

Mr Boris Nikolić

Studijski program za fizičku kulturu, Filozofski fakultet Nikšić

RELACIJE IZMEĐU MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI I SKOK – ŠUTA U KOŠARCI

1 UVOD

Košarka kompleksna aktivnost polistrukturalnih i strukturalnih kretanja, što znači da se akcije za vrijeme igre mogu samo realizovati uz udio niza motoričkih sposobnosti i morfoloških karakteristika. Kada se govori o košarci ili se samo misli na nju uvijek se u svijesti stvara slika efektno postignutih koševa. Da li se radi o početniku, kadetu ili vrhunskom košarkašu, čim igrač stupi na teren prvo što će igrač samoinicijativno da uradi je šut na koš prije početka treninga ili utakmice.

2 PROBLEM, PREDMET I CILJEVI ISTAŽIVANJA

Problem istraživanja je utvrđivanje bazično motoričkih sposobnosti i specifično – motoričke sposobnosti košarkaša pionirskog uzrasta.

Predmet istraživanja su relacije između bazično motoričkih sposobnosti i specifično – motoričke sposobnosti košarkaša pionirskog uzrasta.

Cilj se sastoji u utvrđivanju relacija prediktorskih varijabli (bazično motoričkih sposobnosti) na kriterijumsku varijablu (specifično - motoričku sposobnost).

3 METOD ISTRAŽIVANJA

3.1 Uzorak ispitanika

Uzorak ispitanika čini 100 košarkaša uzrasta od 12-14 godina, polaznika škola košarke u Nikšiću. Da bi mogli ući u uzorak ispitanika košarkaši su morali zadovoljiti neke kriterijume:

- da su klinički zdravi i bez tjelesnog tjelesnog
- da imaju četiri treninga nedjeljno i da su pod stručnim nadzorom.

3.2 Uzorak varijabli

Prilikom izbora varijabli vodilo se računa da one zadovoljavaju osnovne metrijske karakteristike, da su prikladne uzrastu i objektivnim materijalnim i prostornim uslovima.

3.2.1 Testovi za procjenu bazično - motoričkih sposobnosti

a) Preciznost

1. Pikado – (BPIK).
2. Gađanje horizontalnog cilja rukom – (BGHOC).
3. Gađanje vertikalnog cilja nogom – (BGVEC).

b) Brzina

4. Taping rukom – (BTARUK).

5. Taping nogom – (BTANOG).
6. Pljesak rukama – (BPLJRUJ).
- c) Koordinacija
 7. Provlačenje i preskakanje – (BPROPR).
 8. Koraci u stranu – (BKOST).
 9. Okretnost palicom – (BOKPAL).
- d) Eksplozivna snaga
 10. Troskok iz mjesta – (B3UDALJ).
 11. Bacanje košarkaške lopte sjedeći – (BBALOS).
 12. Trčanje na 20 metara visokim startom – (BT20VS).
- e) Repetitivna snaga
 13. Podizanje trupa – (BPOTR).
 14. Zakloni – (BZAKT).
 15. Sklekovi – (BSKLEK).
- f) Gipkost
 16. Špagat – (BŠPAG).
 17. Duboki pretklon – (BDPREK).
 18. Iskret palicom – (BISK).

3.2.2 Test za procjenu preciznosti ubacivanja lopte u koš

Procjena specifično-motoričke sposobnosti preciznosti ubacivanja lopte u koš vršena je primjenom testa koji je napravljen kao višejtemski (serija od 10 šuteva). Ubacivanja u koš su izvođenja sa mjesta i iz skoka. Ubacuje se direktno u koš bez upotrebe table.

-*Skok-šut sa mjesta, različitog rastojanja, istog pravca*-(SSKSUT). Test se radi u paru, dok jedan ispitanik šutira, drugi mu vraća loptu. Tačka A se nalazi na sredini isprekidanog kruga slobodnog bacanja. Tačka B je na sredini linije slobodnog bacanja, a C je na liniji 6,25 m iza tačke B. Ispitanik šutira bez upotrebe table i ima 10 pokušaja. Upisuje se broj ubačaja.

3.3 Metode obrade podataka

Za svaku izmjerenu varijablu izračunati su sledeći centralni i disperzioni parametri. Uticaj prediktorskih varijabli (bazično-motoričkih sposobnosti) na kriterijumsku varijablu (specifično - motoričku sposobnost) utvrdjene su standardnom regresionom analizom. Izračunat je koeficijent multiple korelacije (R_0), koeficijent determinacije kriterijumske varijable (DELTA), regresioni koeficijent (BETA), značajnost regresionih koeficijenata $Q(BETA)$, relizovani nivo značajnosti (t) kao i standardna greška BETA koeficijenta (B).

Svi koeficijenti korelacija smatraju se statistički značajnim sa pouzdanošću zaključivanja od 0.95 (na nivou značajnosti 0.05).

