

Doc.dr Budimir Bijelić,
Mr Jovica Petković,
Filozofski fakultet - Nikšić

PRILOG SELEKCIJI U ODBOJCI

1. UVOD

Prva obučavanja u odbojci obično počinju: u osnovnim školama, u vančasovnim aktivnostima, u školskim sportskim sekcijama, u klupskim školama odbojke i slično. Za svako obučavanje, pa i za obučavanje u odbojci, važi princip da je dobro početi što ranije. Međutim, kod obučavanja u odbojci postoje biološka - razvoja ograničenja koja se ispoljavaju u psihofizičkim karakteristikama vezanim za različite uzraste djece.

Osnovno ograničenje u počinjanju kvalitetnog obučavanja u odbojci odnosi se na relativno kasno uspostavljanje percepcije predmeta (lopte) koji se kreće u različitim pravcima od/do djece. U odbojci ova percepcija lopte ne stabilizuje se prije sedme godine, čak ni kod nadarenih za ovakve vrste aktivnosti.

Dakle, obučavanje u odbojci moglo bi započeti u osmoj godini života, uzimajući u obzir i ostala različita ograničenja za kvalitetnu organizaciju i efikasnu metodologiju, smatra se da obučavanje u odbojci može (i treba) započeti i kod djevojčica i kod dječaka sa navršениh deset godina života. (Tomić-Nemec, 2002.).

Da bi sportski put “ka vrhu” bio ispravan potrebno je uporedo sa obučavanjem vršiti i selekciju učesnika kroz najmanje tri faze: osnovnu, tekuću i konačnu.

2. SELEKCIJA U ODBOJCI

Cilj selekcije u odbojci podrazumijeva precizno (što preciznije) određivanje nivoa selektivnosti kao polaznoj osnovi za uspješno učešće djece u obučavanju i kasnijem “putu” prema sportskom vrhu. Nivo selektivnosti može biti različit: od najnižeg klupskog stepena takmičenja do sastava selekcije nekog područja ili reprezentacije države.

Ispravno bi bilo planirati, očekivati i usmjeravati sve aktivnosti u nekoj odbojkaškoj sredini isključivo na osnovu stručno utvrđenih prognoza. Stručna selekcija na taj način neće biti prepreka masovnoj odbojci, naprotiv, pomoći će da se odmah mogu utvrditi pretpostavke za moguće domete, putevi i aktivnosti vezani za jasne ciljeve i mogućnosti pojedinaca, manjih grupa ili šire populacije (kadrovi, uslovi, troškovi itd.).

Sportska selekcija vrši se na osnovu uočavanja i ocjene određenih i vidljivih kvaliteta sportiste - sposobnosti koje se posmatraju u dijalektičkom jedinstvu urođenih kvaliteta i stečenih svojstava u procesu treninga.

Praksa u sportskim takmičenjima je pokazala da su za postizanje vrhunskih sportskih rezultata potrebni takmičari sa izuzetnim kvalitetima, koji im garantuju postizanje visokih rezultata u određenoj grani sporta. Odatle i potiče potreba pronalaženja takvih obdarenih mladih sportista za koje se može pretpostaviti da uz adekvatne pripreme (proces treninga) mogu postići visoka sportska ostvarenja.

Poznato je da u odbojkaškoj praksi funkcionišu dva pristupa selekciji, kao najva-

žnijem postupku za uspješno obučavanje i usavršavanje mladih sportista. - odbojkaša. Ta dva pristupa su: **prirodna i laboratorijska selekcija.**

Prirodna selekcija se zasniva (uglavnom) na vizuelnoj procjeni uspješnosti nadigravanja djece u odbojci. Za ovaj pristup selekciji poželjno je imati u opticaju veliki broj djece koja će postepeno iz kvantiteta prelaziti u kvalitet. Takođe, ovakva selekcija ne pretpostavlja visoku stručnost jer je specifična odbojkaška uspješnost veoma uočljiva.

