

Апстракти на Македонски јазик / Abstracts in Macedonian

**Nenad Živanović, Slobodan Andrašić, Momir Ćirić, Ranko Krulanović,
Nebojša Randelović**

РАЗЛИКИ ВО ОПТОВАРУВАЊЕТО НА СТУДЕНТИТЕ ВО
ОДНОС НА РАЗЛИЧНИ ВИДОВИ НА АКТИВНОСТИ ВО ПРИРОДА

На примерок од 33 студенти од Економскиот факулте во Суботица и одделенија во Нови Сад кои посетуваа редовна настава по физичко воспитување, одредена е структурата на оптоварувањето при пешачењето (планинарењето) и третирана е разликата во однос на активноста која е условена од местото на студирањето. Студентите во текот на пешачењето, односно планинарењето, со себе носеа пулсометри, со кои на секои пет секунди ги регистрираа срцевите отчукувања. Добиените вредности дополнително се анализирани низ дефинирани пулсни зони. Врз основа на тоа, добиена е структурата на оптоварувањето на студентите во текот на пешачењето, како и разликите во зависност од видот на патеките на пешачењето.

Клучни зборови: *пешачење, планинарење, пулсометри, функционални способности, стурктура на физичкото оптоварување, фреквенции на срцевите отчукувања, мултиваријантна анализа на варијанса, дискриминативна анализа*

Ryszard Makarowski

АГРЕСИВНОСТ ВО СПОРТОТ – МЕТОДА НА МЕРЕЊЕ

Агресијата е процес, а агресивноста е карактеристика на карактерот на личноста. Трудот содржи сеопфатни податоци за агресивноста во спортоот. Применет е спортски Прашалник, кој се состоеше од три скали: 1) «зелено светло», односно упорно извршување на целта, без оглед на пречките кои се појавуваат. 2) «Tripping некој горе» - личноста која се карактеризира со овој вид на агресивност нема скрупули, и е заинтересирана само за нејзиниот сопствен бизнис и смета дека е нормално да се гази врз луѓето за постигнување на нејзините цели, 3) «Самоувереност» - личноста која се карактеризира со овој вид на агресивност е храбра во извршувањето на нејзините работи и изразувањето на мислењата, и покрај потенцијалните негативни последици што ги предизвикала. Примерокот на испитаниците беше составен од спортисти од: 1) индивидуалните неконтактни спортови, 2) боречките спортови 3) тимските спортови. Во трудот е прикажана содржината, апликацијата на спортскиот Прашалник и методите за обработка на добиените податоци од него.

Клучни зборови: *ризик, самоувереност, зелено светло, агресија, спортски Прашалник, индивидуални спортови, боречки спортови, тимски спортови, спортска психологија, факторска анализа, релјабилност*

Branka Protić - Gava, Tijana Šćepanović, Maja Batez

ПОСТУРАЛНИОТ СТАТУС НА ДЕЦАТА ОД ПОМЛАДАТА
УЧИЛИШНА ВОЗРАСТ ОД ЕДНО НОВОСАДСКО УЧИЛИШТЕ

Целта на истражувањето беше да се утврди застапеноста и евентуалните разлики на постуралните отстапувања според полот на децата од помладата училишна возраст. Во истражувањето беа опфатени ученици од двата пола (61) од првите одделенија (просечна возраст 8,52) на Основното училиште „Иво Лола Рибар“ од Нови Сад. Постуралниот статус на учениците е проценет со модифицираната метода на Наполеон Волански. Со примена на кростабулација, утврдени се апсолутните и релативните фреквенции на постуралните отстапувања. Тестирањето на нивните разлики е утврдено со χ^2 -тест на ниво од .05. Резултатите покажаа дека кај учениците најзастапено е лордотичното држење (41% - мало отстапување и 13,1% - значајно отстапување). Рамните стапала беа застапени со најголем процент (78.7%). Од резимирањето на резултатите на истражувањето е утврдено дека се дијагностицирани отстапувања на сите делови на телото, но доминираат оние со мал степен.

Тоа укажа дека поради превентивни причини за појавата на постуралните отстапувања, потребно е опфаќање на децата со различни форми на физички активности.

