

RECENZIJA

Knjiga „Dijagnostika treniranosti sportista“ autora Nenada Sudarova i Franje Fratrića je publikovana u okviru izdavačke delatnosti Pokrajinskog zavoda za sport u Novom Sadu i predstavlja plod višegodišnjeg iskustva autora upravo u rasvetljavanju te problematike.

Knjiga sadrži 272 strane B5 formata podeljenih u 12 poglavlja, što implicira da se u njoj nalazi sva potrebna građa za bolje razumevanje ove vrste dijagnostike. Knjiga je bogato ilustrovana, moderno prelomljena i intrigira obimnim literaturnim podacima, pa joj sve to daje kvalitet neophodan da bi se našla u rukama širokog spektra čitalaca. Napisana je razumljivim jezikom, bez preteranog ponavljanja već rečenog, čime postiže jednostavnost (što je odlika samo vrhunskih majstora pisane reči). Jedan od značajnih kvaliteta je i to što je publikacija opremljena mnoštvom originalnih rezultata, što joj daje autentičnost i mogućnost upoređivanja sa sopstvenim rezultatima.

Ponuđena publikacija ima svoj logični algoritam. Ona u svom prvom delu u najkraćim crtama obrađuje fiziološke funkcije ljudskog organizma, kako bi budući čitalac stekao osnovu za bolje razumevanje ostalih poglavlja ili jednostavno ponovio ono što se možda ponegde i zaboravilo. U ovom poglavlju se daju fiziološke osnove funkcije kardiovaskularnog i endokrinog sistema tokom fizičke aktivnosti, čime se čitaocu omogućava bolje razumevanje efekta treninga. U drugom delu knjige autori daju praktične savete o mogućnostima merenja fizičke radne sposobnosti u laboratorijskim i terenskim uslovima, koji su jedan od sastavnih delova naučnog praćenja trenaznog procesa vrhunskih sportista. Ako želimo da vrhunski sportski rezultat ne bude plod slučajnosti, nego osmišljenog multidisciplinarnog pristupa, onda je ovakav pristup jedino moguć. Tada će sportski rezultat imati kontinuitet, a to je ključni dokaz pravilnog pristupa. Na kraju ovog dela date su i moguće stranputice ovog procesa (u vidu pretreniranosti i kako ih prepoznati), što je posebno značajno da se moguće greške izbegnu.

Autori ove knjige su već provereni poznavaoци fiziologije sporta i sportske medicine uopšte, dokazani kroz svoj prethodni rad.

Stoga ova publikacija i nije iznenađenje za nas koji ih poznajemo, nego jedan logičan sled razvoja njihove naučno-istraživačke misli. Oni u odnosu na mnoge autore, koji se bave sličnom problematikom, imaju jednu značajnu prednost, a to je što su se i sami aktivno bavili sportom tokom svoje karijere, pa su sve to o čemu sada pišu prvo osetili na sopstvenoj koži. Ova činjenica možda naizgled nevažna postaje značajna u boljem razumevanju problematike i velika pomoć u jasnom razlučivanju bitnog od nebitnog, što kod mnogih predstavlja ne mali problem.

Ova knjiga pored već mnogih navedenih kvaliteta ima i svoj najjači adut, a to je njena praktična primena. Širok je spektar onih na koje pledira, kao ciljnu grupu. Od sportista koji u savremenom sportu, kao svoj ulog, postavljaju ne samo slobodno vreme nego i svoj celokupni organizam (te svaku grešku plaćaju najsklupljom cenom), pa do istraživača koji svoj mentalni sklop uključuju u dokučavanje najsitnijih detalja iz kojih se sastoji sportski rezultat. Naravno da bi najzastupljenija grupa onih za koje bi sadržaj ove knjige bilo korisno štivo bili treneri i svi oni stručnjaci koji su deo tima vrhunskih sportista. Oni sve raspoložive podatke treba da iskoriste na najbolji mogući način i maksimalno angažuju genetski potencijal sportiste ka postizanju vrhunskog sportskog rezultata. Pri tome, stalno moraju imati u vidu da sportista treba da živi kvalitetno i nakon svog aktivnog bavljenja sportom. To je prevelika odgovornost da bi se olako shvatila i računalo na samo kratkoročne ciljeve. Upravo zbog toga ova knjiga ima i svoju posebnu vrednost, jer analizirajući granične vrednosti ljudskih mogućnosti daje prave smernice za dalje delovanje.

Zbog ranije navedenog, ja ovoj knjizi proričem lepu budućnost i bitisanje u torbama i džepovima krajnjih čitaoca, pre nego tavorenje u bibliotekarskim rafovima. Ona to svojim sadržajem svakako zaslužuje.

Novi Sad, 12. 01. 2010. godine

Prof. dr Nikola Grujić
Dekan Medicinskog fakulteta
Univerziteta u Novom Sadu