

Abstrakt

Název: Vliv vybraných cviků ze systému jógy na výkon ve střelecké disciplíně VzPi.

Cíle: Cílem této práce je posouzení, zda vybrané cviky ze systému jógy nějakým způsobem ovlivní kvalitu střelby.

Metody: V teoretické části diplomové práce bylo využito: analýzy dostupných odborných publikací, periodik, internetových zdrojů, rešerše těchto studijních pramenů a jejich následná kompilace. V empirické části bylo využito kvaziexperimentální studie. Práce pomocí párového t – testu ověřuje vliv vybraných jógových cvičení na přesnost střelby ve vybrané disciplíně vzduchová pistole.

Výsledky: Výsledky výzkumu jsou znázorněny pomocí tabulek a sloupcových grafů. Výsledky vykazují, že konkrétní jógové cviky s časovým intervalem zvoleným pro tento výzkum nemají zásadní vliv na přesnost ve sportovní střelbě, disciplíně Vzduchová pistole.

Klíčová slova: Jóga, sportovní střelba, přesnost