

OBSAH

Úvod	5
----------------	---

I. kapitola

AKTIVNÍ TĚLESNÁ HMOTA A METODY JEJÍHO MĚŘENÍ	7
A. <i>Metody k měření složek lidského těla in vitro</i>	7
B. <i>Metody k měření složek lidského těla in vivo. Aktivní tělesná hmota — vymezení pojmu</i>	9
a) Metodika měření aktivní tělesné hmoty	12
b) Určení podílu tuku v těle	14
1. Postup při určování hustoty těla	19
2. Měření podkožního tuku kaliperem	23
C. <i>Zhodnocení pojmu aktivní tělesné hmoty a metod jejího měření. Vztah k různým funkčním veličinám. Možnosti ovlivnění rozvoje aktivní tělesné hmoty</i>	28

II. kapitola

PŘEHLED DOSAVADNÍCH NÁLEZŮ O SLOŽENÍ LIDSKÉHO TĚLA	32
A. <i>Podíl aktivní tělesné hmoty a tuku v lidském těle</i>	32
a) Věkové a pohlavní rozdíly	32
b) Změny složení těla při zvyšování a snižování váhy	35
c) Vliv tělesného pohybu a práce	37
B. <i>Rozvoj aktivní tělesné hmoty a tuku u mládeže</i>	38
C. <i>Zhodnocení literárních údajů a formulace otázek</i>	40

III. kapitola

ROZVOJ AKTIVNÍ HMOTY A DEPOTNÍHO TUKU V ONTOGENESE ČLOVĚKA	42
A. <i>Změny aktivní hmoty a depotního tuku ve vývoji mládeže</i>	43
a) Sledování rozvoje aktivní hmoty a depotního tuku měřením hustoty těla	43

b) Sledování rozvoje podkožního tuku metodou měření tloušťky kožních řas kaliperem	46
<i>B. Vztah celkového a podkožního tuku</i>	52
a) Vztah celkového a podkožního tuku u dětí	52
b) Prověření vztahu celkového a podkožního tuku u dospělých mužů naší populace	62
<i>C. Vztah celkového a podkožního tuku k somatotypu a stupni vývoje podle Wetzela</i>	68
a) Vztah hustoty těla k somatotypu a stupni vývoje u dětí	68
b) Vztah podkožního tuku k somatotypu a stupni vývoje u dětí	69

IV. kapitola

VLIV TĚLESNÝCH CVIČENÍ A PRÁCE NA ROZVOJ AKTIVNÍ TĚLESNÉ HMOTY A TUKU U MLÁDEŽE	75
<i>A. Rozvoj aktivní hmoty a tuku u trénující a netrénující mládeže</i>	76
<i>B. Důsledky přerušení tréninku u dívek adaptovaných na pravidelnou a intenzivní svalovou práci</i>	80
<i>C. Složení těla u fyzicky a duševně pracujících</i>	87
a) Rozvoj podkožního tuku u tělesně pracujících a studujících mládeže	87
b) Rozvoj podkožního tuku u fyzicky a duševně pracujících mužů	89

V. kapitola

SLEDOVÁNÍ TĚLESNÉHO SLOŽENÍ U OBESNÍCH DĚTÍ A JEHO ZMĚN PO REDUKČNÍ LÉČBĚ ZAMĚŘENÉ PŘEDEVŠÍM NA TĚLESNÝ POHYB	91
<i>A. Složení těla u obesních dětí</i>	92
a) Hustota těla obesních dětí	92
b) Rozvoj podkožního tuku u obesních dětí	94
<i>B. Longitudinální sledování účinku redukční terapie</i>	97
a) Výsledky redukční terapie u obesních dětí	97
b) Změny váhy a podílu tělesného tuku u dětí léčených na léčebně rekreačních soustředěních během školního roku	106
c) Změny některých funkčních ukazatelů u obesních dětí po snížení podílu tělesného tuku	110
d) Vztah ukazatelů lipidového metabolismu ke změnám podílu tuku po redukci	115
Souhrn	118
Literatura	124