

## **Abstrakt**

**Název:** Fenomén post-aktivační potenciace (PAP) – review a experimentální ověření

**Cíle:** Vytvoření systematického přehledu aktuálně dostupné literatury týkající se dané problematiky s využitím především zahraniční literatury. Dále pak vypracování metodiky určené k měření efektu PAP v průběhu standardizované metody podřep-výskok s volnými pažemi s využitím silových desek. Experimentální ověření PAP na malé skupině dobrovolných sportovců.

**Metody:** Přehledová část byla vypracována na základě analýzy literatury v rámci databázových systémů dostupných z elektronického systému Univerzity Karlovy. Na základě této analýzy byla vypracována metodika zahrnující měření PAP prostřednictvím silových (Kistler) desek a aktivaci zmíněného mechanismu prostřednictvím sérií hlubokých dřepů s odpovídající zátěží. Sledovanými parametry byly maximální síla a gradient síly. Tato metodika byla následně aplikována na malé skupině dobrovolných sportovců.

**Výsledky:** Výsledky experimentální části práce ukázaly signifikantní změny ve sledovaných parametrech, které jsou ve shodě s aktuálně dostupnou literaturou.

**Klíčová slova:** post-aktivační potenciace, maximální síla, gradient síly, silové desky