

OBSAH

Úvod	5
Krátký anatomicko-fysiologický přehled nervové soustavy	7
Somatická čili animální nervová soustava	7
Mozek	7
Mícha	13
Periferní nervy	15
Vegetativní nervová soustava	16
Základní funkce nervové soustavy	20
První a druhá signální soustava	25
Typy vyšší nervové činnosti	26
Indikace a kontraindikace ke sportu vzhledem k nervové soustavě	29
Organické choroby nervové soustavy	29
Funkční onemocnění nervové soustavy	32
Choroby periferní nervové soustavy	34
Věková indikace ke sportu	35
Význam subjektivních pocitů sportovce	37
Sportovní zranění nervové soustavy	38
Trening	41
Rozcvičení	45
Vliv sportu na nervosvalový aparát sportovce	49
Režim	53
Přetrenování	58
Závěr	62