

Факултет спорта и физичког васпитања
Универзитета у Београду



АНГАЖОВАНОСТ У РЕКРЕАЦИЈИ ГРАЂАНА РЕПУБЛИКЕ СРБИЈЕ

*Истраживање обављено за потребе
Министарства омладине и спорта Републике Србије*

Ауторски тим по целинама:

**Ученици основне и средње
школе**

Студенти

**Рекреација одраслих
(запослени и пензионери)**

Рекреација у АП Војводина

**Припрема, анкетирање,
координација, статистичка
обрада података и завршни
коментари**

-
- доц. др Снежана Радисављевић - Јанић
 - мр Ивана Милановић

-
- доц. др Саша Пантелић
 - доц. др Саша Марковић
 - ван. проф. др Ратко Станковић

-
- ван. проф. др Станимир Стојиљковић и
 - проф. др Душан Митић

-
- проф. др Милена Микалачки
 - асс. др Небојша Чокорило
 - асс. Дара Коровљев

проф. др Душан Митић

Београд,
30. децембар 2010. године

5.1. Ангажованост ученика у спортско-рекреативним активностима

Физичка активност је повезана са повећањем ризика од различитих болести као што су кардиоваскуларне, хипертензија, дијабетес типа 2, гојазношћу, и депресијом (*US Department of Health and Human Services, 1996*) и заузима значајно место у правилном расту и развоју деце и младих. Бављење спортом или неком врстом физичког вежбања у великој мери доприноси здравијем физичком и психичком развоју деце. О корисности спорта и физичког вежбања као фактора у превенцији од разних негативних утицаја током сазревања младих говори велики број истраживања (*Pate et al, 2000*). Упркос важним здравственим користима од физичке активности, деца и млади су све мање физички активни. Резултати бројних дескриптивних епидемиолошких студија указују да физичка активност опада са узрастом (*Sallis et al., 2000*), а нарочито је изражено на адолесцентском узрасту (*Rowland, 1999*).

Велики број дескриптивних и корелационих студија указује да ниво физичке активности опада са узрастом ученика (*Sallis et al., 2000*), а опадање је нарочито изражено код адолесцената, у годинама које су препознају као ризичне за физичку неактивност (*Rowland, 1999*). Физичка активност инверзно је повезана са годинама, што је потврђено у студијама са децом (*Sallis, Prochaska, & Teylor, 2000; Trost, Pate, Sallis, Freedson, Taylor, Dowda & Sirard, 2002*), адолесцентима (*Caspersen, Pereira, & Curran, 2000; Trost et al., 2002; Kin-Isler, Achi, Altintas & Guven-Karahan, 2009*), и одраслима (*Caspersen et al., 2000; Telama & Yang, 2000*).

Истраживачи такође указују на виши ниво физичке активности код дечака у поређењу са девојчицама. Такође, и у публикацијама објављеним у различитим државама се указује да су дечаци више активнији него девојчице (*Caspersen et al., 2000; Telama & Yang, 2000; Riddoch, Andersen, Wedderkopp, Harro, Klasson-Heggebø, Sardinha, Cooper, & Ekelund, 2004*).

Дечаци између 6 и 17 година су за 15-25% физички активнији у односу на девојчице истог узраста (Саллис, ет ал., 1993). Током детињства и адолесценције и дечаци и девојчице смањују своју физичку активност како расту, али је удео у опадању 2.5 пута већи код девојчица у односу на дечаке (*Sallis, et al., 1993*). Резултати добијени у оквиру процењивања физичке активности ученика у нашој земљи указују да су дечаци физички активнији у односу на девојчице (Радисављевић Јанић, 2009).

Промовисање физичке активности деце и младих је тежак и сложен задатак. Један од битних фактора који може да има снажан утицај у његовом решавању је физичко васпитање. Физичко васпитање, са три часа наставе у основном образовању и два часа недељно у средњем образовању, за неке ученике представља једино активно време.

Током адолесценције, психолошке варијабле, као што су оријентација постигнућа, опажање компетенција у активности, као и намера да се буде активан су веома важне варијабле у детерминисању физичке активности (*Sallis, et al., 2000*). Такође, позитивна мотивација ученика у настави физичког васпитања може да утиче на прихватање активног животног стила и у одраслом добу (*Sallis and McKenzie, 1991*) и ученици који су активни у физичком васпитању биће активнији и у нешколском окружењу (*Dale, Corbin, & Dale, 2000*). Неке студије показују да су понашање наставника и садржај часова физичког васпитања повезани са нивоом физичке активности ученика на часу физичког васпитања (*Senne et al., 2009*).

