



Mini-maxi kamp ŠABAC-3 2013"



Popović Siniša

15.07.2013

uzrast

8

sati: 9.00

temp: 21°

trava

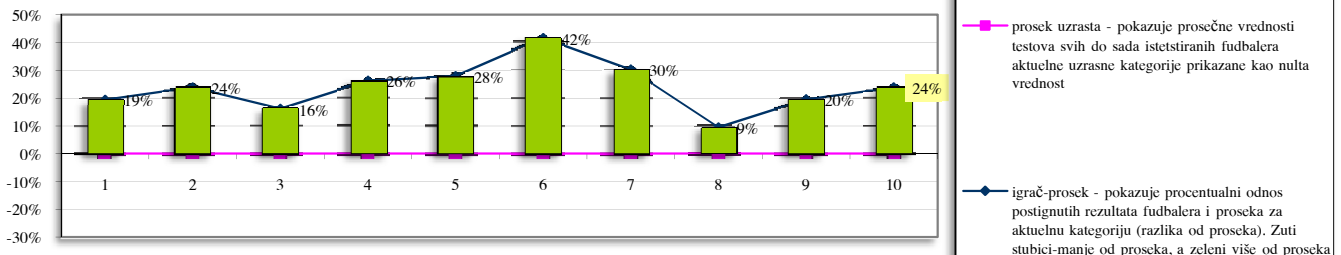
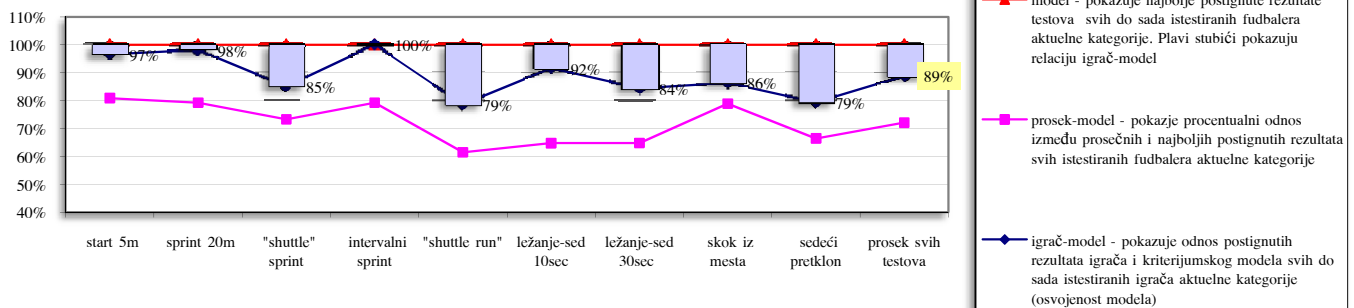
Motorički testovi		1mer.	rez.	ocena
T1	Start i startno ubrzanje (sec)	1.45	1.17	5
T2	Mogućnost ubrzanja (sec)	4.08	3.69	5
T3	Agilnost - izdržljivost u brzinskoj snazi (sec)	2.95	2.69	3
T4	Izdržljivost u brzini (sec)	5.53	4.93	5
T5	Aciklična aerobna izdržljivost (ml/kg/min)	29.8	38.3	3
T6	Brzinska snaga trupa (pon)	7	11	5
T7	Izdržljivost u brzinskoj snazi trupa (pon)	18	27	4
T8	Eksplzivna snaga nogu (m)	1.37	1.52	4
T9	Fleksibilnost (cm)	22	27	3
prosek ocena				4.11

T1	Igrač poseduje startnost koja se veoma približava reprezentativnom modelu, što ukazuje da je ona jedan od odlučujućih faktora koji doprinose ispoljavanju ukupne motoričke efikasnosti na veoma visokom nivou, a pre svega usmerene i specifične fudbalske koordinacije.
T2	Rezultat sposobnosti razvoja progresije, u odnosu na kriterijumski model, pokazuje najviši reprezentativni nivo i ona je faktor sa najizrazitijim uticajem na nivo njegove motoričke efikasnosti. Predstavlja najviši nivo ispoljavanja ispitivane sposobnosti za aktuelni uzrast.
T3	Ostvareni stepen razvoja kratkotrajne izdržljivosti u brzini i brzinskoj snazi (agilnost) ukazuje da se igrač nalazi na granici uspešnosti ispoljavanja motoričke efikasnosti, te je poželjno uvođenje optimalnog dodatnog rada prema predloženoj preporuci.
T4	Sposobnost da se izdrži u ispoljavanju brzine u kratkom sprintu, kao i brze regeneracije (oporavka) između kratkih sprintova u odnosu na kriterijumski model, je na najvišem reprezentativnom nivou za aktuelni uzrast. Ona je faktor sa najizrazitijim uticajem na nivo njegove motoričke efikasnosti.
T5	Sa dostignutim nivoom u razvoju aerobne izdržljivosti igrač se nalazi na granici uspešnosti ispoljavanja motoričke efikasnosti, te je poželjno uvođenje optimalnog dodatnog rada prema predloženoj preporuci. Time se isključuje mogućnost njenog štetnog uticaja na ukupnu motoričku efikasnost.
T6	Sposobnost brzinske snage trupa se veoma približava reprezentativnom modelu, što ukazuje da je ona jedan od odlučujućih faktora koji doprinose ispoljavanju ukupne motoričke efikasnosti na veoma visokom nivou, a pre svega usmerene i specifične fudbalske koordinacije.
T7	U odnosu na uspešno realizovanje svih zahteva koje nameće motorička struktura savremene fudbalske igre na aktuelnom uzrastu, izdržljivost u brzinskoj snazi trupa je optimalna. Potrebno je periodično korigovanje dostignutog nivoa, obzirom na njen veliki značaj u ukupnoj motoričkoj efikasnosti.
T8	Utvrđena je optimalna brzinska snaga nogu za uspešno realizovanje svih zahteva koje nameće motorička struktura savremene fudbalske igre na aktuelnom uzrastu. Potrebno je povremeno održavanje dostignutog nivoa sposobnosti jer ima veliki značaj u ukupnoj motoričkoj efikasnosti.
T9	Dostignuti nivo u razvoju ispitivane fleksibilnosti ukazuje da se igrač nalazi na granici uspešnosti ispoljavanja motoričke efikasnosti, te je poželjno uvođenje optimalnog dodatnog rada. Time se isključuje mogućnost njenog štetnog uticaja na ukupnu motoričku efikasnost.

Odnos motoričkih sposobnosti aktuelnog igrača prema kriterijumskom modelu i proseku

Model je povratna informacija za trenera koja omogućava da se dijagnostifikuje nivo praćenih osobina u odnosu na model tj. utvrdi razlika između njega i konkretnog fudbalera, odnosno veličina procesa promene i razvitka. Time se preciznije programira trening, prati tempo realizacije, efikasnije upravlja razvojem pojedinih sposobnosti obuhvaćenih modelom. U ovom sistemu praćenja uspostavljen je motorički model od rezultata velikog broja igrača iz zemlje i inostranstva kao i svih domaćih nacionalnih reprezentacija. Motorička baterija je formirana prema poznatim i u fudbalskom svetu priznatim školama fudbala. Dakle, model simulira idealni motorički segment antropološkog prostora fudbalera aktuelne uzrasne kategorije. To je dinamičan sistem u čijoj osnovi je softverski organizovana baza podataka.

relacije postignutih rezultata prema modelu (graf 1) i prema proseku (graf 2)



odnos rezultata prvog i drugog merenja u odnosu na trenutni model (graf 3)

