

SADRŽAJ

1. UVOD	8
1.1. Distinkcija etimološkog određenja termina korektivna gimnastika.....	8
1.2. Distinkcija etimološkog određenja termina kineziterapija	10
1.3. Istorijski razvoj primjene pokreta u prevenciji i liječenju	13
1.4. Pojam i definicija korektivne gimnastike	18
1.5. Rast i razvoja kod djece.....	19
1.5.1. Podjela razvojne dobi	20
1.5.1.1. Mlađe predškolsko dijete (druga godina života).....	21
1.5.1.2. Predškolsko dijete u užem smislu (treća do ukušno šesta godina života) ..	22
1.6. Biomehanika donjih ekstremiteta	23
1.6.1. Anatomija zgloba koljena	23
1.6.2. Biomehanika zgloba koljena	24
1.6.3. Deformiteti na nivou zgloba koljena	26
1.6.4. Klinička slika kod djece sa „X“ nogama.....	27
1.6.5. Dijagnostika „X“ nogu	28
1.7. Uticaj vježbanja na organizam djeteta	29
1.8. Karakter vježbi u korektivnoj gimnastici	30
1.8.1. Pasivne vježbe	30
1.8.2. Aktivne vježbe	30
1.8.3. Aktivno potpomognute vježbe	30
1.8.4. Aktivne vježbe protiv savladavanja otpora	30
1.8.5. Vježbe disanja	31
1.9. Doziranje korektivnih vježbi	31
1.10. Indikacije i kontraindikacije u primjeni korektivnih vježbi	31
1.11. Osnovni principi korektivne gimnastike	32
2. KOREKTIVNE VJEŽBE KOD DJECE PREDŠKOLSKOG UZRATA SA X NOGAMA	33
2.1. Pojam X nogu	33

2.2. Primjeri vježbi za korekciju X nogu	36
2.3. Savjeti roditeljima djece koji imaju X noge	40
3. ZAKLJUČAK.....	41
4. LITERATURA	42