На значај и улогу физичког васпитања у унапређењу физичке активности ученика средњешколског узраста указује и дефинисани циљ наставе физичког васпитања који се односи на „задовољавање основних биопсихо-социјалних потреба ученика у области физичке културе; формирање правилног схватања и односа према физичкој култури и трајно подстицање да те активности уграде у свакодневни живот и културу живљења уопште“ (Просветни гласник, 1991).

Теоријски посматрано, циљ и задаци физичког васпитања у нашој земљи, не разликују се ни у једном сегменту у односу на циљеве и

здатке наставе физичког васпитања у другим развијеним земљама у Европи и Америци (*Hardman, 2008*). Настојања да се кроз наставу физичког васпитања, подстицањем физичког развоја и усавршавањем моторичких способности, допринесе развоју личности детета, као и да се у периоду детињства и адолесценције формирају ставови и навике код деце који би требало да допринесу здравом начину живота и у одраслом добу, су опште прихваћена и представљају један од најважнијих циљева наставе физичког васпитања у већини развијених земаља.

Циљеви истраживања

- Испитивање ангажованости ученика у спортско-рекреативним активностима
- Испитивање тренда у спортско-рекреативним активностима ученика током временског интервала од 7 година
- Информисање о развојним интервенцијама у промовисању физичке активности код школске популације

МЕТОД

Истраживање је трансверзалног карактера пројектиовано на праћење ангажованости ученика у спортско-рекреативним активностима. Комплетно истраживање спроведено је у периоду 2003-2010. године.

Примењени инструменти

У истраживању је од инструмената коришћена АНКЕТА која је дизајнирана са циљем испитивања ангажованости ученика у спортско-рекреативним активностима. Анкета садржи две групе питања: једну чине питања на основу којих је испитивана ангажованост ученика, начини ангажовања, баријере (препреке) за физичку активност, оспособљеност у вештинама у различитим спортовима, а другу групу чине питања која се односе на важност наставе физичког васпитања за укупну ангажованост, коришћење евентуалне могућности ослобађања од наставе физичког васпитања, стечена знања у настави

физичког васпитања неопходна за самостално вежбање и оспособљеност за самосталне вежбање.

Ученицима је пред почетак попуњавања анкете дато кратко објашњење о циљу истраживања и прецизне инструкције о попуњавању анкете. Само попуњавање анкете реализовано је на часовима одељенске заједнице у трајању од 20 минута.

Узорак испитаника

У циљу испитивања ангажованости ученика основне школе спортско-рекреативним, узорак у овом делу истраживања чинило је 3119 ученика седмог разреда основне школе у Србији.

Како се један од циљева односио на праћење тренда ангажованости ученика у рекреацији истраживање је спроведено током два временска раздобља, односно током 2003. и 2010. године. У 2003. години истраживањем је обухваћено 2304 ученика и у 2010. године 815 ученика седмог разреда основне школе (Табела 1).

Табела 1. Узорак ученика основне школе

2003	2010
N	N
2304	815

У оквиру узорка испитаника ученика основне школе према полној структури су пропорционално обухваћени и девојчице и дечаци. У 2003. години од 2304 испитиваних ученика седмог разреда основне школе, било је 1168 девојчица (50.7%) и 1133 дечака (49.3%), а у 2010. години од 815 ученика, 391 (47.7%) су девојчице, а 424 (52.3%) су дечаци.

У циљу испитивања ангажованости ученика средње школе у рекреацији, узорак у овом делу истраживања чинило је 1630 ученика средње школе у Србији, узраста 17 година. Истраживање физичке ангажованости ученика средњих школа спроведено је током 2003. и 2010. године. У 2003. години истраживањем је обухваћено 810

ученика, а 2010. године 720 ученика трећег разреда средње школе (Табела 2).

Табела 2. Узорак ученика средње школе

2003	2010
N	N
810	720

У оквиру узорка испитаника ученика средње школе у 2003. години од 810 испитиваних ученика средње школе, 414 су девојчице (51.1%) и 396 дечаци (48.9%), док је у 2010. години од 720 ученика, 441 (61.3%) су девојчице и 279 (38.8%) дечаци.

