

O B S A H

Předmluva	6
1. LIDSKÝ POHYB - MOTORIKA ČLOVĚKA; obecná charakteristika a taxonomie	7
1.1 Vymezení ústředních kategorií	7
1.1.1 Lidský pohyb	7
1.1.2 Motorika člověka	8
1.2 Charakteristika lidského pohybu	10
1.2.1 Aktivní volní pohyb	10
1.2.2 Anatomickofyziologický a psychosociální základ volních pohybů	12
1.3 Významné třídy lidských pohybů	18
1.3.1 Prototypové pohyby (pohyby dýchací a posturální úkony)	18
1.3.2 Fundamentální pohyby	21
1.3.3 Dovednostní pohyby	24
1.3.4 Komunikativní a symbolické pohyby	26
1.4 Charakteristika lidské motoriky	27
1.4.1 Motorika jako jednota pohybových předpokladů projevů	27
1.4.2 Typické znaky lidské motoriky	33
1.4.3 Příbuzné pojmy: mobilita, motilita, aktivita, kineze	35
1.5 Významné oblasti lidské motoriky	37
1.5.1 Každodenní (běžná) motorika	37
1.5.2 Pracovní motorika	42
1.5.3 Tělocvičná motorika	49
Literatura	55
2. ŘÍZENÍ VOLNÍCH POHYBŮ	59
2.1 Kybernetický přístup k řízení	59
2.1.1 Princip řízení; Schnabelův model	59
2.1.2 Pohybová dovednost; Welfordův model	62
2.2 Neurofyziologický aspekt řízení	67

Literatura	71
3. OBECNÉ ZNAKY POHYBU	73
3.1 Rytmus pohybu	74
3.1.1 Rytmus obecně; rytmus pohybu	74
3.1.2 Objektivizace pohybového rytmu	79
3.1.3 Tempo pohybu; takt; rytmická schopnost	81
3.1.4 Komunikativní funkce rytmu	82
3.2 Sdružování pohybu	83
3.2.1 Využití švihových pohybů	84
3.2.2 Časové posunutí dílčích pohybů; šíření pohybu	84
3.2.3 Uplatnění pohybu trupu	87
3.2.4 Řídící funkce hlavy	88
3.3 Plynulost pohybu	92
3.3.1 Prostorový, časový a dynamický aspekt plynulosti	92
3.3.2 Pružnost pohybu	95
3.4 Preciznost pohybu	96
3.5 Konstantnost pohybu	101
3.6 Rozsah pohybu	106
3.7 Další znaky pohybu	107
Literatura	110
4. POHYBOVÁ LATERALITA	112
4.1 Vymezení základních pojmů	112
4.2 Lateralita a dominance mozkových hemisfér	114
4.3 Teorie o původu laterality	118
4.4 Genetická podmíněnost laterality a vliv prostředí	120
4.5 Hlavní formy projevu laterality	122
4.5.1 Lateralita ruky - rukovost	122
4.5.2 Lateralita nohy - nohovost	127
4.5.3 Laterální preference směru rotace - točivost	130

4.5.4	Lateralita oka - zrakovost	135
4.5.5	Lateralita a řeč	137
4.6	Diagnostika pohybové lateralit y	138
4.6.1	Motorické testy lateralit y	139
4.6.2	Dotazníky pro určení lateralit y	142
4.7	Uplatnění poznatků o lateralit ě v tělovýchov- né praxi	144
4.7.1	Motorické učení	144
4.7.2	Výběr talentů	146
4.7.3	Úrazová zábrana	147
4.7.4	Výchova leváků	147
	Literatura	149
5.	PORUCHY MOTORIKY	153
5.1	Poruchy hybnosti; motorická insuficience	153
5.2	Motorické poruchy u dětí	154
5.3	Periferní a centrální poruchy hybnosti	156
5.3.1	Poruchy periferní	157
5.3.2	Poruchy centrální	158
5.4	Náprava motorických poruch; rehabilitace	164
	Literatura	164