Клучни зборови: *ученици од првиот одделение во основните училишта, машки, женски, кифоидно држење, лордоидно држење, кифо-лордоидно држење, десна градна сколиоза, вдалбнасти гради, рамни стапала, проценти, χ^2 -тести*

Ratko Stanković, Katarina Herodek, Branislav Dragić, Saša Buban, Cvetko Simonović,
ВАЛИДНОСТА НА ДВА СИСТЕМИ ЗА МЕРЕЊЕ НА
СИЛАТА И СНАГАТА НА ДОЛНИТЕ ЕКСТРЕМИТЕТИ

Основната цел на истражувањето беше да се утврди поврзаноста меѓу механичките карактеристики на мускулната сила кои се добиени врз основа добиени на миотестот (Copyright @ Myotest S.A) и тензиометриските платформи (НВМ@German & TRC@Srbija), кои се наоѓаат на Факултетот за спорт и физичко воспитување во Ниш. Во ова истражување еден испитаник изведуваше скок според протоколот на миотестот за скок со подчучнување. При изведувањето на сите скокови испитаникот на себе имаше миотест и скоците ги изведуваше на тензиометриската платформа. Во истражувањето се применети следните варијабли: максимална измерена сила во мери сила PF во њутни (N), времето потребно за добивање на сила PT во милисекунди (ms), и прираст на силата RFD-како индекс на експлозивната снага. Врз основа на истражувањето може да се извлече следниот заклучок: Силата која е мерена со методата на пизоелектрични уреди кои се поставени во сензорите на тензиометриската платформа и методата на електричен акцелерометар е добиена во рамките на статистички незначајните разлики. Така е утврдено дека овие две методи на мерење се мошне телијабилни. сигурен.

Клучни зборови: *акцелерограф, ѓрансдуктор (Gyaware- GYM), t-тести, акцелерометар (Миотести-МИО), платформа за мерење на сила, максимална измерена сила, време за добивање на сила, индекс на експлозивна снага, коефициент на корелација, мускулна сила кај вертикален скок*

Nevenka Zrnzević, Ljubiša Lilić, Jovana Zrnzević
ПРИДОНЕСОТ НА ЕКСПЕРИМЕНТАЛНА ПРОГРАМА ЗА НАСТАВА ПО
ФИЗИЧКО ВОСПИТУВАЊЕ ВРЗ РАЗВОЈОТ НА МОТОРНИТЕ СПОСОБНОСТИ

Основната цел на истражувањето беше да се утврди влијанието на предложена експериментална програма и на постојната програма по физичко воспитување врз моторните способности на учениците. Истражувањето е реализирано на примерок од 185 ученици (106 во експериментална и 79 во контролна група) на возраст од 7 години \pm 6 месеци. Експерименталната група беше дефинирана со програмски содржини од атлетика, спортски игри, вежби на справи и партер, ритмика и танци со примена на дополнителни вежби, а контролната група со содржини на актуелната програма. За проценување на моторните способности, се применети 12 тестови. За утврдување на изедначеноста меѓу групите во иницијалната состојба, применета е мултиваријантна анализа на варијансата (МАНОВА), а за утврдување на ефектите на програмските содржини во групите, во финалната состојба е применета мултиваријантна анализа на коваријансата (МАНКОВА). Утврдено е дека програмите во двете групи, статистички значајно влијаела врз подобрувањето на моторните способности, но дека експерименталната програма имала поголемо влијание.

Клучни зборови: *основни училишта, кинезиолошки експерименти, машки, женски, експериментална група, контролна група, моторни тестови, иницијални мерења, финални мерења, дополнителни вежби, мултиваријантна анализа на варијансата, мултиваријантна анализа на коваријансата*

Tijana Šćerpanović, Branka Protić-Gava
ФАКТОРСКА СТРУКТУРА НА МОРФОЛОШКИОТ СТАТУС НА АДОЛЕСЦЕНТИТЕ

На примерок од 161 испитаник на возраст од 15 години (\pm 6 месеци) применети се 12 антропометриски мерки. Целта на истражувањето беше да се утврди факторската структура на морфолошките карактеристики

на адолесцентите. Со примена на факторска анализа од применетите антропометриски мерки, изолирани се два фактори. Првиот фактор е интерпретиран како маса и волуменозност на телото кој е дефиниран со телесната маса, обемот на градниот кош, обемот на стомакот, кожниот набор на надлактицата, кожниот набор на стомскот и кожен набор на грбот. Другиот фактор е интерпретиран како лонгитудинална димензионалност на телото кој е дефиниран со телесната височина, должината на рацете и должината на нозете.

