

KOMPARATIVNA ANALIZA FUNKCIONALNIH SPOSOBNOSTI MLADIH ALPSKIH SKIJAŠA I SKIJAŠICA

¹Toplica Stojanović, ²Nermin Nurković

¹Fakultet fizičkog vaspitanja i sporta, Banja Luka, BiH

²Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, Sarajevo, BiH

E-mail: as-volley@bankerinter.net

SAŽETAK

Istraživanje je sprovedeno sa ciljem da se utvrde razlike funkcionalnog odgovora kardiovaskularnog sistema na opterećenje na uzorku od 16 skijaša i 8 skijašica Smučarskog kluba "Niš" iz Niša. U istraživanju je primenjeno 9 testova funkcionalnih sposobnosti, i to tri testa frekvencije rada srca, tri testa sistolnog i tri testa dijastolnog arterijskog krvnog pritiska.

Rezultati ovog istraživanja pokazali su da frekvencija pulsa u miru kod skijaša iznosi 79,38 udara u minuti, a kod skijašica 88 udara/min, nakon petominutnog opterećenja kod skijaša je isti iznosio 145 u/min., a kod skijašica 166,5 u/min., a nakon jednog minutnog odmora posle opterećenja kod skijaša je frekvencija pulsa iznosila 93,63 u/min., a kod skijašica 121,13 u/min. I pored identičnih aerobnih opterećenja, dobijeni rezultati u ovom istraživanju pokazuju da su vrednosti frekvencije rada srca nakon petominutnog opterećenja i jednog minutnog odmora posle opterećenja skijašica statistički značajno veće u odnosu na ove vrednosti kod skijaša i to na nivou od 0.05. Dobijeni rezultati ukazuju da je neophodno, da kod osoba različitih polova, koje se aktivno bave organizovanim oblicima fizičkih aktivnosti, treba voditi računa o doziranju opterećenja.

Ključne reči: funkcionalne sposobnosti / komparativna analiza / skijanje /