

SOMATOMETRIJSKE KARAKTERISTIKE I FUNKCIONALNE SPOSOBNOSTI RUKOMETAŠA I PLESAČA NARODNIH PLESOVA

Doc. dr Mutavdžić Vladimir, Prof. dr Đurašković Ratomir, Doc. dr Randelović Jovan
Fakultet fizičke kulture, Niš

ABSTRAKT

Rukomet je sport snage, brzine, tehničkih i taktičkih dostignuća. Kod mladih je vrlo popularan zahvaljujući uspesima koje su naši rukometaši postizali na dosadašnjim Svetskim i Evropskim prvenstvima i Olimpijskim igrama. Zahteva više sati treninga na kojima se moraju savladati svi elementi tehnike, taktike i uigrati varijante napada i odbrane. Ovo je u rukometu vrlo značajno jer spada u kolektivne sportove. Kolektivno upražnjavanje narodnih plesova takode zahteva redovne višesatne treninge kako bi se uvežbali svi elementi određenih narodnih plesova i koreografija, a u krajnjem, do savršenstva uigrali svi članovi folklornog ansambla.

Cilj ovog istraživanja je da se utvrde razlike u somatometrijskim karakteristikama i funkcionalnim sposobnostima rukometaša i plesača narodnih plesova.

Istraživanje je sprovedeno na 20 rukometaša RK „Železničar“ iz Niša i 23 plesača Akademskog folklornog ansambla „ORO“ Studentskog kulturnog centra iz Niša.

Rezultati istraživanja pokazali su da prosečna visina tela rukometaša iznosi $191,17 \pm 5,66$ cm i statistički je značajno veća u odnosu na prosečnu visinu ($178,62 \pm 5,92$ cm) plesača folklornog ansambla „ORO“. Masa tela kod rukometaša iznosi $95,62 \pm 9,69$ kg i statistički je značajno veća u odnosu na masu tela ($73,32 \pm 9,72$ kg) plesača. Razlika je prisutna i u ostalim somatometrijskim varijablama. Može se pretpostaviti da su ovako dobijeni rezultati posledica usmerene selekcije i zahteva sportske igre u rukometu, a takođe i kod plesača narodnih plesova.

Razlike u ispitivanim funkcionalnim sposobnostima nisu utvrđene u frekvenciji pulsa u miru u relativnim vrednostima maksimalne potrošnje kiseonika. Značajna razlika utvrđena je u apsolutnim vrednostima maksimalne potrošnje kiseonika, koja kod rukometaša iznosi $4,69 \pm 0,68$ L/min, a kod plesača narodnih plesova $3,35 \pm 0,82$ L/min. Ovo se može objasniti činjenicom da rukomet spada u anaerobno aerobne sportove, dok bi se narodni ples po svojoj prirodi mogao svrstati u aerobno anaerobne fizičke aktivnosti.

Ključne reči: Somatometrijske karakteristike; funkcionalne sposobnosti; rukometaši; plesači.