

Percepcija libera o njihovoj igračkoj ulozi u odbojci

Subašić, Gabrijela

Master's thesis / Diplomski rad

2022

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Split, Faculty of Kinesiology / Sveučilište u Splitu, Kineziološki fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:221:448416>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-11-25**



Repository / Repozitorij:

[Repository of Faculty of Kinesiology, University of Split](#)



UNIVERSITY OF SPLIT



SVEUČILIŠTE U SPLITU
KINEZIOLOŠKI FAKULTET
SVEUČILIŠNI DIPLOMSKI STUDIJ KINEZIOLOGIJE

**PERCEPCIJA LIBERA O NJHOVOJ
IGRAČKOJ ULOZI U ODBOJCI**

Gabrijela Subašić

Split, 2022.

SVEUČILIŠTE U SPLITU
KINEZIOLOŠKI FAKULTET
SVEUČILIŠNI DIPLOMSKI STUDIJ KINEZIOLOGIJE

**PERCEPCIJA LIBERA O NJIHOVOJ
IGRAČKOJ ULOZI U ODBOJCI**

Student:

Gabrijela Subašić

Mentori:

Izv.prof.dr.sc. Mirjana Milić

Prof.dr.sc. Zoran Grgantov

Split, 2022.

SADRŽAJ

1. UVOD	6
1.1. Odbojka	6
1.2. Libero igračice.....	8
1.3.Psihološke karakteristije.....	8
2. DOSADAŠNJE SPOZNAJE	11
3. CILJ RADA	14
4. HIPOTEZE	15
5. METODE RADA	16
5.1. Uzorak ispitanika.....	16
5.2. Uzorak varijabli	16
5.3. Opis eksperimentalnog postupka	16
5.4. Metode obrade podataka	17
6. REZULTATI I RASPRAVA	18
7. ZAKLJUČAK	21
8. LITERATURA	23

SAŽETAK

Iako ne smiju izvoditi sve faze tijekom igre, libera imaju vrlo važnu ulogu u prijemu servisa i obrani polja, a sudjeluju i u dizanju lopte za smeč. Zbog toga ih treneri smatraju vrlo važnom igračkom ulogom u ekipi.

Cilj ovog rada je bio utvrditi osobnu percepciju 28 libero igračica o njihovoj igračkoj ulozi u odbojci. Prosječna kronološka dob odbojkašica je $20,89 \pm 3,30$ godina s područja cijele Hrvatske koje sudjeluju u najvišem rangu natjecanja, u Superligi. Radi se o reprezentativnom uzorku jer uzimajući u obzir da svaka ekipa ima dva libera u prijavljenoj postavi za natjecanje, uključene su sve odbojkašice koje imaju tu igračku ulogu.

Korištenjem novokonstruiranog anonimnog upitnika *Percepciju libera o njihovoj igračkoj ulozi u odbojci* seniorske odbojkašice iskazali su procjenu svoje motiviranosti, samouvjerenosti u igri, osjećaja odgovornosti, uspješnosti i zadovoljstva svojim status te vlastitim doživljavanjem utjecaja i ponašanja trenera kao i važnosti psihološke pripreme svoje igračke uloge.

Dobiveni rezultati ukazuju da libero igračice procjenjuju svoju igračku ulogu kao veoma odgovornu, izuzetno važnu i s velikim osobnim doprinosom, iskazuju visoke vrijednosti motiviranosti, samouvjerenosti u igri te odgovornosti. Očekuju osobna napredovanja kao i potrebu za psihološkom podrškom koja nije dostatna od stručnih osoba u klubovima.

Ključne riječi: *motiviranost, osobni doprinos, psihološke pripreme, samouvjerenost.*

ABSTRACT

Liberos' perception of their player role in volleyball

Although they may not perform all phases during the game, liberos have a very important role in receiving serves and defending the court, and they also participate in raising the ball for a dunk. Because of this, the coaches consider them to play a very important role in the team.

The study aimed to determine personal perception of 28 liberos regarding their player role in volleyball and included Croatian female volleyball players who compete at the highest level – Superleague, whose mean chronological age was 20.89 ± 3.30 years. It is a representative sample because, since each team has two liberos in the registered lineup for the competition, all libero players were included. Using the new-constructed anonymous questionnaire *Liberos' perception of their player role in volleyball*, senior volleyball players assessed their motivation, self-confidence, sense of responsibility, success and satisfaction with their status, their perception of the coach's influence and behavior, and the importance of psychological preparation for their player role.

Liberos assessed their role as very responsible, extremely important, and with great personal contribution, and they scored high on motivation, self-confidence, and responsibility. They expect personal advancement and psychological support, which is not adequately provided by professional staff in the clubs.

