

OBSAH

Úvod	7
I. ÚLOHA ZÁTĚŽOVÉ FUNKČNÍ DIAGNOSTIKY VE SPORTU	11
1. Historie zátěžové funkční diagnostiky ve sportu	13
2. Historie zátěžové funkční diagnostiky v bývalém Československu	16
3. Význam zátěžové funkční diagnostiky ve sportu	20
II. OBECNÉ ZÁSADY ZÁTĚŽOVÉ FUNKČNÍ DIAGNOSTIKY	25
4. Indikace zátěžové funkční diagnostiky ve sportu	27
5. Volba zátěžových testů dle různých kritérií a hledisek	32
6. Specificita a ekologie zátěžových testů	38
III. METODICKÉ ASPEKTY ZÁTĚŽOVÝCH TESTŮ	41
7. Spiroergometrie – test VO_2 max	43
7.1 Test VO_2 max – zátěžový protokol	44
7.2 Test VO_2 max – výstupy a hodnocené parametry	48
8. Zátěžové protokoly anaerobních testů	52
8.1 Wingate test dolních končetin	55
8.2 Wingate test horních končetin	62
8.3 Test F-v, síla-rychlost (respektive odpor-rychlost)	66
8.4 Boscův test opakovaných výskoků	73
8.5 Anaerobní testy na běhacím koberci	77
8.6 Intermitentní anaerobní testy	80
IV. PŘÍKLADY VYUŽITÍ ZÁTĚŽOVÉ FUNKČNÍ DIAGNOSTIKY V RŮZNÝCH SPORTECH	87
9. Atletické běhy	89
10. Badminton	102
11. Basketbal	112
12. Cyklistika	121
13. Fotbal	129
14. Judo	142
15. Kanoistika	150
16. Karate	165
17. Krasobruslení	171
18. Lední hokej	182
19. Lyžování – alpské disciplíny	194
20. Lyžování – běh	201
21. Orientační běh	211
22. Plavání	217

23. Sportovní gymnastika	230
24. Squash	243
25. Stolní tenis	251
26. Taekwondo	260
27. Tenis	276
28. Volejbal	286
29. Zápas	294
Souhrn	304
Summary	306