

# **ABSTRAKT**

## **Název práce**

Porovnání míry zatížení při plavání ve ztížených podmínkách a v ideálních podmínkách.

## **Cíl práce**

Provést porovnání zatížení při plavání v oděvu a v plavkách, plaveckou technikou záchranářská prsa za konstantní rychlosti

## **Metoda**

Provedli jsme kvantitativní výzkum, který jsme provedli na vzorku pěti probandů, kteří byli vybráni z plaveckého oddílu v OA (Obchodní akademie) Žatec. Během testování jsme prostřednictvím sport-testerů monitorovali jejich srdeční frekvenci. Pro výslednou konstantní rychlost podstoupili probandi test CSS. Tuto rychlost jsme používali po celou dobu testování. Měření bylo provedeno v bazénu o délce 25m v plaveckém bazénu Obchodní akademii Žatec. Délka plavecké dráhy činila 200m. Porovnávání srdeční frekvence mezi plaváním v oděvu vzor 95 a v plavkách. Výsledky měření jsme dále zpracovali a statisticky vyhodnotili pomocí parametrického testu (Studentského párového t-testu) v programu Microsoft Office Excel 2003.

## **Výsledky**

Provedli jsme dvě měření na pěti probandech. První měření jsme provedli v plavkách. Výsledné hodnoty SF u všech probandů nedosáhly hranici anaerobního prahu. Nejvyšší hodnotu SF jsme naměřili u probanda č.3 ( 153 tep/min).Druhé měření jsme provedli v oděvu vzor 95. Výsledné naměřené hodnoty u všech probandů výrazně překročily teoretické výpočty SFmax. Nejvyšší hodnotu SF jsme naměřili u probanda č.1 ( 234 tep/min).

## **Klíčová slova**

srdeční frekvence, sporttester, zatížení při plavání, plavání v oděvu, vojenské plavání, rychlost plavání..