

Obsah

1. Předmluva	5
2. Úvod	6
3. Zrakové kategorie	7
4. Zařazování do zrakových kategorií	8
5. Anatomie zrakového ústrojí	10
6. Funkce zrakového ústrojí a jejich poruchy	15
7. Zásady prostorové orientace a přístupu ke zrakově postiženým	22
8. Zásady pro pohybovou přípravu se zrakově postiženými sportovci	25
9. Rychlý běh	27
10. Štafetový běh	32
11. Skok daleký	34
12. Trojskok	39
13. Skok vysoký	42
14. Hod míčkem a oštěpem	47
15. Vrh koulí	57
16. Hod diskem	63
17. Rozvoj pohybových schopností	68
18. Pohybové hry	71
19. Struktura atletických soutěží pro zrakově postižené v české republice a ve světě	74
20. Příloha 1: Pravidla atletiky	75
21. Příloha 2: Soutěžní řád atletiky	81
22. Příloha 3: Světové rekordy	81
23. Příloha 4: České rekordy	87
24. Příloha 5: Nejlepší žákovské výkony	90
25. Příloha 6: Terminologický slovníček speciálních pojmů v atletiku zrakově postižených	92
26. Příloha 7: Bibliografické citace	93