Key words: *motivation, personal contribution, psychological preparations, self-confidence.*

1. UVOD

Ocem moderne odbojke smatra se William G. Morgan koji je po zanimanju bio profesor tjelesnog odgoja. U počecima svoje karijere pokušavao je pronaći natjecateljsku igru koja bi bila primjerenija za stariju djecu s kojom je radio te je pomoću nekih svojih ideja koje je crpio iz ostalih sportova došao do odbojke. Prvi put je demonstrirao odbojku 1896., a prvi pravilnik napisao je 1897. Odbojka je timski sport s loptom u kojem sudjeluju dvije ekipe od šest igrača koje se nalaze na suprotnim stranama terena te imaju za cilj osvajanje poena. Poen se osvaja tako da lopta upadne u označeni prostor za teren odnosno da suparnička ekipa ne uspije vratiti loptu na dozvoljen način natrag preko mreže prije dodirivanja tla. Teren je dimenzija 18x9 metara, a na sredini se nalazi razapeta mreža koja je različite visine za muškarce i žene. Visina mreže za muškarce seniore je 242 cm, a za žene seniorke 224 cm. Mreža je duga 9,5 metara i široka 1 metar. Igralište je sa svake strane terena podijeljeno linijom koja se nalazi na tri metra te ono čini granicu između zone za napad i obranu. Svakoj ekipi koja sudjeluje u igri dozvoljeno je maksimalno tri puta dodirnuti loptu u svakom pojedinom poenu prije negoli je vrate natrag na stranu suparnika. Početni udarac izvodi se iza zadnje linije terena i dozvoljeno je servirati s bilo kojeg mjesta iza te linije. Ista ekipa servira sve dok suparnici ne osvoje poen ili dok osoba koja servira ne pogriješi prilikom izvođenja tog udarca. Pobjednikom igre postaje onaj koji prvi osvoji tri seta. Svaki set igra se do osvojenih 25 poena ili ako je rezultat na kraju izjednačen npr. 25:25 igra se na dva poena razlike. U slučaju igranja petog seta on se igra do osvojenih 15 poena. Na svakoj strani terena nalazi se 6 igrača/ica. Razlikuje se više pozicija i svaka pojedina pozicija ima drugačiju ulogu.

1.1. Igračke uloge u odbojci

U odbojci postoji 5 različitih uloga za koje se pojedini odbojkaš/ica specijalizira u određenoj životnoj dobi. To su: tehničar, srednji bloker, dijagonala, primač-pučač i libero. Svaki igrač/ica u ranijim životnim fazama uči sve pojedine elemente igre. Do specijalizacije po pozicijama dolazi u kasnijoj fazi ukoliko je igrač/ica polaznik škole odbojke.

Dizač- Drugi naziv za ovog igrača je tehničar. Taktički se smatra najvažnijim igračem u igri jer organizira gotovo svaki napad svoje ekipe. Njegova glavna uloga je kao što i

sami naziv kaže faza dizanja lopte suigračima/icama različitih brzina i visina kako bi smeč bio što kvalitetniji i kako protivnici/e nebi mogle vratiti loptu. Dizači su najčešće zaduženi za drugu loptu kada je lopta u posjedu ekipe i time sudjeluju u fazi dizanja lopte u napadu i protunapadu. Može se izvoditi s jednom ili dvije ruke prema naprijed, natrag ili u stranu.

Srednji bloker- glavne zadaće igrača/ice na ovoj poziciji su smečiranje brzih, kratkih lopti te blokiranje napada od strane protivnika. Napadi i protunapadi srednjeg blokera ako su dobro odigrani često predstavljaju veliki izazov za suparnički blok. U prvom redu se nalaze u zoni 3 i u fazi napada smečiraju iz neposredne blizine tehničara. Njihov zadatak su i blokovi protivničkih igračica koje mogu odigravati na više načina. Prije postavljanja vrste bloka „srednjak“ treba procijeniti kakvu vrstu smeča brani. Postoji pasivno, aktivno, agresivno, zonsko blokiranje te zakašnjeli blok. Kada trebaju ići u drugi red najčešće ih zamjenjuje libero.

Dijagonala- drugi naziv ovog igrača/ice je korektor. Na toj poziciji igra najbolji smečer/ica u ekipi i često je onaj koji odlučuje rezultat utakmice brojem osvojenih poena. Igrač na toj poziciji najčešće je zadužen za smečiranje treće lopte u korektivnim situacijama odnosno ako je dizač morao dizati loptu nakon lošijeg prijema ili obrane polja. Dakle dijagonala često dobiva „teške lopte“. Dijagonale ne sudjeluju u prijemu servisa i uglavnom izvršava napade s desne strane mreže.

Primač-napadač- drugi naziv za ovo poziciju je „četvorka“. Naziv je dobila zbog toga što uglavnom izvršava napad i protunapad iz zone 4. Odbojkaš/ica na toj poziciji kao i dijagonala i srednji bloker raspolaže „arsenalom“ napadačkih opcija. Tehnika izvedbe smeča je dovedena do savršenosti. Uz to što izvršava napad uz libera je druga najbitnija pozicija za prijem servisa. Sudjeluje i u bloku uz srednjeg blokera i dizača.



