

# OBSAH

|  |     |
|--|-----|
| Úvod (Fr. Bulva)   | 3   |
| I. Jednotná kvalifikace tělovýchovných kádrů - cvičitelé (Fr. Bulva)                     | 5   |
| II. Československý svaz tělesné výchovy (Fr. Bulva)                                      | 9   |
| III. Dějiny kulturistiky (Fr. Bulva)   | 14  |
| IV. Organizace kulturistiky v ČSSR (Fr. Bulva)   | 16  |
| V. Koncepce a definice kulturistiky (Fr. Bulva)  | 18  |
| VI. Formy kondiční kulturistiky (Fr. Bulva)  | 20  |
| VII. Podíl kondiční kulturistiky na masovém rozvoji tělesné výchovy (Fr. Bulva)          | 21  |
| VIII. Základy pedagogiky (Fr. Langer)  | 22  |
| IX. Politickovýchovné působení cvičitele (Fr. Bulva)                                     | 25  |
| X. Metodika kondiční kulturistiky (R. Šimek)   | 28  |
| XI. Stavba cvičební jednotky (Fr. Bulva)   | 38  |
| XII. Plánování, statistika, evidence (Fr. Bulva)   | 41  |
| XIII. Testy, odznak zdatnosti, náborové soutěže v kondiční kulturistice (Fr. Bulva)      | 44  |
| XIV. Hudební doprovod v kondiční kulturistice (R. Šimek)                                 | 48  |
| XV. Pódiové skladby v ženské kondiční kulturistice (M. Váňová)                           | 50  |
| XVI. Jednotné tělovýchovné názvosloví (Fr. Bulva)  | 54  |
| XVII. Pořadová cvičení (Fr. Bulva)   | 60  |
| XVIII. Jednotný cvičební systém kondiční kulturistiky žen (Fr. Bulva, M. Tesáčková)      | 62  |
| XIX. Zásobník cvíků (R. Šimek)   | 113 |
| XX. Základy anatomie a fyziologie člověka (MUDr. Zd. Černý, CSc.)                        | 120 |
| XXI. Organizace zdravotní péče o tělesnou výchovu a sport v ČSSR (MUDr. Zd. Černý, CSc.) | 171 |
| XXII. Hygiena cvičence a cvičebního prostředí (MUDr. Zd. Černý, CSc.)                    | 173 |
| XXIII. Zdravotní aspekty kondiční kulturistiky žen (MUDr. Zd. Černý, CSc.)               | 175 |
| XXIV. Výživa (R. Šimek)  | 178 |
| XXV. Seznam použité literatury   | 182 |

vytištěno u Dr. J. Vl. vlastního využití nebo ke stažení

ve všech dostupných elektronických formách  
poskytuje všechny aktuální a významné  
informace o vzdělávacích programech  
a akcích v oblasti vzdělávání a vzdělávacího výzkumu

Vzdělávací programy  
poskytují aktuální informace o vzdělávacích  
programech a akcích v oblasti vzdělávání a vzdělávacího výzkumu

verze 2021-09-01 10:00:00

úvodní verze 2021-09-01 10:00:00

úvodní verze 2021-09-01 10:00:00

úvodní verze 2021-09-01 10:00:00

úvodní verze 2021-09-01 10:00:00