

ne i estetske vrijednosti; t.o. se sprovodi u predškolskim ustanovama, školama, sp. organizacijama, JNA i dr.; predškolski t.o. prilagođen je dječjem uzrastu i razvija uspravno držanje i koordinaciju pokreta, sprečava tjele. deformacije i smišljenim prirodnim oblicima kretanje (trčanje, preskakivanje, puzanje) podstiče i razvija natjecateljski duh t.o. u JNA obuhvaća obaveznu nastavu t.o. (jutarnja gimnastika, satovi t.o. i sp. dani) i dobrovoljne sp. aktivnosti.

**tjelesno vježbanje**, prilagođavajući proces u kojem se sistematskom primjenom niza smišljenih motoričkih aktivnosti ostvaruju odgojni i obrazovni ciljevi, te natjecateljski, rekreacijski ili rehabilitacijski zadaci; jedinstveni odgojno-obrazovni proces, koji se sastoji od metodski organiziranog ponavljanja tjelesnih vježbi u cilju usvajanja određenih znanja, umijeća, sposobnosti i navika.

**tjelovježbena akademija** → *akademija*

**tjelovježbene kompozicije**, sastavi gimnastičkih vježbi bez sprava, sa spravama, na spravama, elementima akrobatike, folklor, plesa, pojedinih sp. grana, uz pratnju glazbe, recitacija i sl., i korištenjem koreografije. T.k. su: masovne sletse vježbe, specijalni sastavi (za nastup većih grupa kvalitetnijih vježbača, npr. simultane vježbe na spravama, preskoki, elementi akrobatike, prikazi metoda uvježbavanja raznih sp. grana i sl.), akademski sastavi i tjelovježbeni plesovi. Izvode se na raznim tjelovježbenim priredbama.

**tjelovježbeni ples**, dinamička kompozicija za koju koristimo najraznovrsnija gibanja ruku, nogu, trupa, skokove, trčanja, okrete, elemente akrobatike i sl.; izvodi se na već postojeće muz. kompozicije, a gibanja prelaze iz jednog položaja u drugi sliveno bez izdržaja. U suprotnosti s baletom, u t.p. noge imaju više prateći kontrastni zadatke, a vodeću ulogu imaju najraznovrsnija gibanja ruku i trupa. T.p. ima veliku sličnost s uspjelim kompozicijama modernog baleta, te poražene estetske vrijednosti ima i izražajne estetske kvalitete.

**tjelovježbeni sistem**, određeni sustav vježbi i metoda s nekim izrazitim karakteristikama koji ga razlikuje od drugih; poznati su: njem. (turnerski), franc. (prirodni), šved. (zdravstveno-gimnastički), češ. (sok.), engl. (sp.) i dr. Za svaki sustav karakteristična je vlastita sistematizacija vježbi, metodika i posebno naglašeni ciljevi.

**tjost**, dvoboj oštirim oružjem na viteškom turniru; jahači su često bili međusobno ograđeni ogradom; pravila natjecanja bila su slična onima u buhurtu.

**Tkač**, Anton (1951) čehosl. reprezentativac u biciklizmu, član armijskog kluba Dukla (Trenčín). Bio je prvi na Ol 1976 u sprintu na 1000 m. U istoj disciplini bio je prvi na PS 1974, 1976 i 1978. Osam puta je osvojio prvenstvo ČSSR u različitim disciplinama: u sprintu na 1000 m, u utrci na 1 km s letećim startom i utrci tandem.

**Tkačenko**, Vladimir (1957, sovj. košarkaški reprezentativac, zaslužni majstor sporta, član ekipe Stroitelj (Kijev); jedan od najviših košarkaša u svijetu (220 cm). Član reprezentacije SSSR koja je osvojila treće mjesto na Ol 1976 i 1980; prvo mjesto na PS 1982, drugo mjesto na PS 1978, drugo mjesto na PE 1975 i 1977, te prvo mjesto na PE 1979 i 1982.

**tkačev**, sp. gimnastika; element u vježbi na preči nazvan po sovj. gimnastičaru A. Tkačevu koji ga je prvi izveo; izvodi se iz velekovrtljaja nazad nathvatom visokim prednjom, puštanjem ruku premah raz-

nožni preko preče nazad do prednjih u visu nathvatom.