Slika 1. Odbojka (Izvor: *sport.hrt.hr*, 2022)

1.2. Libero

Od 1998., Međunarodna odbojkaška federacija (FIVB) uvela je ulogu libera koji igra u drugom redu odbojkaškog terena i sudjeluje u prijemu servisa i obrani polja te dizanju za smeč ako dizač nije u mogućnosti dizati loptu ali mu nije dopušteno izvoditi servise blokirati ili smečirati ako je lopta prešla preko gornjeg ruba mreže. Prepoznatljiv je na terenu zbog toga što nosi drugačiju boju dresa od svojih suigračica. Kada se nalazi u prvom redu dopušteno mu je dizanje lopte samo podlaktičnim odbijanjem, a kada je u drugom redu nema ograničenja za dizanje lopte. Jedini igrač koji može ulaziti i izlaziti sa terena bez prethodno najavljene promjene. Tjelesne predispozicije su drugačije nego za ostale pozicije. Igrači/ce na ovoj poziciji uglavnom su srednjeg rasta za razliku od igrača na ostalim pozicijama za koje je potrebna izrazita tjelesna visina.

Osnovne značajke libera su iznimno visoka kvaliteta izvedbe podlaktičnog odbijanja, morfologija – mogućnost spajanja laktova, izvrstan vid i osjećaj tijela u prostoru, visoka sposobnost brzine reakcije i brzina frekvencije pokreta prilikom dolaska u projekciju lopte, mogućnost memoriranja karakteristika igre protivničkih igrača u fazama servisa i napada, mogućnost amortizacije i preciznog usmjeravanja lopte te psihološka spremnost na svaku situaciju u igri (Toplek, 2020).

1.3. Psihološke karakteristike

Psihološke karakteristike uvelike određuju rezultat izvedbe odbojkaša na utakmicama. Psihologija sporta postala je kroz zadnje godine puno zastupljenija nego što je to prije bilo. Ona se definira kao primijenjena disciplina psihologije koja je zadužena za proučavanje ponašanja sportaša u drugačijim aspektima sportskih izvedbi (Knežević, 2017).

Smatra se i znanost u kojoj se psihološki principi provode pomoću sportske izvedbe ili vježbe (Cox, 2005). Još uvijek se vodi kao mlada znanost koja je u fazi razvoja. Ocem psihologije sporta u Americi smatra se Coleman Robert Griffith, a on je bio i zadužen za prvi laboratorij za to područje. Tek 1960-ih dobiva vlastito odjeljenje na kojem se proučavalo motoričko učenje, ponašanje i psihomotoričke vještine (Cox, 2005). Martens (1987), tvrdio je da postoje dvije različite vrste, jedna se odnosila na školsku psihologiju sporta, a druga na primijenjenu psihologiju sporta. Tijekom godina dolazilo je često do razilaženja u mišljenjima među znanstvenicima koji su je proučavali ali svi su imali isti cilj, a to je unapređivanje psihologije sporta čije plodove rada danas ubiru sportaši. Istraživači sportske psihologije godinama su se trudili dok nisu postali uvažena znanost te da bi bili priznati trebali su posjedovati cijeli opus znanja vezanih za struku. Dokazano je na više načina koliko dobrobiti zdravlju donosi bavljenje sportom. Ukazuju na poboljšanje višestrukih životnih aspekata. „Dostupna literatura navodi na zaključak o pozitivnim pomacima u zdravlju pojedinca podutjecajem tjelesnog vježbanja, što se odnosi i na fizičku i na psihološku dobrobit pojedinca, što ukazuje na izravan utjecaj tjelesne aktivnosti na povećanje individualne kvalitete života. S obzirom na samopoštovanje i tjelesno vježbanje, istraživanja potvrđuju značajnu povezanost bavljenja tjelesnim aktivnostima i povišene razine samopoštovanja, jer osobe koje se bave određenom vrstom tjelesnog vježbanja imaju priliku, kroz svoju aktivnost, povećati ili čak i izgraditi svoje samopoštovanje.“ (Bunjić i Barić, 2009). Samopouzdanje se smatra individualnim vjerovanjem u vlastiti uspjeh. Dakle sportaši koji imaju visoko samopouzdanje najvjerojatnije će ostvariti pozitivan rezultat dok oni s niskim samopouzdanjem nemaju velike izgleda. Pouzdan sportaš vjeruje da može ostvariti sve što je zamislio i ne vidi ništa što bi mu moglo predstavljati prepreku za njegovu sportsku izvedbu (Barić, 2014).

Kohezivnost grupe smatra se „dinamičnim procesom koji se odražava u tendenciji zajedničkog držanja grupe i održavanja jedinstva u potrazi za ciljevima“ (Carron, 1982).

