

KATEDRA TĚLESNÉ VÝCHOVY PEDF UK

ZADÁNÍ ZÁVĚREČNÉ PRÁCE

(PLATNE OD 30. 10. 2022)

Název práce: Srovnání přípravného období fotbalistek AC Sparta Praha B a FK Teplice z hlediska kondičních složek

Název práce v angličtině: Comparison of the preparation period of female football players of AC Sparta Praha B and FK Teplice in terms of fitness components

Typ práce (BP/DP): Bakalářská práce

Jméno diplomanta: Adéla Motyčková

Vedoucí práce: PaedDr. Ladislav Pokorný

Klíčová slova: ženský fotbal, kondiční trénink, Sparta, Teplice

Klíčová slova v angličtině: women's football, fitness training, Sparta, Teplice

Stručná anotace (jaký je problém, co práce chce zjišťovat, jaký je cíl...): Zmapovat kondiční stránku přípravného období v ženském fotbale a jeho specifika. Cílem práce je zjistit, jak vypadá přípravné období obou ženských týmů a podle průběžného testování hráček vyhodnotit, zda-li byla příprava dobře připravena a jestli se týmy z hlediska různých parametrů zlepšují - případně bych podle odborné literatury mohla navrhnout určité změny v přípravě, které by její efektivitu mohly vylepšit a inspirovat i další trenéry ženského fotbalu.

Navržená metodologie (jaká metoda/y bude použita ke sběru dat, jaký je výzkumný soubor, jak bude statisticky zpracováno):

- Typ výzkumu: kvantitativní
- Metody sběru dat (testy, dotazníky, měření... - konkrétně jaké): praktická data z tréninkových jednotek, plán přípravy, měření pomocí yoyo testu, rychlostní testy, silové a koordinační
- Výzkumný soubor (kolik zkoumaných osob, z jakého regionu/oddílu, věkové a genderové rozvržení...): 30-40 zkoumaných osob z oddílů AC Sparta Praha a FK Teplice, zkoumané osoby jsou ženy ve věkovém rozmezí 16-30 let

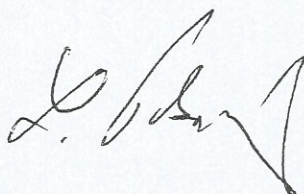
- Metody zpracování dat (četnost výskytu; srovnání/významnost rozdílů; vyhodnocení vzájemných vztahů mezi sledovanými proměnnými...): průměr, směrodatná odchylka, variační rozpětí, modus, medián

Předběžný časový harmonogram:

Seznam odborné literatury (včetně zahraniční - pro BP min. 2, pro DP min. 4):

1. PSOTTA, R., a kol. Fotbal - kondiční trénink. 2006, Praha: Grada Publishing. 220 s. ISBN 80-247-0821-3.
2. DOVALIL, J. a kol. Výkon a trénink ve sportu. Praha: Olympia a.s. 2002, 2005, 2009. ISBN 978-80-7376-130-1.
3. VLASÁKOVÁ, N. Žena a sport III. Zvláštnosti kondiční a psychologické přípravy žen ve sportu. Praha: ČOV, 2001.
4. PERIČ, Tomáš a Josef DOVALIL. Sportovní trénink. 1. vyd. Praha: Grada, 2010. Fitness, síla, kondice. ISBN 978-80-247-2118-7

Podpis vedoucího práce:



Vyjádření Etické komise Katedry tělesné výchovy Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy

Složení komise:

Předsedkyně: prof. PhDr. Soňa Jandová, Ph.D.

Členové: PeadDr. Jana Hájková; PhDr. Martin Dlouhý, Ph.D.; prof. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D.

Projekt práce byl schválen Etickou komisí KTV PedF UK pod jednacím číslem:5...../20...23

dne: 24. 10. 2023

Podpis garanta studijního programu:





Informovaný souhlas

Informace o účastníkovi

Jméno a příjmení: TEREZA KOUBOVÁ

Datum narození: 4.5.1992

Adresy trvalého bydliště: DĚLNICKÁ 240, DOLNÍ BĚŘANY 252 47

Doručovací adresa (pokud se liší od adresy trvalého bydliště):

Telefon: 728 324 325

Email:

Informace o výzkumu:

Cílem výzkumu je porovnání kondiční přípravy hráček v rámci zimního přípravného období týmů AC Sparta Praha a FK Teplice. Porovnání bude provedeno pomocí analýzy tréninkových plánů a vstupním/výstupním měřením úrovně kondičních schopností hráček. Samotné měření zahrnuje Yoyo Intermittent Recovery Test 1, který je určen pro mládežnické, ženské či amatérské týmy. Vstupní i výstupní měření se uskuteční na umělé trávě na TCM Strahov (AC Sparta Praha) a na hřišti ZŠ Edisonova (FK Teplice) na začátku a na konci zimní přípravy vždy během jedné tréninkové jednotky. Časová náročnost testu je přibližně 15-20 minut. Před zahájením měření budou hráčky řádně rozcvičeny kondičním trenérem daných týmů. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu.

