

UTVRĐIVANJE KVANTITATIVNIH PROMJENA NEKIH POKAZATELJA MLADIH KOŠARKAŠA POD UTJECAJEM KINEZIOLošKIH OPERATORA

Sažetak

Uzorak od 72 mlada košarkaša uzrasta 15 godina bio je obuhvaćen sportskim tretmanom u trajanju od jedne školske godine. Na početku i na kraju tretmana ispitanici za potrebe ovog istraživanja su izmjereni s 10 varijabli, po 5 za opće motoričke dimenzije s naglaskom na eksplozivnost i 5 specifičnih košarkaških testova. Rezultati su analizirani pod modelom t-testa za zavisne uzorke, i pokazali su da je postignut značajan napredak u svim analiziranim varijablama. Kod specifičnih testova nešto veće razlike su postignute u testovima koji uključuju dribbling, odnosno vođenje lopte, što je protumačeno činjenicom da se ovaj element košarkaške igre nešto brže usvaja nego li skok šut ili bacanje lopte u daljinu. Rezultati rada su pokazali primjenjivost u radu košarkaških škola, radi podizanja specifičnih sposobnosti i znanja mladih košarkaša na višu razinu, uz spoznaje o mogućnosti metodičkih principa za tu svrhu.

Ključne riječi: košarka, tretman, promjene