

Témy bakalárskych prác

pre akademický rok 2025/2026

*Študijný program: špeciálna pohybová príprava
v bezpečnostných zložkách*

Školiteľ (vedúci práce) – pedagóg:

prof. Mgr. Wojciech Czarny, PhD.

- **Variabilita pohybových schopností detí trénujúcich karate vo veku 10–13 rokov**

Cieľom bakalárskej práce je zistiť a analyzovať úroveň variability vybraných pohybových schopností detí vo veku 10–13 rokov, ktoré sa pravidelne venujú tréningu karate. Práca sa zameria na hodnotenie rozvoja pohybových schopností v závislosti od dĺžky športovej praxe a veku cvičencov. Údaje budú získané prostredníctvom štandardizovaných motorických testov a vyhodnotené s ohľadom na individuálne rozdiely v pohybovej výkonnosti.
Typ práce: prieskumná.

- **Somatická štruktúra a pohybová výkonnosť chlapcov v puberte v závislosti od typu športovej prípravy**

Bakalárska práca je zameraná na porovnanie telesnej stavby a úrovne pohybovej výkonnosti chlapcov v období puberty, ktorí sa venujú rôznym formám športovej prípravy. Cieľom je identifikovať špecifiká telesného rozvoja a pohybovej výkonnosti v závislosti od typu športu a charakteru tréningovej záťaže. Výskum bude realizovaný prostredníctvom antropometrických meraní a motorických testov vybraných pohybových schopností v športových kluboch.
Typ práce: prieskumná.

- **Zmeny vybraných znakov somatickej štruktúry a pohybových schopností zápasníkov počas prípravného obdobia**

Cieľom práce je zhodnotiť zmeny telesnej štruktúry a úrovne pohybových schopností zápasníkov počas prípravného tréningového obdobia. Študent bude sledovať zmeny telesnej hmotnosti, somatických parametrov a vybraných motorických schopností v priebehu stanoveného tréningového cyklu. Diagnostika bude realizovaná prostredníctvom antropometrických meraní a motorických testov uskutočnených v tréningových podmienkach. Výsledky umožnia posúdiť efekt systematického športového tréningu. *Typ práce: prieskumná.*

- **Výživa a doplnky výživy ako faktor rozvoja pohybovej výkonnosti profesionálneho vojaka**

Bakalárska práca sa zameriava na spracovanie metodických odporúčaní pre výživu a doplnkovú suplementáciu profesionálnych vojakov s cieľom podporiť ich pohybovú výkonnosť, regeneráciu a odolnosť voči fyzickému zaťaženiu. Práca vychádza z poznatkov vojenskej fyziológie, športovej výživy a tréningových zásad. Výstupom bude metodický návrh výživových odporúčaní a modelových jedálničkov podľa typu služby a charakteru zaťaženia. *Typ práce: metodická.*

- **Analýza pohybovej výkonnosti príslušníkov policajných zložiek v rámci profesionálnej prípravy**

Cieľom bakalárskej práce je analyzovať úroveň pohybovej výkonnosti príslušníkov policajných zložiek počas profesijnej prípravy. Práca sa zameria na diagnostiku vybraných kondičných ukazovateľov (sila, vytrvalosť, rýchlosť) a ich posúdenie vo vzťahu k požiadavkám fyzickej pripravenosti. Údaje budú získané prostredníctvom štandardizovaných motorických testov a vyhodnotené s cieľom identifikovať oblasti, ktoré si vyžadujú optimalizáciu tréningového procesu v prostredí bezpečnostných zložiek. *Typ práce:* prieskumná.

doc. PaedDr. Pavel Ružbarský, PhD., univer. prof.

- **Porovnanie pohybovej výkonnosti študentov programu špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách a učiteľstva telesnej výchovy na Fakulte športu PU v Prešove**

Cieľom bakalárskej práce je zistiť a porovnať úroveň všeobecnej pohybovej výkonnosti študentov dvoch študijných programov realizovaných na Fakulte športu PU v Prešove – Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách a Učiteľstvo telesnej výchovy. Diagnostika bude zameraná na vybrané motorické testy hodnotiace silu, rýchlosť, vytrvalosť a koordináciu. Výsledky umožnia porovnať pohybový profil oboch skupín študentov a poukázať na rozdiely vyplývajúce z obsahu študijných programov. *Typ práce:* prieskumná.

- **Porovnanie pohybovej výkonnosti študentov programu špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách a šport pre zdravie na Fakulte športu PU v Prešove**

Cieľom práce je zistiť a porovnať úroveň všeobecnej pohybovej výkonnosti študentov študijných programov Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách a Šport pre zdravie. Diagnostika bude realizovaná prostredníctvom štandardizovaných testov zameraných na základné motorické schopnosti. Výsledky prinesú poznatky o rozdieloch vo výkonnosti v závislosti od zamerania a obsahu študijných programov Fakulty športu PU. *Typ práce:* prieskumná.

- **Výskyt úrazov študentov programu špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách na Fakulte športu PU v Prešove**

Cieľom bakalárskej práce je zistiť výskyt, typy a okolnosti úrazov, ku ktorým dochádza počas štúdia v študijnom programe Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách. Údaje budú získané prostredníctvom dotazníkového šetrenia a následne analyzované podľa druhu pohybovej aktivity, pohlavia a závažnosti zranenia. Výsledky môžu prispieť k návrhu preventívnych opatrení v rámci výučby a tréningu. *Typ práce:* prieskumná.

- **Výskyt úrazov v tréningovom procese v úpolovom športe**

Cieľom práce je zistiť výskyt, typy a príčiny úrazov vo vybranom úpolovom športe (napr. judo, karate, zápasenie, kickbox). Zber údajov bude realizovaný prostredníctvom dotazníkového prieskumu alebo analýzy záznamov o zraneniach. Získané výsledky umožnia identifikovať najčastejšie rizikové situácie v tréningovom procese a navrhnúť preventívne opatrenia zamerané na bezpečnosť športovcov. *Typ práce:* prieskumná.

doc. PaedDr. Iveta Boržíková, PhD.

