



VERIFIKÁCIA KOORDINAČNÝCH SCHOPNOSTÍ VO VOLEJBALE VPLYVOM EXPERIMENTÁLNEHO ČINITEĽA

ĽUBOMÍR PAŠKA

Katedra telesnej výchovy a športu FZKI SPU Nitra, Slovenská republika

Kľúčové slová: intraindividuálny výskum, koordinačné schopnosti, športový výkon, športový tréning

ABSTRAKT

Autor ponúka pohľad na problematiku výskumných projektov a zdôrazňuje potrebu využitia intraindividuálneho sledovania. V súčasnosti sa zdá byť myšlienka využitia intraindividuálneho sledovania športovcov v kolektívnych športových hrách nevyhnutná.

Cieľom príspevku je podnieť trénerov a učiteľov zaoberajúcim sa danou problematikou, aby v čo najväčšej miere využívali projekty s jedným probandom.

ÚVOD

Neustále zdokonaľovanie štruktúry športového výkonu je dôsledkom dlhotrvajúcej postupnej adaptácie organizmu športovca na tréningové a mimo tréningové pôsobenie. V rámci tohto vývojového procesu sa mení nielen dôležitosť, ale aj usporiadanie jednotlivých faktorov štruktúry športového výkonu. Tieto zmeny súvisia s postupným približovaním štruktúry športového výkonu. Tieto zmeny súvisia s postupným približovaním štruktúry špecifickým požiadavkám daného výkonu a individuálnym osobitostiam organizmu športovca (Moravec, 2000).

PROBLÉM

Najaktuálnejším problémom osvojovania a zdokonaľovania herných činností jednotlivca je dostatočná úroveň koordinačných schopností. Odvíja sa od nich následne aj tempo motorického učenia. Pokiaľ dosiahneme dostatočnú úroveň limitujúcich koordinačných schopností v štruktúre športového výkonu osvojenie jednotlivých techník je rýchlejšie. Z tejto príčiny sme rozhodli poukázať na najdôležitejšie - limitujúce.

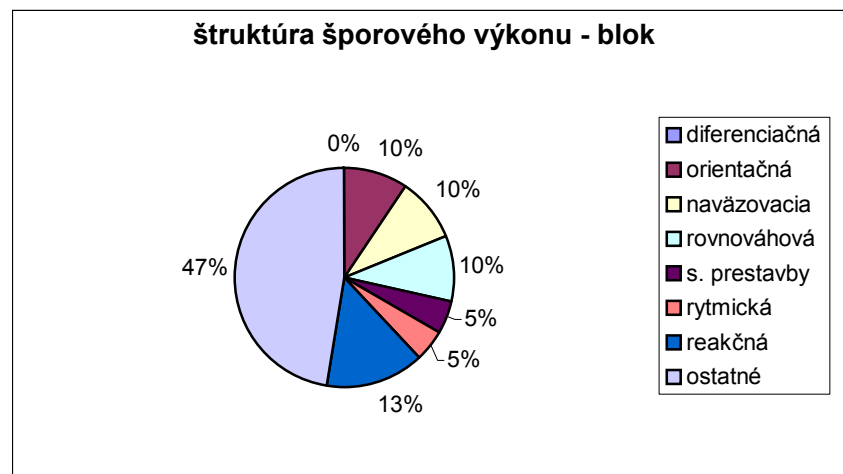
Z pohľadu koordinačných schopností dokázali autori analyzovať aj podiel jednotlivých koordinačných schopností na herných činnostiach jednotlivca vo volejbale. V športovom výkone (vo volejbale) nebola doposiaľ okrem tejto schémy propagovaná iná štruktúra. Ponúkame preto participáciu jednotlivých KS a športovo – technických zručností (tab. 1).

