

# ASIMetriJA DOMINANTNIH I NEDOMINANTNIH EKSTREMITETA U ISPOLJAVANJU EKSPLOZIVNE SNAGE KOD KOŠARKAŠA MLAĐIH UZRASNIH KATEGORIJA

*Originalni naučni rad*

## **Sažetak**

Asimetrija je pojava koja je prisutna u našem okruženju i svojstvena je ne samo čoveku, već se javlja u čitavom živom svetu. Sve što nije identično sa obe strane ose može se smatrati asimetričnim. Eksplozivna ili brzinska snaga predstavlja sposobnost da se uloži maksimalna energija u jednom pokretu za što kraće vreme. Aktivnosti trčanja, skokova, promena pravca kretanja, driblinga, dodavanja, šutiranja i sl predstavljaju sastavni deo košarkaške igre i javlja se tendencija da se ekstremiteti ne koriste uvek proporcionalno i u istoj meri, pa imamo razliku u angažovanosti leve i desne strane tela. Osnovni cilj istraživanja je utvrđivanje međusobne asimetrije koja se javlja kao posledica načina života i specifičnosti sportske igre kojom se ispitanici bave u eksplozivnoj snazi između donjih i gornjih ekstremiteta, te da se utvrde eventualne razlike u odnosu na tri različite uzrasne kategorije, odnosno da li postoje međusobne razlike među grupama u pogledu svih ispitivanih varijabli i u kojoj meri su izražene. Uzorak ispitanika čine 64 dečaka, mladih košarkaša, raspoređenih u tri grupe na osnovu starosti, odnosno uzrasne kategorije kojoj pripadaju na osnovu propozicija KSS. Uzorak mernih instrumenata je iz antropometrijskog i motoričkog prostora, a ispitanici su popunjavali i upitnik koji se tiče utvrđivanja dominantnog ekstremiteta, a utvrđuje se na osnovu dobijenih odgovora. Za prezentaciju i analizu podataka u ovom istraživanju je korištena formula za izračunavanje koeficijenta asimetrije (Jatrjemskaia & Titov 1999;) za sve merene varijable koje se odnose na ekstremitete, a ona je sledeća:  $AS = D - ND / D \times 100$ . Osim navedene formule koja utvrđuje međusobni odnos dominantnog i nedominantnog dela tela, upotrebljena je i formula koja objedinjuje sve varijable koje su opservirane a glasi:  $AS(n) = \sum AS / n$ . Iz oblasti komparativne statistike: T- test i analiza varijanse (ANOVA), a za post-hoc analizu korišten je Takijev test (Tukey). Dobijene su očekivane razlike u eksplozivnoj snazi ekstenzora donjih ekstremiteta u odnosu na dominantne. Eksplozivna snaga gornjih ekstremiteta je veća kod dominantnog ekstremiteta.

**Ključne reči:** asimetrija, ekstremiteti, eksplozivna snaga, mladi košarkaši.