

OPŠTE KARAKTERISTIKE KOŠARKAŠA JUNIORA I POREĐENJE SA DRUGIM UZRASTIMA

Poređenjem, u sve tri uzrasne grupe, i košarkaša i školske dece nađeno je da postoji statistički značajna razlika kada su u pitanju telesna visina i masa koštanog tkiva. Značajnost razlika ostalih parametara varira u zavisnosti od grupe. Telesna visina i masa koštanog tkiva su u značajnoj korelaciji. Kada su u pitanju pioniri značajne razlike su nađene i kod dijametara kolena i skočnog zgloba, kao i kod mišićnog tkiva.

Značajna povezanost postoji između svih izračunatih parametara telesnog sastava kod sve tri grupe, osim kada su u pitanju korelacije između apsolutne i relativne mase koštanog tkiva, apsolutne mase koštanog tkiva i relativne mase masnog tkiva i apsolutne mase mišićnog tkiva i relativne mase masnog tkiva. Kod juniora povezanost nije pronađena i kod relativne mase mišićnog tkiva u odnosu na apsolutnu i relativnu masu koštanog tkiva. Kod juniora povezanosti nema između apsolutne mase koštanog tkiva i relativne mase mišićnog tkiva.

Definitivni izgled tela i njegov sastav u određenom sportu rezultira kao fenomen poznat pod nazivom „sportska morfološka optimizacija“. Antropometrijske karakteristike i telesni sastav košarkaša igraju značajnu ulogu kako u selekciji kod mlađih kategorija – pionira, kadeta i juniora, tako i u igračkom kvalitetu u seniorskoj konkurenciji. Utvrđeno je da morfološku strukturu košarkaša karakteriše izrazita telesna visina i dugi ekstremiteti, a da količina potkožnog masnog tkiva negativno deluje na efikasnost igrača i ograničava njihove motoričke i funkcionalne potencijale. Uspešan košarkaš mora posedovati određene morfološke karakteristike međusobno različite s obzirom na njegovu užu specijalnost u igri – bek, krilo, centar. Na stalan rast ukupnog masnog tkiva u telu utiču genetski činioci, ali mnogo više ishrana, endokrini faktori i fizička aktivnost. Sa porastom sportske pripremljenosti, smanjuje se postotak masnog tkiva.

Kod juniora su nađene značajne razlike kad su u pitanju izmerene varijable kod dijametara lakta i ručnog zgloba i kod debljine kožnih nabora grudni i trbuha. Od izračunatih varijabli značajna je i razlika u količini masnog tkiva. Kod juniora košarkaša je nađeno da je i telesna masa statistički značajno veća nego kod njihovih vršnjaka koji se ne bave sportom.

Istraživanje je pokazalo da postoji značajna razlika između nekih antropometrijskih parametara i parametara telesnog sastava košarkaša pionira, kadeta i juniora i njihovih vršnjaka koji se ne bave organizovanom sportskom aktivnošću.

Iz prakse se zna da je košarka sport jako visokih ljudi, i da selekciju sportista, sa antropometrijskog aspekta, treba vršiti na osnovu longitudinalnih dimenzija i to telesne visine, dužine ruku, dužine nogu, dužine stopala i širine šaka. Nađeno je da kod sva tri uzrasta košarkaša i njihovih vršnjaka koji se ne bave sportom, postoji značajna razlika u telesnoj visini. Takođe masa koštanog tkiva pokazuje značajne razlike između pomenutih grupa, a isto tako je i u korelaciji sa telesnom visinom odnosno kako raste telesna visina, tako se povećava i masa koštanog tkiva u telu i obrnuto. Prema istraživanjima, sportski morfotip kada je u pitanju košarka

ima 19-22% koštanog tkiva, dok je kod uslovnog muškarca taj procenat niži i iznosi najviše 18%. Pioniri košarkaši imaju veću količinu mišićnog tkiva, što potvrđuje da bavljenje sportom uvećava mišićnu masu.

Čak i kod tako mladih sportista javlja se mišićna hipertrofija kao način adaptacije na povećan fizički napor. Sportski morfotip košarkaša ima 50-53% mišićnog tkiva, dok uslovni muškarac ima samo 40-42%. Kod juniora procenat masnog tkiva je značajno niži, što je i očekivano s obzirom da je u naporu povećan metabolizam, a samim tim veća je i potrošnja masnog tkiva u energetske svrhe. Sportski morfotip košarkaša ima 8-10% masnog tkiva, a uslovni muškarac više, i to čak 12-15%. Utvrđeno je da veći procenat masnog tkiva u negativnoj korelaciji sa efikasnošću košarkaša u igri. Deca uzrasta juniora imaju značajno veće vrednosti debljina kožnih nabora grudi i trbuha, iz čega se može zaključiti da se masno potkožno tkivo najviše koncentriše u predelu grudi i trbuha kod dece koja se ne bave sportom. Interesantno je da je kod pionira nađena značajna razlika u odnosu na školsku decu kod dijametara kolena i skočnog zgloba, a kad su u pitanju kadeti kod dijametara lakta i ručnog zgloba. Možda je način treninga uticao na ovakve rezultate, kod pionira su više forsirani donji ekstremiteti – noge, a kod juniora ruke.