Između članova ekipe treba postojati potpora i povezanost koji predstavljaju i uvjet kohezije (Festinger i sur., 1950).

Psihološki faktor koji je dokazano najbitniji za postizanje sportskog uspjeha je motivacija. Motivirane osobe su uspješnije u svakom polju života samim time i u sportu. Odredili su što žele postići i znaju zbog kojeg cilja naporno treniraju. Dodatni poticaj mogu dobiti od osoba koje ih okružuju. Ukoliko ona izostaje, a sportaš posjeduje ostale kvalitete koje se smatraju nužnima za sportski uspjeh kao što su kondicija ili TE-TA znanja ne znači da će krajnji ishod utakmice biti pozitivan. Uspjeh ovisi o više parametara, a to su osobe koje nas okružuju i osobna motivacijska struktura pojedinca (Bosnar i Balent, 2009).

Motivacija se dijeli na unutarnju ili intrinzičnu i vanjsku ili ekstrinzičnu i razlikuju su prema onome što sportaša potiče da bude visoko motiviran. Unutarnje motive ne predstavlja nešto opipljivo to je više individualna želja za uspjehom te sportaši koji su intrinzično motivirani bavljenje sportom smatraju aspektom samoaktualizacije i samoostvarenja. Tako motivirani sportaši ne odustaju pred prvom preprekom ili prvim porazom. Motivaciju pronalazi i u situacijama ispunjenima neuspjehom jer žele poboljšati vlastitu sportsku izvedbu i ostvariti željeni rezultat (Davies, Armstrong, 2005).



Slika 2. Intrinzična i ekstrinzična motivacija (Izvor: www.inoptimum.com)

2. DOSADAŠNJE SPOZNAJE

João, Mesquita, Sampaio i Moutinho (2006) bavili su se istraživanjem utjecaja libera usporedno s ostalim primačkim pozicijama i u kolikoj mjeri njihova izvedba utječe na fazu napada. Istraživanje je provedeno na 4 ekipe koje su sudjelovale u 12 utakmica C Svjetske muške odbojkaške lige u 2001. Analizirano je ukupno 2099 akcija i korišten je sustav koji je analizirao učinkovitost igrača u fazi prijema i u fazi napada. Dobiveni rezultati bili su povoljni za poziciju libero igrača. Pozitivan ishod prijema servisa češće se uočavao kada su loptu odigrali liberi nego ako je bila riječ o drugim pozicijama.

Mesquita, Manso i Palao (2007) bavili su se istraživanjem koje je ukazivalo na promjene do kojih je dovelo uvođenje libero igrača. Proučavali su 33 seta iz kojih je pogledano 960 akcija obrane. Praćene su utakmice Svjetske lige za muškarce i žene iz 2004. godine. Analizirali su razlike između libera i drugih igrača koji su sudjelovali u obrani polja u fazi kontranapada i obrane. Varijable su bile zona obrane polja, igrač koji sudjeluje u obrani, zona odigravanja kontranapada, tempo napada, uspješnost obrane polja, distribucija lopte i uspješnost u kontranapadu. Došli su do rezultata koji su ukazivali na povećanje pozitivnog ishoda obrane polja kada je u igri i libero igrač te su utvrdili i povećanje uspješnosti napada u njegovom prisustvu. Drugi zanimljiv zaključak je da ne postoji osjetna razlika između libero kada je u pitanju odigravanje kontranapada. Konačno su došli do zaključaka da je prisutnost libero igrača definitivno prednost za ekipu tijekom obrane polja ali ne i izvedbi kontranapada jer i drugi igrači igraju značajnu ulogu za osvajanje poena

Istraživanje na libero igračima proveli su Merghes i Gradinaru, (2014) i u svom radu su nastojali utvrditi somatski profil "libera" utemeljen na parametrima odbojkaša koji su igrali na ovoj poziciji u ekipama koje su sudjelovale je na Ljetnim olimpijskim igrama u Londonu 2012. Istraživanje su proveli na liberima iz 12 profesionalnih ekipa koje su se kvalificirale za olimpijadu. Na igračima su izmjerili sljedeće parametre: dob, tjelesnu visinu i tjelesnu masu. Studija je pokazala da je prosječna dob libera bila 31,4 godine, a najstariji odbojkaš bio je iz brazilske momčadi (39 godine), a najmlađi iz britanskog tima (24 godine). Prosječna visina libera bila je 184,8 cm, s najvišim liberom u odbojkaškoj reprezentaciji SAD-a (190 cm) i najnižim u reprezentaciji

Velike Britanije (180 cm). Prosječna tjelesna masa libera je 81,9 kg, igrač s najvećom masom u odbojcije iz Sjedinjenih Država (90 kg), a s najmanjom odbojkaš reprezentacije Tunisa (74 kg). Dob – prilično visoka za libere iz proučavanih odbojkaških timova (iznad 30 godina) što ukazuju naiskusne sportaše koje održavaju formu dugi niz godina.

