

ORIGINALNI NAUČNI RAD

Dejan Čeremidžić

Fakultet fizičkog vaspitanja i sporta, Istočno Sarajevo

UDK: 796.012.1.332

DOI: 10.7251/SIZ0218005C

POVEZANOST MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI SA SITUACIONO-MOTORIČKOM SPOSOBNOSTIMA MLADIH FUDBALERA

Sažetak:

Primarni cilj ovog rada je da se utvrde povezanost motoričkih sposobnosti i situaciono-motoričkih sposobnosti mladih fudbalera starosti 9 do 10 godina.. Povezanost prediktorskih varijabli sa kriterijskom varijablom utvrđena je regresionom analizom.. Utvrđena je Statistički značajna povezanost prostora motoričkih sposobnosti sa kriterijskom varijablom. Posmatrajući pojedinačnu povezanost varijabli sa kriterijskom jedino je varijabla sprint 10 metara visokim startom ostvarila statistički značajnu povezanost.

Ključne riječi: fudbal, motoričke sposobnosti, situaciono-motoričke sposobnosti, povezanost.

UVOD

Populacija koji je tretirana u ovom radu se nalazi u predpubertetskom periodu, periodu u kojem dječaci počinju da se transformišu u odraslog čovjeka. Rezultat ne smije biti prioritet u razvoj i treniranju ove populacije već kontinuiran razvoj fudbalera, koji će u svom kasnijem dobu demonstrirati vrhunsku fudbalsku tehniku u dinamičnim uslovima i igru sa maksimalnim ispoljavanjem kondicionih sposobnosti i kvaliteta. Treneri mlađih kategorija trebaju da posjeduju optimalan nivo znanja iz metodologije razvoja istraživanih motoričkih sposobnosti naročito sa uzrastom koji je predmet ovoga rada. Razvoj i stvaranje vrhunskog fudbalera zahtjeva temeljan i detaljan rad koordinisan od strane iskusnih trenera. Sa jedne strane, postavljaju se zahtjevi za usvajanje izrazito složenih tehničko-taktičkih znanja i vještina i istovremeno, sa druge strane, sveobuhvatni razvoj motoričkih sposobnosti. U ovom periodu kada posmatramo anatomske fiziološke aspekte, građa tijela se naglo mijenja tako da dječaci poprimaju drugačiji izgled, obim grudi kod dječaka se širi, miškulatura cijelog tijela je izraženija, donji ekstremiteti poprimaju drugačiji oblik, ustvari, dječaci su izloženi jednom burnom razvojnom periodu. Povećanje funkcije endokrinih žlijezda, pogotovo lučenje polnih hormona dovodi do povećane emocionalne razdražljivosti. Ove transformacije utiču na osnovne kretne aktivnosti kao i na funkcionalne sposobnosti dječaka u ovom uzrastu. Zbog osjetljivosti i naglog razvoja svih sposobnosti, mora se uzeti u obzir hronološki i biološki rast djeteta, tako da programi u školi fudbala moraju da se prave tako da imaju u vidu ovu činjenicu. Djeca u ovom uzrastu se razvijaju različito, pa tako imamo velike razlike u samom

izgledu, gdje jedni izgledaju kao desetogodišnjaci dok drugi čiji je nagli rast i razvoj krenuo ranije, izgledaju kao šesnestogodišnjaci. Dječaci istog godišta se razlikuju u biološkom rastu za četiri godine, što znači da u istoj ekipi imamo figurativno rečeno, desetogodišnjaka i šesnestogodišnjaka. Kada posmatramo motoričke sposobnosti koje su istraživane u ovom radu možemo reći da je njihov razvoj buran ali još uvijek skladan, dječaci svoje kretanje mogu da kontrolišu, razvoj brzine, eksplozivne snage i agilnosti u ovom periodu je znatan.

Problem ovog istraživanja je da se ustanovi da li postoji povezanost motoričkih sposobnosti sa situaciono-motoričkim sposobnostima mladih fudbalera uzrasta 9 do 10 godina

Predmet ovog istraživanja su motoričke i situaciono-motoričke sposobnosti mladih fudbalera

Cilj ovog istraživanja je bio da se istraže određene fizičke sposobnosti mladih fudbalera starosti 9-10 godina, odnosno da se utvrdi povezanost motoričkih sposobnosti sa situaciono-motoričkim sposobnostima.

Na osnovu postavljenog predmeta, problema i cilja istraživanja, postavljena je sljedeća hipoteza:

„Postoji statistički značajna povezanost motoričkih sposobnosti sa situaciono-motoričkim sposobnostima mladih fudbalera uzrasta 9 do 10 godina.

METOD RADA

Uzorak ispitanika

Uzorak ispitanika čini 25 selektovanih ispitanika uzrasta 9 do 10 godina.

Uzorak varijabli

Testovi motoričkih sposobnosti, prediktorski set:

1. 10 m sprint- visoki start.....M10s,
2. 20 m sprint-leteći start.....M20LS,
3. 30 m sprint.....M30S,
4. cik-cak test bez lopte.....MCC,
5. cik-cak test sa loptom.....MCCL,

6. skok iz počučnja bez zamaha ruku sa rukama na bokovima.....MVSP,

7. skok sa počučnjem sa zamahom rukama.....MVSZR,

8. test 7 uzastopnih skokova.....M7US

Metode obrade podataka

Za utvrđivanje povezanosti prediktorskih varijabli sa kriterijskom varijablom primjenjena je regresiona analiza

REZULTATI I DISKUSIJA

Na uzorku od 25 mladih selektovanih fudbalera iz škole fudbala „Olimp“ iz Pala izvršeno je istraživanje sa ciljem da se utvrdi povezanost motoričkih sposobnosti sa situaciono-motoričkim sposobnostima. Povezanost motoričkih i situaciono-motoričkih sposobnosti polaznika fudbalske škole „Olimp“ sa Pala obrađene je regresionom analizom. Na osnovu tabele 1 možemo zaključiti da je ustanovljena statistički značajna povezanost prediktorskih varijabli sa kriterijumom.