Статистичка анализа и презентација резултата

Подаци добијени у истраживању обрађени су применом дескриптивне и компаративне статистичке процедуре. Од дескриптивне статистике коришћена је дистрибуција фреквенције и релативна фреквенција (проценти). Од компаративне статистике коришћена је непараметријска статистичка процедура χ^2 тест у циљу испитивања полних разлика у посматраним сегментима.

РЕЗУЛТАТИ

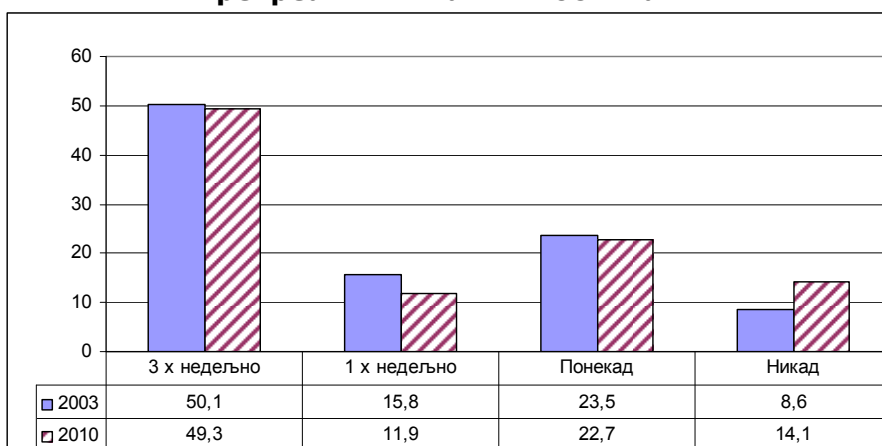
Физичка активност ученика

У оквиру дела примењене Анкете, који се односио на ангажовање ученика у спортско-рекреативним активностима добијени је следећа слика. Од испитиваних ученика спортско-рекреативним активностима редовно се (барем три пута недељно) бави 50.1%, једном недељно 15.8%, понекад 23.5%, док се 8.6% ученика не бави спортом или рекреацијом. Овакав тренд се задржава и у 2010. г где се три пута недељно спортско-рекреативним активностима бави 49.3%. Једном недељно то чини 11.9%, понекад 22.7 % и никад 14.1%. ученика (Графикон 1).

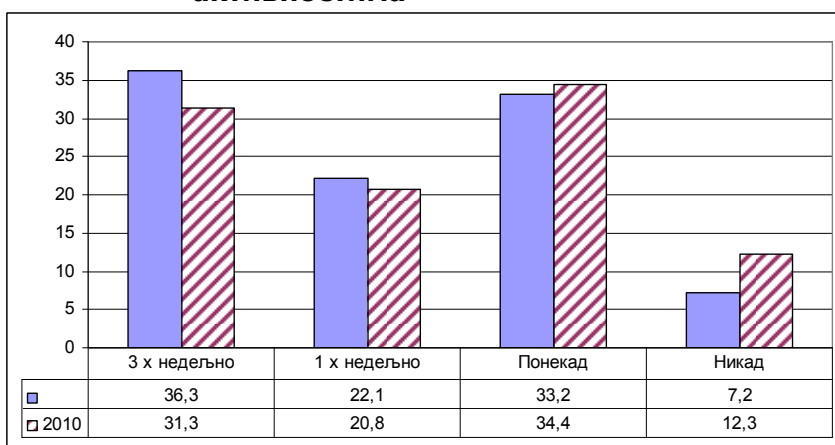
Ови подаци указују да је само половина од испитиваних ученика основне школе ангажована, посматрано у ова два временска периода, али још увек недовољно у односу на препоруке аутора који се баве

проучавањем физичке активности код деце (*Strong et al., 2005, Pate et al., 2006*) и указују на минималних 30 до оптималних 60 минута бављења неком физичком активношћу у току једног дана. Са друге стране забрињавају подаци који указују на повећање број ученика основношколског узраста који се никад не бави спортом или рекреацијом и у 2010. години износи 14.1% од укупног броја испитиваних ученика, што представља пораст неактивних ученика у односу на 2003. годину.