Rentero, Joao i Moreno (2015) proučavali su kako na ishod utakmice utječe sudjelovanje libera u igri i koliki je utjecaj libero igrača prilikom faze napada i obrane u profesionalnoj muškoj odbojci. Proveli su analizu na najuspješnijim ekipama na Olimpijskim igrama u Pekingu koje su održane 2008. Sudjelovale su ukupno četiri ekipe i analizirano je 1101 odigranih akcija. Postavljene varijable bile su primač/obrambeni igrač, zona odigravanja/obrane, uspješnost u obrani, uspješnost u dizanju, zona napada/kontranapada, vrijeme napada/kontranapada i uspješnost u napadu/kontranapadu. Analizom je utvrđeno da je libero sudjelovao u prijemu servisa puno rjeđe (34,1%) u odnosu na ostale primačke uloge (65,9%) bez statistički značajne razlike u uspješnosti. Nadalje, analizom povezanosti uspješnosti u prijemu i ukupnog poretka ekipe dokazano je da postoji značajna povezanost između te dvije varijable i da uloga libera predstavlja snažnu pozitivnu vezu.

Marra, Aquino i Altavilla, (2019) zaključili su da je pozicija libera u odbojci visoko specijalizirana u usporedbi s ostalima zahvaljujući visokoj razini izvedbe podlaktičnog odbijanja i izvedbi prijema i obrane. Stoga su se treneri posvetili razlikovanju programa treninga od preostalih pozicija u timu. Pratili su kroz niz testova rad u teretani: rezultati će pomoći da se ponovno isplaniraju odgovarajući trenažni procesi za usklađivanje ciljeva u treningu ekipe s potrebama libera. Ova studija je pratila razinu učinkovitosti izvedbe „čekića“ koja se koristi u sljedećim segmentima igre: slobodna lopta, primanje servisa, obrana smeča(napada). Da bi se to postiglo, testovi su bili: podlaktično odbijanje slobodne lopte u zoni 5, primanje podlaktičnim odbijanjem u zoni 1 i u zoni 6, obrambenog podlaktično odbijanje u zoni 5. Metoda je eksperimentalna longitudinalna i sastoji se u detekciji inicijalnog i finalnog mjerenja u roku od 8 mjeseci za tehničku sposobnost podlaktičnog odbijanja igrača u ulozi libera u seriji B1. Iz rezultata proizlazi da su konstantno praćene trenažne aktivnosti ukazivale na uspjeh ispitivanog time što je trener potvrdio da se poboljšala razina izvedbe sportaša tijekom vremena što je također potvrđeno podacima iz igre.

Toplek (2020) provela je istraživanje na uzorku koji je sačinjavalo 290 entiteta koji su sudjelovali u 145 setova koji su sadržavali 5745 prijema početnog udarca. Istraživanje je provedeno na odbojkašicama koje su sudjelovale u Zlatnoj ligi za žene 2019. Istraživanje je provedeno u nekoliko koraka kako bi se analizirala situacijska uspješnost. Rezultati su pokazali da ne postoji statistički značajna razlika između libera četiri prvoplasirane ekipe i libera ostalih ekipa prilikom prijema servisa te da postoji statistički značajna razlika u koeficijentu uspješnosti prilikom prijema servisa između libera i pozicije primača-pucača.

3. CILJ RADA

Cilj ovog rada je utvrditi osobnu percepciju libera o njihovoj igračkoj ulozi u odbojci.

4. HIPOTEZE

Sukladno dosadašnjim spoznajama te glavnim ciljem ovog istraživanja definirane su sljedeće hipoteze:

H₁: Libero igračice smatraju da je uloga libera odgovorna i važna.

H₂: Libero igračice imaju visoku razinu samopouzdanja i samoprocjene uspješnosti na utakmicama.

H₃: Libero igračice imaju visoku razinu motiviranosti zbog svoje igračke uloge.

H₄: Libero igračice izražavaju potrebu za daljnjim napredovanjem i psihološkom podrškom koja je nedostatna u klubovima.

5. METODE RADA

5.1. Uzorak ispitanika

Uzorak ispitanika predstavlja 28 libero igračica, prosječne kronološke dobi $20,89 \pm 3,30$ godina s područja cijele Hrvatske koje sudjeluju u najvišem rangu natjecanja, u Superligi. Radi se o reprezentativnom uzorku jer uzimajući u obzir da svaka ekipa ima dva libera u prijavljenoj postavi za natjecanje, uključene su sve odbojkašice koje imaju tu igračku ulogu.

Ukupno 13 (46,43%) igračica su članice prve postave, 6 libero igračica ili 21,43% također započinju u prvom sastavu povremeno, a ostalih 9 odbojkašica, zamjene su svojim superligaškim kolegicama.

