



kamp "Mladost - radost" 2013



Kolarević Mihailo



30.07.2013

uzrast

11

sati: 9.00

temp: 23°

trava

Motorički testovi		1mer.	2mer.	rez.	ocena
T1	Stat i startno ubrzanje (sec)	1.39	1.27	1.19	4
T2	Mogućnost ubrzanja (sec)	4.19	3.85	3.64	4
T3	Agilnost - izdržljivost u brzinskoj snazi (sec)	7.53	7.66	7.89	3
T4	Izdržljivost u brzini (sec)	5.41	5.46	5.28	5
T5	Aciklična aerobna izdržljivost (ml/kg/min)	33.6	33.9	38.6	3
T6	Brzinska snaga trupa (pon)	8	12	11	4
T7	Izdržljivost u brzinskoj snazi trupa (pon)	22	30	29	4
T8	Eksplzivna snaga nogu (m)	1.54	1.52	1.67	4
T9	Fleksibilnost (cm)	23	25	25	3
prosek ocena					3.78

T1

Nivo razvijenosti sposobnosti razvoja starta smatra se optimalnim za uspešno realizovanje svih zahteva koje nameće motorička struktura savremene fudbalske igre na aktuelnom uzrastu. Potrebno je sukcesivno održavanje dostignutog nivoa sposobnosti jer ima veliki značaj u ukupnoj motoričkoj efikasnosti.

T2

Evidentna je razvijenost sposobnosti koja je optimalna za uspešno realizovanje mnogih zahteva koje nameće motorička struktura savremene fudbalske igre na aktuelnom uzrastu. Dovoljno je periodično korigovanje dostignutog nivoa, obzirom na njen veliki značaj u ukupnoj motoričkoj efikasnosti.

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

Izdržljivost u ispoljavanju brzine u kratkom sprintu, kao i brza regeneracija (oporavak) između kratkih sprintova se kod aktuelnog igrača veoma približava reprezentativnom modelu, i ona jedan od odlučujućih faktora koji doprinose ispoljavanju ukupne motoričke efikasnosti na veoma visokom nivou.

T5

Igrač ne poseduje odgovarajući nivo aerobne izdržljivosti prema postavljenom kriterijumu reprezentativnog modela, što u velikoj meri umanjuje njegovu ukupnu motoričku efikasnost. Poželjan je redovan dodatni rad na korekciji ispitivane sposobnosti.

T6

Optimalno razvijena brzinska snaga trupa za uspešno realizovanje svih zahteva koje nameće motorička struktura savremene fudbalske igre na aktuelnom uzrastu. Potrebno je periodično korigovanje dostignutog nivoa, obzirom na njen veliki značaj u ukupnoj motoričkoj efikasnosti.

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

Vrlo dobro razvijena brzinska snaga nogu. Optimalna je za uspešno realizovanje eksplozivnosti i hitrine, veoma bitnih karakteristika koje nameće motorička struktura savremene fudbalske igre na aktuelnom uzrastu. Potrebno je samo periodično korigovanje dostignutog nivoa.

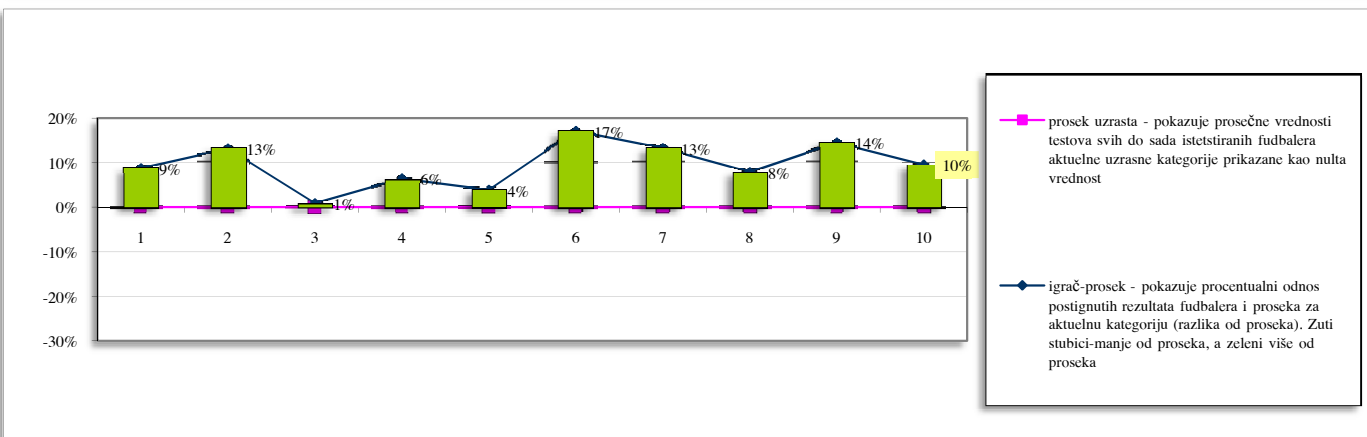
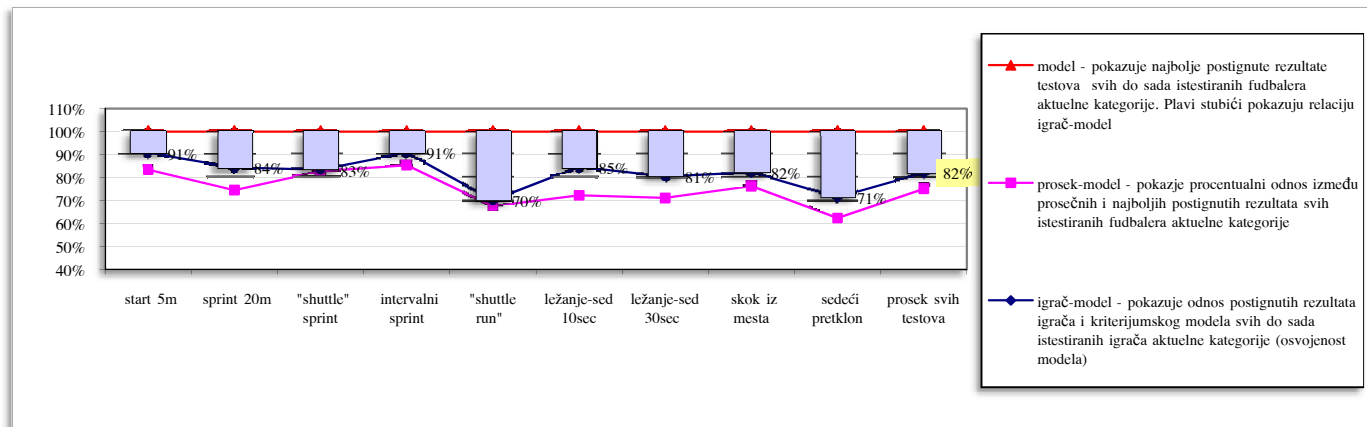
T9

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, drugog i trećeg merenja u odnosu na trenutni model (graf 3)

