Shrnutí.....	56
2 POHYBOVÉ A VOLNOČASOVÉ AKTIVITY ŽÁKŮ ZÁKLADNÍ ŠKOLY Hana Klimtová, Roman Vala, Marie Valová	62
2.1 Cíl a úkoly studie	63
2.2 Metodika	64
2.3 Výsledky a diskuse	66
2.4 Shrnutí.....	78
3 VLIV ÚČINKŮ VYBRANÝCH MANIPULAČNÍCH CVIČENÍ NA DOVEDNOST MANIPULACE S MÍČEM V INTEGROVANÉM ZPŮSOBU VÝUKY SPORTOVNÍCH HER David Zahradník, Petr Čegan	80
3.1 Problém.....	80
3.2 Cíle a hypotézy	81
3.3 Metoda	81
3.4 Popis experimentu.....	82
3.5 Protokol.....	82
3.6 Výsledky a diskuse	85

3.7	Shrnutí pro teorii	87
3.8	Shrnutí pro praxi	88
4	VYUŽITÍ SVALOVÉHO DYNAMOMETRU PŘI KOREKCI SVALOVÝCH DYSBALANCÍ V OBLASTI HLUBOKÉHO STABILIZAČNÍHO SYSTÉMU PÁTEŘE Renata Malátová	90
4.2	Cíl práce	97
4.3	Metodika	98
4.4	Výsledky	99
4.5	Statistické vyhodnocení	102
4.6	Diskuse a shrnutí	105
5	RUČNÍ DYNAMOMETRIE U ÚČASTNÍKŮ MISTROVSTVÍ ČR V BOXU V ROCE 2010 Martina Bernarciková, Jana Juranová	108
5.2	Metodika	110
5.3	Výsledky a diskuse	112
5.4	Shrnutí	121
6	VĚK VRCHOLNÉ VÝKONNOSTI V BĚHU NA LYŽÍCH Radek Vobr	123
6.4	Metody práce	124
6.3	Zkoumaný soubor	125
6.4	Vědecké otázky	125
6.5	Výsledky a diskuse	126
6.6	Shrnutí	131

7. POROVNÁNÍ MLÁDEŽNICKÝCH FOTBALOVÝCH TÝMŮ POMOCÍ UNIFIT-TEST 6-60 U VĚKOVÉ KATEGORIE U11	Petr Požárek, Lukáš Bláža, Kristýna Grégrová.....	134
7.1	Metodika	135
7.2	Výsledky	139
7.3	Diskuse.....	140
7.4	Shrnutí.....	142
8. KOMPARACE VYBRANÝCH PARAMETRŮ TĚLESNÉHO SLOŽENÍ U PRVOLIGOVÝCH A DRUHOLIGOVÝCH FOTBALISTŮ ČESKÉ REPUBLIKY	Richard Adamík, Jan Cacek	143
8.1	Cíl práce	144
8.2	Soubor a metodika	144
8.3	Výsledky	148
8.4	Diskuse a shrnutí.....	149
ZÁVĚR		170
SUMMARY		173
VĚCNÝ REJSTŘÍK		176
SEZNAM LITERATURY		179

OBSAH

ÚVOD.....	5
1 VÝZKUM MOTORICKÉ VÝKONNOSTI POPULACE Martin Zvonař.....	8
1.1 Vývoj motorické výkonnosti dospělé populace.....	8
1.2 Cíl výzkumu.....	9
1.3 Použité metody	9
1.4 Skok z místa.....	11
1.5 Reaktometrie.....	12
1.6 Dynamometrie	13
1.7 Chůze na 2 km	14
1.8 Hluboký předklon	15
1.9 Rovnováha na kladince.....	16
1.10 Sed-leh	17
1.11 Shrnutí.....	18
2 ZMĚNY VŠEOBECNÉ POHYBOVÉ VÝKONNOSTI STUDENTŮ A STUDENTEK AKADEMIE POLICEJNÍHO SBORU V BRATISLAVĚ Jaromír Sedláček, Pavel Jankovský, Martin Zvonař	21
2.1 Cíl.....	22
2.2 Metodika	22
2.3 Výsledky a diskuse	25
2.4 Shrnutí.....	48

3	VÝZKUMY FAKTORŮ OVLIVŇUJÍCÍCH POHYBOVOU AKTIVITU	Jana Juříková, Eva Novotná	49
3.1	Průzkum pohybové aktivity u seniorů s diagnostikovanou hypertenzí		49
4	VLIV POSTOJŮ K VYKONÁVÁNÍ POHYBOVÝCH AKTIVIT NA TĚLESNOU ZDATNOST STUDENTŮ VYSOKÝCH ŠKOL	Jaromír Sedláček, Martin Zvonař, Ľubica Pistlová	68
5	POSTURA VE VZTAHU K TĚLESNÉ ZDATNOSTI STUDENTŮ UNIVERZITY	Alena Cepková , Martin Zvonař	93
6	SOMATOMETRIE V ANTROPOMOTORICKÝCH VÝZKUMECH	Dušan Hupka	103
6.1	Morfometrické metody měření ruky a jejich využití ve sportovní přípravě		103
7	DIAGNOSTIKA KOORDINAČNÍCH SCHOPNOSTÍ	Jozef Baláž, Igor Duvač, Vladimír Psalman, Martin Zvonař	118
7.1	Testování rovnovhových schopností 10-13letých tenistů		118
8	DIAGNOSTIKA TĚLESNÉ ZÁTĚŽE	Roman Vala, Martina Litschmannová, Marie Valová	135
8.1	Analýza intenzity zatížení hráčů v mistrovském utkání basketbalu – případová studie		135
9	ZÁVĚR		149
10	SUMMARY		150
	SEZNAM LITERATURY		152
	VĚCNÝ REJSTŘÍK		163

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 VLIV POHYBOVÉ AKTIVITY ŽEN NA ZOTAVENÍ SRDEČNÍ FREKVENCE 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 VLIV INTERVENČNÍHO PROGRAMU SENIOR-FITNESS NA ROVNOVÁHOVÉ A REAKČNÍ SCHOPNOSTI U STARŠÍCH OSOB: PŘEDBĚŽNÉ VÝSLEDKY Lenka Nejdlá, 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- PŘÍPADOVÁ 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