Nedostaci prirodne selekcije: neophodnost obučavanja velikog broja djece da bi se donekle mogla očekivati pojava talentovanih za vrhunske rezultate; relativno kasni početak obučavanja; sporost u obučavanju koje traje relativno dugo (4 - 6 godina), relativno kasni pristup sticanju takmičarskog iskustva itd.

Laboratorijska selekcija predstavlja pristup koji se zasniva na nekoliko osnovnih principa: perceptivnom razvoju i završetku procesa laterizacije (desnoruki, ljevoruki) najduže do 10.god. života; preciznom određivanju nivoa selekcije gdje postoje različiti nivoi gradacije; analizi psihofizičkih svojstava koja su relevantna za uspješno nadigravanje u odbojci i td.

Dakle, laboratorijska selekcija se ne bavi procjenama uspješnosti u nadigravanju (kao u prirodnoj selekciji) već istraživanjem svih kvaliteta pojedinaca koji mogu dati očekivane rezultate u toku budućeg razvoja. Detaljna laboratorijska selekcija obuhvatala bi veći broj ispitivanih varijabli iz različitih područja: antropologije; tipologije naslednih osobina; psihološke karakteristike (prilagodljivost, motivacija, sposobnost podnošenja osujećenja, napora, bola itd.); socijalni potencijali i sl.

Po pravilu, postizanje uspjeha u sportu određeno je kompleksom sposobnosti i djelovanja. Međutim, visok nivo razvitka i posjedovanja sposobnosti ili karakteristika nekog sportiste ne garantuje (uvijek) uspjeh i visok nivo sportskih ostvarenja. Potrebno je i mnogo drugih faktora njegove ličnosti (motivacija i sl.) i uslova za razvoj i napredovanje.

Međutim, izvanredni sportski rezultati i ostvarenja dostupni su samo onima koji na “tom putu” imaju što manje ograničenja i smetnji u ukupnom ispoljavanju karakterističnom za određenu sportsku disciplinu.

3. TJELESNA VISINA KAO FAKTOR SELEKCIJE U ODBOJCI

Zavisno od cilja selekcije moguće je vršiti ispitivanje većeg ili manjeg broja varijabli, što će u konačnom rezultatu značajno uticati na preciznost prognoze u postupku laboratorijske selekcije.

Jedna od osnovnih varijabli koja se ispituje u svakoj selekciji u odbojci je tjelesna visina (TV) ispitanika. Zavisno od nivoa očekivanog postignuća testiranog uzorka ispitanika potrebo je imati pouzdanu procjenu očekivanog rasta pojedinca od sadašnje tjelesne visine (STV) do konačne tjelesne visine (KTV), koja predstavlja jednu od ključnih osobina igrača sa direktnim uticajem na njegova ostvarenja u odbojkaškom nadigravanju.

Ne treba detaljno dokazivati da igrači visokog rasta, u odnosu na niske, imaju određene prednosti u napadu i odbrani. Stoga se povećanje tjelesne visine odbojkaša odnosi i na dizače. I kao specijalisti, visoki dizači imaju određene prednosti, kako pri dizanju

tako i pri izvođenju ostalih elemenata igre, posebno onih na mreži (smečiranje “prve lopte”, zadržavanje lopte koje se prihvataju iznad mreže koje pokazuju tendenciju prelaska preko mreže a upućene su ka dizaču, dizanje položene “Alme”, blokiranje, itd.).

Kod ekipa koje se ispoljavaju visokim nivoom uspješnosti u nadigravanju obično je blokiranje jedan od elemenata visoke umješnosti i efikasnosti. Ako su blokeri, uz to, i vrlo visoki igrači, oni najčešće onemogućavaju uspješno smečovanje ili “kuvanje” iza bloka. U takvim slučajevima nije potrebno kontinuirano zaštićavanje bloka. Takve ekipe ostaju sa trojicom igrača u zoni odbrane i obično igraju u odbrani sistemom “uglom nazad”. Sve dotle dok se u ekipi ne postigne visoki nivo nadigravanja u odbrani (prvenstveno blokiranjem), preporučuje se primjena sistema “uglom naprijed”.