Morfološke i antropometrijske karakteristike

Multipla korelacija između prediktorskog skupa, definiranog morfološkim varijablama i kriterijskom varijablom, bočno dokoračno kretanje iznosi 0.48. Vidljivo je da morfološke karakteristike mogu objasniti oko 23% ukupne varijance kriterijske varijable u analiziranom uzrastu košarkaša. Analizirajući veze između manifestnih morfoloških varijabli i analizirane kriterijske varijable, vidljivo je da varijable dijametar kolena i opseg nadlaktice u fleksiji i ekstenziji imaju statistički značajan negativan, ali logički pozitivan uticaj na kriterijsku varijablu (varijabla je inverzno skalirana – manji rezultat je bolji). Takođe je vidljivo da varijabla nabor potkožnog masnog tkiva na leđima ima značajan (logički) negativan uticaj ($p < 0.05$) na kriterijsku varijablu. Ostale morfološke varijable nemaju statistički značajan uticaj na navedeni kriterijum.

Pozitivan uticaj dijametara kolena na sposobnost lateralne promene pravca kretanja moguće je objasniti mogućom vezom dimenzija tog zgloba i njegove stabilnosti, kao i mogućom vezom između dijametara kolena i njegove sposobnosti da podnosi velike sile koje se javljaju pri nagloj promeni pravca kretanja. Nadalje, logički negativan uticaj kožnog nabora leđa ukazuje kako „balastna masa“ predstavlja ograničavajući faktor u sposobnosti brze promene pravca kretanja. Nasuprot navedenom, pozitivan uticaj opsega nadlaktice u fleksiji i ekstenziji (ali ne i opsega natkoljenice i/ili potkoljenice) na rezultat u lateralnoj promeni pravca kretanja nije lako objašnjiv. Pretpostavka je kako je reč o fenomenu multikolinearnosti morfoloških varijabli, pri čemu se regresijski koeficijenti ponašaju vrlo nestabilno i zavisni su od regresijskog modela, odnosno prediktorskih varijabli uključenih u model. Međutim, i nakon redukcije modela primenom stepeničaste regresijske analize (rezultati nisu prikazani), oba opsega nadlaktice su i dalje značajni prediktori kriterijuma i zadržani su u modelu.

---- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE PREUZETI NA SAJTU

WWW.MATURSKI.NET ----

[BESPLATNI GOTOVI SEMINARSKI, DIPLOMSKI I MATURSKI TEKST](#)

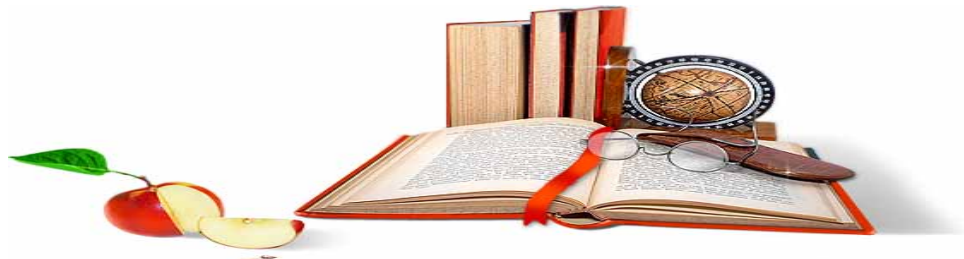
RAZMENA LINKOVA - RAZMENA RADOVA

RADOVI IZ SVIH OBLASTI, POWERPOINT PREZENTACIJE I DRUGI EDUKATIVNI MATERIJALI.

WWW.SEMINARSKIRAD.ORG

WWW.MAGISTARSKI.COM

WWW.MATURSKIRADOVI.NET



NA NAŠIM SAJTOVIMA MOŽETE PRONAĆI SVE, BILO DA JE TO [SEMINARSKI](#), [DIPLOMSKI](#) ILI [MATURSKI](#) RAD, POWERPOINT PREZENTACIJA I DRUGI EDUKATIVNI MATERIJAL. ZA RAZLIKU OD OSTALIH MI VAM PRUŽAMO DA POGLEDATE SVAKI RAD, NJEGOV SADRŽAJ I PRVE TRI STRANE TAKO DA MOŽETE TAČNO DA ODABERETE ONO ŠTO VAM U POTPUNOSTI ODGOVARA. U BAZI SE NALAZE [GOTOVI SEMINARSKI, DIPLOMSKI I MATURSKI RADOVI](#) KOJE MOŽETE SKINUTI I UZ NJIHOVU POMOĆ NAPRAVITI JEDINSTVEN I UNIKATAN RAD. AKO U [BAZI](#) NE NAĐETE RAD KOJI VAM JE POTREBAN, U SVAKOM MOMENTU MOŽETE NARUČITI DA VAM SE IZRADI NOVI, UNIKATAN SEMINARSKI ILI NEKI DRUGI RAD NA LINKU [IZRADA RADOVA](#). PITANJA I ODGOVORE MOŽETE DOBITI NA NAŠEM [FORUMU](#) ILI NA

maturskiradovi.net@gmail.com