

SADRŽAJ

1. UVOD	6
2. RAZVOJ DJECE I MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI	8
2.1. Uzrast do 18 mjeseci	8
2.2. Uloga odraslih kod razvoja motoričkih sposobnosti za djecu uzrasta do 18 mjeseci	9
2.3. Igre i aktivnosti uzrasta do 18 mjeseci	10
2.4. Uzrast od 18 - 24 mjeseca	14
2.4.1. Uloga odraslih u razvoju motoričkih sposobnosti kod djece uzrasta od 18 do 24 mjeseca	15
2.5. Igre i aktivnosti uzrasta od 18 do 24 mjeseca	16
2.6. Uzrast od 24 do 36 mjeseci	19
2.7. Uloga odraslih u razvoju motoričkih sposobnosti kod djece uzrasta od 24 do 36 mjeseci	20
2.8. Igre i aktivnosti uzrasta od 24 do 36 mjeseci	21
3. KARAKTERISTIKE DJECE PREDŠKOLSKOG UZRASTA	26
3.1. Motoričke sposobnosti	28
3.1.1. Snaga	28
3.1.2. Vježbe za razvijanje snage	29
3.1.3. Brzina	29
3.1.4. Koordinacija	30
3.1.5. Vježbe za razvijanje koordinacije	31

3.1.6.	Ravnoteža	32
3.1.7.	Vježbe za razvijanje ravnoteže	32
3.1.8.	Izdržljivost	33
3.1.9.	Vježbe za razvijanje izdržljivosti	34
4.	ZAKLJUČAK	35
5.	LITERATURA	36