

## **Abstrakt**

**Autor:** Martin Procházka

**Název:** Objektivizace a rozdíly úrovně vybraných silových a rychlostních schopností u mladých elitních fotbalových hráčů

**Cíl:** Hlavním cílem této bakalářské práce je objektivizovat a porovnat vybrané silové a rychlostní schopnosti u mladých elitních fotbalových hráčů kategorie U16 v klubu AC Sparta Praha. Dílčím cílem této práce je porovnání výsledků v rámci testované skupiny hráčů a celkové porovnání naměřených dat.

**Metody:** Výzkumný soubor byl složen z 21 hráčů. Laboratorní testování obsahovalo diagnostiku tělesného složení, měření svalové síly stehenních svalů a testování explozivní síly dolních končetin. Terénní testování obsahovalo test běžecké akcelerační rychlosti na 5 m, 10 m a 30 m, agility 5-0-5 test a test maximální běžecké lineární rychlosti na 20 m letmo.

**Výsledky:** V analýze hráčů byly zaznamenány výrazné rozdíly v síle předních a zadních stehenních svalů. V testech explozivní síly dolních končetin excelovali brankáři. Při měření akcelerační rychlosti útočníci dosahovali nejlepších časů, zatímco obránci vykazují pomalejší výsledky. Celkově lze konstatovat výraznou variabilitu v pohybových schopnostech hráčů v závislosti na jejich pozicích na hřišti.

**Závěr:** Cílem naší bakalářské práce bylo objektivizovat a porovnat silové a rychlostní schopnosti mladých elitních fotbalových hráčů kategorie U16 v klubu AC Sparta Praha. Chtěli jsme získat ucelený pohled na fyzický vývoj hráčů a identifikovat možné spojitosti mezi silovými a rychlostními schopnostmi.

**Klíčová slova:** fotbal, sportovní výkon, diagnostika, identifikace talentu