- **Miera agresivity budúcich príslušníkov bezpečnostných zložiek**

Cieľom bakalárskej práce je zistiť úroveň a štruktúru agresivity študentov študijného programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách. Úroveň agresivity bude diagnostikovaná pomocou medzinárodného šandardizovaného dotazníka BPAQ (Buss & Perry, 1992), ktorý analyzuje štyri faktory: fyzickú agresiu, verbálnu agresiu, hnev a hostilitu. Výsledky budú štatisticky vyhodnotené s cieľom posúdiť výskyt a intenzitu jednotlivých foriem agresivity v správaní a konaní budúcich príslušníkov bezpečnostných zložiek a identifikovať možné rozdiely podľa pohlavia, ročníka alebo športovej špecializácie. *Typ práce:* prieskumná.

doc. PaedDr. Tomáš Perič, Ph.D.

- **Problematika rozvoja silových a rýchlostne silových schopností v bezpečnostných zložkách**

Cieľom bakalárskej práce je analyzovať špecifiká rozvoja silových a rýchlostno-silových schopností v bezpečnostných zložkách a navrhnúť metodický program špeciálneho silového rozvoja. Práca sa zameriava na výber vhodných tréningových metód, prostriedkov a foriem s prihliadnutím na profesijné požiadavky jednotlivých zložiek. Výstupom bude návrh tréningového modelu, ktorý umožní efektívnu aplikáciu princípov silovej a rýchlostno-silovej prípravy v podmienkach bezpečnostných zložiek. *Typ práce:* metodická.

- **Problematika rozvoja vytrvalostných a silovo vytrvalostných schopností v bezpečnostných zložkách**

Bakalárska práca sa zameriava na špecifiká rozvoja vytrvalostných a silovo-vytrvalostných schopností v bezpečnostných zložkách. Cieľom je pripraviť metodický program špeciálneho vytrvalostného rozvoja s dôrazom na efektívne tréningové metódy, prostriedky a formy, ktoré podporujú fyzickú pripravenosť a odolnosť voči dlhodobému zaťaženiu. Výstupom bude tréningový model aplikovateľný v praxi bezpečnostných zložiek. *Typ práce:* metodická.

- **Aký je vzťah úrovne nešpecifických koordinačných a rýchlostne koordinačných schopností k výkonu na špecifických koordinačných dráhach?**

Cieľom práce je analyzovať špecifiká rozvoja koordinačných a rýchlostno-koordinačných schopností v bezpečnostných zložkách a posúdiť ich vzťah k výkonu na špecifických koordinačných dráhach (napr. CISM obstacle course). Študent navrhne metodický program rozvoja koordinačných schopností prostredníctvom vhodných cvičení, metód a foriem. Výstupom bude tréningový model umožňujúci efektívne zlepšenie koordinačnej pripravenosti pre potreby bezpečnostných zložiek. *Typ práce:* metodická.

- **Aký vzťah má špecifický športový tréning pre úroveň celkovej nešpecifickej zdatnosti?**

Cieľom bakalárskej práce je posúdiť úroveň všeobecnej zdatnosti športovcov z rôznych úpolových športov (napr. box, karate, judo) a určiť, ktorá športová špecializácia vytvára najlepšie predpoklady pre nešpecifický rozvoj zdatnosti požadovanej v bezpečnostných zložkách. Diagnostika bude realizovaná prostredníctvom šandardizovaných motorických testov hodnotiacich silu, rýchlosť, vytrvalosť a koordináciu. Výsledky poskytnú podklady pre identifikáciu vhodných športových základov pre prípravu príslušníkov bezpečnostných zložiek. *Typ práce:* prieskumná.

Mgr. Pavol Čech, PhD., univer. doc.

- **Zmeny silových charakteristík vplyvom realizácie úpolových cvičení**

Cieľom bakalárskej práce je zhodnotiť zmeny silových charakteristík po realizácii intervencie založenej na cvičeniach úpolového charakteru. Študent zabezpečí a zrealizuje merania svalovej sily pred a po ukončení stanoveného obdobia (napr. jeden semester) u skupiny študentov absolvujúcich organizovanú formu tréningu. Diagnostika bude vykonaná pomocou izokinetickej dynamometrie doplnenej o vybrané motorické testy, ktoré umožnia komplexné zhodnotenie efektu úpolových cvičení na rozvoj sily. *Typ práce:* experimentálna.

- **Úroveň indikátorov pohybovej výkonnosti bezpečnostných zložiek**

Cieľom práce je zistiť a analyzovať úroveň vybraných indikátorov všeobecnej pohybovej výkonnosti u príslušníkov bezpečnostných zložiek. Diagnostika bude realizovaná prostredníctvom štandardizovaných motorických testov zameraných na kondičné a koordinačné schopnosti. Získané údaje budú spracované metódami exploračnej a štatistickej analýzy dát, čo umožní identifikovať hlavné determinanty fyzickej pripravenosti v bezpečnostných profesiách. *Typ práce:* prieskumná.

- **Vzťahy medzi cirkadiánnou preferenciou a ukazovateľmi športovania bezpečnostných zložiek**

Cieľom bakalárskej práce je identifikovať vzťahy medzi cirkadiánnou preferenciou (chronotypom) a ukazovateľmi športovania u príslušníkov bezpečnostných zložiek. Úroveň cirkadiánnnej preferencie bude stanovená pomocou štandardizovaného dotazníka (napr. Morningness–Eveningness Questionnaire – MEQ), zatiaľ čo športové ukazovatele budú vyhodnotené na základe frekvencie, objemu a typu športovej aktivity. Výsledky budú analyzované pomocou kontingenčných tabuliek a korelačných analýz s cieľom odhaliť vzájomné súvislosti medzi denným rytmom a športovou aktivitou. *Typ práce:* prieskumná.

- **Variácie funkčného stavu v priebehu menštruačného cyklu u žien bezpečnostných zložiek**

Cieľom bakalárskej práce je zistiť zmeny funkčného stavu obehového systému v priebehu jednotlivých fáz menštruačného cyklu u žien pôsobiacich v bezpečnostných zložkách. Funkčný stav bude diagnostikovaný pomocou Ruffierovej skúšky vykonanej v určených fázach cyklu (folikulárna, ovulačná, luteálna). Získané údaje budú štatisticky spracované s cieľom porovnať funkčné reakcie organizmu v rôznych hormonálnych fázach a posúdiť ich význam pre fyzickú pripravenosť žien v bezpečnostných profesiách. *Typ práce:* prieskumná.