Analýza tréninkových plánů a naměřená data z testování budou zpracována, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v bakalářské práci. Výsledky výzkumu mohou trenéři využít k ověření úrovně kondičních schopností hráček a případně ke zdokonalení či individualizaci tréninkového makrocyklu.

Prohlášení:

Já níže podepsaný/podepsaná souhlasím s mou účastí ve studii (popřípadě svého dítěte). Byl/a jsem seznámen/a s cíli daného výzkumu. Jsem si vědom/a, že kdykoliv v průběhu studie můžu svou účast přerušit, či ukončit. Moje účast ve studii je dobrovolná.

Byl/a jsem srozuměn/a s tím, že veškerá mnou poskytnutá data poskytnu nenárokově, není-li uvedeno jinak.

Souhlasím se zveřejněním anonymních dat a s jejich dalším využitím. Jsem seznámen/a se svými právy, týkajícími se přístupu k informacím o výzkumu a o ochraně osobních údajů. Dále jsem seznámen/a že se mé jméno nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii.

Výše uvedená svolení a souhlasy poskytnu dobrovolně na dobu neurčitou až do odvolání a zavazuji se je neodvolat bez závažného důvodu.



PEDAGOGICKÁ FAKULTA
Katedra tělesné výchovy
Univerzita Karlova

v PRAZE dne 19.1 2024

Podpis účastníka

[Handwritten signature]

Podpis autora výzkumu

[Handwritten signature]



Informovaný souhlas

Informace o účastníkovi

Jméno a příjmení: MARKÉTA VLASTNÍKOVÁ

Datum narození: 1.6.1988

Adresy trvalého bydliště: NAM. REPUBLIKY 18/7, 419 01 DUCHCOV

Doručovací adresa (pokud se liší od adresy trvalého bydliště):

Telefon: +420 602 410 174

Email: vlastnikova.marketa@email.cz

Informace o výzkumu:

Cílem výzkumu je porovnání kondiční přípravy hráček v rámci zimního přípravného období týmů AC Sparta Praha a FK Teplice. Porovnání bude provedeno pomocí analýzy tréninkových plánů a vstupním/výstupním měřením úrovně kondičních schopností hráček. Samotné měření zahrnuje Yoyo Intermittent Recovery Test 1, který je určen pro mládežnické, ženské či amatérské týmy. Vstupní i výstupní měření se uskuteční na umělé trávě na TCM Strahov (AC Sparta Praha) a na hřišti ZŠ Edisonova (FK Teplice) na začátku a na konci zimní přípravy vždy během jedné tréninkové jednotky. Časová náročnost testu je přibližně 15-20 minut. Před zahájením měření budou hráčky řádně rozcvičeny kondičním trenérem daných týmů. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika u testování prováděných v rámci tohoto typu výzkumu.

Analýza tréninkových plánů a naměřená data z testování budou zpracována, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v bakalářské práci. Výsledky výzkumu mohou trenéři využít k ověření úrovně kondičních schopností hráček a případně ke zdokonalení či individualizaci tréninkového makrocyklu.

Prohlášení:

Já níže podepsaný/podepsaná souhlasím s mou účastí ve studii (popřípadě svého dítěte). Byl/a jsem seznámen/a s cíli daného výzkumu. Jsem si vědom/a, že kdykoliv v průběhu studie můžu svou účast přerušit, či ukončit. Moje účast ve studii je dobrovolná.

Byl/a jsem srozuměn/a s tím, že veškerá mnou poskytnutá data poskytuji nenárokově, není-li uvedeno jinak.

Souhlasím se zveřejněním anonymních dat a s jejich dalším využitím. Jsem seznámen/a se svými právy, týkajícími se přístupu k informacím o výzkumu a o ochraně osobních údajů. Dále jsem seznámen/a že se mé jméno nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii.

Výše uvedená svolení a souhlasy poskytuji dobrovolně na dobu neurčitou až do odvolání a zavazuji se je neodvolat bez závažného důvodu.



PEDAGOGICKÁ FAKULTA
Katedra tělesné výchovy
Univerzita Karlova

v TEPLICE 5.1.2024
..... dne

Podpis účastníka

Podpis autora výzkumu