

# EFEKTI UGLA PRILASKA I POZICIJE METE NA PRECIZNOST ŠUTA IZ KORAKA I BRZINU LOPTE KOD ISKUSNIH FUDBALERA

Originalni naučni rad

## **Sažetak**

*Preciznost šuta i brzine lopte su najvažniji pokazatelji uspješnog šuta iz koraka kod fudbalera. Cilj ove studije je da se istraži utjecaj pozicije mete i prilaznog ugla na brzinu lopte i preciznost šuta kod snažnih šuteva iz koraka. Deset vještih i iskusnih fudbalera (starost:  $25.9 \pm 5.5$  godina; visina:  $1.79 \pm 0.06$  m; težina:  $72.6 \pm 7.5$  kg) su šutirali ukupno 24 snažna šuta iz koraka koristeći loptu standardne veličine 5, na dvije lijeve i desne mete dimenzija  $0.6 \times 0.6$  m iz odabranog ugla prilaza od  $30^\circ$  i  $45^\circ$  (pravac udarca je bio  $0^\circ$ ). Preciznost šuta i brzina lopte su analizirani dvjema kamerama visoke brzine od 300 fps. Prosječna brzina lopte za tri prilazna ugla je bila viša za lijevu metu nego za desnu metu ( $p < 0.05$ ). Što se tiče preciznosti nije bilo veće razlike između dvije pozicije meta. Za svaku metu posebno, rezultati su pokazali da nema značajne razlike između ugla prilaska i preciznosti i brzine lopte. Naši rezultati sugeriraju da za dešnjake šut iz koraka prema meti u lijevom uglu gola ima veću brzinu nego za metu u desnom uglu.*

**Ključne riječi:** šut iz koraka, uglovi prilaska, fudbaler, pozicija mete.