Клучни зборови: *физички развој, антропометриски мерки, латентни антропометриски димензии, маса и волуменозност на телото, лонгитудинална димензионалност на скелето, факторска анализа, класификација*

Irfan Gračanin, Jasmin Gračanin, ВЛИЈАНИЕТО НА СНАГАТА ВРЗ БРЗИНАТА ВО ПЛИВАЊЕТО

Целта на истражувањето беше да се утврди влијанието на анализираниот простор на мускулната снага врз брзината на пливањето на 100 метри - градно. Примерокот на испитаниците изнесуваше 20 активни пливачи од Пливачкиот клуб „Ниш 2005“ и Пливачкиот клуб „Свети Никола“ од Ниш. Испитаниците беа на возраст од 16-18 години. Нивниот основен стил беше дефиниран со стилот - градно пливање. Тие беа натпреварувачи на пливачките патеки од 50 до 200 метри. За проценка на основните карактеристики на силата на влечење, користена е метода на пливање во место со максимален интензитет во траење од 30 секунди во 50 метарски базен. Проценката се однесуваше посебно за рацете, нозете и координацијата на техниката во градното пливање. Добиените податоци се анализирани со соодветниот софтвер „IMADA“ Врз основа на резултатите од истражувањето, заклучено е дека постои влијание на мускулната снага при брзината на пливањето на 100 метри - градно пливање, како на апсолутната, така и на релативната мускулна снага.

Клучни зборови: *машки, градно пливање, апсолутна мускулна снага, релативна мускулна снага, моќорно шестирање во пливањето, динамометар за мускулна сила, регресивна анализа*

Ruzhdija Kalach, Serjozha Gontarev ВЛИЈАНИЕТО НА НЕКОИ АНТРОПОМЕТРИСКИ, БАЗИЧНО МОТОРНИ, КОГНИТИВНИ И КОНАТИВНИ ВАРИЈАБЛИ ВРЗ УСПЕШНОТО ИЗВЕДУВАЊЕ НА СПЕЦИФИЧНО-МОТОРНАТА СПОСОБНОСТ - 100 КОМБИНИРАНИ УДАРИ ВО ВРЕЌА КАЈ БОКСЕРИ

На селективен примерок од 102 испитаника од машки пол, боксери на возраст од 18 до 33 години, реализирано е истражувањето со основна цел да се утврди како влијаат антропометриските мерки, моторните тестови и варијаблите за проценување на психолошките способности и особини врз успешното изведување специфичната моторна задача - брзина на изведување 100 комбинирани удари во вреќа. Беше применет систем од 12 варијабли, од морфолошкиот простор, 21 варијабла, од базичните моторни способности, 5 когнитивни варијабли, 3 конативни варијабли и 1 варијабла, за проценување на мотивациските диспозиции (како предикторски варијабли), и една критериумска варијабла (брзина на изведување 100 комбинирани удари во вреќа). Добиените резултати беа обработени со регресивна анализа во манифестниот простор. Резултатите од истражувањето покажаа дека системот на антропометриски мерки, моторни и психолошки тестови статистички значајно влијаат врз успешното изведување на критериумската варијабла.

Клучни зборови: *100 боксерски комбинирани удари во вреќа, селекција во боксој, ирдиџорски варијабли, критериумска варијабла, регресивна анализа, метода на Колмоџоров и Смирнов*

Valentine Panayotov КАРАКТЕРИСТИКИ НА ВРЕМЕНСКАТА ДИНАМИКА НА ИНДЕКСОТ НА ТЕЛЕСНАТА МАСА И ПОНДЕРИРАНИОТ ИНДЕКС КАЈ ПРОФЕСИОНАЛНИТЕ НАТПРЕВАРУВАЧИ ВО БОДИ БИЛДИНГ ВО ПЕРИОДОТ 1980-2012 ГОДИНА

Авторот на трудот ги разгледува и анализира вредностите на две случајни варијабли - индекс на телесната маса и пондерираниот индекс - на натпреварувачите кои биле рангирани од првото до шестото место на професионалните натпревари во бодибилдинг без категории Mr Olympia, Arnold Classic, Night of the Champions и Ironman за периодот 1980-2012 година. Целта на истражувањето беше да се утврдат карактеристиките на статистичката распределба на овие индекси и нивните промени со текот на времето. По анализата на добиените податоци извлечени се следните заклучоци: 1. Телесниот состав на испитаните бодибилдери се карактеризира со големо групирање околу средните вредности на третираните индекси; 2. Типот на утврдените статистички распределби имплицира поголема веројатност за појава на повисоки вредности во споредба со очекуваните на Гаусовата дистрибуција; 3. Причините за утврденото значително зголемување на просечните вредности на третираните индекси, може да се бараат во две насоки: поради карактеристиките на оценувањето и соодветно рангирање на натпреварувачите во бодибилдингот – преферирањето на судиите во текот на времето кон толерирање на мускулети учесници; поради постепеното зголемување на мускулната маса во генералниот критериум за избор на професионалните бодибилдери, што од своја страна, влијае да се зголеми бројот на “мускулестите“ бодибилдери за нивно квалификување во првата шесторка.

