

OBSAH

Predhovor	4
1. Úvod do problematiky. Kineziologická propedeutika	5
1.1. Metódy skúmania v kineziológii	8
1.2. Základné biomechanické charakteristiky v kineziológii	9
1.3. Funkcie pohybového systému/sústavy, pohyb, základné pojmy	14
2. Pákové systémy	19
2.1. Pákový systém, základné pojmy, rozdelenie pák	19
2.2. Využitie svalovej sily	22
3. Svaly	23
3.1. Funkčné triedenie svalov	28
3.2. Kinematické reťazce	33
4. Posturálno - lokomočná motorika	36
4.1. Systémový model posturálneho riadenia. Základné pojmy	36
4.2. Posturálna stabilita a rovnováha	40
5. Kineziológia prototypových činností	41
5.1. Ľah	42
5.2. Sed	44
5.3. Stoj	48
5.4. Chôdza	50
6. Horná končatina, kineziológia a vybrané patokineziologické aspekty	59
6.1. Ramenný kĺb	60
6.2. Lakt'ový kĺb	68
6.3. Zápästie a ruka	73
7. Dolná končatina, kineziológia a vybrané patokineziologické aspekty	84
7.1. Bedrový kĺb	85
7.2. Kolenný kĺb	94
7.3. Členkový kĺb a noha	102
8. Chrbtica	114
8.1. Hlboký stabilizačný systém	120
8.2. Vybrané patokineziologické aspekty oblasti chrbtice	126
9. Viscerálna motorika	132
9.1. Respiračná motorika, dýchanie	132
10. Pohybové stereotypy	143
10.1. Vyšetrenie pohybového stereotypu extenzie v bedrovom kĺbe	145
10.2. Vyšetrenie pohybového stereotypu abdukcie bedrového kĺbu	146
10.3. Vyšetrenie pohybového stereotypu flexie trupu	146
10.4. Vyšetrenie pohybového stereotypu flexie hlavy a krku	147
10.5. Vyšetrenie pohybového stereotypu abdukcie v ramennom kĺbe	148
10.6. Vyšetrenie pohybového stereotypu kľuku - vzpor na horných končatinách	150
10.7. Vyšetrenie stereotypu dýchania	150
11. Syndrómy svalových dysbalancií	151
12. Hypermobilita	156
13. Svalové funkcie z pohľadu posturálnej ontogenézy	161
14. Záver	165
Literatúra	166