

Pauline Iglesias Vargas, Mauricio Santos Oliveira in André Mendes Capraro

## ODNOS MED TELOVADCI IN VADITELJI V BRAZILSKI MOŠKI ORODNI TELOVADBI

Izkazalo se je, da je obnašanje vaditeljev eden od odločilnih dejavnikov za pozitivno in uspešno športno izkušnjo. Zato smo s to raziskavo želeli opozoriti na značilnosti odnosa telovadec – vaditelj z vidika športnikov brazilske moške orodne telovadbe (MAG) (2013-2021). Za doseg o raziskovalnega cilja je bila uporabljena kakovostno-raziskovalna metodologija. Podatki so bili zbrani iz polvođenih pogovorov s petimi telovadci brazilskega moštva MAG. Prepisi pogovorov so bili razčlenjeni in organizirani v tri tematske sklope: zlorabe vaditeljskih praks v preteklosti; spremembe v obnašanju vaditelja; in pozitivni odnosi med vaditeljem in športnikom. Ugotovljeno je bilo, da je trenutno vedenje vaditeljev moralno, čeprav športniki niso zanikali zgodovine zlorab. Športniki so opazili spremembe v obnašanju vaditeljev, potem ko so državni in mednarodni upravni organi ustanovili odbore za nadzor in boj proti zlorabam v športu. Športniki so poročali tudi o medsebojno spoštljivem odnosu s svojimi vaditelji v današnjem času in jim je bilo žal za premajhno cenjenje vaditeljskega poklica v Braziliji.

**Ključne besede:** Olimpijske igre, telovadci, vaditeljstvo, vrhunski šport.

---

Luciana Ferreira Melo de Sá, Amanda Batista Santos, Maria de Lurdes, Tristão Ávila Carvalho

## SPOSOBNOST IZVEDBE SKOKA IN PREREZ SILA-HITROST V RITMIKI

Skok je najpomembnejše gibanje v ritmiki (RG). Za pravilno izvedbo morajo ritmičarke razviti ustrezne stopnje sile in hitrosti, da dosežejo dovolj višine skoka, da pokažejo poseben položaj telesa med letom, kot je opredeljeno v Pravilniku točkovanja RG. Na zmogljivost skakanja vplivata prerez mehanske sile in hitrosti (F-V) in največja moč, ki jo ustvarijo spodnji udi. Osebni prerez F-V lahko zagotovi natančnejšo in popolnejšo mehansko predstavitev njegovih zmogljivosti in potreb. Namen te raziskave je bil razčleniti prerez F-V med skokom v nasprotnem gibanju, ugotoviti velikost in smer neravnovesja med obema spremenljivkama (sila in hitrost) ter primerjati sposobnost skakanja in mehanske spremenljivke različnih starostnih skupin. Ocenjenih je bilo 18 portugalskih ritmičark (povprečna starost  $12,2 \pm 1,8$  leta) glede na starostne skupine: začetnice in mladinke (G1- od 10 do 12 let) ter mladinke in starejše ritmičarke (G2 - od 13 do 16 let); in glede na F-V zaznane neravnovesje prereza. Zbiranje podatkov je bilo izvedeno po obdobju osamitve zaradi covid-19. Rezultati so pokazali razlike v telesnih značilnostih med starostnimi skupinami, vendar nobenih razlik v spremenljivkah, povezanih s prerezom F-V. Pri primerjavi ritmičark glede na primanjkljaj so bile ugotovljene razlike v spremenljivkah sila in hitrost. Poleg tega je 72,3 % ritmičark pokazalo primanjkljaj sile, 11 % primanjkljaj hitrosti in 16,6 % ritmičark je imelo uravnotežene rezultate. Glede na ugotovljene primanjkljaje, zahteve športa in vsakega športnika, je nujno vključiti vadbo moči v redno vadbo ritmičark.

**Ključne besede:** ritmika, prerez, skok, sila, hitrost.