Клучни зборови: *статистички распределби, статистичка веројатност, рангирање во бодибилдингот, антропометриски карактеристики, телесен состав, Гаусова распределба, аритметичка средина*

Branislav Dragić, Katarina Herodek, Cvetko Simonović, Dejan Cvetković КАРАКТЕРИСТИКИ НА ВЕРТИКАЛНИОТ СКОК КАЈ ДЕЦАТА И ДЕВОЈЧИЊАТА

Целта на истражувањето беше да се утврди мускулниот потенцијал на долните екстремитети и тој да се компарира низ два типови на вертикалниот скок кај учениците од први клас во средните училишта. Примерокот на испитаниците се состоеше од 37 ученици од гимназијата “9 мај“ во Ниш. Возраста на учениците беше определена со 15 години ± 6 месеци. Примерокот беше поделен во два суппримероци: 14 деца и 23 девојчиња. Применети се две варијабли: вертикален скок од подчучнување и вертикален скок од чучнување. На нив се измерени параметрите: време на летот (TF) и височина на скокот (H). Врз основа на резултатите од истражувањето е утврдено дека постои статистички значајна разлика меѓу вертикалниот скок од подчучнување и вертикалниот скок од чучнување. Таа разлика е утврдена, не само кај девојчињата, туку и кај децата.

Клучни зборови: *ученици од прв клас во средни училишта, максимална мускулна снага, време на „лет“ на вертикален скок, височина на вертикален скок, коефициент на корелација, и-тест*

Miloš Obradović, Srđan Bugarški МОДЕЛ НА АНТРОПОМЕТРИСКИТЕ КАРАКТЕРИСТИКИ И МОТОРНИТЕ СПОСОБНОСТИ НА ЖЕНСКАТА ЈУНИОРСКА РАКОМЕТНА РЕПРЕЗЕНТАЦИЈА НА СРБИЈА

Целта на трудот беше да се испитаат морфолошките карактеристики и моторните способности на јуниорската женска репрезентација на Србија, како и можните разлики меѓу нив пред квалификациониот турнир за Светското првенство во Зрењанин - Србија. Во истражувањето беа опфатени 12 одбојкарки на националниот тим. Просечната возраст им беше 18.5 ± 0.5 . Тие имаа тренажно искуство од 8.2 ± 1.9 години. Во морфолошка смисла, разликата во телесната височина меѓу највисоката и најниската одбојкарка изнесуваше 26 сантиметри, а во телесната маса 26,4 килограми. Во истражувањето се тестирали моторните способности: брзина, флексибилност, агилност и брзинска снага. Добиените резултати од тестирањето покажаа дека просечните вредности и стандардните девијации изнесуваа: за стартната брзина 1.17 ± 0.1 ; за максималната брзина 2.29 ± 0.1 ; за флексибиноста на рамениот појас 74.7 ± 15.7 ; за агилноста 74.7 ± 15 ; за брзинската снага на испружувачите на нозете 209.1 ± 14.0 ; за брзинската снага на испружувачите на рацете 10.22 ± 1.0 . За споредба на соодветните разлики меѓу испитаниците, додавани им се бодови во зависност од резултатите на тестирањето. Најдобариот резултат со најмногу бодови изнесуваше 21, а најслабиот 14 бодови. Од вредностите

на тестирањето е констатирано дека одбојкарките најдобри резултати постигнале во тестото за стартна брзина, чија просечна оценка изнесуваше 3.1, а потоа во тесовите за агилност и за брзинска снага. Просечната оценка во тие тестови изнесуваше 3. Најслаби просечни оценки се постигнати во тестот за флексибилност.

Клучни зборови: *тестирање, брзина, флексибилност, агилност, брзинска снага, аритметичка средина, стандардна девијација*

Nikolay Tsankov, Daniela Tomova

МОЖНОСТИ ЗА ПРИМЕНА НА КОМБИНИРАНО УЧЕЊЕ (КЛАСИЧНО И ЕЛЕКТРОНСКО)
ВО ОБУЧУВАЊЕТО НА СТУДЕНТИТЕ ОД ФАКУЛТЕТИТЕ ПО ПЕДАГОГИЈА

