



ВЕЖБАЊЕ И ЗДРАВЉЕ

ЗНАЊЕ НА ПОКЛОН

Свако креативно понашање у било којој области даје квалитет. Покрет има задатак да реално оптерећује организам моторички и функционално. Успомена на раније стање опасна је и зато моторна реедукација јесте неопходна за квалитет оптерећења. Сечена знања током примене тренажних програма чине сајединство формирања квалитета у напору.

Социјално понашање врло често значи и социјално опонашање, као начин да се без јасног критеријума и процене вредности прихватају већ формиране навике од других особа. Навике условљавају и формирање моторичких стереотипа. Моторички стереотипи изазивају функционални дефицит и несразмерну амортизацију коштано–зглобног система. Моторичка реедукација као фаза адаптације неопходна је како би се провериле моторичке способности, дефицити и функционалне вредности. Додатна опасност јесте субјективна процена.