

Obsah

Predslov	4
1 Základná koncepcia motorickej výkonnosti	5
2 Fyziologická podstata motoriky človeka	6
2.1 Motorický systém polohy a pohybu	6
2.2 Reflexná motorika	12
3 Senzomotorika v kontrole polohy tela a riadení pohybu	15
3.1 Stabilita postoja	15
3.1.1 Statická a dynamická rovnováha	18
3.1.1.1 Posturografia v diagnostike rovnováhových schopnosti	19
3.1.1.2 Variabilita testových podmienok	22
3.1.2 Vizuálna spätnoväzbová regulácia pohybu ťažiska tela	24
3.1.2.1 Performačné testy stability postoja	25
3.1.2.2 Variabilita testových podmienok	26
3.1.3 Vplyv telesného zaťaženia na stabilitu postoja	29
3.2 Rýchlosť reakcie a pohybu	33
3.2.1 Jednoduchý a výberový reakčný čas	34
3.2.1.1 Meranie reakčného času	36
3.2.1.2 Faktory ovplyvňujúce reakčný čas	37
3.2.2 Senzomotorický čas	45
3.2.2.1 Meranie senzomotorického času	47
3.2.2.2 Faktory ovplyvňujúce senzomotorický čas	51
3.2.3 Test agility v špecifických podmienkach športu	54
3.2.4 Vplyv telesného zaťaženia na rýchlosť pohybovej reakcie	62
3.2.5 Rýchlosť pohybovej reakcie v súťažných podmienkach	63
4 Metódy rozvoja a posudzovania senzomotorických funkcií	66
4.1 Zmeny senzomotorických parametrov bezprostredne po cvičení	67
4.2 Zmeny senzomotorických parametrov po dlhšie trvajúcom tréningu	76
Odporúčaná doplňujúca literatúra	90
Literatúra	91