Mgr. Peter Kačúr, PhD., univer. doc.

- **Kognitívne schopnosti ako determinant športovej výkonnosti v bojových športoch**

Cieľom bakalárskej práce je analyzovať úroveň vybraných kognitívnych schopností – pozornosti, rýchlosti spracovania informácií a inteligencie – v prepojení na športovú výkonnosť športovcov v bojových športoch. Diagnostika kognitívnych schopností bude realizovaná pomocou systému Witty SEM a doplnená o ukazovatele športovej výkonnosti v tréningových a súťažných podmienkach. Výsledky budú analyzované v dlhšom časovom horizonte s cieľom zistiť vzťahy medzi úrovňou kognitívnych funkcií a športovou výkonnosťou. *Typ práce:* prieskumná.

- **Variabilita úrovne kognitívnych schopností v rôznej intenzite zaťaženia v bezpečnostných zložkách**

Cieľom bakalárskej práce je zistiť zmeny a variabilitu úrovne kognitívnych schopností po rôznych intenzitách fyzického zaťaženia (nízkej, strednej, submaximálnej a maximálnej) u príslušníkov bezpečnostných zložiek. Reakčné a kognitívne schopnosti budú diagnostikované pomocou systému Witty SEM pred záťažou a bezprostredne po nej. Výsledky umožnia posúdiť, ako rôzne úrovne fyzickej námahy ovplyvňujú kognitívny výkon a psychomotorickú efektivitu v podmienkach typických pre bezpečnostné zložky. *Typ práce:* experimentálna.

- **Využitie kurzov prežitia v rámci špecifickej prípravy príslušníkov bezpečnostných zložiek**

Cieľom bakalárskej práce je preskúmať a analyzovať využitie a možnosti implementácie špecifických kurzov prežitia zameraných na zvládanie extrémnych podmienok v rámci prípravy príslušníkov bezpečnostných zložiek. Študent porovná obsahové a organizačné zameranie týchto kurzov v tuzemskom a zahraničnom prostredí a zhodnotí ich prínos z hľadiska fyzickej, psychickej a tímovej pripravenosti účastníkov. Výstupom práce bude návrh modelového konceptu survival kurzu, ktorý reflektuje bezpečnostné štandardy, edukačné ciele a podmienky prípravy bezpečnostných zložiek. *Typ práce:* metodická.

Mgr. Marek Kokinda, PhD., univer. doc.

- **Uplatnenie metód silového tréningu v príprave úpolových športovcov**

Cieľom bakalárskej práce je analyzovať uplatňovanie rôznych metód silového tréningu v príprave úpolových športovcov (napr. judo, zápasenie, karate, kickbox). Práca sa zameria na identifikáciu najčastejšie používaných tréningových metód, prostriedkov a foriem rozvoja sily vo vzťahu k požiadavkám konkrétneho športu. Výsledky poskytnú prehľad o efektívnosti jednotlivých prístupov a ich vhodnosti pre špecifickú silovú prípravu v úpolových športoch. *Typ práce:* prieskumná.

- **Využitie metódy regulovaného prietoku krvi na končatinách v príprave na zápas v úpolovom šport**

Cieľom bakalárskej práce je analyzovať vplyv metódy regulovaného prietoku krvi (KAATSU metóda) na prípravu športovcov vo vybranom úpolovom športe. Práca sa zameria na možnosti aplikácie tejto metódy počas prípravného obdobia, jej vplyv na silovo-rýchlostné ukazovatele a subjektívne reakcie športovcov. Výsledky prispievajú k zhodnoteniu efektivity a bezpečnosti tejto formy tréningu v úpolových športoch. *Typ práce:* prieskumná.

- **Optimalizácia techniky posilňovacích cvičení s aplikáciou manžiet na reguláciu arteriálneho oklúzneho tlaku na končatinách**

Cieľom bakalárskej práce je overiť limity a technické špecifiká aplikácie manžiet na reguláciu prietoku krvi v horných a dolných končatinách pri vykonávaní vybraných posilňovacích cvičení. Práca sa zameria na posúdenie vplyvu oklúzneho tlaku na techniku pohybu, efektívnosť kontrakcie a subjektívnu náročnosť cvičenia. Výsledky umožnia optimalizovať metodiku tréningu s regulovanou cirkuláciou krvi s dôrazom na bezpečnosť a správne biomechanické prevedenie cvičení. *Typ práce:* experimentálna.

MUDr. Bibiana Vadašová, PhD., univer. doc.

- **Somatický profil, pohybový režim a funkčná zdatnosť študentiek študijného programu špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách**

Cieľom bakalárskej práce je zhodnotiť a porovnať úroveň funkčnej zdatnosti študentiek študijného programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách v súvislosti so somatickými parametrami a pohybovým režimom. Empirická časť bude zahŕňať antropometrické vyšetrenie (telesná výška, hmotnosť, obvod pásu, BMI, WHR, WHtR), testovanie funkčnej zdatnosti obehového systému pomocou Ruffierovej skúšky alebo step testu a dotazníkové šetrenie zamerané na charakter pohybovej aktivity. Výsledky budú štatisticky vyhodnotené s cieľom identifikovať súvislosti medzi somatickými ukazovateľmi, úrovňou zdatnosti a pohybovým režimom študentiek. *Typ práce:* prieskumná.

- **Vedomosti príslušníkov Policajného zboru SR o poskytovaní prvej pomoci**

Cieľom bakalárskej práce je zhodnotiť úroveň vedomostí príslušníkov Policajného zboru Slovenskej republiky o poskytovaní prvej pomoci pri život ohrozujúcich stavoch a úrazoch. Údaje budú získané prostredníctvom anonymného dotazníka zameraného na teoretické poznatky, praktické postupy a sebaistotu respondentov pri poskytovaní prvej pomoci. Výsledky budú spracované kvantitatívne a umožnia identifikovať oblasti, v ktorých je potrebné zlepšiť vzdelávanie a praktickú prípravu príslušníkov PZ SR. *Typ práce:* prieskumná.

