

23. nastavna tema:

SUSTAV SPORTSKE PRIPREME



**Nakon praćenja nastave i svladanog gradiva
ove nastavne teme studenti će moći:**

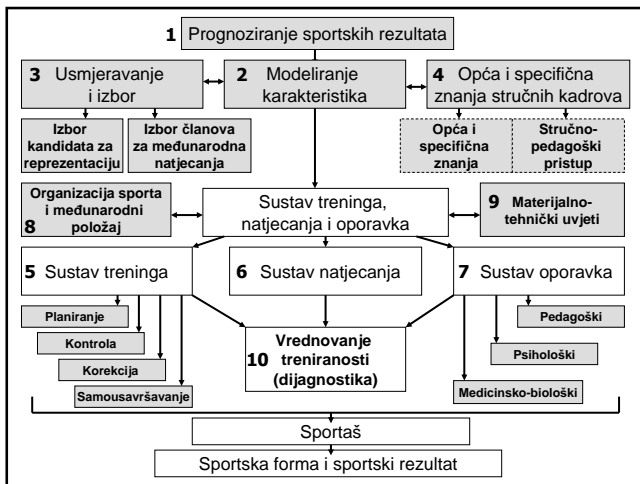
- Opisati i usporediti opće modele sustava sportske pripreme
- Objasniti elemente hrvatskog sustava sportske pripreme
- Raspravljati o važnosti pojedinih elemenata na lokalnoj i regionalnoj razini razvoja sporta
- Objasniti genotipske, fenotipske, materijalno-tehničke i upravljačke faktore u sportu

23.1. Opće postavke

- Mnoge zemlje, ovisno o razvijenosti sporta i rezultata znanstvenih istraživanja, razradile su svoj **sustav sportske pripreme**.
- On je **višedimenzionalan**, što znači da ga čini više sastavnica s jasno definiranim obilježjima i relacijama između njih.



- Prema **Željaskovu** za uspješnost u sportu su u **prvom planu genotipski faktori**, odnosno darovitost potencijalnih vrhunskih sportaša
- Potvrda darovitosti i potpuni razvoj sportaša ovisi o **okolinskim čimbenicima** kao što su trenažni proces, sustav natjecanja, financiranje sporta, materijalni uvjeti i potom kvalitetni kadrovi i potpora visokoškolskih institucija i znanosti



- Modeliranje višegodišnjeg ciklusa treninga** temelji se na **analizi** dosadašnjih i **prognozi** razvoja sportskih rezultata u budućnosti.
- Očekivane rezultate postizati će sasvim konkretni sportaši s najvišim stupnjem pripremljenosti.
- Dio je sustava sportske pripreme je objektivno definiranje **modelnih karakteristika** vrhunskih sportaša koji će u budućnosti postizati prognozirane sportske rezultate.

- Selekcija** potencijalnih vrhunskih sportaša temelji se na zadovoljavanju vrlo strogih kriterija (modelne karakteristike) u sportu općenito i u pojedinim sportskim granama.
- U vrlo zahtjevan **trenažni proces, sustav natjecanja i mjere oporavka** uključuju se samo oni koji imaju realne šanse da u budućnosti postignu visoke sportske rezultate.

- Ovo će zavisiti i od broja **trenera i ostalih stručnih kadrova** uključenih u trenažni proces i od njihove **znanstveno-stručne razine** kao i od toga koliko je ukupna sportska priprema utemeljena na odgovarajućim **materijalno-tehničkim i financijskim resursima**.



- U različitim zemljama istraživači i teoretičari pristupaju izgradnji **sustava sportske pripreme** na specifičan način.
- U svim pristupima zastupljeni su isti ili slični čimbenici koji definiraju uvjete kvalitetne sportske pripreme i proizvodnje **vrhunskih sportskih rezultata**.



Elementi hrvatskog sustava sportske pripreme

(Milanović, 2003)

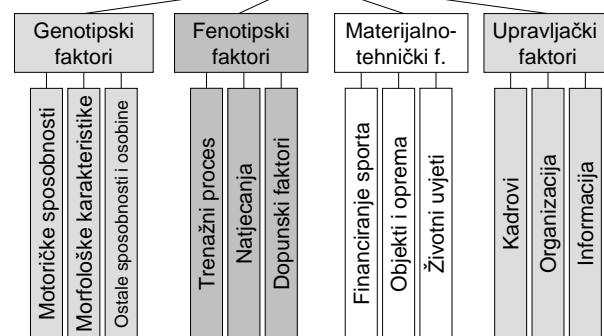
1. Baza znanja o **rezultatima**, odnosno sportskim dostignućima (analiza aktualnih i prognoziranih stanja)
2. Baza znanja o **modelnim karakteristikama** sportaša (analiza aktualnih i budućih modelnih karakteristika)
3. Selekcija: **usmjeravanje** općenito u sport i **izbor** potencijalnih vrhunskih sportaša za konkretnu sportsku granu

4. Tehnologija (metodika i programiranje) **treninga**
5. Sportska **natjecanja**
6. Metode **oporavka** (dopunski faktori)
7. Treneri i ostali kadrovi (školovanje i usavršavanje)
8. Organizacijska struktura sporta
9. Materijalno-tehnički uvjeti
10. Znanstvena istraživanja



Sustav sportske pripreme

(prema Željaskov, 2001)



Za uspješno svladavanje ove nastavne teme korisno je pročitati:

- Milanović, D. (2000). Strategija razvoja hrvatskog športa. *Olimp*, Zagreb, 4, 4-7.
- Vazny, Z. (1978). *Sistem sportskog treninga*. Beograd: Partizan.
- Željaskov, C. (1998). *Osnovi na sportnata trenirovka*. Sofija: NSA Press.