

## **EFEKTI MODELA EKSPLOZIVNE SNAGE NA RAZVOJ MOTORIČKIH I FUNKCIONALNIH SPOSOBNOSTI UČENIKA**

---

### **Sažetak**

*Cilj istraživanja je bio da se utvrde kvantitativne razlike u motoričkim i funkcionalnim sposobnostima pod uticajem eksperimentalnog modela trenažnog rada za razvoj eksplozivne snage. Izabrani uzorak ispitanika definisan je kao populacija učenika osnovnih škola muškog pola, uzrasta 14 i 15 godina. U eksperimentu je učestvovalo 38 učenika iz Beograda obuhvaćenih trenažnim radom u školskoj sportskoj sekciji. Merni instrumenti za procenu motoričkih sposobnosti sastojao se od sedam varijabli (Kurelić i sar. 1975.). Obim grudnog koša, Obim nadkolenice, Obim potkolenice i Masa tela. Sistem za procenu funkcionalnih sposobnosti činile su četiri varijable (Heimer i Medved 1997): Puls u miru, Vitalni kapacitet pluća, Sistolni i Dijastolni arterijski krvni pritisak. Istraživanje je bilo longitudinalnog karaktera i trajalo je osam nedelja sa 32 trenažnih sati. Za analizu eventualnih razlika između injicijalnog i finalnog merenja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti korišćen je T-test za male zavisne uzorke i Kanonička diskriminativna analiza. Zaključeno je da je na kraju eksperimenta utvrđena statistički značajna razlika transformacionih procesa eksperimentalnog modela eksplozivne snage kod repetitivne i eksplozivne snage, vitalnog kapaciteta pluća i sistolnog i dijastolnog krvnog pritiska.*

**Ključne reči:** *model eksplozivne snage, motoričke i funkcionalne sposobnosti, trenažni proces, učenici osnovnih škola*

---