Mgr. Dalibor Dzugas, PhD.

- **Telesné zloženie a pohybová výkonnosť záchranných zložiek SR**

Cieľom bakalárskej práce je diagnostikovať stav telesného zloženia a úroveň pohybovej výkonnosti príslušníkov vybraných záchranných zložiek Slovenskej republiky. Výskum bude zameraný na zistenie základných antropometrických ukazovateľov (telesná výška, hmotnosť, BMI, % telesného tuku, svalová hmota) a na testovanie pohybových schopností prostredníctvom štandardizovaných motorických testov. Výsledky umožnia porovnať úroveň telesnej pripravenosti medzi jednotlivými skupinami záchranných zložiek a identifikovať oblasti vyžadujúce zlepšenie. *Typ práce:* prieskumná.

- **Využitie úpolových cvičení vo vyučovaní telesnej a športovej výchovy na Policajných stredných odborných školách**

Cieľom bakalárskej práce je zistiť rozsah, formy a frekvenciu využívania úpolových cvičení na hodinách telesnej a športovej výchovy na Policajných stredných odborných školách. Zber údajov bude realizovaný prostredníctvom vlastného dotazníka zameraného na pedagogickú prax učiteľov telesnej výchovy, ich skúsenosti a postoje k implementácii úpolových aktivít do vyučovania. Výsledky poskytnú prehľad o aktuálnom stave a možnostiach rozšírenia využívania úpolov v školskom prostredí. *Typ práce:* prieskumná.

Mgr. et Mgr. Terézia Kovalik Slančová, PhD.

- **Vybrané demografické ukazovatele športových divákov a športových fanúšikov**

Cieľom bakalárskej práce je identifikovať a analyzovať vybrané socio-demografické ukazovatele športových divákov a fanúšikov. Študent zostaví a aplikuje sociologický dotazník zameraný na premenné ako vek, pohlavie, vzdelanie, pôvod, zamestnanie a sociálne zázemie respondentov. Zber dát bude realizovaný v prostredí individuálnych (napr. úpolové a bojové športy) aj kolektívnych športov. Výsledky umožnia charakterizovať štruktúru športového publika a porovnať profily divákov rôznych typov športov. *Typ práce:* prieskumná.

- **Výskyt športových rituálov v úpolových športoch**

Cieľom bakalárskej práce je zistiť výskyt, typy a formy športových rituálov vo vybraných úpolových športoch. Výskum bude realizovaný prostredníctvom štandardizovaného dotazníka doplneného o kvalitatívne pozorovania a interpretáciu kultúrnych a symbolických aspektov správania športovcov. Výsledky umožnia identifikovať špecifické prejavy rituálnosti, ich funkciu v tréningovom a súťažnom prostredí a ich význam pre vytváranie identity športovcov v úpolových športoch. *Typ práce:* prieskumná.

Mgr. Kristina Němá, PhD.

- **Somatický profil športovcov vybraného úpolového športu**

Športovci v úpolových športoch majú v závislosti od druhu úpolového športu rozdielne somatické charakteristiky. Cieľom bakalárskej práce je zistiť somatický profil športovcov vybraného úpolového športu prostredníctvom antropometrických meraní a vyhodnotiť základné somatické ukazovatele (telesná výška, hmotnosť, BMI, obvody, kožné riasy, komponenty telesného zloženia). Výsledky budú interpretované vo vzťahu k športovej špecializácii a výkonnostnej úrovni športovcov. *Typ práce:* prieskumná.

- **Úroveň špeciálnej vytrvalosti ako limitujúceho faktora v karate**

Zámerom bakalárskej práce je zistiť úroveň špeciálnej vytrvalosti u karatistov vybraného klubu prostredníctvom testu KSAT (Karate Specific Aerobic Test). Práca sa zameria na identifikáciu špeciálnej vytrvalosti ako jedného z limitujúcich faktorov športového výkonu v karate. Výsledky testovania budú slúžiť na posúdenie trénovanosti športovcov a možnosti optimalizácie tréningového procesu. *Typ práce:* prieskumná.

- **Pohybová výkonnosť zápasníkov v kickboxe**

Optimálna úroveň pohybovej výkonnosti kickboxera je jedným z kľúčových prvkov efektívnosti v športovom zápase. Zámerom bakalárskej práce je zistiť úroveň pohybovej výkonnosti kickboxerov prostredníctvom špecifického testu telesnej zdatnosti. Výsledky umožnia charakterizovať úroveň kondičnej pripravenosti kickboxerov v tréningových a súťažných podmienkach. *Typ práce:* prieskumná.

- **Zmeny športovej výkonnosti v ročnom tréningovom cykle kickboxerov**

Predpokladom čo najpresnejšieho posudzovania pohybovej výkonnosti je sledovanie zmien pohybových schopností limitujúcich športový výkon. Cieľom bakalárskej práce je prostredníctvom špecifických testov pohybovej výkonnosti v kickboxe zistiť zmeny športovej výkonnosti kickboxerov v priebehu ročného tréningového cyklu a posúdiť ich vzťah k objemu a zameraniu tréningovej záťaže. *Typ práce:* prieskumná.

- **Využitie posilňovacích cvičení v kondičnej príprave karatistov**

Posilňovacie cvičenia poskytujú optimálne možnosti pre rozvoj silových schopností, ktoré významným spôsobom ovplyvňujú výkon v karate, pričom je dôležitá sila, ktorú karatista dokáže vyvinúť pri vysokých rýchlostiach svalovej kontrakcie. Cieľom bakalárskej práce je návrh pohybového programu s využitím posilňovacích cvičení v kondičnej príprave karatistov, ktorý podporí rozvoj silovo-rýchlostných schopností. *Typ práce:* metodická.

- **Úroveň reakčnej rýchlosti karatistov**

Športový zápas v karate predstavuje udalosť, v ktorej reakčný čas zohráva dôležitú úlohu počas útočných a obranných fáz. Cieľom bakalárskej práce je zistiť úroveň reakčnej rýchlosti karatistov prostredníctvom testov zameraných na vizuálne a auditívne podnety a porovnať dosiahnuté výsledky podľa veku, pohlavia a výkonnostnej úrovne športovcov. *Typ práce:* prieskumná.