Nadalje, 13 ispitanica ili njih 46,43% imaju više od 5 godina igračke specijalizacije na libero poziciji, 9 odbojkašica (32,14%) imaju više od 5 godina trenažnog staza prije same specijalizacije ili njih 18 (67,86 %) s 3 godina treniranja prije same specijalizacije na igračkoj poziciji libero igračice.

Sve ispitanice posjeduju odbojkaške iskaznice HOS-a te posjeduju zdravstvenu potvrdu da se mogu natjecati.

5.2. Uzorak varijabli

Uzorak varijabli predstavljaju 23 pitanja novokonstruiranog anonimnog upitnika *Percepciju libera o njihovoj igračkoj ulozi u odbojci* za potrebe ovog istraživanja te je zatvorenog tipa. Prvih pet pitanja odnose se na upite opisa uzorka ispitanika, a ostalih 18 tvrdnji procjenjuju motiviranosti, samouvjerenosti u igri, osjećaje odgovornosti, uspješnosti i zadovoljstva svojim statusom te vlastitim doživljavanjem utjecaja i ponašanja trenera kao i važnosti psihološke pripreme svoje igračke uloge.

5.3. Opis eksperimentalnog postupka

Upitnik *Percepcija libera o njihovoj igračkoj ulozi u odbojci* postavljen je na on line platformu. U osobnom kontaktu nakon upoznavanja s ciljem ovog istraživanja, libero

igračice su zamoljene da sudjeluju u iskazivanju svojih stavova i mišljenja jer je sama autorica ovog diplomskog rada odbojkašica koja ima igračku ulogu libera u svojoj ekipi. Sve ispitanice svojim sudjelovanjem u ispunjavanju upitnika iskazale su pismenu suglasnost da dobrovoljno sudjeluju u ovom istraživanju.

5.4. Metode obrade podataka

Metode obrade podataka uključivale su deskriptivne parametre učestalosti i postotnih vrijednosti te njihove kumulativne vrijednosti svih tvrdnji on line upitnika *Percepcija libera o njihovoj igračkoj ulozi u odbojci*.

Podaci su obrađeni računalnim programom *Statistica Ver. 13.00*.

6. REZULTATI I RASPRAVA

U Tablici 1. i Tablici 2., prikazani su deskriptivni parametri učestalosti i postotnih vrijednosti svih korištenih varijabli na ukupnom uzorku odbojkašica, igračke uloge libero igračice.

Tablica 1. Učestalosti i postotne vrijednosti devet korištenih varijabli na ukupnom uzorku ispitanika (N=28)

Varijable		U	KU	%	K%
Važnost igračke uloge libera	Da	28,00	28,00	100,00	100,00
	Ne	0,00	0,00	0,00	0,00
Zadovoljstvo statusom u klubu	Da	25,00	25,00	89,29	89,29
	Ne	3,00	28,00	10,71	100,00
Osjećaj odgovornosti prema klubu	Da	25,00	25,00	89,29	89,29
	Ne	3,00	28,00	10,71	100,00
Prisutnosti pripreme po igračkim ulogama	Da	10,00	10,00	35,71	35,71
	Ne	18,00	28,00	64,29	100,00
Uspješnost igračke uloge libera	Da	25,00	25,00	89,29	89,29
	Ne	3,00	28,00	10,71	100,00
Prisustvo većeg potencijala za drugu igračku ulogu	Da	5,00	5,00	17,86	17,86
	Ne	23,00	28,00	82,14	100,00
Utjecaja konkurencije na motivaciju	Da	26,00	26,00	92,86	92,86
	Ne	2,00	28,00	7,14	100,00
Utjecaja trenera na motivaciju općenito	Da	23,00	23,00	82,14	82,14
	Ne	5,00	28,00	17,86	100,00
Utjecaja trenera na motivaciju prilikom važnih utakmica	Da	17,00	17,00	60,71	60,71
	Ne	11,00	28,00	39,29	100,00

Legenda: U – učestalost; KU – kumulativna učestalost; % – postotna vrijednost, relativna; K% – kumulativna postotna vrijednost, relativna.

Analizom Tablice 1. vidljivo je da sve ispitanice ističu u potpunosti *važnost svoje igračke uloge libera* (100%) te s visokom vrijednošću od 89,29% iskazuju svoje *zadovoljstvo statusom* i *osjećajem vlastite odgovornosti u klubu* kao i svoju *uspješnost igračke uloge libera* odnosno samo 3 igračice nisu zadovoljne svojim statusom i nemaju osjećaj odgovornosti prema klubu i prema vlastitoj uspješnosti. Libero igračice smatraju da nemaju *potencijala za neku drugu igračku ulogu* (pozitivno se izjasnilo samo 5 ispitanica ili 17,86%), ali *igračka konkurencija* dodatno ih motivira na rad (N=26; 92,86%), kao i *utjecaj trenera općenito* (N=23; 82,14) te *utjecaj trenera prilikom važnih utakmica* (N=17; 60,71%).

