

*Stipe Blažević,
Ratko Katić,
Vatromir Srhoj*

PREDUVJETI DEFINIRANJA SPECIFIČNIH PROGRAMA SPORTSKOG RAZVOJA MLADIH RUKOMETAŠICA

1. UVOD

Sportski dometi u bilo kojoj kineziološkoj aktivnosti očividno u velikoj mjeri ovise o početnoj, statusnoj poziciji pojedinaca koji su u takve aktivnosti uključeni. Kod jako malih skupina, kakve su u pravilu sportske ekipe, teško je precizno odrediti pravila koncipiranja programiranog rada skupine, a time i individualnih programa. Ovo sve čak i pod pretpostavkom da su globalni ciljevi cijele sportske ekipe prethodno precizno utvrđeni. Kod sportskih igara, problemi se dodatno povećavaju zbog brojnih interakcija između pojedinaca koji sudjeluju u transformacijskom procesu stvaranja ekipe. Zato uopće nema dvojbe kako utvrđivanje inicijalne pozicije svakog pojedinca ima osobito značenje i u smislu programiranja volumena, i u smislu određivanja modela, pa čak i izbora sadržaja takvog rada. Iz navedenih razloga čini se ključnim utvrditi dostatno egzistentne skupine unutar uzorka ili ekipe, i potom ih podvrgnuti tretmanu koji vodi konvergenciji tj. realizaciji globalnih ciljeva.

2. CILJ I METODE

Veći broj mladih rukometašica sportske rukometne škole podvrgnut je specifičnom transformacijskom postupku s ciljem postizanja statusa koji omogućava vrhunske domete. Nakon 4 godine, u dobi od 13 godina zadržan je selektirani uzorak od 155 sportašica. Upravo i s ciljem verifikacije programiranog rada izmjerene su sa 26 morfološko-motoričkih varijabli. Od 155 djevojčica njih 19 u seniorskoj dobi postiglo je izuzetne sportske rezultate.

Cilj ovog rada je pokazati kako je za odgovarajuće programiranje sportskih sadržaja nužno utvrditi specifičnost statusa djevojčica unutar općih biomotoričkih parametara. Rezultati su obrađeni taksonomskom analizom radi usporedbe subgrupa u uzorcima od 155 i 19 djece.

3. REZULTATI I RASPRAVA

U Tabeli su taksoni cijelog uzorka (T-1,2,3), taksoni 19 kasnije vrhunskih igračica (V-1,2,3) i 136 ostalih (O1,2), te korelacije (R,1,2,3), i centoridi taksona (C1,2,3), kao i broj entiteta.

