

EFEKTI TRANSFORMACIONIH PROCESA KOD JUNIORA U PLESU SAŽETAK

Osnovni cilj istraživanja je utvrditi nivo transformacionih promjena morfoloških karakteristika, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti kao i uspješnost izvođenja tehničkih elemenata u sportskom plesu pod uticajem tromjesečnog proprioceptivnog treninga i treninga sa vijačom.

Istraživanje je provedeno na uzorku od 84 ispitanika - mladih plesača oba pola, uzrasta 11 – 16 godina iz Plesnog kluba „Gemma” Banja Luka, Plesni klub „City Jazz” Banja Luka, Plesni klub „Bolero” Banja Luka i Plesni klub „Orion” Pale. Ispitanici su podijeljeni u dvije grupe, eksperimentalnu (N = 44) sa kojom je realizovan tromjesečni eksperimentalni program i kontrolnu grupu (N = 40) koji su trenirali po standardnom programu plesa. Pri izboru ispitanika za ovo istraživanje vodilo se računa da su svi ispitanici takmičari uzrasta 11 do 16 godina, da su svi ispitanici ljekarski pregledani i da su redovno pohađali eksperimentalni program.

Osnovni sadržaj eksperimentalnog tretmana je predstavljao proprioceptivni program (vježbe na balans ploči i vježbe na trampolini) i program sa vijačom predstavljen po pojedinačnim treninzima (ukupno 40 treninga). Eksperimentalni program u trajanju 10-20 minuta, provodio se na početku plesnog treninga, poslije zagrijavanja. Trajanje pojedinačnih zadataka je bilo od 30 sekundi do 2 minute. Uzorak varijabli je sačinjavalo 15 testova za procjenu morfoloških karakteristika, 8 testova za procjenu bazičnih motoričkih sposobnosti i 7 testova za procjenu funkcionalnih sposobnosti.

Analizom dobijenih rezultata uočavaju se bolji rezultati u finalnom mjerenju kod obje grupe bolji, s tim što je poboljšanje izraženije kod eksperimentalne grupe sa kojom je realizovan proprioceptivni trening i trening sa vijačom.

Na osnovu dobijenih rezultata multivarijantne analize varijanse i multivarijantne diskriminativne analize u inicijalnom i finalnom mjerenju, može se vidjeti da u finalnom mjerenju u odnosu na inicijalno, postoji statistički značajna razlika između eksperimentalne i kontrolne grupe na nivou $p = 0,0000$. Daljnjom analizom strukture diskriminativne funkcije može se vidjeti da se u finalnom mjerenju povećao broj varijabli koji značajno doprinosi diskriminiranju dvije grupe ispitanika i ono što se generalno može zaključiti je to, da je proprioceptivni trening i trening sa vijačom najveći uticaj ostvario na poboljšanje motoričkih sposobnosti i specifičnih plesnih struktura kretanja.

DIFFG i SSDIF analizama su utvrđivane kvantitativne globalne promjene morfoloških karakteristika, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti. Faktorska struktura funkcionalnih sposobnosti i morfoloških karakteristika u inicijalnom i finalnom mjerenju rotirana u Promax poziciju (sklop) pokazuje da su u oba mjerenja izolovane po dvije latentne dimenzije i da nije došlo do značajnih globalnih promjena funkcionalnih sposobnosti i morfoloških karakteristika, jer se u strukturi latentnih dimenzija ne uočavaju nikakve promjene. Faktorska struktura motoričkih sposobnosti u finalnom mjerenju rotirana u Promax poziciju (sklop) pokazuje da su u finalnom mjerenju kao i u inicijalnom mjerenju izolovane dvije latentne dimenzije. U finalnom mjerenju došlo je do evidentnih globalnih promjena motoričkih sposobnosti, jer se u strukturi latentnih dimenzija uočavaju određene promjene. Na osnovu dobivenih pokazatelja SSDIF analizom kvantitativnih promjena motoričkih sposobnosti može se konstatovati da je trening plesa i propriocepcije kod eksperimentalne grupe ispitanika uticao na povećanje sposobnosti nervnih vlakana da prenose informacije za komponente struktura kretanja u plesu.

Na osnovu rezultata regresione analize u inicijalnom i finalnom mjerenju može se konstatovati da je pod uticajem proprioceptivnog treninga i treninga sa vijačom došlo do pozitivnih promjena u smislu promjene pozitivnih prediktora i promjene strukture.

Dobijeni rezultati otvaraju mogućnost da se u trenažnoj tehnologiji mladih plesača pristupi modifikaciji trenažnog procesa uvođenjem odgovarajućih eksperimentalnih programa koji bi vjerovatno dali bolje rezultate od standardnog (klasičnog) plesnog treninga, jer bi i kvalitet i kvantitet djelovanja na dimenzije antropoloških i motoričkih sposobnosti bio veći i bolji.

Ključne riječi: morfološke karakteristike, motoričke i funkcionalne sposobnosti, ples, multivarijantna diskriminativna analiza, regresiona analiza, SSDIF analiza, DIFFG analiza.