Sve navedeno potvrđuju dosadašnja istraživanja koja ukazuju da upravo libero igračice najuspješnije izvode prijem servisa i obranu u polju, da je njihova uloga i važnost kao i doprinos zajedničkom uspjehu od visoke važnosti te značajno utječu na konačan ishod odbojkaške utakmice (João i sur., 2006; Renteroi sur., 2015; Topalek, 2020)., Marra i sur. (2019) te Sanchez i sur. (2019) također ukazuju da uspješnost i podizanje kvalitete igre libero igrača utječe na cjelokupnu uspješnost ekipe.

Tablica 2. Učestalosti i postotne vrijednosti osam korištenih varijabli na ukupnom uzorku ispitanika (N=28)

Varijable		U	KU	%	K%
Poznavanja osnova o psihološkoj pripremi	Da	25,00	25,00	89,29	89,29
	Ne	3,00	28,00	10,71	100,00
Iskustva rada sa sportskim psihologom	Da	8,00	8,00	28,57	28,57
	Ne	20,00	28,00	71,43	100,00
Angažiranosti trenera na području psihološkepripreme cijele ekipe	Da	18,00	18,00	64,29	64,29
	Ne	10,00	28,00	35,71	100,00
Trenerovangažman za psihološku pripremu libera	Da	14,00	14,00	50,00	50,00
	Ne	14,00	28,00	50,00	100,00
Razina samopouzdanja	Da	22,00	22,00	78,57	78,57
	Ne	6,00	28,00	21,43	100,00
Mogućnosti za napredak	Da	19,00	19,00	67,86	67,86
	Ne	9,00	28,00	32,14	100,00
Dostatnost trenažnog procesa za napredak	Da	26,00	26,00	92,86	92,86
	Ne	2,00	28,00	7,14	100,00
Nagrade za pobjedu	Da	21,00	21,00	75,00	75,00
	Ne	7,00	28,00	25,00	100,00

Legenda: U – učestalost; KU – kumulativna učestalost; % – postotna vrijednost, relativna; K% – kumulativna postotna vrijednost, relativna.

Analizom Tablice 2. vidljivo je da libero igračice smatraju kako imaju još prostora za napredak (67,86%), nemaju dovoljnu podršku sportskog psihologa (28,57) iako imaju osnovna znanja o psihološkoj pripremi (89,29%), treneri su djelomično angažirani za psihološku pripremu cijele ekipe (64,29) posebice za libero igračice (50,00%).

Libero igračice imaju visoke vrijednosti samouvjerenosti (78,57%) te očekuju i podržavaju nagrade za pobjedu (75,00%).

Prema istraživanju Milić (2014) psihološka dimenzija *nade* najviše je izražena kod libero igračice, koje ujedno imaju najvišu prosječnu vrijednost varijable *ponašanja*

prednatjecanje, najviše su *zabrinute zbog grješaka*, najizraženiji je osjećaj u *percipirani pritisak trenera* te smatraju da su *očekivanja roditelja* najveća.

Uspješnije libero igračice najmanje dvoje o kvaliteti treniranja te *roditeljska očekivanja* osjećaju u maloj mjeri. Puni su *optimizma* i *nade*, a ujedno im je psihološka dimenzija *perfekcionizam* najviše izražena za razliku od svojih suigračica.

Razultati odgovaraju dosadašnjim rezultatima koji ukazuju da libero igračice osjećaju najveću odgovornost u usporedbi s ostalim igračkim ulogama te da njihova uspješnost ima najveću važnost u ukupnoj ekipnoj uspješnosti (Marra i sur., 2019; Toplek, 2020).

7. ZAKLJUČAK

Korištenjem anonimnog on line upitnika 28 libera koje se natječu u najkvalitetnijim hrvatskim klubovima, iskazali su procjenu svoje motiviranosti, samouvjerenosti u igri, osjećaja odgovornosti, uspješnosti i zadovoljstva svojim statusom te vlastitim doživljavanjem utjecaja i ponašanja trenera kao i važnosti psihološke pripreme svoje igračke uloge.

Prva postavljena hipoteza koja glasi:

H₁: Libero igračice imaju visoku razinu odgovornosti i važnosti zbog svoje igračke uloge,

u potpunosti se prihvaća jer oko 90% libero igračice iskazuju visoku razinu odgovornosti te svih 28 ispitanica ističu da je njihova igračke uloge od velike važnosti u odbojkaškoj igri.

Druga postavljena hipoteza koja glasi:

H₂: Libero igračice imaju visoku razinu samopouzdanja i samoprocjene uspješnosti na utakmicama,

u potpunosti se prihvaća jer oko 90% libero igračice iskazuju visoku razinu samoprocjene uspješnosti i samopouzdanja tijekom natjecanja na svojoj igračkoj poziciji.

