

## Seminární práce č. 2

### Zadání:

Jedná se o záznam srdeční frekvence (SF). Běžecký trénink, 10 úseků (2x5x300 m) vysoké intenzity, interval pauza 3-4 min. Hodnoty SF jsou zaznamenány po 1 s.

Pro každého z 5 trénujících stanovte:

- Maximální a průměrnou hodnotu SF v každém z 10 úseků
- Maximální a průměrnou hodnotu SF za všech 10 úseků dohromady
- Lineární (přímkový) trend maximální a průměrné hodnoty SF přes celý záznam (v Excelu: spojnice trendu, funkční předpis). Poznámka „směrnice přímkový = tangens úhlu“
- U všech 10 úseků rychlost zotavení definovaný jako pokles do „normálních“ hodnot ve variantě pokles na
  - na úroveň 60% maxima SF v úseku
  - na úroveň 120 t/min
- Jak se mění trend zotavení v čase
- Pro všech 10 úseků a 5 respondentů stanovte základní statistické charakteristiky (průměr, směrodatná odchylka, rozptyl, medián)
- Pro všech 10 úseků čas strávený v jednotlivých pásmech intenzity ( pásma intenzity stanovte dle odborné literatury). Např. 5 pásem
  1. 50–60 % SF max
  2. 60–70% SF max
  3. 70–80% SF max
  4. 80–90% SF max
  5. 90–100 % SF max
  - Více zde: <http://www.sport-lav.cz/products/tepova-frekvence-dle-vladimira-korbela1/>

**Proveďte debatu o trénovanosti jednotlivých respondentů s ohledem na získané výsledky v předchozích krocích**

Pro případ debaty ke konkrétním postupům mi pište na email: [sebera@fsps.muni.cz](mailto:sebera@fsps.muni.cz), nasměruji, poradím, ale nevypočítám 😊.

S pozdravem

Martin Sebera