Графикон 1. Ангажованост ученика основне школе у спортско-рекреативним активностима



Графикон 2. Ангажованост ученика средње школе у спортско-рекреативним активностима

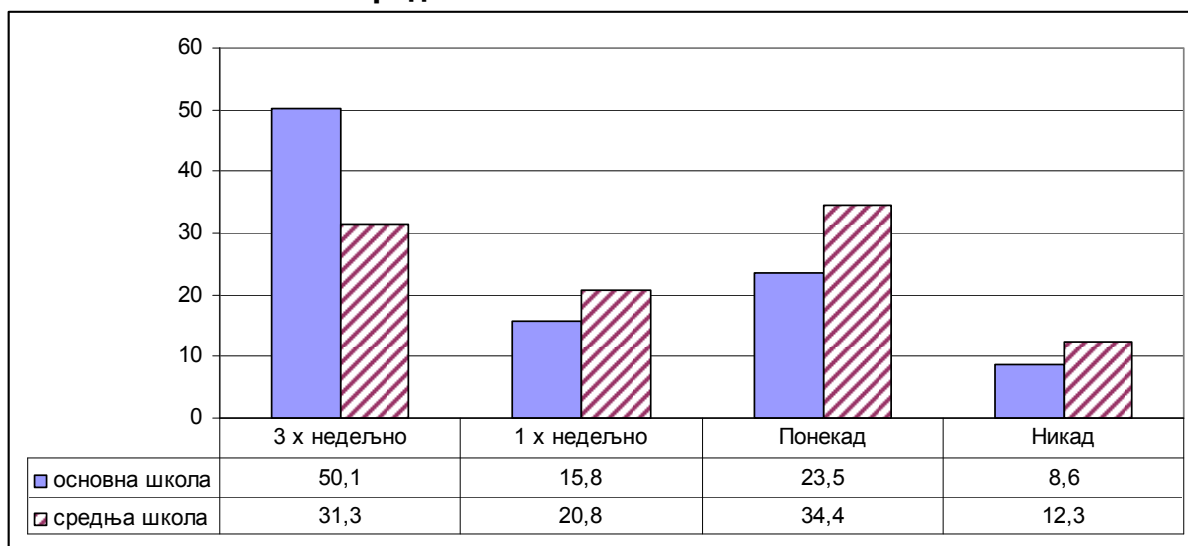


У оквиру дела истраживања, који се односио на ангажованост ученика средње школе у спортско-рекреативним активностима добијена је следећа слика. Од испитиваних ученика средње школе спортско-рекреативним активностима се редовно (барем три пута недељно) бави 36.3%, једном недељно 22.1%, понекад 33.2%, док се 7.2% ученика не бави спортом или рекреацијом. Овакав тренд се задржава

и у 2010. години где је 31.3% ученика барем три пута ангажовано у спортско-рекреативним активностима, једном недељно то чини 20.8%, понекад 34.4% и никад 12.3% (Графикон 2).

Са друге стране забрињавају подаци који указују на повећање броја ученика који се никад не бави спортом или рекреацијом који у 2010. години износи 12.3 % од укупног броја испитиваних ученика. Ови подаци нам указују да са узрастом ученика долази до опадања њиховог ангажовања у спортско-рекреативним активностима (Графикон 3) што потврђују и студије из других земаља реализоване на адолесцентима (*Caspersen, Pereira, & Curran, 2000; Trost et al., 2002; Kin-Isler, Achi, Altintas & Guven-Karahan, 2009; Telama & Yang, 2000; Morgan et al., 2008*). Период преласка ученика из основне у средњу школу, представља према ауторима који се баве овом проблематиком један од критичних периода за физичку неактивност младих (*Rowland, 1999*).

Графикон 3. Ангажованост у спортско-рекреативним активностима ученика основне и средње школе -2010.



Када се посматра ангажованост ученика основне школе у спортско-рекреативним активностима према полу (Табела 3), добијени подаци указују да су дечаци активнији од девојчица на узорку ученика испитиваних 2003. године ($\chi^2=27.805$, дф=4, $p<0.01$), док 2010. године нема разлике у ангажованости у спортско-рекреативним активностима између девојчица и дечака ($\chi^2=6.144$, дф=4, $p>0.01$).

Код ученика средње школе, дечаци су ангажованији у спортско-рекреативним активностима у односу на девојчице (Табела 3) у 2003. години ($\chi^2=86.123$, дф=4, $p<0.01$), а такође и у 2010. години ($\chi^2=22.466$, дф=4, $p<0.01$).

