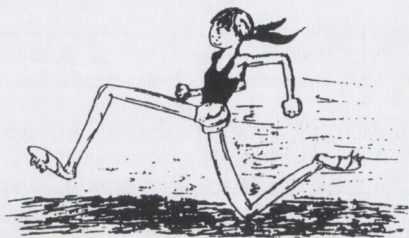


Obsah



I ÚVOD (Riegerová, Ulbrichová)	6
II METODY FUNKČNÍ ANTROPOLOGIE (Riegerová, Ulbrichová)	10
II.1 Standardizovaná antropometrie	10
II.2 Indexy	14
II.3 Měření tloušťky kožních řas	19
II.4 Speciální metody	20
III FRAKCIONACE HMOTNOSTI TĚLA (Přidalová, Riegerová, Ulbrichová)	24
III.1 Modely tělesného složení	25
III.2 Metody odhadu tělesného složení	27
III.2.1 Antropometrie	27
III.2.2 Biofyzikální a biochemické metody	34
III.3 Distribuce hmoty těla	44
III.4 Vývoj tělesného složení a distribuce hmoty těla	50
III.4.1 Tuk	50
III.4.2 Celková tělesná voda	56
III.4.3 Celkový tělesný draslík	56
III.4.4 Distribuce tuku	58
III.4.5 Tukuprostá hmota (aktivní tělesná hmota, FFM)	60
III.4.6 Vztahy mezi jednotlivými komponentami – distribuce hmoty těla	62
IV VARIABILITA TĚLESNÉ STAVBY ČLOVĚKA A TYPOLOGIE (Riegerová)	65
IV.1 Historie typologie	65
IV.2 Sheldon a jeho následovníci	69
IV.3 Adaptace podle Heathové–Cartera	71
IV.4 Stanovení tělesného typu podle Blažka	82
V ZÁKLADNÍ POJMY Z GENETIKY ČLOVĚKA	83
(ve vztahu k morfoloficko-funkčním charakteristikám) (Riegerová)	
VI SOMATICKÝ VÝVOJ – ROZDĚLENÍ LIDSKÉHO VĚKU (Riegerová, Ulbrichová)	88
VI.1 Věk novorozenecký, kojenecký a batolivý – rané dětství	90
VI.2 Dětství (předškolní a mladší školní věk)	91
VI.3 Starší školní věk – puberta	92

VI.4 Dospělost	95
VI.5 Hodnocení růstu	96
VI.6 Proporcionalita vývoje	100
VII MOTORICKÝ VÝVOJ ČLOVĚKA (Riegerová, Ulbrichová, Přidalová)	102
VII.1 Obecné trendy vývoje motoriky	102
VII.1.1 Motorická ontogeneze, osvojení pohybových aktů a dovedností	103
VII.1.2 Vývoj motorických výkonů	104
VII.2 Pohybové schopnosti	105
VII.2.1 Vytvalostní schopnosti	105
VII.2.2 Silové schopnosti	106
VII.2.3 Rychlostní schopnosti	108
VII.2.4 Pohyblivost (flexibilita)	109
VII.2.5 Obratnostní schopnosti	111
VIII BIOLOGICKÝ VĚK (Riegerová, Přidalová)	114
VIII.1 Růstový věk	114
VIII.2 Zubní věk	121
VIII.3 Kostní věk	123
VIII.4 Věk sekundárních znaků pohlavních (vývinový věk)	125
VIII.5 Proporcionální věk	128
VIII.6 Stanovení biologického věku u dospělých osob	134
IX STABILITA A PREDIKTABILITA VÝVOJE (Riegerová, Ulbrichová)	138
IX.1 Metody predikce tělesné výšky	140
IX.2 Stabilita a prediktabilita ostatních charakteristik stavby a složení těla	150
IX.3 Vývojová stabilita motorické výkonnosti	150
X DRŽENÍ TĚLA (Riegerová)	151
X.1 Metody hodnocení držení těla	152
XI MORFOLOGIE NOHY A JEJÍ HODNOCENÍ (Přidalová, Riegerová)	163
XI.1 Lidská noha a její adaptační systémy	163
XI.2 Funkce nohy	167
XI.3 Některé vady nohy	170
XI.4 Dětská noha	173
XI.5 Typy chůze podle postavení špiček nohou	174
XI.6 Hodnocení nožní klenby	175
XI.7 Některé poznatky z literatury	179
XII HODNOCENÍ SVALOVÝCH FUNKCÍ A POHYBOVÝCH STEREOTYPŮ	182
(Riegerová, Přidalová)	
XII.1 Svalové dysbalance	184
XII.2 Základní funkční přehled svalů	186
XII.3 Svalové funkční testy	187
XII.3.1 Testování svalových zkrácení	189

XII.3.2 Testování oslabených svalů a substitučních pohybových stereotypů	200
XII.3.3 Posouzení hypermobility a spasticity	202
XII.4 Některé poznatky z literatury	204
XIII VLIV POHYBOVÉ AKTIVITY NA TĚLESNÝ VÝVOJ	207
(Riegerová, Valenta, Ulbrichová)	
XIV MORFOLOGICKO-FUNKČNÍ VZTAHY (Riegerová, Valenta, Ulbrichová)	211
XIV.1 Modelové charakteristiky tělesné stavby sportovců	213
XIV.2 Kvantifikace morfološko-funkčních vztahů	222
XV HODNOCENÍ OPTIMÁLNÍ HMOTNOSTI (Riegerová)	228
XVI NEJČASTĚJI POUŽÍVANÁ FUNKČNÍ MĚŘENÍ (Riegerová)	233
XVI.1 Zátěžové testy	233
XVI.2 Stanovení plicních objemů	236
XVI.3 Hodnocení krevního tlaku	238
XVI.4 Měření svalové síly – dynamometrie	239
LITERATURA	240
PŘÍLOHY	258