Treća postavljena hipoteza koja glasi:

H₃: Libero igračice imaju visoku razinu motiviranosti zbog svoje igračke uloge,

u potpunosti se prihvaće jer libera iskazuju visoku razinu samomotiviranosti, motiviranosti od strane igračica, zbog konkurencije u ekipi, važnost natjecanja te dodatno od strane trenera.

Četvrta postavljena hipoteza koja glasi:

H₄: Libero igračice izražavaju potrebu za daljnjim napredovanjem i psihološkom podrškom koja je nedostatna u klubovima,

u potpunosti se prihvaća jer libero igračice iskazuju visoku razinu za daljnjim napredovanjem kao i potrebu za psihološkom podrškom koja nije dostatna od stručnih osoba.

Psihološke karakteristike igračica danas se smatraju izričito važnijima za rezultat same igre. Sportski psiholozi postali su nezaobilazni članovi stručnog stožera u svim jačim svjetskim klubovima. Trend porasta i poštovanja sportske psihologije kroz zadnje

vrijeme je obuhvaćen u svim sportovima što svakako ukazuje na važnost psihološke pripreme igračica za napore koje donosi svaka utakmica.

Dobiveni rezultati ukazuju da libero igračice procjenjuju svoju igračku ulogu kao veoma odgovornu, izuzetno važnu i s velikim osobnim doprinosom, iskazuju visoke vrijednosti motiviranosti, samouvjerenosti u igri te odgovornosti.

Očekuju osobna napredovanja kao i potrebu za psihološkom podrškom koja nije dostatna od stručnih osoba u klubovima.

Ovim istraživanjem vidljiva je potreba daljnjih istraživanja igračkih uloga u odbojci, posebno libero igračica.

8. LITERATURA

1. Barić, R. (2012). Motivacija i prepreke za tjelesno vježbanje. *Arhiv za higijenu rada i toksikologiju*, 63(Supplement 3), 47-57.
2. Bosnar, K., & Balent, B. (2009). *Uvod u psihologiju sporta: Priručnik za sportske trenere*. Zagreb: Društveno veleučilište, Odjel za izobrazbu trenera: Kineziološki fakultet u Zagrebu.
3. Bungić, M., & Barić, R. (2009). Tjelesno vježbanje i neki aspekti psihološkog zdravlja. *Hrvatski športskomedicinski vjesnik*, 24(2), 65-75.
4. Carron, A. V., & Brawley, L. R. (2000). Cohesion: Conceptual and measurement issues. *Small group research*, 31(1), 89-106.
5. Cox, R., Peranović, M., & Škevin, V. (2005). *Psihologija sporta: Sports Psychology: koncepti i primjene*. Slap.
6. Festinger, L., Schachter, S. & Black, K.(1950). *Social pressures in informal groups: A study of a housing community*. Palo Alto, CA: Stanford University Press.
7. Francesca, M., Matteo, A., & Gaetano, A. (2019). Libero role testing in volleyball as monitoring of physic level drills. *Journal of Physical Education and Sport*, 19, 1914-1919.
8. João, P. V., Mesquita, I., Sampaio, J., & Moutinho, C. (2006). Análise comparativa entre o jogador libero e os recebedores prioritários na organização ofensiva, a partir da recepção ao serviço, em voleibol. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 6(3).
9. Knežević, A. (2017). *Analiza različitih motiva i podsticaja značajnih za postizanje uspeha u odbojci*. Univerzitet u Beogradu: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.
10. Marra, F., Aquino, M., & Altavilla, G. (2019). Longitudinal case study of the role of libero in volleyball.
11. Martens, R. (1987). *Coaches guide to sport psychology: A publication for the American Coaching Effectiveness Program: Level 2 sport science curriculum*. Human Kinetics Books.

12. Merghes, P. E., & Gradinaru, S. (2014). Comparative Analysis of the " Libero" in great Performance Volleyball. *Timisoara Physical Education and Rehabilitation Journal*, 6(12), 23.
13. Merghes, P. E., & Gradinaru, S. (2014). Comparative Analysis of the " Libero" in great Performance Volleyball. *Timisoara Physical Education and Rehabilitation Journal*, 6(12), 23.
14. Milić, M. (2014). *Međupozicijske i unutarpozicijske razlike mladih odbojkašica u nekim antropološkim obilježjima*. Doktorska distertacija. Split: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu.
15. Rentero, L., João, P. V., & Moreno, M. (2015). Analysis of the Influence of the Líbero in Different Phases of Game in Volleyball. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de La Actividad Física y El Deporte*, 15(60), 739-756.
16. Sánchez, M., González-Silva, J., Fernández-Echeverría, C., Claver Rabaz, F., & Moreno Arroyo, M. P. (2019). Participation and influence of the libero in recepcion and defence, in volleyball U-19. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Fisica y del Deporte*, 19(73), 45-61.
17. Toplek, A. (2020). *Analiza situacijske uspješnosti libera i ostalih igračkih uloga u fazi prijema servisa odbojkaške igre* (Diplomski rad). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilita u Zagrebu.