Табела 3 . Ангажованост ученика у спортско-рекреативним активностима - полне разлике (% ученика)

	основна школа		средња школа	
	2003	2010	2003	2010
Девојчице				
3 пута недељно	46	50.7	22.7	26.2
1 недељно	17.5	14.1	22.0	23.0
Понекад	26.3	23.5	45.2	38.6
Никад	10.3	11.8	10.2	12.1
Дечаци				
3 пута недељно	56.7	50	51.1	40.1
1 недељно	14.4	10.3	22.8	18.1
Понекад	21.7	22.8	21.8	28.9
Никад	7.2	16.8	4.3	13.0
полне разлике	*	нс	*	*

* $p<0.01$; нс – нема статистичке значајности

Не само да су девојчице мање физички ангажоване у односу на дечаке, већ се смањује проценат девојчица средњошколског узраста које су ангажоване у спортско-рекреативним активностима у односу на проценат девојчица основношколског узраста (Табела 3). Ови резултати су у складу са општим трендом опадања физичке активности деце са узрастом у свету, а који је нарочито изражен код девојчица (Ровланд, 1999). Овакви подаци упућују на предузимање стратегија и дизајнирање програма који ће бити усмерени ка повећању нивоа физичке активности ученика уопште, а нарочито у периоду преласка из основне у средњу школу, који је критичан за неактивност. Посебна пажња у овим стратегијама треба да буде усмерена на програме вежбања за девојчице који би требало да буду у складу са њиховим интересовањима.

У оквиру овог истраживања ученици су давали одговоре и о својој оспособљености у одређеним спортским вештинама. Према добијеним подацима веома висок проценат испитиваних ученика основне школе „зна да плива“ (85.9%), клиза (61.3%), скија (35.7%), вози бицикл (86.7%), а такође висок проценат ученика средње школе „зна да

плива" (91.1%) и вози бицикл (96.5%), око половина њих „зна да клиза" (52.6%), док 38.2% „зна да скија". Међутим, познавање ових активности није и конкретизовано кроз препоручено свакодневно ангажовање у спорту и рекреацији, на шта указују и претходни подаци о конкретном ангажовању мање од половине испитиваних ученика.

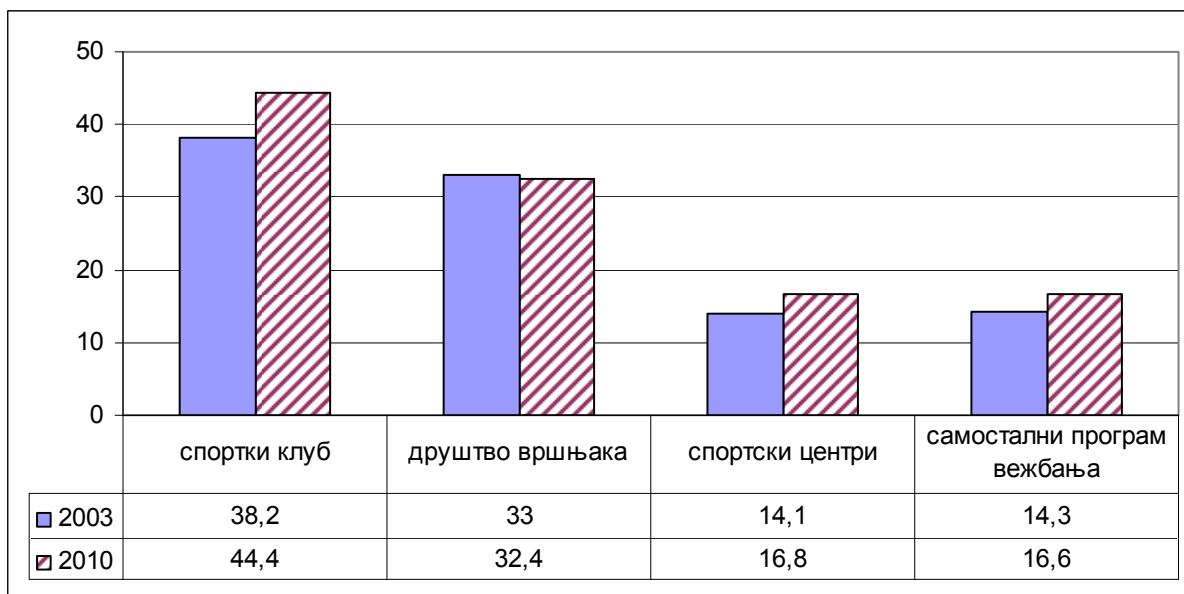
Једно од питања на које су ученици одговарали у оквиру овог истраживања односило се и на поседовање реквизита неопходних за укључивање у неки од облика вежбања. И поред тога што су се испитивани ученици основне и средње школе у оба посматрана периода, изјаснили да поседују неки од неопходних реквизита за спорт и рекреацију (лопте, бицикл, скије, клизаљке, рекети за тенис, ролери, скејт), као и да су у високом степену оспособљени у некој од спортских вештина, то за њих није представљало и неопходне предуслове за укључивање већег процента испитиваних ученика у неки од облика вежбања, јер су очито фактори који утичу на седентарни начин живота бројни и сложени. Потребно је имати на уму да током адолесценције различите психолошке варијабле, као што су оријентација постигнућа, опажање компетенција у активности, као и намера да се буде активан су веома важне варијабле у детерминисању физичке активности (*Sallis, et al., 2000*).

