

Statická svalová práca

Autor *Michal Bábela*

Vytvorené 02/01/2011 - 21:16

Definícia

Svalová činnosť charakteristická izometrickým sťahom svalu po určitú dobu.

Hoci z fyzikálneho hľadiska sa o prácu nejedná, z fyziologického hľadiska sú sem spadajúce činnosti označované ako práca kvôli chemickým procesom prebiehajúcim v svale, ktoré sú blízke svalovej práci dynamickej. Veľkosť statickej svalovej práce je závislá od vydávanej svalovej sily a od doby, počas ktorej je sila vydávaná. Z hľadiska zaťaženia je viac zaťažujúca, rýchlejšie unavuje ako dynamická práca, pretože pri kontrakcii svalov je sťažený prietok krvi, čím sa horšie zabezpečuje prívod kyslíka k svalom, je zhoršená regenerácia pracujúceho svalu.

Výskyt

fyziológia, svalstvo

URL adresa zdroja:

<https://sportency.sk/encyclopedia/?q=content/static%C3%A1-svalov%C3%A1-pr%C3%A1ca-0>