

ANOTACE:

Autor:	Hana Cardová
Instituce:	Rehabilitační klinika, LF v Hradci Králové
Název práce:	Využití tchaj-čchi v rehabilitaci u roztroušené sklerózy
Vedoucí práce:	Mgr. Jana Rybářová
Počet stran:	86
Počet příloh:	19
Rok obhajoby:	2014
Klíčová slova:	tchaj-čchi, roztroušená skleróza, účinky na lidský organismus, cvičební jednotky pro tchaj-čchi

Bakalářská práce obsahuje jak teoretický úvod ke cvičení tchaj-čchi, tak návrh možného využití tohoto čínského cvičení v praxi. Věnuje se jak historii, filozofii a účinkům tchaj-čchi na lidský organismus, tak průběhu jednotlivých cvičebních jednotek, které se konaly od října 2013 do března 2014. Praktická a hlavně empirická část je doplněna, pro větší názornost, mnohými audio a video přílohami.

Cíl práce je na souboru šesti respondentek s roztroušenou sklerózou ukázat blahodárné účinky tchaj-čchi na lidský organismus a porovnat je s výsledky studií publikovaných v zahraničí.