- **Výskyt techniky rapídneho znižovania hmotnosti vo vybranom úpolovom športe**

Väčšina bojových športov rozdeľuje zápasníkov podľa hmotnostných kategórií, aby boli zápasy čo najviac vyrovnané s ohľadom na hmotnosť, silu, agilitu a veľkosť tela športovcov. Mnoho zápasníkov však nárazovo zhadzuje kilogramy, aby sa zmestili do nižšej hmotnostnej kategórie a získali výhodu nad súpermi. Cieľom bakalárskej práce je prostredníctvom dotazníka RWLQ (Rapid Weight Loss Questionnaire) zistiť výskyt techniky rapídneho znižovania hmotnosti vo vybranom úpolovom športe. *Typ práce:* prieskumná.

- **Ideomotorický tréning a jeho uplatnenie v tréningovej praxi úpolových športov**

Ideomotorický tréning patrí medzi metódy psychologickej prípravy a predstavuje jednu z mentálnych techník, ktoré prispievajú k zlepšeniu športového výkonu nielen v úpolových športoch. Jeho využitie je široké – od zvládania predštartových stavov, cez zdokonaľovanie techniky až po urýchlenie rekonvalescencie po úrazoch. Cieľom bakalárskej práce je prostredníctvom dotazníka zistiť, akým spôsobom a v akom rozsahu tréneri úpolových športov používajú ideomotorický tréning. *Typ práce:* prieskumná.

- **Úroveň kognitívnych schopností zápasníkov MMA**

Kognitívne schopnosti sú v MMA mimoriadne dôležité, pretože tento šport vyžaduje rýchle a presné rozhodovanie v dynamických a často nepredvídateľných situáciách. Cieľom bakalárskej práce je zistiť úroveň kognitívnych funkcií zápasníkov MMA prostredníctvom systému Witty SEM a vyhodnotiť ich vo vzťahu k veku, športovej praxi a výkonnostnej úrovni športovcov. *Typ práce:* prieskumná.

- **Úroveň kognitívnych schopností kickboxerov**

Kognitívne procesy sú zásadné pre úspešný výkon kickboxera, pretože vyžadujú rýchlu reakciu, strategické myslenie a schopnosť predvídať pohyby súpera. Cieľom bakalárskej práce je zistiť úroveň kognitívnych funkcií kickboxerov prostredníctvom systému Witty SEM a porovnať výsledky podľa veku, pohlavia a výkonnostnej úrovne športovcov. *Typ práce:* prieskumná.

Mgr. Frederika Pajonková, PhD.

- **Miera a štruktúra agresivity cvičencov úpolových športov**

Cieľom bakalárskej práce je zistiť, aký je rozdiel v agresivite cvičencov vybraných úpolových športov a určiť, v ktorom z týchto športov sa vyskytuje najvyššia miera agresivity. Výskum bude realizovaný prostredníctvom štandardizovaného dotazníka zameraného na hodnotenie prejavov agresívneho správania. *Typ práce:* prieskumná.

- **História vývoja bojových umení a úpolových športov na Slovensku**

Bakalárska práca sa zameriava na historický vývoj bojových umení a úpolových športov na Slovensku. Stručne mapuje ich vznik, rozvoj, významné kluby, osobnosti a organizácie. Cieľom je poskytnúť prehľad o formovaní a postavení týchto športov v slovenskom prostredí. *Typ práce:* historická.

- **Modifikácia tréningu thajského boxu pre sebaobranu**

Cieľom bakalárskej práce je prispôsobiť tréning thajského boxu tak, aby bol efektívne využiteľný na osobnú sebaobranu, a navrhnuť tréningový plán, ktorý povedie k dosiahnutiu tohto cieľa. Výsledkom práce bude návrh modelového tréningového programu s metodickými odporúčaniami pre jeho praktickú aplikáciu. *Typ práce:* metodická.

- **Frekvencia a typy zranení zápasníkov v kickboxe**

Cieľom bakalárskej práce je na základe dotazníkového prieskumu zistiť najčastejšie typy zranení a ich príčiny u plnoletých amatérskych a profesionálnych zápasníkov v kickboxe. Výsledky umožnia identifikovať rizikové faktory a formulovať odporúčania na prevenciu zranení v tréningovej praxi. *Typ práce:* prieskumná.

- **Vplyv tréningu úpolových športov na rozvoj dynamickej stability športovcov**

Cieľom bakalárskej práce je zistiť, ako pravidelný tréning úpolových športov ovplyvňuje dynamickú stabilitu športovcov. Testovanie sa uskutoční pomocou štandardizovaného Y Balance Testu, ktorý umožní vyhodnotiť úroveň stability a rovnováhy dolných končatín. *Typ práce:* experimentálna.

- **Úroveň reakčného času športovcov rôznych úpolových športov**

Cieľom bakalárskej práce je porovnať reakčný čas športovcov z rôznych úpolových športov prostredníctvom meraní reakcií na vizuálne alebo auditívne podnety. Výsledky budú analyzované podľa športovej špecializácie a výkonnostnej úrovne. *Typ práce:* prieskumná.

- **Flexibilita a mobilita úpolových športovcov**

Cieľom bakalárskej práce je zhodnotiť úroveň flexibility a mobility športovcov rôznych úpolových športov. Merania budú zamerané na vybrané kĺbové segmenty, ktoré sú pre tieto športy kľúčové. Výsledky umožnia identifikovať rozdiely medzi športovými disciplínami a prispieť k efektívnejšiemu rozvoju pohybového aparátu. *Typ práce:* prieskumná.

- **Motivácia športovcov k dlhodobému zotrvaniu v úpolových športoch**

Cieľom bakalárskej práce je preskúmať vnútornú a vonkajšiu motiváciu športovcov, ktorí sa venujú úpolovým športom, a identifikovať faktory ovplyvňujúce ich dlhodobé zotrvanie v tréningovom procese. Výsledky prinesú poznatky o motivačných vzorcoch, ktoré podporujú športovú výdrž a stabilitu výkonu. *Typ práce:* prieskumná.

Mgr. Beáta Ružbarská, PhD.

