

OBSAH

1	ÚVOD.....	8
2	PŘEHLED POZNATKŮ.....	11
2.1	Sportovní antropologie.....	11
2.1.1	Konstituční typologie.....	13
2.1.2	Typologie Sheldona a jeho následovníků – Heathové a Cartera.....	14
2.1.3	Kategorie somatotypů.....	16
2.1.4	Tělesné složení.....	23
2.2	Charakteristika věkové skupiny Infans II.....	26
2.3	Význam pohybu.....	28
2.4	Pohybový systém.....	30
2.5	Poruchy hybného systému.....	36
2.5.1	Svalové dysbalance.....	37
2.5.2	Pohybové stereotypy.....	41
2.5.3	Klinické syndromy.....	43
2.5.4	Hypermobilita.....	46
2.6	Aplikace obecných poznatků do sportovní praxe.....	48
2.6.1	Sportovní hry.....	49
2.6.2	Volejbal.....	50
2.6.3	Zdravotní aspekty volejbalu.....	52
3	CÍLE.....	54
4	METODIKA.....	56
4.1	Charakteristika výzkumných souborů.....	56
4.2	Antropometrie.....	57
4.3	Funkční analýza svalového systému.....	58
4.4	Zpracování výsledků.....	60
4.5	Tvorba metodického materiálu.....	60
5	VÝSLEDKY.....	62
5.1	Morfologická charakteristika.....	63

5. 1. 1	Analýza tělesného složení, BMI a Rohrerova indexu	69
5. 1. 2	Vyhodnocení kožních řas.....	84
5. 1. 3	Typologický rozbor.....	90
5. 1. 4	Biologický vývoj.....	98
5. 2	Stav svalových funkcí a hybných stereotypů.....	101
5. 2. 1	Výskyt svalového zkrácení.....	101
5. 2. 2	Výskyt svalového oslabení.....	105
5. 2. 3	Vyhodnocení pohybových stereotypů.....	109
5. 2. 4	Vyhodnocení hypermobility.....	113
5. 3	Metodický materiál.....	117
5. 3. 1	Funkční diagnostika svalového aparátu.....	118
5. 3. 2	Anatomický popis jednotlivých svalů a svalových skupin.....	119
5. 3. 3	Soubor korekčních cviků.....	120
6	DISKUSE.....	121
6. 1	Antropometrické parametry.....	121
6. 2	Typologie.....	138
6. 3	Biologický věk	151
6. 4	Svalové dysbalance.....	153
7	ZÁVĚRY.....	166
8	SOUHRN.....	170
9	SUMMARY.....	172
10	REFERENČNÍ SEZNAM.....	174
11	TABULKY.....	191
12	PŘÍLOHY.....	200
12. 1	Vyšetřování svalového aparátu	
12. 2	Protahování a posilování pro zdraví	