Нараснатите барања за подготовката на студентите од педагошка насока и потребата за постојано усовршување на универзитетското образование, наметнуваат изнаоѓање и имплементација на поефикасни технологии и практични определби. Развојот на информациската и комуникациската технологија, овозможува нивно успешно интегрирање на различни нивоа во рамките на универзитетското образование. Остварувањето на потребата за електронско обучување на студентите, им дава можности самите да го определат темпото, времето, местото и траењето на учењето. Примерокот на испитаниците се состоеше од 40 студенти кои беа опфатени во наставната насока „Педагогија на обучувањето по...“, и наставници кои ја реализираа таа насока. Целата на истражувањето беше да се утврдат одредени очекувања и односот на студентите и наставниците кон реализацијата на комбинираното обучување. За таа цел, беше применета методата на анкетирање (за студентите) и методата на интервјуирање (за наставниците). Трудот нуди остварување на идејата за комбиниран тип на обучување во високото образование (како единство на класичното и електронското обучување) низ концептуално остварување од една страна, а од друга страна проверување на можностите за технолошки поглед низ анкетно проучување за мислењето на студентите како идни субјекти на тој тип на обучување. Овие две страни се доказ дека „заедничкото обучување“, не го менува или не би можело суштински да ги промени основните карактеристики на обучувањето во високото образование, но дава можности за усовршување на тие две страни.

Клучни зборови: *педагошко анкетирање, педагошко интервју, квалитетно обучување, мотивација за обучување, интерес за обучување, образовни технологии, информациски технологии, социјални мрежи*

Katarina Herodek, Svetko Simonović, Dejan Cvetković

ЕФЕКТИ НА ТРЕНИНГОТ ЗА СНАГА И БРЗИНА КАЈ
ТРЕНИРАНИТЕ И НЕТРИНАРИТЕ ДЕЦА

Познавањето на степенот за развиеноста на моторните способности во одредената возраст, претставува клуч за создавање на прецизен тренажен модел со точно избалансиран процент на застапеност на одредени вежби кои се насочени кон максималниот развој на соодветните моторни способности. Предметот на истражувањето е дефиниран со развојот на моторните способности: снага и брзина кај тренирани и нетренирани деца на возраст од 12 години, под влијанието на шестмесечен програмиран тренинг со акцент врз развојот на тие способности. Целата на истражувањето беше да се утврди влијанието на тој тренинг кој траеше шест недели, врз развојот на тие способности кај тренираните и нетренираните деца. Во истражувањето беа опфатени 51 дете. Применетите варијабли во истражувањето се избрани согласно предметот на истражувањето и карактеристиките на примерокот на испитаниците. Анализираниа е разликата на резултатите кои се добиени од применетите моторни тестови во иницијалното и финалното мерење меѓу групите и во секоја група. Применетата тренажна програма укажа на подобрување на некои моторни способности кај двете групи испитаници, со тоа што поголемо позитивно влијание е утврдено кај групата тренирани испитаници.

Клучни зборови: *моторни способности, моторни тестови, иницијално мерење, финално мерење, физчко воспитување, кошарка, и-тест*

Milan Stanimirović, Predrag Milenović, Vladimir Mutavdžić

ЕФЕКТИТЕ НА ПРИМЕНЕТА ПРОГРАМА ЗА BODIBUILDING ТРЕНИНГ ВРЗ ТРАНСФОРМАЦИЈАТА НА ФУНКЦИОНАЛНИТЕ СПОСОБНОСТИ КАЈ ЖЕНИТЕ

Целата на истражувањето е насочена кон утврдување на ефектите од четиримесечна применета експерименталната програма за бодибилдинг тренинг врз трансформацијата на функционалните способности кај жените. Програмата е спроведена на 26 селектирани вежбачки на возраст од 19 до 29 години (± 6 месеци). Добиените резултати од дискриминативната каноничка анализа, покажаа дека не постои статистички значајна разлика на истражуваните функционални варијабли вежбачките меѓу иницијалното и финалното мерење. Како што се претпоставуваше, заклучено е дека експерименталната програма за бодибилдинг тренингот не доведе до трансформација, односно до позитивни промени во истражуваниот функционален простор на применетиот примерок испитаници. Позначајни трансформациони ефекти за можен развој на функционалните способности кај жените, веројатно би можело да се очекува со примена и содејство на одредени активности со аеробен карактер.

Клучни зборови: *експериментална програма, иницијално и финално мерење, фреквенција на пулсот, белодробен витален капацитет, максимална постојувачка на кислород, релативна постојувачка на кислород, дискриминативна каноничка анализа*

Zoran Božović, Goran Šekeljić, Jovan Marković

ВЛИЈАНИЕТО НА ДОПОЛНИТЕЛНИТЕ ВЕЖБИ ВРЗ АКТИВНОТО ВРЕМЕ НА ЧАСОТ ПО ФИЗИЧКО ВОСПИТУВАЊЕ

Целта на истражувањето беше да се утврдат ефектите на дополнителни вежби врз активното време на вежбањето кај учениците на часовите по физичко образование на кои се реализирани содржини по гимнастика. Истражувањето имаше експериментален карактер во кој беа вклучени четири групи од вторите класови на средните училишта. Во текот на спроведувањето на експерименталниот третман, применета е хронометражна метода за мерење на ангажираноста на учениците за време на часовите. Кај учениците од експерименталните групи, измерено е значајно подобро активно време на вежбање, што всушност укажа на позитивни ефекти на дополнителните вежби во наставата по физичко воспитување.

