

**САДРЖАЈ**

1. УВОД	2
1.1. Основна обиљежја рукомета	2
1.2. Настанак и развој рукометне игре	5
1.3. Приступна разматрања	6
2. ВРСТЕ ПРИПРЕМА У РУКОМЕТУ	10
2.1. Физичка припрема	10
2.2. Техничка припрема	11
2.3. Тактичка припрема	11
2.4. Психолошка припрема	11
2.5. Теоретска припрема	12
2.6. Интегрална припрема	12
3. ПРЕДМЕТ, ПРОБЛЕМ И ЦИЉ РАДА	13
3.1. Шутирања у рукомету	14
3.2. Дијагностика у спорту	16
3.3. Дијагностичке варијабле	21
4. КИНЕМАТИЧКА АНАЛИЗА РАЗЛИЧИТИХ ТЕХНИКА ИЗВОЂЕЊА СКОК ШУТА У РУКОМЕТУ	24
5. ЗАКЉУЧАК	38
6. ЛИТЕРАТУРА	39