

САДРЖАЈ

ЗНАЧАЈ АНТРОПОМОТОРИКЕ У СПОРТУ	4
Тјелесна вјежба и њен утицај на адаптацију способности и особина спортиста.....	6
АУТОМАТИЗАЦИЈА ПОКРЕТА И КОМПЕНЗАЦИЈА ФУНКЦИЈЕ	10
КООРДИНАЦИЈА ПОКРЕТА	12
СТАЊЕ СУБЈЕКТА У ЦИКЛУСИМА АНТРОПОМОТОРИЧКОГ ВЈЕЖБАЊА.....	14
ОРГАНИЗАЦИОНИ ОБЛИЦИ И ФОРМЕ РАДА У АНТРОПОМОТОРИЧКОМ ВЈЕЖБАЊУ.....	16
КАРАКТЕРИСТИКЕ ЛОКОМОТОРНОГ АПАРАТА У ТЈЕЛЕСНИМ АКТИВНОСТИМА.....	19
Скелет.....	19
Мишићи.....	20
Механички рад мишића.....	21
Врсте мишићних контракција у антропомоторичком вјежбању.....	22
Енергетика мишићне контракције.....	24
Снага мишићне контракције у антропомоторичком вјежбању.....	24
Ефикасност мишићне контракције.....	26
УЗРОЦИ НЕЕФИКАСНОГ КРЕТАЊА У АНТРОПОМОТОРИЧКОМ ВЈЕЖБАЊУ.....	28
ХИПОТЕТСКА СТРУКТУРА АНТРОПОМОТОРИЧКИХ И ОСТАЛИХ ДИМЕНЗИЈА АНТРОПОЛОШКОГ ПРОСТОРА.....	29
Структура моторичких способности	29
Структура морфолошких димензија	32
Структура функционалних способности	33
Структура когнитивних способности.....	34
Структура конативних карактеристика.....	36
Структура социјалног статуса.....	38

РЕЛАЦИЈЕ АНТРОПОМОТОРИЧКИХ И ОСТАЛИХ ДИМЕНЗИЈА АНТРОПОЛОШОГ ПРОСТОРА	39
Релације моторичких способности и морфолошких карактеристика.....	40
Релације моторичких и функционалних способности.....	42
Релације моторичких и когнитивних способности	43
Релације моторичких способности и конативних карактеристика ..	45
Релације моторичких способности и социјалних карактеристика ...	47
РЕЛАЦИЈЕ НАСЛИЈЕЂА СА АНТРОПОМОТОРИЧКИМ И ДРУГИМ ДИМЕНЗИЈАМА АНТРОПОЛОШКОГ ПРОСТОРА	49
ОБЛИЦИ ПРИКУПЉАЊА ИНФОРМАЦИЈА О БАЗИЧНИМ И СПЕЦИФИЧНИМ АНТРОПОМОТОРИЧКИМ СПОСОБНОСТИМА.....	53
ОСНОВЕ АНТРОПОМОТОРИЧКОГ УЧЕЊА	56
Процес формирања моторичких навика.....	60
Међусобна повезаност антропомоторичких способности и моторичких навика	62
АНТРОПОМОТОРИЧКЕ СПОСОБНОСТИ И МЕТОДЕ РАЗВОЈА	64
Снага.....	65
Брзина.....	83
Изддрљљивост	92
Координација	103
Гипкост.....	107
Прецизност	111
Равнотежа.....	113
ТЕСТИРАЊЕ АНТРОПОМОТОРИЧКИХ СПОСОБНОСТИ...116	
ВЈЕЖБЕ ОБЛИКОВАЊА	123
Подјела вјежби обликовања	124
Избор вјежби.....	124
Функција и задаци вјежби обликовања	126
Терминологија вјежби обликовања	126
ЛИТЕРАТУРА.....	131