Tab.1 Význam KS z hľadiska športovo – technických zručností vo volejbale (Dannemann, 1985)

	Pohybová zručnosť					
KS	Podanie	Príjem p.	Odbitie p.	Blokovanie	Smeč	Hra v poli
Reakčná	- - -	3	1	3	1	3
Diferenciačná	2	2	2	- - -	2	3
Orientačná	2	2	2	2	2	2
Naväzovacia	1	2	2	2	2	3
Rovnováhová	1	1	1	2	2	2
Schop. prestavby	- - -	2	1	1	2	2
Rytmická	1	1	1	1	1	1



Pokúsime sa percentuálne vyjadriť zastúpenie jednotlivých zložiek koordinačných schopností z pohľadu HČJ – blokovanie (obr. 1). Taktiež ponúkame charakteristiku najdôležitejších koordinačných schopností vo volejbale. Jednou z najdôležitejších je schopnosť reakcie, ktorú delíme na akustickú, optickú, očakávanú a neočakávanú. Reakciu delíme ešte na jednoduchú a zložitú motorickú reakciu. Ďalšou v poradí je kinesteticko – diferenciačná, ktorá nepochybne zohráva veľkú rolu vo výkone. Nemá ďalšie špecifické členenie



Obr. 1 ŠŠV (z pohľadu KS) - blok

Treťou významnou je priestorovo – orientačná, ktorá vzťahuje svoju činnosť najmä na funkciu analyzátorov (zrakový, sluchový, kinestetického, dotykového a vestibulárneho). Ostávajúce sú taktiež veľmi dôležité, ale týmto trom viacero autorov pripisuje prioritu.

CIEĽ PRÁCE

Intraindividuálne zistiť zmeny v úrovni limitujúcich koordinačných schopností vo volejbale v priebehu 13 mesačného obdobia.

HYPOTÉZA PRÁCE

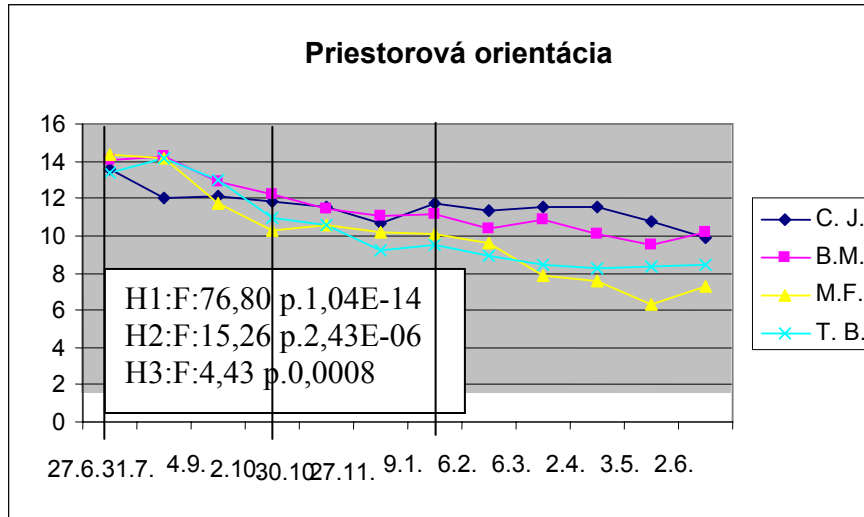
- H1. Predpokladáme, že vplyvom experimentálneho činiteľa dôjde vo fázach intervencie k pozitívnym zmenám v priemeroch a trende u jednotlivcov experimentálnom súbore, zatiaľ čo v základnej fáze predpokladáme stagnáciu alebo prípadne regresný trend.
- H2. Štatisticky chceme overiť či typ prípravy vplyva na zmenu pohybovej výkonnosti v jednotlivých testoch koordinačných schopností
- H3. Predpokladáme, že športové výkony medzi jednotlivými osobami sa líšia

