

Abstrakt

Název práce: Jezdectví jako pohybově relaxační aktivita

Cíle práce: Ověření prospěšnosti jízdy na koni pro zdraví člověka z hlediska metabolismu, působení na pohybovou soustavu a psychiku.

Metoda: Analýza odborné literatury, analýza pohybu jezdce na koni, pozorování, rozhovor, dotazování, dedukce.

Výsledky: Podávají ucelený přehled významu jezdectví pro zdraví člověka a potvrzují fakta uváděná v odborné literatuře. Výsledky jsou zaměřeny na zkoumání pozitivního působení jezdectví na lidský organismus z hlediska energetického krytí, spotřeby energie, působení na pohybovou soustavu a vlivu na psychiku člověka.

Klíčová slova: hipoterapie, jezdectví, kůň, pohybová soustava