

O B S A H

Předmluva	3
I. Úvod	5
II. Společenský význam plavání	7
III. Vliv vodního prostředí a plavání na orga- nismus člověka	10
IV. Využití plaveckých způsobů při oslabení pod- půrného a pohybového aparátu	29
V. Využití plavání v pohybovém režimu režimu osob, s oslabením vnitřních orgánů	31
VI. Využití plavání u osob nervově a psychicky nebo smyslově oslabených	37
VII. Využití plavání v pohybovém režimu tělesně, smyslově a mentálně postižených	38
VIII. Metodické a organizační pokyny	44
IX. Doplnkové činnosti ve vodě pro zdravotně oslabené	50
X. Cvičení při oslabení pohybového systému	55
XI. Závěr	78
Seznam použité literatury	79
Seznam doporučené literatury	80