Начини вежбања

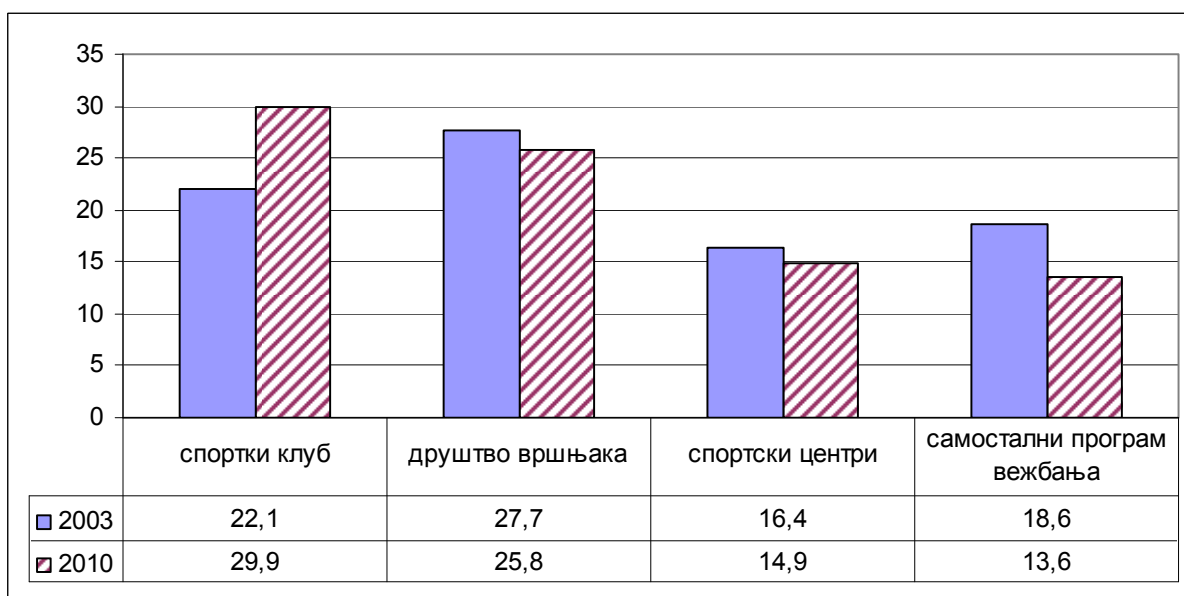
У оквиру овог истраживања испитивани ученици су се изјашњавали и о начинима вежбања. У 2003. години, од ученика основне школе који су ангажовани у спортско-рекреативним активностима, највећи број њих вежба оквиру разних спортских клубова (38.2%), као и у друштву својих вршњака (33%), а много мањи број ученика вежба у спортским центрима (14.1%), или кроз самосталне програме вежбања (14.3%). У 2010. години се повећава укљученост ученика у спортске клубове (44.4%) где у слободно време вежбају. Такође, веома велики број ученика (32.4%) вежба у друштву својих вршњака, док је најмање заступљено вежбање ученика кроз самосталне програме вежбања

(16.6%) и вежбање у неком од спортских центара (16.8%) (Графикон 4). У оба посматрана периода ученици основне школе најчешће вежбају по договору са својим вршњацима упражњавајући различите активности и организовано са вршњацима у оквиру спортских клубова, док знатно мање њих то чини самостално или у спортским центрима.

