

## **ABSTRAKT**

**Název bakalářské práce:** Hodnocení rychlostních parametrů u poloprofesionálních fotbalistů

**Zpracoval:** Jan Havránek

**Vedoucí bakalářské práce:** doc. PhDr. Mgr. Aleš Kaplan, MBA, Ph.D.

**Cíle práce:** Cílem této práce je monitorování a následná interpretace výsledků testů zaměřených na rychlostní schopností u vybraného souboru poloprofesionální fotbalistů.

**Metodika práce:** Testování rychlostních parametrů bylo prováděno u poloprofesionálních fotbalistů, kteří hrají ČFL, tedy 3.českou ligu. Samotné hodnocení bylo vytvořeno z výsledků šesti jednoduchých testů. Šlo o tři testy na lineární rychlost: sprint na 5 m, 10 m, 20 m. Dva testy na agility: k-test a 505. A poslední test na explozivní sílu dolních končetin: vertikální výskok. Výsledková část je pak rozdělena na dvě kapitoly. První porovnává výsledky pretestu a postestu. Druhá se zaměřuje na hodnocení rychlostních schopností z hlediska hráčských pozic.

**Výsledky práce:** Při komparaci výsledků mezi pretestem a postestem nedošlo k žádným signifikantně velkým rozdílům, dle kterých bychom mohli říci, že díky testování došlo k rozvoji rychlostních schopností. Z druhé části výsledků bylo zjištěno, že nejrychlejší hráči z oblasti lineární rychlosti se u poloprofesionálních hráčů nacházejí v hráčské pozici krajních obránců. Naopak u testů na agility, nejlepších výsledků dosahovali z hlediska hráčské pozice střední záložníci.

**Klíčová slova:** fotbal, testování, poloprofesionální hráči, rychlost