

UTJECAJ NEKIH MOTORIČKIH SPOSOBNOSTI NA BRZINU LOPTE KOD UDARCA U RUKOMETU

Sažetak

Na uzorku od 42 studenta prve godine studija kineziologije u Splitu analiziran je utjecaj bazičnih motoričkih sposobnosti na brzinu lopte kod udarca iz skoka i s podloge u rukometu. Prediktorski sustav sastojao se od 8 varijabli namijenjenih za procjenu brzine, agilnosti, frekvencije pokreta, izdržljivosti, te eksplozivne i repetitivne snage, dok je brzina kretanja lopte u svojstvu kriterijske varijable mjerena radarskim pištoljem. Rezultati regresijske analize ukazuju da motorička efikasnost u znatnoj mjeri determinira brzinu kretanja lopte. Pojedinačno, brzina kretanja lopte kod udarca iz skoka i s podloge na razini statističke značajnosti je determinirana samo eksplozivnom snagom u vidu izbačaja. To je razumljivo, jer upravo ova sposobnost s kineziološkog i anatomskog aspekta u najvećoj mjeri uvjetuje kinetičku (u smislu kinetičkog lanca i slijeda pokreta) učinkovitost izbačaja lopte u rukometu.

Ključne riječi: rukomet, brzina lopte, motoričke sposobnosti