Tabela 1. Regresiona analiza

Regression Summary for Dependent Variable: MCCL

$R = .820$ $R_c = .673$ Adjusted $R_c = .53969062$

$F(7,17) = 5.019$ $p < .003$ Std.Error of estimate: .514

	BETA	St. Err. of BETA	B	St. Err. of B	t(17)	p-level
Intercpt			10.327	4.805	2.148	.046
M10M	.495	.196	2.767	1.099	2.517	.022
M20M	-.278	.255	-1.081	.991	-1.091	.290
M30M	.116	.172	.004	.006	.676	.507
MCC	-.012	.239	-.029	.576	-.051	.959
MVSP	-.353	.219	-.087	.054	-1.608	.126
MVSZR	-.405	.269	-.085	.056	-1.507	.150
MUS7	-.052	.203	-.010	.042	-.257	.799

Analysis of Variance; DV: MCCL (olimp19.sta)

	Sums of Squares	df	Mean Squares	F	p-level
--	--------------------	----	-----------------	---	---------

Regress.	9.288	7	1.326	5.019	.003
Residual	4.493	17	.264		
Total	13.781				

ZAKLJUČAK

Razlika koja je utvrđena u četiri od osam varijabli motoričkih sposobnosti potvrđuje hipotezu koja je postavljena u ovom istraživanju. Prostor brzine (razvoj maksimalne brzine i mogućnost ubrzanja), prostor snage (eksplozivna snaga) i prostor agilnosti (specifična agilnost tj. sposobnost kontrole lopte u uslovima brze promjene pravca kretanja) se razlikuju i u korist su starije grupe ispitanika. Ispitanici su u periodu senzitivnih faza navedenih motoričkih sposobnosti, što nam ukazuje na mogućnost maksimalnog razvoja ovih motoričkih sposobnosti kod ovih uzrasnih kategorija. Prostor brzine iako genetski dosta uslovljen, može da se unaprijedi posebnim programima za poboljšanje frekvencije pokreta, dužine koraka i tehnike trčanja, tako da životni period u kome se ispitanici nalaze treba iskoristiti za razvoj navedene motoričke sposobnosti, čiji je nivo jedan od najvažnijih u savremenom fudbalu. Jedna od mogućih metoda je SAQ metoda, metoda koju treneri sve više koriste i kod populacije koja je analizirana u ovom radu. U poređenju sa modelom za ovu uzrasnu kategoriju (model reprezentacije Srbije), možemo konstatovati da su polaznici škole fudbala „Olimp” na zadovoljavajućem nivou brzine i agilnosti, dok je prostor eksplozivne snage nedovoljno razvijen. Na osnovu dobijenih informacija treneri bi trebali pristupiti korekciji programa i pokušaju da ovu motoričku sposobnost podignu na jedan veći nivo, naravno uzimajući u obzir kvalitet i selekciju u školi fudbala „Olimp” Na osnovu ovih rezultata treneri koji provode plan i program fudbalske škole imaju uvid u trenutne sposobnosti svojih polaznika i na osnovu razlika koje su utvrđene, treneri treba da daju na uvid svakom dječaku individualno, šta treba da unaprijedi, kako kroz timski tako i kroz individualni trening i koju motoričku sposobnost u ovom periodu treba maksimalno razvijati. Treneri treba da svakom polazniku daju preporuke za dalji razvoj sposobnosti koje su ispod prosjeka u poređenju sa najboljim rezultatom, preporuke koje sadr- že tačno određene vježbe koje će se kontinuirano primjenjivati u vremenskom intervalu oko tri mjeseca nakon čega se preporučuje ponovno testiranje. Praćenje razvoja dječijeg organizma i senzitivnih faza u kojima se trenutno nalazi organizam testiranih sportista treba biti kontinuirano i sprovedeno na svakom pojedinačnom treningu, a poređenje sa modelima svakih šest mjeseci, kako bi se mogli analizirati i modifikovati razvojni i trenažni programi u cilju pravilnog razvoja i napretka ovih ispitanika u njihovoj daljoj fudbalskoj karijeri. Ako istraživani prostori ne budu pravilno razvijani u ovom periodu senzitivnih faza, njihov dalji napredak u kasnijoj životnoj dobi će biti limitiran.

LITERATURA

1. Aleksić V., Janković A. (2006), Fudbal. Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Beograd.
2. Perić, D. (2001), Statistika, Ideaprint, Beograd.
3. Radosav, R., Molnar, S. i Smajić, M. (2003), Teorija i metodika fudbala, Fakultet fizičke kulture, Novi Sad. Sporiš, G. Jovanović M.,

4. Kubla, B.(2010), Training Theory UEFA A, Football Academy-Croatian Football Federation, Zagreb
5. Željaskov C. (2004), Conditional training elite athletes. Sports Academy Belgrade.