

**KOSINAC, Z. I KARIN, Ž. (2024). KINEZIOLOŠKA
AKTIVNOST – PRESTIŽNA ZNAČAJKA ZDRAVLJA DJECE
I MLADEŽI. MEDICINSKA NAKLADA.**



Postoje publikacije koje djelomično obrađuju pojedino područje tjelesne i zdravstvene kulture i praktičnog izvođenja pojedine tjelesne aktivnosti djece i mladeži. Trenutačno u našoj stručnoj literaturi ne postoji ovako sveobuhvatan prikaz svih aktivnosti i benefita koje svaka od njih donosi poboljšanju i održavanju visoke razine tjelesnog zdravlja mladih naraštaja u našoj populaciji. Ovo je osobito važno kada se ima na umu da spadamo među populacije s najvišim udjelom osoba s prekomjernom tjelesnom težinom (pretilih), što nepovoljno utječe na zdravlje populacije, dodatno opterećuje zdravstveni sustav i utječe negativno na radnu sposobnost.

Autori dr. sc. Zdenko Kosinac, prof. u miru i doc. prim. dr. sc. Željka Karin u djelu, sveučilišnom udžbeniku pod nazivom: *Kineziološka aktivnost – prestižna značajka zdravlja* u

izdanju Medicinske naklade, Zagreb i Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Splitu, nude nam kroz znanstveni i stručni pristup, prikaz, obradu i zaključak za sve ključne pojmove: kineziološka aktivnost, djeca i mladež, zdravlje. Jednostavnim, razumljivim, pristupačnim i lako čitljivim rukopisom, kroz četiri velika poglavlja (336 stranica), opisuju se vrijednosti tjelesne aktivnosti, svakodnevnog vježbanja, pravilnog utjecaja na rast i razvoj, poboljšanje i očuvanje zdravlja, potičući kreativnost i inkluzije različitosti, nadarenosti i kreativnosti svakog djeteta te ih s lakoćom približava čitatelju, prvenstveno roditeljima, odgajateljima, učiteljima/učiteljicama. Obilje pomno biranih slika i crteža upotpunjuje tekst te na taj način čini ovu knjigu posebno vrijednom i zanimljivom. Knjiga je pisana ne samo na temelju bogatog osobnog iskustva već i na temelju

stručne svjetske literature, pa je tim vrijednija.

Djelo je posve originalno i vrlo široko pristupa tjelesnoj aktivnosti djece i mladih osoba u cilju poboljšanja i očuvanja tjelesnog, pa i mentalnog, zdravstvenog stanja. Ovo je značajan doprinos razvoju kineziološke znanosti i praktičnog značaja kineziološke aktivnosti u očuvanju ili poboljšanju tjelesnih sposobnosti djece i mladeži, debljinom osobito ugrožene skupine u našoj populaciji. Stil pisanja, brojne slike i jednostavnost izričaja omogućavaju lako i razumljivo čitanje i savladavanje potrebnih znanja i vještina. Nakon svakog potpoglavlja autori navode pitanja na koja bi čitatelj trebao dati kvalificirani odgovor i pokazati znanje stečeno čitanjem ovog djela.

Objavljivanjem ove knjige može se reći: dobili smo vrijedan i stručni udžbenik – ne samo za edukaciju odgajatelja, učitelja i učitelja kineziologije u osnovnoj školi već je u pitanju i korisno stručno štivo studentima kinezioloških fakulteta, sportskim pedagozima, liječnicima školske i sportske medicine te širem krugu laika koji se bave prevencijom sportskih ozljeda, korekcijom posturalnih i zdravstvenih problema djece i mladeži primjenom kineziološke aktivnosti.

dr. sc. Hicela Ivon, u miru