

BRZINA KAO VAŽNA KOMPONENTA NOGOMETNE IGRE

Sažetak

Brzina kao važna komponenta nogometne igre ima važno mjesto u trenažnom procesu. Postavke današnjeg nogometa zahtijevaju sve brže i brže igrače koji mogu biti nepredvidljivi i neuhvatljivi za protivnika. Iz ovih razloga, ovo istraživanje se bavilo brzinom u nogometu u pokušaju razumijevanja zakonitosti razvoja brzine. Istraživanje je provedeno sa 60 sudionika nogometne škole, uzrasta 13 i 14 godina (± 6 mjeseci) u skladu s ciljem utvrđivanja relacija između motoričke brzine i situacijsko-motoričke brzine u nogometu. Prediktorski sustav općih motorike sadržavao je osam testova sprinta i segmentarne brzine: 1. Brzina trčanja: trčanje na 20, 50, 60, 100 i 200 metara; i 2. Segmentarna brzina: taping nogom, taping nogom o zid s rotacijom stopala. Kriterijski sustav situacijsko-motoričke brzine u nogometu bio je testiran: brzina driblinga s preprekama, brzina driblinga na 20 m, brzina driblinga s promjenom pravca pod 90° i brzina driblinga u polukrugu. Kanoničkom korelacijskom i regresijskom analizom dobiveni rezultati su potvrdili očekivanja ovog istraživanja i pokazali visok stupanj relacija dva promatrana prostora, u oba slučaja, na multivarijantnoj razini, kao i između pojedinačnih testova.

Ključne riječi: brzina, situacijsko-motorička brzina, nogomet, trening brzine
