

OBSAH

1. ÚVOD	7
TEORETICKÁ ČÁST	10
2. PROBLEMATIKA SOCIÁLNĚ PATOLOGICKÝCH JEVŮ MLADISTVÝCH	10
2.1 Příčiny a podmínky trestné činnosti nezletilých	10
2.2 Problematika rodinných vztahů	12
2.3 Výchovné poslání školy	15
2.4 Negativní vlivy mimorodinného a mimoškolního prostředí	19
3. OSOBNOST SOCIÁLNĚ NARUŠENÉHO JEDINCE	22
4. PREVENCE SOCIÁLNĚ PATOLOGICKÝCH JEVŮ DĚTÍ A MLADISTVÝCH	28
4.1 Primární prevence	29
4.2 Sekundární prevence	33
4.3 Terciální prevence	35
4.4 Systém zařízení pro náhradní výchovu v České republice	37
5. SOCIÁLNÍ UČENÍ	40
5.1 Vymezení pojmu socializace v souvislosti se vznikem delikventního chování	40
5.2 Sociální učení v oblasti tělesné výchovy a sportu.	42
5.2.1 <i>Komunikace a interakce v procesu záměrného sociálního učení</i>	<i>45</i>
5.2.2 <i>Koedukace a záměrné sociální učení</i>	<i>51</i>
5.2.3 <i>Pole záměrného sociálního učení v tělesné výchově a sportu</i>	<i>52</i>
5.3 Osobnost pedagoga v tělovýchovném procesu v etopedických zařízeních	55
6. VÝZNAM POHYBOVÝCH AKTIVIT V RESOCIALIZAČNÍM PROCESU V ETOPEDICKÝCH ZAŘÍZENÍCH	62
6.1 Sociální učení a poruchy chování	62
6.2 Argumenty pro uplatňování jógových cvičení v etopedických zařízeních	66
6.2.1 <i>Morálně etický odkaz jógy v současné ústavní převýchově</i>	<i>71</i>
6.2.2 <i>Dýchání a regulace negativních psychických stavů</i>	<i>74</i>
6.2.3 <i>Relaxace a koncentrace.</i>	<i>76</i>
VÝZKUMNÁ ČÁST	81
7. PROJEKT VÝZKUMNÉ STUDIE K UPLATNĚNÍ JÓGOVÉHO PROGRAMU V ETOPEDICKÝCH ZAŘÍZENÍCH	81
7.1 Výzkumné záměry, předpoklady, cíle a úkoly	81
7.2 Metodika	82
7.3 Organizace výzkumného šetření	86

8. VÝSLEDKY A DISKUSE	88
8.1 Analýza profilu svěřenců vybraných ústavů	88
8.2 Analýza rodinného prostředí	91
8.3 Výsledky a diskuse k postojovému dotazníku D1.	93
8.4 Postojový dotazník D2 - vliv sportování v minulosti na motivaci k pohybové aktivitě v současnosti	96
8.5 Sebepercepční škála POP	101
8.6 Výsledky motorických testů flexibility a jejich interpretace	114
8.7 Diskuse k dotazníku SORAD a k intervenční metodě	115
9. ZÁVĚR	121
PRAKTICKÁ ČÁST	124
STRUKTURA CVIČEBNÍ JEDNOTKY	124
Program	129
1. Co je jóga?	129
2. O dechu	131
3. O tom, kdo jsem	134
4. O umění uvolnit se	136
5. O neublíživání	139
6. O stravě a jejím vlivu	141
7. O tom, kam patřím	143
8. O umění soustředit se	145
9. O cestě k dospělosti	147
10. O lásce a partnerství	149
11. O spokojenosti	151
12. O sebepoznání	153
RELAXAČNÍ TECHNIKY A RELAXAČNÍ POSTUPY	156
JÓGOVÉ SESTAVY	159
JÓGOVÉ CVIKY - Zásady pro správné provádění	164
Rozdělení jógových cviků	164
Seznam a popis použitých cviků	167
10. LITERATURA	178
NĚMECKÝ SOUHRN - ZUSAMMENFASSUNG	
Geltendmachung von Yoga im Resozialisierungsprozess von Kindern und Jugendlichen	185