

## **Abstrakt**

**Název:** Vliv rozcvičení na opakovaný test rychlosti

**Cíle:** Komparace vlivu dvou variant rozcvičení na opakovaný test akcelerační rychlosti.

**Metody:** V práci byla použita metoda analýzy a metoda komparace. Metoda analýzy byla aplikována v rozboru jednotlivých rozcvičení u atletických disciplín a sportů rychlostního charakteru. Metoda komparace byla použita pro porovnávání naměřených výsledků při testování rychlosti.

**Výsledky:** Ve 30 m sprintu dosáhli probandi nejkratší čas u prvního testování po celkovém rozcvičení. Rozdíly mezi časy po různých typech rozcvičení však nebyly statisticky významné. U člunkového běhu 3 x 10 m dosáhli probandi po celkovém rozcvičení u prvního testování opět nejkratších časů, které byly statisticky významnější než u sprintu. Testování po pohybové aktivitě mělo mezi částečným a celkovým rozcvičením zanedbatelné rozdíly.

**Klíčová slova:**

rozcvičení ve sportu, rychlost, test rychlostní, test akcelerační, test opakovaný, vliv rozcvičení