- **Postoje študentov k dopingovému správaniu v športe**

Bakalárska práca sa zaoberá problematikou postojov študentov k dopingovému správaniu v športe. Cieľom práce je identifikovať a analyzovať postoje a názory študentov na používanie zakázaných látok s cieľom zvýšiť športový výkon, ako aj zistiť mieru ich informovanosti o problematike doping. Výskum bude realizovaný prostredníctvom dotazníkového šetrenia zameraného na hodnotenie postojov, vedomostí a morálnych aspektov doping v športovom prostredí. Výsledky prispedia k lepšiemu pochopeniu vnímania dopingového správania medzi mladou generáciou a k formulácii odporúčaní pre preventívne vzdelávanie. *Typ práce:* prieskumná.

Mgr. Jaroslav Sučka, PhD.

- **Úroveň pohybových schopností ženských príslušníčok dobrovoľných hasičských zložiek**

Cieľom bakalárskej práce je diagnostikovať úroveň vybraných pohybových schopností (kondičných, kondično-koordinačných a koordinačných) ženských príslušníčok dobrovoľných hasičských zložiek. Výsledky budú vyhodnotené s ohľadom na vek, výkonnostnú úroveň a dĺžku praxe, pričom umožnia charakterizovať fyzickú pripravenosť tejto skupiny a identifikovať možnosti pre optimalizáciu tréningového procesu. *Typ práce: prieskumná.*

- **Úroveň vybraných pohybových schopností vo vybranom úpolovom športe**

Úlohou bakalárskej práce je diagnostikovať úroveň vybraných pohybových schopností (kondičných, kondično-koordinačných a koordinačných) vo vybranom úpolovom športe. Výsledky umožnia posúdiť úroveň pohybovej pripravenosti športovcov v závislosti od ich športovej špecializácie, veku a výkonnostnej úrovne. *Typ práce: prieskumná.*

- **Komparácia rýchlostných schopností študentov špeciálnej pohybovej prípravy v bezpečnostných zložkách v rôznych ročníkoch štúdia**

Cieľom bakalárskej práce je na základe diagnostiky rýchlostných schopností popísať rozdiely medzi študentmi študijného programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách v rôznych ročníkoch štúdia. Výsledky budú spracované štatisticky s cieľom zistiť, či systematické štúdium a tréningový proces vedú k rozvoju rýchlostných schopností v priebehu vysokoškolského vzdelávania. *Typ práce: prieskumná.*

- **Komparácia silových schopností študentov špeciálnej pohybovej prípravy v bezpečnostných zložkách v rôznych ročníkoch štúdia**

Cieľom bakalárskej práce je na základe diagnostiky silových schopností popísať rozdiely medzi študentmi študijného programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách v rôznych ročníkoch štúdia. Výsledky budú analyzované s cieľom zistiť, ako sa silové schopnosti vyvíjajú v priebehu vysokoškolského štúdia a ako súvisia s objemom a obsahom tréningového procesu. *Typ práce: prieskumná.*

Mgr. Marek Gadžinovský

- **Gymnastické cvičenia, ich transfer a aplikácia v základnej športovej príprave žiakov staršieho školského veku navštevujúcich úpolové športy**

Cieľom bakalárskej práce je na základe analýzy problematiky základnej športovej prípravy v úpolových športoch a gymnastických cvičebných tvarov vytvoriť tréningový plán, ktorý bude rozvíjať silové, koordinačné a rovnováhové schopnosti žiakov staršieho školského veku navštevujúcich úpolové športy. Výsledkom práce bude metodicky spracovaný program s popisom jednotlivých cvičení a odporúčaniami pre ich implementáciu do športovej prípravy. *Typ práce: metodická.*

- **Pohybový program zameraný na zlepšenie koordinačných schopností**

Cieľom bakalárskej práce je vytvoriť pohybový program, ktorý by efektívne a účelne rozvíjal koordinačné schopnosti pre potreby príslušníkov bezpečnostných zložiek. Práca bude vychádzať z poznatkov o štruktúre a rozvoji koordinačných schopností, pričom výsledkom bude návrh metodického súboru cvičení vhodných na rozvoj rovnováhy, rytmizácie, orientácie a reakčnej schopnosti v špecifických podmienkach fyzickej prípravy. *Typ práce: metodická.*

Mgr. Stanislava Ivanová

- **Výskyt nešpecifických bolestí chrbtice študentov študijného programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách**

Súčasný štúdium potvrdzuje, že významná časť vysokoškolákov udáva muskuloskeletálne symptómy, bolesť alebo nepohodlie. Cieľom bakalárskej práce je prostredníctvom dotazníka Oswestry Disability Questionnaire identifikovať mieru výskytu nešpecifických bolestí chrbtice u študentov programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách. Výsledky umožnia posúdiť najčastejšie problematické oblasti pohybového aparátu a navrhnúť odporúčania na ich prevenciu v rámci špecifickej pohybovej prípravy. *Typ práce:* prieskumná.

- **Výskyt svalových dysbalancií študentov programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách**

Cieľom bakalárskej práce je zistiť výskyt a charakter svalových dysbalancií u študentov programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách s využitím diagnostiky svalovej nerovnováhy podľa Jandu (1982). Práca umožní identifikovať najčastejšie svalové disproporcie a ich možné súvislosti s jednostranným zaťažením počas tréningu a výučby. *Typ práce:* prieskumná.

- **Hodnotenie funkčného stavu chodidiel študentov programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách pomocou podoskopickej analýzy**

Cieľom bakalárskej práce je zhodnotiť funkčný stav chodidiel u študentov programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách prostredníctvom podoskopickej analýzy a stanovenia indexu plochonožia. Výsledky umožnia identifikovať najčastejšie deformity a navrhnúť preventívne opatrenia pre udržanie posturálnej stability a optimálnej pohybovej funkcie. *Typ práce:* prieskumná.

- **Tvorba kompenzačného pohybového programu na korekciu svalových dysbalancií**

Bakalárska práca má metodický charakter a jej cieľom je vytvoriť návrh kompenzačného programu zameraného na korekciu najčastejších svalových dysbalancií študentov programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách. Výsledkom bude metodický materiál s popisom a obrazovou dokumentáciou cvičení využiteľných pri kompenzácií jednostranného zaťaženia a prevencii muskuloskeletálnych porúch. *Typ práce:* metodická.