METODIKA

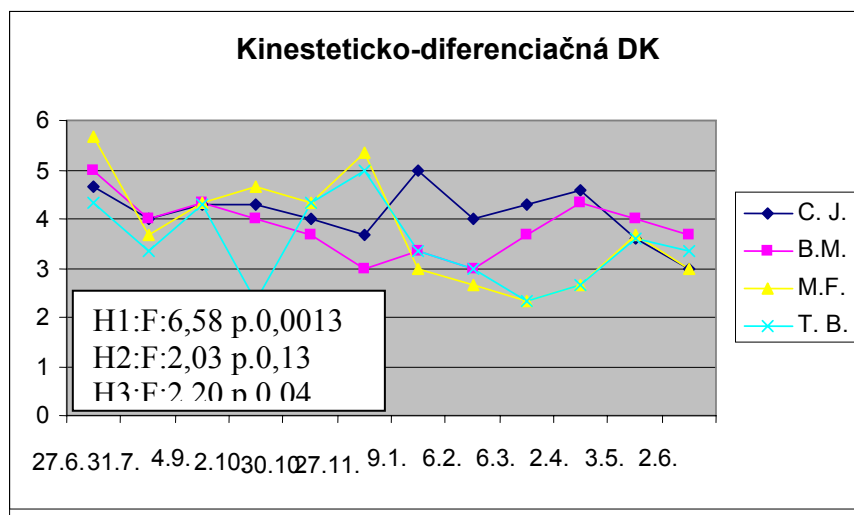
Výskumná situácia s ktorou pracujeme vyhodnocuje probandov intraindividuálne. Sledovanie ôsmich probandov prebiehalo v podmienkach ŠŠS a športových tried. Následne sme vybrali štyroch jedincov zo súboru a porovnali ich intraindividuálne. Celkovo sa jedná o 8 chlapcov vo veku od 12 do 14 rokov. Merania v súbore prebiehali v rovnakom čase. Na štatistické vyhodnocovanie sme použili Anovu dva faktory s opakovaním podľa Broďániho (2002).



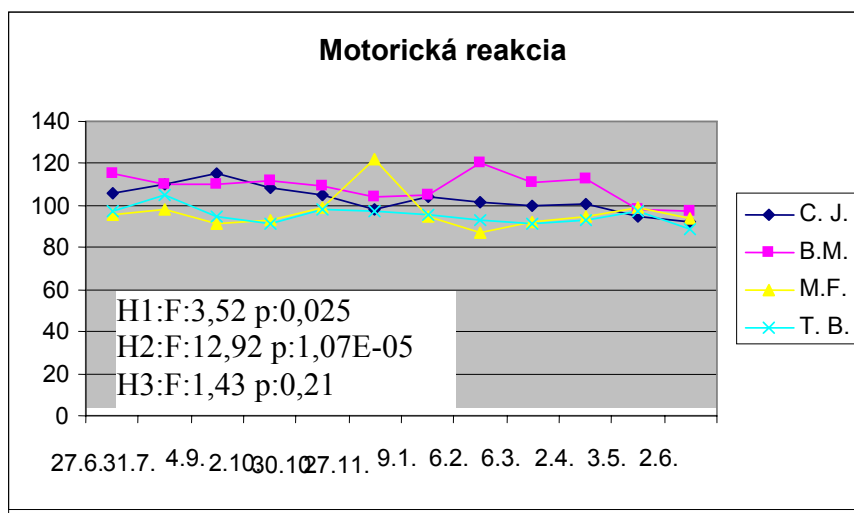
VÝSLEDKY



Obr. 2



Obr. 3



Obr. 4

Obr.2, 3, 4, (najvýznamnejšie koordinačné schopnosti z pohľadu ŠŠV vo volejbale)



Nami vybratí jedinci dosiahli zlepšenie vo väčšine koordinačných testov. Samotné prírastky v percentuálnom prepočte oproti začiatku sú v teste komplexnej motorickej reakcie: C.J.+16,51%, B.M.+11,9% - M.F.+ 4,20%, T.B.+13%. Štatisticky nám to potvrdili aj naše výpočty čím sa potvrdila H₂, čo znamená, že typ zvolenej športovej prípravy mal vplyv na zmenu úrovne koordinačných schopností u všetkých vybraných jedincov. Zároveň konštatujeme potvrdenie aj H₃, kde nám výsledky Anovy potvrdzujú rozdielnosť jednotlivých dosiahnutých meraní.