Клучни зборови: *педагошки експеримент, експериментални групи, контролни групи, метода на мерење, втори класови на средните училишта, моторни способности, спортиско-технички способности, гимнастика*

Vladimir Mutavdžić

ОСНОВНИ ПАРАМЕТРИ НА АЕРОБНИОТ ТРЕНИНГ ВО РЕКРЕАТИВНИОТ ДРУМСКИ ВЕЛОСИПЕДИЗАМ

Врз основа на основните одредници на рекреативниот тренинг во друмскиот велосипедизам, целта на истражувањето беше да се оствари и одржи нивото на оптималното аеробно функционирање на кардиоваскуларниот и респираторниот систем на одреден велосипедист во четиринеделен циклус. Истражувањето е реализирано на психофизички здрав испитаник - велосипедист на возраст од 51 година, кој континуирано една година се занимавал со друмски велосипедизам. Основниот мотив за преземање на истражувањето произлезе од претпоставката дека планското, систематското и правилно дозирано рекреативно возење на друмски велосипед, може да се оствари и контролира нивото на аеробното функционирање на организмот во текот на тренингот. Резултатите од истражувањето покажаа дека во рекреативниот друмски велосипедизам може да се оствари достигнување и одржување на оптималното ниво на аеробното функционирање на кардиоваскуларниот и респираторниот систем. На тој начин, може да се очекуваат соодветни позитивни аеробни, и секако целосни здравствени ефекти, пред сè на кардиоваскуларниот и респираторниот систем. Во натамошните истражувања од оваа област, а со интенција да се потврдат добиените резултати, пожелно би било ваквите истражувања да се реализираат на соодветни примероци испитаници.

Клучни зборови: *кардиоваскуларен систем, респираторен систем, дозирање на физичката активност, одржување нивоито на аеробниот тренинг, интензитетот на физичкото оптоварување, фреквенција на срцеито*

Rossitza Tzarova

МОЖНОСТИ ЗА АДПТАЦИЈА НА СРЦЕВО – САДОВНИОТ СИСТЕМ КОН ФИЗИЧКИТЕ ОПТОВАРУВАЊА СО СРЕДСТВА НА КОШАРКАТА, ПЛИВАЊЕТО И ТУРИЗМОТ ВО УСЛОВИ НА ВИСОКОТО ОБРАЗОВАНИЕ

Истражувањето е реализирано на 148 студенти, вклучени во профилирани групи во наставната дисциплина „Спорт по избор – кошарка, пливање или туризам“ на Техничкиот Универзитет во Софија. Студентите беа поделени во три подгрупи кои се занимавале: со кошарка (54), пливање (54) и туризам (40). Согласно можностите на примерокот на испитаниците, како најсоодветен беше применет три-минутниот степ-тест (YMCA). При проценувањето на резултатите од тестот беше применета просечната скала со 7 оценки, усогласена со полот на испитаниците (Петков, Тотева, Мазнев и Димитрова, 2012). Во истражувањето е применета алтернативна и споредбена анализа со Студентовиот t-тест и сигмална метода за оценување. Резултатите покажаа дека во високото образование во Бугарија, пристапуваат студенти, кои главни имаат многу ниски можности за адаптација на срцево-садовниот систем кон физичките оптоварувања и многу ниски функционални способности, како и тоа дека при постојната состојба, обучувањето во физичкото образование и спортот во високото образование, не доведува до зголемување на можностите за адаптација на срцево-садовниот систем кон физичките оптоварувања без оглед на карактерот на моторните активности.

Клучни зборови: *машки, женски, физичко воспитување, Ситеј тест - YMCA, функционални способности, физички способности, моторни активности*

Rade Stefanović

ВЛИЈАНИЕТО НА АТЛЕТСКО-РЕКРЕАТИВНИТЕ АКТИВНОСТИ ВРЗ ЗДРАВЈЕТО НА РАБОТНИЦИТЕ ВО МАШИНСКАТА ИНДУСТРИЈА

Целта на истражувањето беше да се утврди условеноста на субјективното чувство за физичката и работната способност и здравјето на работниците за занимавање со спортска рекреација и мотивацијата за учество во спортско-рекреативните активности. Изборот на примерокот на испитаниците во истражувањето беше извршен по случаен пат. Планираниот примерок изнесуваше 858 испитаници кои сочинуваа 30% од вкупниот број на работниците од работната организација „Алатница“ во Ниш. На 818 случајно избрани работници од тој планиран примерок, применет е анкетен Прашалник во врска со целта на истражувањето. Анкетирањето го извршија 8 студенти од Наставно научната група за физичка култура на Филозофскиот факултет во Ниш. Резултатите од анкетирањето за поврзаноста во смисла на влијанието на субјективното чувство за состојбата на физичките и работните способности и здравјето врз активностите во спортската рекреација и мотивацијата за учеството во спортско-рекреативните активности, укажаа на стаистички значајна поврзаност.