Mgr. Timotea Jarošová

- **Návrh modelového mikrociklu kondično-koordinačnej prípravy pre príslušníkov Policajného zboru SR**

Cieľom bakalárskej práce je vytvoriť návrh týždenného mikrociklu zameraného na rozvoj vybraných pohybových schopností (sily, vytrvalosti, rýchlosti, obratnosti) u študentov programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách. Návrh bude vychádzať z princípov športového tréningu, štruktúry kondičnej prípravy a potrieb profesijnej záťaže v bezpečnostných zložkách. Výsledkom práce bude modelový plán mikrociklu s metodickými odporúčaniami pre jeho realizáciu v praxi. *Typ práce:* metodická.

- **Tvorba pohybového programu rozvoja kondično-koordinačných schopností uchádzačov o vstup do bezpečnostných zložiek**

Bakalárska práca sa zameriava na vytvorenie systematického pohybového programu určeného pre širokú populáciu uchádzačov o vstup do bezpečnostných zložiek. Cieľom je rozvíjať základné kondičné a koordinačné schopnosti, ktoré sú požadované pri výberových testoch a fyzickej príprave v úvodných fázach kariéry. Program bude obsahovať rôzne formy cvičení zamerané na rozvoj sily, obratnosti, rovnováhy, reakcie a priestorovej orientácie. Práca poskytne aj odporúčania na dávkovanie tréningových jednotiek podľa úrovne pripravenosti cvičenca. Výstupom bude prakticky využiteľný program pre individuálnu aj skupinovú prípravu uchádzačov. *Typ práce:* metodická.

- **Komparatívna analýza úrovne vybraných pohybových schopností študentov študijného programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách**

Bakalárska práca sa zameriava na komparatívnu analýzu úrovne vybraných pohybových schopností medzi študentmi 1. a 3. ročníka študijného programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách. Cieľom výskumu je identifikovať, či a v akej miere dochádza k rozvoju základných motorických schopností (rýchlosť, sila, vytrvalosť, koordinácia) v dôsledku systematického tréningového a edukačného procesu. Diagnostika bude realizovaná prostredníctvom štandardizovaných testovacích protokolov a meracích nástrojov, pričom získané dáta budú štatisticky vyhodnotené a interpretované s ohľadom na tréningový objem, vek a ďalšie faktory ovplyvňujúce výkon. *Typ práce:* prieskumná.

- **Kondičná pripravenosť študentov študijného programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách vo vzťahu k požiadavkám fyzických testov ozbrojených zložiek**

Bakalárska práca sa zameriava na výskum úrovne kondičnej pripravenosti študentov študijného programu Špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách. Cieľom je porovnať výkonnostné parametre študentov s kritériami fyzickej spôsobilosti požadovanými pri vstupe do ozbrojených zložiek (napr. Policajný zbor SR, Ozbrojené sily SR, Zbor väzenskej a justičnej stráže). Diagnostika bude realizovaná prostredníctvom štandardizovaných testov hodnotiacich silové, rýchlostné, vytrvalostné a koordinačné schopnosti. Výsledky práce môžu prispieť k efektívnejšiemu nastavovaniu obsahu študijného programu a k zvýšeniu pripravenosti absolventov na prijímacie skúšky do bezpečnostných zložiek. *Typ práce:* prieskumná.

Mgr. Marek Karlík

- **Vplyv kognitívneho tréningu na reakčný čas kickboxerov**

Cieľom bakalárskej práce je preskúmať, ako pravidelný kognitívny tréning ovplyvňuje reakčný čas a rozhodovanie športovcov v kickboxe. Výskum bude zameraný na sledovanie zmien v rýchlosti a presnosti reakcií po aplikácii vybraných kognitívno-motorických cvičení. Výsledky umožnia posúdiť efektivitu kognitívneho tréningu v rámci komplexnej športovej prípravy. *Typ práce:* experimentálna.

- **Porovnanie efektivity tradičného a kognitívneho tréningu v príprave kickboxerov**

Bakalárska práca skúma účinky klasického kondičného tréningu a tréningu doplneného o kognitívne prvky v prepojení na športový výkon v kickboxe. Cieľom je porovnať ich vplyv na vybrané ukazovatele pohybovej výkonnosti a reakčných schopností. Výsledky prispedia k poznaniu, do akej miery integrácia kognitívneho tréningu zvyšuje efektivitu tradičnej prípravy. *Typ práce:* prieskumná.

- **Využitie moderných technológií v kognitívnom tréningu kickboxerov**

Bakalárska práca zisťuje, ako moderné digitálne technológie – napríklad systém NeuroTracker – prispievajú k rozvoju perцепčných a reakčných schopností športovcov v kickboxe. Cieľom je identifikovať možnosti integrácie technologicky podporovaného kognitívneho tréningu do praxe a zhodnotiť jeho prínos pre zlepšenie výkonu v zápasových situáciách. *Typ práce:* teoretická.

- **Vplyv kognitívneho tréningu na rozhodovanie počas zápasu v kickboxe**

Cieľom bakalárskej práce je analyzovať, ako tréning zameraný na rozvoj kognitívnych schopností ovplyvňuje kvalitu rozhodovania počas reálnych zápasových situácií v kickboxe. Výskum sa zameria na schopnosť anticipácie, voľby optimálnej reakcie a rýchlosť rozhodovacích procesov po absolvovaní kognitívneho tréningu. *Typ práce:* experimentálna.

- **Silovo-rýchlostné schopnosti a ich rozvoj v tréningu kickboxerov**

Bakalárska práca skúma, ako špecifické silovo-rýchlostné cvičenia prispievajú k efektívnosti úderov a obranných reakcií v kickboxe. Cieľom je navrhnúť a otestovať súbor cvičení podporujúcich rozvoj výbušnej sily a rýchlosti pohybu. Výsledky prispievajú k vytvoreniu metodických odporúčaní pre zlepšenie silovo-rýchlostných schopností kickboxerov. *Typ práce:* prieskumná.