Графикон 4. Начини вежбања ученика основне школе



Графикон 5. Начини вежбања ученика средње школе



Највећи број ученика средње школе који се у слободном времену бави вежбањем то чини у 2003. години у оквиру неког од спортских клубова (22.1%) и у друштву својих вршњака (27.7%), а много мањи

број њих у спортским центрима (16.4%), или кроз самосталне програме вежбања (18.6%). У 2010. укљученост ученика у спортске клубове износи (29.9%) где у слободно време вежбају, проценат ученика који вежба у друштву својих вршњака износи (25.8%), док је најмање заступљено вежбање кроз самосталне програме вежбања (13.6%) и вежбање у неком од спортских центара (14.9%) (Графикон 5).

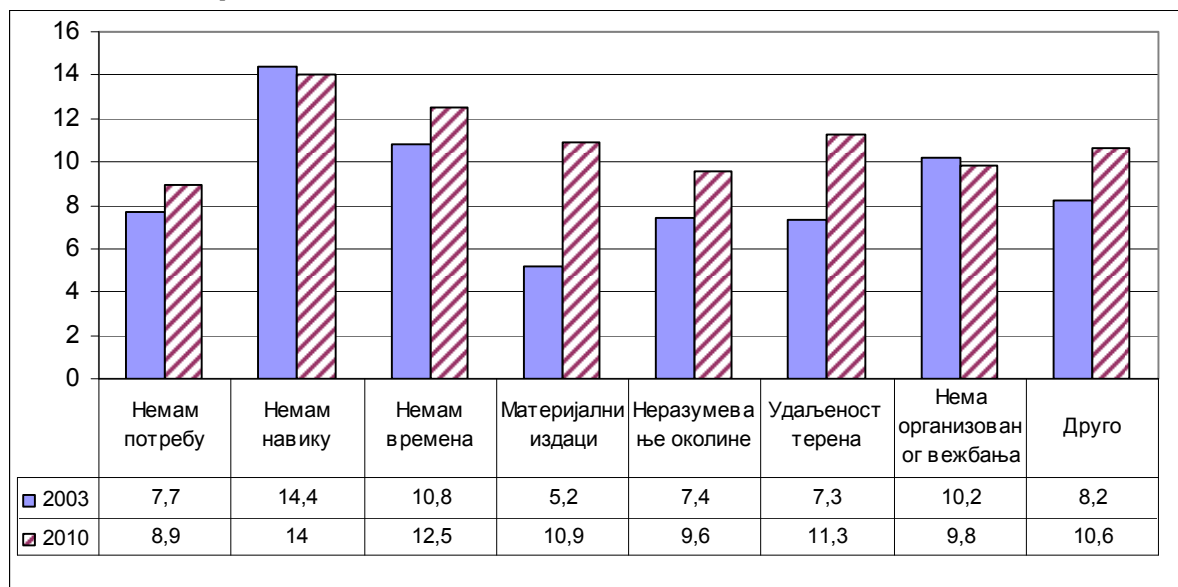
Највећи број активних ученика и основне и средње школе је опредељен за вежбање у друштву својих вршњака било да се ради о неорганизованом (*по договору са друштвом*) или организованим (*у спортским клубовима*) начину ангажованости, док се мали проценат ученика основне школе који своје потребе у спорту и рекреацији остварују у спортским центрима, посматрано у оба временска периода, евентуално може објаснити недостатком финансијских средстава за овакву врсту активности.

Препреке за бављење спортско-рекреативним активностима

Ученици основне и средње школе који су се изјаснили да се не баве никаквим обликом активног рекреативног вежбања посматрано у 2003. и 2010. години, као најважније разлоге за сопствену неактивност наводе: непостојање навике, недостатак времена, недостатак финансијских средстава и непостојање услова за укључивање у неки облик вежбања у близини становања (Графикон 6 и Графикон 7). Према подацима из европске студије, као неки од највећих разлога због којих је велики број младих данас недовољно физички активан, наводе се континуирано опадање физичке активности и вежбања у породици, затим у широј друштвеној заједници, као и смањене могућности за свакодневно физичко вежбање деце у школама (*Hardman, 2003*). У складу са тим су и подаци добијени на узорку наших ученика.