**Tkalčić**, Ljubomira (1953), reprezentativka u kuglanju, zaslužna sportašica Jugoslavije, članica KK Konstruktor (Maribor); prva u paru (s Pavicom Galošević) na PS 1978 u Luzernu (Švicarska).

**t.k.o.** → *nokaut*

**tlačiti**, meksikanska igra loptom, stari religiozni obred srednjoamer. grupe Indijanaca koji su guranjem lopte (laktom, koljenima, kukom ili stražnjicom) simbolizirali borbu božanstava (zvijezda i sunca). U ceremonije bile su vezane i ljudske žrtve.

**tobi geri** (jap.), karate; udarac, odn. grupa udaraca nogom u skoku koji se mogu davati prema naprijed (mae tobi geri) ili u stranu (yoko tobi geri).

**tobolac**, streličarstvo: pomoćni rekvizit za nošenje strijela, prije svega namijenjen ženama (muškarci najčešće nose strijele u zadnjem džepu hlače); izrađuje se od kože ili drugih materijala, obično u veličini br. strijela koliko je potrebno za jednu ili dvije serije gađanja. Uz to ima pretnac za tetive, štitnik za prste, olovku i sl.

**tocatto** (tal.), mačevanje; udarac oružjem ili dodir bodom na pogodajnu plohu.

**točak** → *opakovka*

**točnost gađanja**, streljaštvo: veličina odstupanja srednjeg pogotka od sredine mete.

**Todić**, Nikifor (1893), dipl. pravnik, sudac; sok. funkcionar, član dačke čete Srpskog sokola u Tuzli (1911-14). U veleizdajničkom procesu (1914/15) osuđen na 5 god. tamnice. Tajnik (1923-27) i starješina (1927-41) Sokolskog društva; od 1935 i starješina Sokolske župe Tuzla.

**Todorović**, Borivoj (1923), izvanredni profesor Fakulteta za fizičko vaspitanje u Beogradu. Objavio je brojne stručne i znanstvene radove s područja fiziologije fiz. napora.

**Todorović**, Božidar (1895-1942); dipl. pravnik; sp. funkcionar, jedan od osnivača i igrača Beogradskog sport kluba, član i predsjednik njegove uprave, te predsjednik i potpredsjednik Beogradskog loptačkog podsaveza i JNS.

**Todorović**, Slavko (1882-1917), džokej i trener. Završio školu za konjarstvo u Ljubčevu (1897-99); god. 1900-14 djelovao kao džokej i 1912 pobijedio u srp. derbiju, a 1921 i u prvom Jugoslavenskom derbiju s grlom Marom Resavkinjom. Od 1922 do 1947 djelovao kao trener.

**Todorović**, Stevan (1832-1925), muzičar, slikar, gimnastički pedagog. Osnivač Prvog srpskog društva za gimnastiku i borenje (1857); predsjednik Saveza sokolskih društava »Dušan Sini« (1910) te jedan od osnivača Srpskog loptačkog kluba Soko u Rimu. Počasni predsjednik Sokolske župe Beograd (od 1920).

**Todorović**, Vojo (1914), general-pukovnik JNA, član Savjeta federacije, borac u španj. građanskom ratu, nosilac Partizanske spomenice 1941 i Ordena narodnog heroja. Predsjednik Streljačkog saveza Jugoslavije (1951-63).

**Todosijević**, Miodrag (1941-82), reprezentativac u atletici u skoku uvis, član AK Crvena zvezda (Beograd); prvak Jugoslavije 1965, 1969, 1971 i Balkana 1968; prvi na Ol 1967. Sudjelovao na Ol 1968, PE 1969 i PE u dvorani 1969. Jednom je poboljšao i jednom izjednačio JR (1967 - 213 cm, 1969 - 213 cm).

**toe loop** (engl.) → *tulup*

**toka** (franc. toque), konjički sport: tamno-modra ili crna plišana kapa sa štitnikom, koju nose natjecatelji u preskakanju prepona i lovačkom jahanju.

**Tokár**, František (1922), čehosl. reprezentativac u stolnom tenisu; na PS osvojio 9 medalja (5 zlatnih, 2 srebrne, 2 brončane).

**toketa** (jap. raskinuto), džudo: naredba suca kojom objavljuje da je zahvat držanja raskinut. Povikom suca »osaekomi toketa!«

LJ. TKALČIĆ



TJELOVJEŽBENA  
KOMPOZICIJA