

## PREDGOVOR

Udžbenik **Antropomotorika – teorija i metodika** namijenjen je prvenstveno studentima fakulteta sportskih nauka, fizičke kulture, odnosno sporta i fizičkog vaspitanja, menadžmenta u sportu, visokih strukovnih škola za trenere, pedagozima fizičke kulture, trenerima, fitness klubovima, sportistima i svima onima koji su uključeni u neki od oblika tjelesnog vježbanja.

Namjena ove knjige je i šira, pa se preporučuje i svima onima koji žele da se više upoznaju sa čovjekovim pokretom, njegovim kretanjem, kao i raznovrsnom tjelesnom aktivnošću i da, edukujući se, steknu korisna znanja koja će primijeniti u svakodnevnom životu u cilju zdravijeg života.

Motorika čovjeka se kao oblast izučavanja pojavljuje veoma davno, još u Staroj Grčkoj. Početkom proteklog vijeka, istraživanja čovjekove motorike, a posebno njegovih bazičnih motoričkih sposobnosti (snaga, brzina, izdržljivost, koordinacija, ravnoteža, preciznost, gipkost), veoma su intenzivna i prolazila su kroz razne faze: od posmatranja i opisa određenih fenomena vezanih za pokret i kretanje (deskriptivna faza), pa sve do primjene matematičkih i statističkih procedura i savremene informatičke tehnologije (faza matematizacije).

Sve ovo ukazuje na to da je oblast čovjekove motorike u žiži interesovanja prvenstveno stručnjaka za sport, fizičko vaspitanje i rekreaciju, a svakako i fiziologa, biohemičara, biomehaničara, psihologa, pedagoga, sociologa, menadžera u sportu i drugih stručnjaka, kao i sportista.

Čovjekovi potencijali (motorički-sportski, intelektualni, umetnički i drugi), mogu da se zaustave ili da ostanu samo na nivou talenta, ukoliko se na njih ne djeluje stimulatивно, odnosno, ako se oni ne neguju i ne razvijaju.

Antropomotoričke sposobnosti predstavljaju osnovu na kojoj se gradi kondiciona priprema sportista, bez koje danas nema vrhunskih sportskih rezultata.

Ljudski motorički potencijali veoma su veliki, o čemu govore vrhunski sportski rezultati u atletici, plivanju, sportskoj gimnastici, sportskim igrama, borilačkim sportskim granama, ekstremnim sportskim granama, tenisu i dr. Sigurno je da iza vrhunskih sportskih ostvarenja u bilo kojoj sportskoj grani ili disciplini, stoji dugotrajan, sistematičan i uporan rad, svakako zasnovan na stručnim i naučnim znanjima.

U ovoj knjizi prezentirani su mnogobrojni faktori koji doprinose i koji će i dalje doprinositi usavršavanju čovjekove motorike i njegovih motoričkih sposobnosti koje imaju odlučujući uticaj na ostvarenje vrhunskih sportskih rezultata. Pored teorijskog razmatranja, u knjizi je dat i

metodički pristup razvijanju prije svega, bazičnih motoričkih sposobnosti, što knjizi daje i praktičnu primjenljivost.

Autori za ovo izdanje udžbenika **Antropomotorike – teorija i metodika**, izražavaju zahvalnost izdavaču, Panevropskom univerzitetu „Apeiron“ i Fakultetu sportskih nauka.

Mišljenja, sugestije i primjedbe povodom izdanja ove knjige autori će sa pažnjom razmotriti. Prihvatiće sve dobronamjerne kritike, kako bi njeno eventualno sljedeće izdanje, bilo bolje.

U Banjoj luci, oktobra 2010. godine

Autori