Клучни зборови: *работни способности, физички способности, физички активности, Прашалник за спортска рекреација, спортска рекреација во атлетиката, здравствени проблеми, мотивација за спортска рекреација, χ^2 -тест*

Anna T. Vozhkova,

АНАЛИЗА НА ТИМОВИТЕ ФИНАЛИСТИ НА ОЛИМПИСКИОТ ОДБОЈКАРСКИОТ ТУРНИР -2012

Направен е анализа на олимпискиот одбојкарски турнир кај мажите - Лондон 2012. Целта на истражувањето е да се спореди рангирање на редоследот на тимската ефикасност по одделни одбојкарски елементи. Анализата покажа дека настанала промена на пласманот во светската одбојкарска елита. Споредбената анализа на тимовите финалисти за одделните одбојкарски елементи, покажа дека нивниот конечен пласман има логична заснованост.

Клучни зборови: *ранжирање на иласман во одбојката, одбојкарски елементи, ефикасност во одбојката, метода на посмаирање, аритметичка средина, процени*

Vulnet Ameti, Isa Aslani, Astrit Iseni

РЕЛАЦИИТЕ НА ОДДЕЛНИ АНТРОПОМЕТРИСКИ МЕРКИ И РЕЗУЛТАТИТЕ ВО НЕКОИ МОТОРНИ ТЕСТОВИ СО УСПЕХОТ ВО ТРЧАЊЕТО НА 400 МЕТРИ КАЈ 16-ГОДИШНИ УЧЕНИЦИ.

Во труд се истражувани релациите меѓу антропометриските мерки и моторните способности во однос на успехот кој се постигнува при трчањето на 400 метри. Овој успех е определен како ситуациона моторна варијабла, односно критериумска варијабла. Истражувањето се реализираше на примерок од 130 ученици од машки пол. Возраста на учениците изнесуваше 16 години \pm 6 месеци. На учениците се применети 26 предикторски варијабли. Од нив 12 беа наменети за проценување на моторните способности, 13 варијабли за проценување на антропометриските латентни димензии и една варијабла за проценување на ситуационата брзина на трчањето, која беше дефинирана како репрезент на соодветна латентна моторна способност. Податоците од применетите варијабли во истражувањето беа обработени со регресивна анализа. Добиените резултати од таа анализа, укажаа дека применетите предикторски варијабли, имаат статистичко значајно влијание врз критериумската варијабла. Од моторните варијабли најголемо статистички значајно влијание, покажа тестот - скоко во далечина од место (МСДМ) и тестот - тапинг со нога (МТН). Од антропометриските мерки на такво статистичко влијание, укажа масното ткиво на раката, односно надлактицата (АМТР).

Клучни зборови: *физичковежбање, моторни манифестивни димензии, антропометриски карактеристики, успех во трчањето, независни моторни варијабли, предикторски антропометриски варијабли, експлозивна мускулна снага, мултиваријантна регресивна анализа*

Dejan Ilić, Zoran Valdevit, Saša Đurić

СТАТУСОТ НА СТАПАЛАТА НА ЖЕНСКАТА РАКОМЕТНА РЕПРЕЗЕНТАЦИЈА НА СРБИЈА

Зачувувањето на добриот постурален статус, со оглед на модерното живеење кое подразбира недоволна физичка активност, претставува голем проблем. Ракометот е спортска игра која позитивно влијае врз правилниот телесен развој, затоа што подеднакво влијае на големите мускулни групи. Досегашните истражувања покажуваат дека голем број деца, имаат одредени постурални отстапувања. Нарушениот телесен статус најчесто се изразува врз деформациите на 'рбетниот столб и стапалата. Рамните стапала, сè почесто се јавуваат кај децата од најмладата возраст. Овие отстапувања главно се последица од современиот начин на живот, поради недоволно развиената мускулатура кај децата. Целта на истражувањето беше да се утврди застапеноста на спуштениот статус на стапалата кај ракометарките од женската репрезентација на Србија. Примерокот на испитаниците беше сочинет од 17 ракометарки на возраст од 20 години. Резултатите од истражувањето укажаа дека голем број од нив имаа рамни стапала.