	T-1	T-2	T-3		V-1	V-2	V-3	O-1	O-2
Visina tijela	.34	.44	-.02		.39	.08	.13	.27	.25
Duljina noge	.17	.53	.03		.37	-.06	.16	.24	.22
Duljina ruke	.34	.44	-.01		.44	.00	.09	.32	.25
Dijametar lakta	.67	.09	.02		.46	.04	.04	.05	.33
Dijametar r.zgloba	.64	.09	-.06		.39	.31	-.08	.12	.33
Dijametar koljena	.69	.08	.05		.40	.13	-.01	-.02	.35
Opseg nadlaktice	.68	-.08	-.01		.46	-.12	-.05	-.04	.36
Opseg podlaktice	.57	.13	-.01		.44	.06	.09	.07	.31
Opseg potkoljnice	.61	.11	.01		.26	.00	.13	.00	.37
Težina tijela	.72	.10	-.07		.48	.01	-.03	.05	.39
K. nabor nadlaktice	.66	-.33	-.04		.39	.00	-.12	-.12	.33
K. nabor leđa	.60	-.14	.07		.38	.01	-.09	-.19	.39
K. nabor trbuha	.60	-.12	.11		.40	-.07	-.02	-.21	.38
Taping rukom	.01	.03	-.58		-.01	.08	.26	.29	.00
Taping nogom	-.05	-.10	-.66		.00	.18	.25	.33	-.11
Kruženje rukom	-.02	.09	-.49		-.02	-.06	.01	.24	-.02
Kruženje nogom	.15	-.02	-.49		.08	-.01	.33	.28	.00
Dalj s mjesta	-.16	.35	-.39		.01	-.08	.32	.43	-.06
Bac. medicinke	.18	.31	-.33		.40	-.24	-.03	.33	.14
Slalom s 2 lopte	.00	-.18	.26		.09	-.28	-.19	-.26	.01
Odbijanje loptice	-.09	.30	-.15		-.07	-.07	.30	.16	.05
Žongli. Kutijama	-.17	.38	-.17		-.01	-.45	.11	.29	-.01
Okretnost na tlu	-.09	.06	.71		-.01	-.07	-.27	-.34	-.03
Poligon natraške	.09	-.09	.52		-.06	-.02	-.27	-.40	.10
Podizanje trupa	.02	.10	-.34		-.06	.49	-.08	.24	-.01
Sklekovi u upor	-.12	.00	-.22		.01	.34	.13	.14	-.06
	R1	R2	R3		R1	R2	R3	R1	R2
R1	1.00	.28	-.04		1.00	.12	.18	1.00	.11
R2	.28	1.00	-.43		.12	1.00	-.49	.11	1.00
R3	-.04	-.43	1.00		.18	-.49	1.00		
	T-1	T-2	T-3		S-1	S-2	S-3	O-1	O-2
C1 (72),(6),(89)	.85	.51	-.23		1.30	-.20	.45	0.43	0.41
C2 (38),(6),(47)	-.88	.14	-.67		-1.14	-1.00	.00	-0.82	-0.77
C3 (45),(7), (---)	-.61	-.94	.94		-.14	1.03	-.41		

Kako se može vidjeti sklop taksonomskih dimenzija u subuzorcima, a poglavito u uzorku 19 kasnije vrhunskih igračica, pokazuje jako zanimljiva svojstva, a time i implikacije. Ono što je prvo za primjetiti jest morfološka integriranost kasnije vrhunskih igračica. Vidljivo je i da je motorički set kod njih izdiferenciran na dva tipa upravljanja - dominantno energetski i dominantno informacijski (s povezanošću od .49), što kod ostalih djevojčica nije slučaj. Kod ostalih djevojčica nisu ni izdiferencirana dva načina upravljanja, već postoje samo dva taksona - morfološki i motorički. Ovo predstavlja bitne informaciju o kojima mora ovisiti način programiranja rada, jer kako se vidjelo 8-10 godina kasnije, evidentno su navedene razlike izdvojile manji broj igračica koje su postigle vrhunske domete, a nije isključeno i da to mogu zahvaliti upravo diferenciranim motoričkim sposobnostima.

Evidentno je da je programirani rad dodatno poticao takav tip motoričkog izražavanja, čime je potenciran ukupni rezultat u seniorskoj dobi.

4. ZAKLJUČAK

Programiranje specifičnih kinezioloških sadržaja u sportu zahtijeva iznimno precizno utvrđivanje kompozitnih programa koji u sportskim igrama cijelu ekipu dovode u stanje optimalnog rezultata. Unutar ekipe, ovisno o nizu čimbenika (model igre, tehničko-taktički zahtjevi, kvaliteta igrača, rang natjecanja,...) potrebno je utvrditi subgrupe koje moraju provoditi i dijelom specifične programe. U suprotnom ne može se očekivati vrhunski domet, i to ne samo ekipe, nego i pojedinaca.

5. LITERATURA

1. Ullrich, I., Bryner, R., Toffle, R., & Yeater, R. (1993). *The effects of exercise intensity on body composition in women*. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 25(5).
2. Milanović, D. (1986). *Neki oblici planiranja i programiranja procesa sportskog treninga*. U: *Tematski zbornik "X seminar rukometnih trenera"*, Rukometni savez Hrvatske, Zagreb, 4-21.
3. Bale, P., Mayhew, J. L., Piper, F. C., Ball, T. E., & Willman, M. K. (1992). *Biological and performance variables in relation to age in male and female adolescent athletes*. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 32, 142-148.