I za druge elemente odbojkaške tehnike veoma je značajna dohvatna visina sa tla (npr. kod servisa). U nekim drugim elementima (npr. u odbrani polja) dohvatna visina se pretvara u raspon ruku primijenjen u svim mogućim smjerovima ispružanja. Ovi primjeri se mogu dopuniti i mnogim drugim, koji ukazuju na neophodnost povećanja dohvatne visine sa tla i ukazuju na potrebu da odbojkaši budu što visočiji. To nije jednostavno ostvariti. Odbojkaši spadaju u kategoriju sportista kod kojih je neophodno ispoljavanje eksplozivne snage, brzo reagovanje na vizuelne draži i relativno visoka spretnost u odnosu na loptu i tlo po kojem se kreću u toku nadigravanja. Sve to i još mnogo drugih karakteristika i uslova prilikom odbojkaškog nadigravanja, ukazuje na potrebu da se uz visinu igrača “nadograđuje” i prilično drugih sposobnosti i osobina.

4. CILJ RADA I REZULTATI ISTRAŽIVANJA

Polazeći od prethodnih činjenica iznesenih u ovom radu, izvršeno je testiranje sadašnje tjelesne visine (STV) i izračunavanje očekivane konačne tjelesne visine (KTV) za 74 ispitanika/ce koje predstavljaju osnovu mladih ženskih selekcija u nikšićkim odbojkaškim klubovima “Sutjeska” i “Nik-voley”

Cilj ovog ispitivanja sastojao se u preciznijoj stručnoj provjeri uspješnosti prirodne selekcije u odnosu na varijablu konačne tjelesne visine (KTV) u ženskim omladinskim selekcijama nikšićkih odbojkaških klubova.

Ukupan uzorak ispitanica iznosio je 74 osobe, ženskog pola, starosti od 10 - 17 god. Sadašnja tjelesna visina (STV) je mjerena na standardan način, Martinovim antropometrom u sali za treninge (u poslijepodnevnom terminima).

Konačna tjelesna visina (KTV) je računata prema formuli koju su koristili i publikovali naši odbojkaški stručnjaci (Tomić - Nemeč 2002.god.) koja glasi:

$$KTV = \frac{STV \times 100}{\text{faktor korekcije}}$$

Faktor korekcije visine može se koristiti iz priložene tabele za djevojčice i dječake do 16 odnosno 18 godina starosti.

Tabela 1. Faktor korekcije visine

UZRAST	DJEVOJČICE	DJEČACI
0,6	39,8	37
1	44,8	42
2	52,2	48,6
3	57	53
4	61,5	57,8
5	66	61,7
6	71	65,5
7	74	69,3
8	77,5	72
9	81	75
10	84	78,1
11	87,2	81
12	91,7	83,8
13	95,5	87,3
14	98	91,5
15	99	95,5
16	99,8	97,7
17	-	98,8
18	-	99,6

2): Rezultati procijenjene (izračunate) konačne tjelesne visine (KTV) uzorka (tabela

Tabela 2.

KTV (cm)	BROJ	%	
do 170	22	29,73	
170 - 175	19	25,68	55,41
175 - 180	15	20,27	
180 - 185	9	12,16	32,34
od 185 - 190	6	8,11	
preko 190	3	4,05	12,16
UKUPNO	74	100	100

Osim podataka iz tabele 2. u ispitivanju se došlo i do nekih drugih činjenica:

- izmjerena MAX sadašnja tjelesna visina (STV MAX) iznosi 180 cm, dok MIN STV iznosi 127 cm.

- izračunata MAX KTV = 194 cm a MIN KTV = 151 cm.

Takođe, MIN STV = MIN KTV (ista osoba), dok MAX STV nije MAX KTV (nije ista osoba).

Analizirajući dobijene rezultate iz tabele br.2 moguće je zaključiti da najveći broj djevojčica u ovom uzorku može imati očekivanu tjelesnu visinu do 170 cm ili 29,73%, ili od 170 - 175 cm = 25,68%, što predstavlja nižu odbojkašku visinu.