ZÁVER

Náš výskum mal 13 mesačné trvanie s možnosťou predĺžiť toto obdobie (ABAB, kde fáza B bola intervenčná). Význam koordinačných schopností nedosiahol v mládežníckom športe ešte požadovanú úroveň a myslíme si, že hlavne v čase ich senzitívneho obdobia sa tréneri ale aj učitelia telesnej výchovy nedostatočne venujú ich rozvoju. Mnohí tréneri podceňujú jej význam a nekladú rovnakú váhu na rozvoj kondičných a koordinačných schopností, čo sa neskôr prejavuje aj v nižšom tempe motorického učenia a zvládnutia herných činností jednotlivca vo volejbale. Domnievame sa, že zaraďovanie koordinačnej prípravy hlavne v senzitívnych obdobiach by malo svoje opodstatnenie a napomohlo by tak k rýchlejšiemu napredovaniu v motorickom učení a to vo všetkých športoch.

LITERATÚRA

1. BROŽÁNI, J. 2002. *Štatistické metódy v telesnej výchove a športe*. Vysokoškolské skriptá. 1. vyd. Nitra : KTVŠ PF UKF, 2002. 52 s. ISBN 80-8050-544-6.
2. HAVLÍČEK, I. – ZÁHOREC, J. 1999. Uplatnenie intraindividuálnej metodológie v empirickom výskume. In: *60 rokov vedeckej prípravy telovýchovných pedagógov na UK v Bratislave. Zborník*. Bratislava : FTVŠ UK, 1999. s. 28 – 31.
3. HAVLÍČEK, I. – ZÁHOREC, J. 1983. Hodnotenie vzťahu medzi tréningovým zaťažením a športovým výkonom korelačnou analýzou časových radov. *Teor. praxe těl. vých.*, roč. 81, 1983. s. 9 – 16.
4. HIRTZ, P et al. 1985. *Koordinative Fahigkeiten im Schulsport*. Berlin : Volk und Wissen, Volkseigener Verlag, 1985, 152 s.
5. HIRTZ, P. 1982. Entwicklung der Koordinationsfähigkeiten – ja aber wie? *Korpererziehung*, 33, 1982, č. 8/9, s. 386 – 391.
6. KAZDIN, A. E. 1982. *Single case research designs (Method for clinical and applied setting)*. New York : Oxford university press, 1982.
7. LJACH, V. I. 1989. *Koordinacionnyji sposobnosti školnikov*. Minsk : Polymja, 1989. 159 s.
8. ŠIMONEK, J. - ŠIMONEK, J. ml. 1999. *Rozvoj koordinačných schopností žiakov v škole*. Bratislava : Metodické centrum, 1999.
9. ŠIMONEK, J. – ZRUBÁK, A. 2003. *Základy kondičnej prípravy v športe*. Bratislava : FTVŠ UK, 2003.
10. ŠIMONEK, J. 2002. *Model rozvoja koordinačných schopností v dlhodobej športovej príprave v športových hrách*. Bratislava : SVS pre telovýchovu a šport, 2002. 168 s. ISBN 80-8975-03-7.



THE CHANGES IN MOTOR PERFORMANCE TARGETED TO DEVELOPMENT OF COORDINATIVE ABILITIES IN VOLLEYBALL

Summary

The author deals with the problem of application of coordinative abilities which seems to be crucial at middle school age and also the need of intraindividual methodology. He notices the most important parts of coordinative abilities in sport performance in volleyball. He also presents the results of research and own opinions from this experience.

Key words: intraindividual research, coordinative abilities, motor performance, sport performance

E-mail: Lubomir.Paska.2@uniag.sk