4 REZULTATI ISTRAŽIVANJA I DISKUSIJA

Rezultati regresione analize u **Tabeli 1** pokazuju da su dobijeni rezultati u varijabli **Skok-šut sa mjesta, različitog rastojanja, istog pravca** –SSKSUT (kriterijumska

varijabla) na osnovu sistema bazično-motoričkih varijabli (prediktorski sistem) statistički značajni na nivou $Q=.000$. Postignuti rezultati kriterijumske varijable i prediktorski sistem imaju 50% zajedničkih informacija o čemu govori koeficijent determinacije $DELTA=.503$, a potvrđuje koeficijent multiple korelacije $Ro=.710$.

Analizom uticaja pojedinačnih bazično-motoričkih testova na osnovu regresionih koeficijenata (BETA) i njene značajnosti $Q(BETA)$ može se konstatovati da statistički značajan uticaj na kriterijumsku varijablu imaju varijable **Troskok iz mjesta – B3UDALJ** ($BETA=-.250$) na nivou značajnosti $Q(BETA)=.038$ i **Duboki pretklon – BDPREK** ($BETA=.213$) na nivou $Q(BETA)=.025$.

Na osnovu interpretacije rezultata regresione analize može se zaključiti da će ispitanici sa većom eksplozivnom snagom i većom gipkošću postizati bolje rezultate u varijabli **Skok-šut sa mjesta, različitog rastojanja, istog pravca –SSKSUT**.

Tabela 1. Regresiona analiza varijable *Skok-šut sa mjesta, različitog rastojanja, istog pravca sa sistemom bazično-motoričkih varijabli*

VARIJABLA	B	t	BETA	Q(BETA)
BPIK	.139	1.165	.130	.248
BGHOC	6.328	.866	.076	.389
BGVEC	-.123	-.897	-.101	.372
BTARUK	.110	.992	.138	.324
BTANOG	.273	1.814	.266	.073
BPLJRUJ	.125	.727	.065	.470
BPROPR	-7.677	-.600	-.058	.550
BKOST	-.329	-1.630	-.180	.107
BOKPAL	-.103	-.762	-.073	.448
B3UDALJ	-1.588	-2.109	-.250	.038
BBALOS	-.192	-.695	-.083	.489
BT20VS	-.380	-.303	-.034	.762
BPOTR	1.622	.173	.016	.863
BZAKT	1.428	.448	.048	.655
BSKLEK	6.299	.111	.013	.912
BŠPAG	-2.169	-1.369	-.120	.175
BDPREK	9.695	2.291	.213	.025
BISK	1.371	.650	.060	.518

$Ro=.710$ $DELTA=.503$ $Q=.000$

5 ZAKLJUČAK

Ovim istraživanjem je utvrđena povezanost i uticaj prediktorskih varijabli (bazično – motoričkih sposobnosti) na preciznost šutiranja u košarci.

Sistem prediktorskih varijabli predstavljalo je 18 bazično-motoričkih testova, a kriterijumsku jedna specifično –m otorička varijabla.

Rezultati obrađeni regresionom analizom su pokazali statističku značajnost prediktorskog sistema na kriterijum.

6 LITERATURA

1 Bala, G. (1990): *Logičke osnove metoda za analizu podataka iz istraživanja u fizičkoj kulturi*, FFK, Novi Sad.

2 Blašković, M. (1978): *Relacije morfoloških karakteristika i motoričkih sposobnosti*, Kineziologija 7 (1-2): 51-65.

3 Jovanović, D. (1994): *Metrijske karakteristike kompozitnih testova primarnih situaciono – motoričkih sposobnosti preciznosti ubacivanja lopte u koš i njihova faktorska valjanost*, (magistarski rad), FFK, Novi Sad.

4 Nikolić, B. (2006): *Relacije između morfoloških karakteristika, bazično i situaciono motoričkih sposobnosti košarkaša starijeg pionirskog urasta*, (magistarski rad), FFK, Novi Sad.

5 Pavlović, M. (1983): *Testiranja i mjerenja u košarci*, FFK, Sarajevo.

6 Rubin, P. (1997): *Efektivnost različitih programa trenajnog procesa košarkaša*, (doktorska disertacija) FFK, Novi Sad.

7 Trninić, S., Dizdar, D. i saradnici (2001): *Znanstvena istraživanja košarkaške igre*, VICTA d.o.o., Zagreb.

SUMMARY**RELATIONS BETWEEN MOTOR ABILITIES AND JUMP – SHOT IN BASKETBALL**

The sample of 100 basketball players aged between twelve and fourteen, was subjected to the testing of motor abilities and specific motor abilities. The system of anticipated variables consisted of eighteen tests.

Results were statistically processed and presented in the relevant tables which were discussed in the text.

The key words are: *basketball, the motor abilities, specific motor abilities, prediction, criterion.*

**SPORT MONT**CRNOGORSKA
SPORTSKA
AKADEMIJAMONTENEGRIN
SPORT ACADEMY

sportmont@cg.yu