

Предговор

Повећање популације старих особа у свету идентификовано је како од стране великог броја држава и влада тако и од великог броја међународних организација (Уједињене нације, Европска унија и др.) са трендом даљег повећања.

Истраживачи који проучавају старење, последњих деценија све више постају свесни повезаности и међусобног утицаја између старосног доба, његовог здравља, његових фитнес способности и нивоа физичке активности коју поседује. Познато је да је један од фактора који има значајну улогу у очувању способности и здравља људског организма управо физичка активност. Утврђивањем нивоа физичких активности као и проценом фитнес компоненти, могуће је радити на даљем праћењу, планирању, програмирању и промоцији физичких активности код старих особа, у смислу побољшања здравља. Такође, утврђивањем разлика у наведеним карактеристикама и способностима између полова, социодемографских група, година, степена ухрањености, може допринети бољем схватању тренутних антрополошких способности старих особа. Управо ово сазнање било је водстицај за објављивање овог рукописа.

Рукопис „Физичка активност и фитнес компоненте старих особа“ који је пред Вама, нема за циљ да обухвати све антрополошке карактеристике и способности старих особа, већ је покушај да сублимира резултате истраживања који су се односили на неке делове антрополошког простора старих особа Србије, а који су истраживани на основу пројекта „Физичка активност и фитнес компоненте старих особа“ (бр. ОИ 179056) финансираних од стране Министарства просвете науке и технолошког развоја Републике Србије.

Рукопис је припремљен је за шири аудиторијум читалаца, пре свега за оне који се професионално баве овом проблематиком. Може послужити и стручњацима других струка и научних подручја, јер пружа информације које могу бити корисне у њиховом свакодневном раду. Аутор је са сарадницима настојао да у границама својих могућности и на основу доступне литературе публикује рукопис, са циљем да исти послужи бржем и свестранијем обогаћивању и унапређењу знања из ове области. Аутор верује да ће бити у могућности да настави рад на даљем усавршавању и допуни овог рукописа, тако да сви добронамерни савети и сугестије како колега, тако и осталих читалаца који су заинтересовани за ово научно подручје, добродошли су.