- **Kombinácia kognitívneho a kondičného tréningu v príprave kickboxerov**

Cieľom bakalárskej práce je overiť, či spojením kognitívneho a fyzického tréningu možno efektívnejšie rozvíjať reakčný čas a celkovú výkonnosť športovcov v kickboxe. Výskum bude sledovať synergický efekt kombinácie oboch foriem tréningu na parametre pohybovej výkonnosti, kognitívnej flexibility a reakčnej presnosti. *Typ práce:* experimentálna.

Mgr. Tomáš Kozák

- **Rozdiely pohybovej výkonnosti príslušníkov vybraných bezpečnostných zložiek**

Cieľom bakalárskej práce bude zistiť a porovnať úroveň pohybovej výkonnosti príslušníkov vybraných bezpečnostných zložiek (napr. Policajný zbor SR, Ozbromené sily SR, Hasičský a záchranný zbor, Zbor väzenskej a justičnej stráže). Výskum bude realizovaný prostredníctvom testov zameraných na základné kondičné schopnosti – silu, vytrvalosť, rýchlosť a koordináciu. Výsledky prispievajú k poznaniu špecifik fyzickej pripravenosti jednotlivých zložiek a k návrhu optimalizačných opatrení v tréningovej praxi. *Typ práce:* prieskumná.

- **Vplyv tréningu s regulovanou cirkuláciou krvi na končatinách na zmeny výbušnej sily a rýchlostných schopností úpolových športovcov**

Cieľom bakalárskej práce bude zistiť vplyv posilňovacích cvičení s regulovaným prietokom krvi na končatinách na zmeny rýchlostných schopností a výbušnej sily horných a dolných končatín vo vybranom úpolovom športe. Výsledky budú analyzované s cieľom posúdiť efektívnosť metódy BFR (Blood Flow Restriction Training) z hľadiska zlepšenia špecifických silovo-rýchlostných parametrov športovcov. *Typ práce:* experimentálna.

Mgr. Miroslav Ligday

- **Metodika nácviku vybraných techník úpolov vzhľadom na použitie v osobnej sebaobrane**

Cieľom práce je na základe teoretickej analýzy, literárnej rešerše a praktických skúseností zhromaždiť a poskytnúť prehľad o nácviku vybraných techník úpolov na praktické využitie v osobnej sebaobrane. Zostaviť metodický program a modelové situácie na nácvik vybraných techník úpolov pre praktické využitie v osobnej sebaobrane. *Typ práce:* metodická.

- **Príprava a riešenie stresových situácií v profesijnej sebaobrane**

Cieľom práce je na základe teoretickej analýzy, literárnej rešerše a praktických skúseností poskytnúť prehľad o príprave a riešení stresových situácií v profesijnej sebaobrane. Zostaviť tréningový program a modelové situácie na prípravu a riešenie stresových situácií v profesijnej sebaobrane. *Typ práce:* metodická.

- **Rozvoj silových schopností v sebaobrane príslušníkov PZ SR**

Cieľom práce je na základe teoretickej analýzy a literárnej rešerše zhromaždiť a poskytnúť prehľad o praktickom využití špecifických poznatkov na rozvoj silových schopností v sebaobrane príslušníkov Policajného zboru SR. Zostaviť tréningový plán na rozvoj silových schopností príslušníkov PZ SR. *Typ práce:* metodická.

- **Reálne možnosti sebaobrany seniorov ako rizikovej skupiny**

Cieľom práce je na základe teoretickej analýzy a literárnej rešerše poskytnúť prehľad o reálnych možnostiach sebaobrany seniorov ako rizikovej skupiny populácie. Zostaviť tréningový plán prípravy pre základný výcvik sebaobrany seniorov s prihliadnutím na vekové špecifiká. *Typ práce:* metodická.

- **Návrh výučbového programu sebaobrany pre začiatočníkov**

Cieľom práce je na základe teoretickej analýzy a literárnej rešerše poskytnúť prehľad o výcviku sebaobrany začiatočníkov. Zostaviť výcvikový program sebaobrany pre výcvik začiatočníkov s prihliadnutím na vekové špecifiká. *Typ práce:* metodická.

- **Použitie donucovacích prostriedkov podľa zákona o PZ SR**

Cieľom práce je na základe teoretickej analýzy, literárnej rešerše a praktických skúseností zhromaždiť a poskytnúť prehľad o použití donucovacích prostriedkov na základe zákona o Policajnom zbore Slovenskej republiky. Zostaviť manuál a modelové situácie na použitie donucovacích prostriedkov v medziach zákona o PZ SR. *Typ práce:* metodická.

- **Sebaobrana s využitím prvkov karate a jej praktické využitie vo výcviku OS SR**

Cieľom práce je na základe teoretickej analýzy, literárnej rešerše a praktických skúseností poskytnúť prehľad o praktickom využití prvkov karate vo výcviku sebaobrany OS SR. Zostaviť tréningový plán prípravy sebaobrany príslušníkov OS SR s využitím prvkov karate. *Typ práce:* metodická.

- **Technické prostriedky sebaobrany bezpečnostných zložiek s použitím taktického pera**

Cieľom práce je na základe teoretickej analýzy, literárnej rešerše a praktických skúseností zhromaždiť a poskytnúť prehľad o praktickom využití technických prostriedkov v sebaobrane bezpečnostných zložiek s použitím taktického pera. Zostaviť výcvikový program sebaobrany a modelové situácie pre príslušníkov bezpečnostných zložiek s využitím technických prostriedkov sebaobrany a taktického pera. *Typ práce:* metodická.

- **Aplikácia techník gruzínskeho zápasu – chidaoby v sebaobrane príslušníkov bezpečnostných zložiek SR**

Cieľom práce je na základe teoretickej analýzy, literárnej rešerše a praktických skúseností zhromaždiť a poskytnúť prehľad o praktickom využití techník gruzínskeho zápasu – chidaoby v sebaobrane bezpečnostných zložiek SR. Zostaviť tréningový plán výcviku sebaobrany a modelové situácie s využitím techník chidaoby v sebaobrane bezpečnostných zložiek SR. *Typ práce:* metodická.

V Prešove 13. 11. 2025

doc. PaedDr. Pavel Ružbarský, PhD., univer. prof.
OZŠP špeciálna pohybová príprava
v bezpečnostných zložkách