Prosječnu odbojkašku visinu od 175 - 180 cm može dostići 20,27% ili od 180 - 185 cm 12,16% djevojčica.

Visinu preko 185 cm za najviši rang takmičenja, prema iskustvima jugoslovenske škole odbojke (Tomić - Nemeć, 2002. god.), u ovom uzorku može dostići 12,16% djevojčica, od kojih 4,05% može imati visinu preko 190 cm.

Očigledno je da sadašnji sastav ispitivanog uzorka, koji je formiran prirodnom selekcijom ili lićnom željom, u najvećem procentu (55,41%) neće moći svojom visinom zadovoljiti zahtjeve kvalitetnije klupske odbojke, dok će njih 32,43% moći da zadovoljavaju zahtjeve klubova u prosječnim nivoima takmićenja.

Samo njih 12,16% svojom očekivanom visinom moći će zadovoljiti zahtjeve odbojkaškog nadigravanja u najvišim rangovima takmićenja, pod uslovom maksimalnog razvoja ostalih sposobnosti i znanja potrebnih za najveća ostvarenja u ovom sportu.

5. ZAKLJUČAK

Izračunavanjem konaćne tjelesne visine (metodom jugoslovenske laboratorijske selekcije) i analizom dobijenih rezultata, moguće je zaključiti da sadašnji sastav mladih selekcija u nikšićkim ženskim odbojkaškim klubovima ima sljedeće karakteristike: 12,16% djevojčica može očekivati konaćnu tjelesnu visinu preko 185 cm, koja im omogućava razvoj za najviši rang takmićenja; njih 32,43% može očekivati visinu od 175 - 185 cm, koja će im omogućivati da se usavršavaju u nivou prosjećnih klupskih takmićenja, dok preostalih 55,41% djevojčica može očekivati konaćnu tjelesnu visinu u rasponu do 175 cm, koja ih može znaćajno ogranićavati u kvalitetnijem razvoju i nadigravanju u odbojkaškom sportu.

Dakle, u ovom uzorku, pretpostavlja se da prirodnom i slučajnom selekcijom u tjelesnoj visini nije obezbjeđen adekvatan procenat mladih odbojkašica od kojih bi se mogao u budućnosti očekivati razvoj kvalitetnijeg i najvišeg ranga takmićenja.

LITERATURA

1. Janković, V., Marelić, N. (2003): **Odbojka za sve**. Autorska naklada, Zagreb.
2. Kostić, R. (1999): **Odbojka-tehnika i taktika**. SIA, Niš.
3. Tomić, D. (1985): **Strategija fundamentalne taktike u odbojci budućnosti**, Fizićka kultura, br.5, str.332-341, Beograd.
4. Tomić, D., Nemeć, P. (2002): **Odbojka u teoriji i praksi**. SIA. Beograd.
5. Fidler, M. (1983): **Savremena odbojka**. NIPRO "Partizan", Beograd.

SUMMARY

CONTRIBUTION TO SELECTION IN VOLLEYBALL

The aim of making selection in volleyball is to determine on a precise basis rate of selectivity as a starting point to gain successful involvement of young population in training, which can greatly help them in a subsequent stage to "clear their way" for high sports achievements. So, the imperative is to select young talented sportsmen who are surely predisposed for sports and who can, provided that they are properly instructed and trained, achieve high scores.

74 female volleyball players, playing for some local teams, age 10 - 17, have undergone testing for determining of their actual physical height in order to estimate their ultimate height levels.

The test results obtained from the random sampling showed that for 12,16 % of the female volleyball players ultimate height of above 185 cm is expected what is advantageous for achieving good sports development and high rank competitions; 32,43 % of them are expected to reach height levels between 175 and 185 cm what is promising for improving their personal abilities in medium-rank team competitions, while the remaining 55,41 % are expected to reach ultimate height less than 175 cm what may seriously restrain them in proper physical development or outplaying in volleyball games.

Key words: selection, ultimate physical height.



Nagrađena i CSA: Sa dodjele priznanja i pehara najboljima u Bijelom Polju