

## KORELACIJE IZMEĐU BRZINE, AGILNOSTI I OKRETNOSTI (SAQ) KOD ELITNIH MLADIH NOGOMETAŠA

### Sažetak

Svrha ovog istraživanja je bila utvrđivanje korelacije između brzine, agilnosti i okretnosti, kao i utvrđivanje korelacije između testova sa i bez lopte kod mladih nogometaša. Istraživanje je provedeno na uzorku od 25 elitnih nogometaša nacionalnog U-16 tima Srbije (uzrasta  $15.19 \pm 0.32$  g.; visine  $176.04 \pm 6.00$  cm; mase  $65.19 \pm 9.41$  kg). Ispitanici su mjereni u 10-m Sprintu (B10S), 30-m Sprintu (B30S), etećem 20-m Sprintu (B20S), Cik-cak testu (CC) i Cik-cak testu s loptom (CCL). Značajne relacije su pronađene između testova CC i B30S ( $r=0.560$ ), kao i između CC testa i B20S ( $r=0.603$ ). Nije bilo značajnih relacija između CC testa i B10S ( $r=0.323$ ). Test agilnosti s loptom (CCL) nije pokazao značajne korelacije s brzinom i reakcijom ( $r=0.093-0.247$ ). SAQ trenažna metoda pokazala je trening mnogo praktičnijim nego prethodno iako je uglavnom predstavljena kretanjem za vrijeme kojeg su kontakt i kontrola lopte bili minimalni. Ovo je prouzročilo gubitak specifičnosti između vježbanja i zahtjeva u demonstraciji, u oba slučaja - za vrijeme testiranja i igre. Istraživanje je potvrdilo da je struktura agilnosti s loptom mnogo složenija od one bez lopte. Nadalje, ovo istraživanje je pokazalo da temeljne vještine bez lopte imaju mnogo snažnije veze s brzinom i agilnošću nego vještine s loptom.

**Ključne riječi:** SAQ, terenski test, cik-cak test, korelacije

---