Клучни зборови: *нормални стапала, рамни стапала, превенција на стапалата, корекција на стапалата, хипокинезија, физичка активност, телесна височина, телесна тежина, активен сјаж во ракометот, планиметрија, Томсонова метода*

Elena Kantcheva

ОБИД ЗА ИЗРАБОТКА НА МОТИВАЦИОНЕН ПРОФИЛ НА СПОРТСКИ ПЕДАГОГ ВО БУГАРСКО УЧИЛИШТЕ

Истражувањето беше дефинирано како придонесе во развојот на хармонизација на целите на училиштето со целите на наставникот по физичко воспитување (поединецот). За реализација на целите на истражувањето беа анкетирани 28 наставници по физичко воспитување, 43 наставници по други наставни

предмети и други вработени лица од 8 училишта во општината Велико Трново. Другите вработени лица беа претставници на администрацијата и на персоналот кој не е вклучен во педагошкиот процес. Истражувањето покажа дека параметрите на мотивирачкиот фактор на спортските педагози, вклучуваат: перцепции и активност на секоја личност од училишниот персонал; стратегија на раководството за потребите на членовите на колективот; перманентен дијалог шеф - учител, службеник и помошен персонал; програма за компензација која создава уверување дека доброто исполнување на обврските овозможува високо ниво на платата.

Клучни зборови: *мотивација, наставник по физичко воспитување, човекови потреби за работа, однесување во работата, Прашалник за мотивација, фактори за мотивација, модел на мотивирање, процени*

Zvezdan Savić, Petar Mitić, Nenad Stojiljković,
РАЗЛИКИ ВО СТАВОВИТЕ НА УЧЕНИЦИТЕ ОД ГРАДОВИТЕ НА
ЈУГОИСТОЧНА СРБИЈА КОН МОДЕЛИТЕ НА ВОННАСТАВНИТЕ
ФОРМИ НА АКТИВНОСТИ ВО ПРИРОДА

Од анализата на досегашните презентирани позитивни превентивни ефекти за престојот во природа, недвосмислено се наметнува потребата за организирање на одделни модели за активности во природа, но и за нивно натамошно насочување, со цел која е во согласност со потребите на практиката. Примерокот на испитаниците за ова истражување беше сочинет од 151 ученик на возраст од 14 години од градовите на Југоисточна Србија (Књажевац, Зајечар и Ниш). На учениците беше применет анкетен Прашалник со 12 ајтеми. Добиените податоци од него, се обработени со t-тест и Аанализа на варијансата. Утврдени се разлики меѓу учениците во однос на полот и нивните градови на живеењето. Врз основа на резултатите од тие разлики и натамошните потреби за организирање на воннаставните форми на активности во природа, можни се конкретни предлози за создавање на модели за задоволување на вистинските потреби на учениците.

Клучни зборови: *хиокинезија, Програма по физичко воспитување, функционални способности, ментални способности, излегии, лоѓорувања, Прашалник, ги-тест, Анализа на варијансата*

Maria Gateva
ИСТРАЖУВАЊЕ СО ТЕСТИРАЊЕ НА МУСКУЛНАТА СИЛА КАЈ
НАТПРЕВАРУВАЧКИТЕ ПО РИТМИЧКО-СПОРТСКА ГИМНАСТИКА

Истражувањето е реализирано на примерок од 120 испитаници во ритмичко-спортска во гимнастика од сите клубови во Софија и Пловдив. Испитаноиците (гимнастичарките) беа на возраст меѓу 10 и 19 години. Примерокот беше поделен според возраста во 9 групи. Во секоја група, просечно имаше по 3 гимнастичарки. Мускулната сила беше проценувана со три моторни тестови: „лежење на грб со подигнување на трупот до положба на седење“ (динамичка сила на стомачната мускулатура); „подигнување и задржување на телото до 45° - до откажување (издржливост на грбната мускулатура); „вертикален отскок со двете нозе од место“ (експлозивна сила на нозете). Податоците од тестирањето беа обработени со Анализа на варијансата (АНОВА) и Пирсоновиот коефициент на корелацијата. Резултатите од истражувањето укажаа на нивото на физичката подготвеност на основните мускулни групи кои се значајни за уметничката гимнастика. Добиените ниски резултати ја покажаа потребата и можностите за подобрување на мускулната сила кај натпреварувачките во ритмичко-спортска гимнастика во едни од најдобрите клубови во Бугарија.

Клучни зборови: *мускулна флексибилност, моторна координација, физичка подготвеност, динамичка сила на грбната мускулатура, издржливост на грбната мускулатура, експлозивна сила на нозете, коефициент на корелација, Анализа на варијансата (АНОВА)*