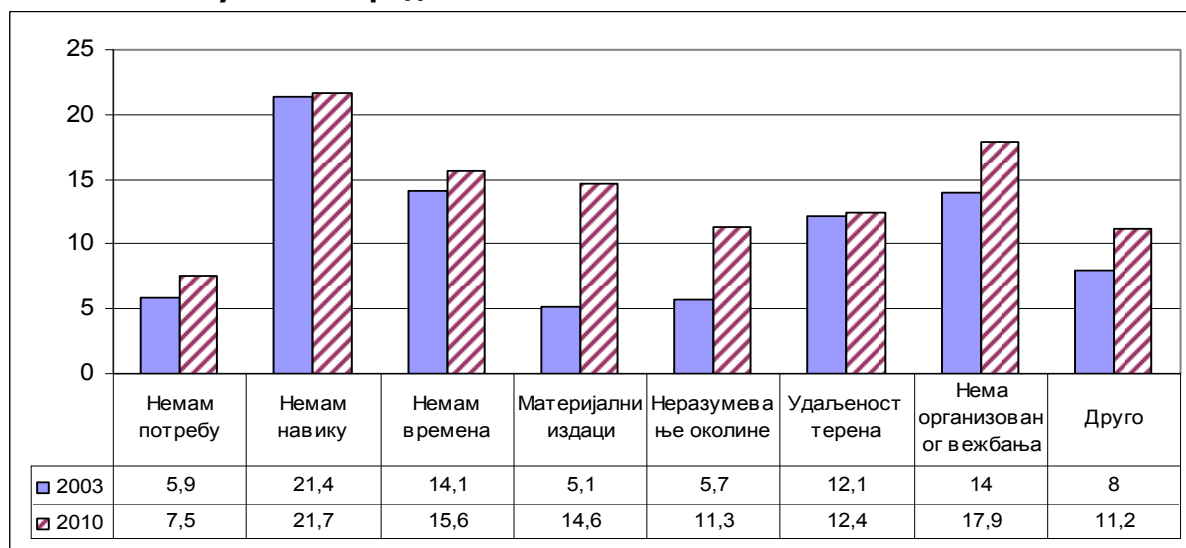
Непостојање навике за вежбањем је наведено као један од најчешћих разлога због којих се ученици не баве неким спортом или физичким вежбањем.

Графикон 6: Препреке за бављење спортско-рекреативним активностима ученика основне школе



Процес стицања навика за бављење физичким вежбањем или спортом би требало да почне много раније него што је то адолесцентски период. Још од малих ногу, деца би требала да у оквиру породице и **организованог система физичког васпитања у предшколским установама** стекну основна знања и навике за вежбањем, а затим **у млађем школском узрасту кроз квалитетну наставу физичког васпитања од стране професора физичког васпитања.**

Графикон 7: Препреке за бављење спортско-рекреативним активностима ученика средња школа



Физичко васпитање, као наставни предмет има проширену улогу и посебну одговорност која се огледа у томе што се садржајима овог предмета обрађују многа савремена питања у оквиру образовног

процеса са карактеристикама које не нуди ни једно друго наставно и школско градиво (Hardman, 2009). Ова одговорност је сасвим резимирана у Одлуци о улози спорта у образовању, коју је Европски парламент донео у новембру 2007. (Hardman, 2009). У преамбули Одлуке посебно је скренута пажња да је физичко васпитање **„једини школски предмет, у оквиру којег се деца припремају за здрав живот и да је оно усмерено на њихов целокупни физички и ментални развој, да се кроз њега преносе важне друштвене вредности као што су правичност, самодисциплина, солидарност, толеранција, тимски дух и фер плеј“ и заједно са спортом сматра се „једним од најважнијих оруђа у социјалној интеграцији“** (Hardman, 2009). Међутим, и поред овог значајног признања које физичко васпитање, као наставни предмет, добија у ширем друштвеном контексту, евидентна је и парадигма да постоје и многе нелогичности и неадекватности у процесу реализације овог предмета. У програмима физичког васпитања у Србији као један од облика ванчасовних активности појављују се спортске активности. Школе имају могућност да формирају школске клубове у којима би се окупљала деца заинтересована за поједине спортске гране и дисциплине. Школским клубом би требало да руководе наставници физичког васпитања. Некада је овај начин организације ванчасовних активности (секције, клубови) функционисао јако добро, тако да је велики број деце био укључен у разне спортске активности. Међутим, након политичке транзиције у Србији, и поред покушаја нове демократске Владе да реформише образовање у основним школама, организација спортских активности у оквиру школа, као и учешће наставника физичког васпитања у њима, у великој мери је смањена. Као и у другим земљама Источне Европе (Hamar et al, 2006), и у Србији постоје проблеми везани за реализовање наставе физичког васпитања јер у већини основних школа у Републици Србији не постоје потребни **материјални услови за њену реализацију** (Николић, 2001). Поред тога, чак и у школама у којима постоје услови за организацију школских секција и клубова, школе не могу да их

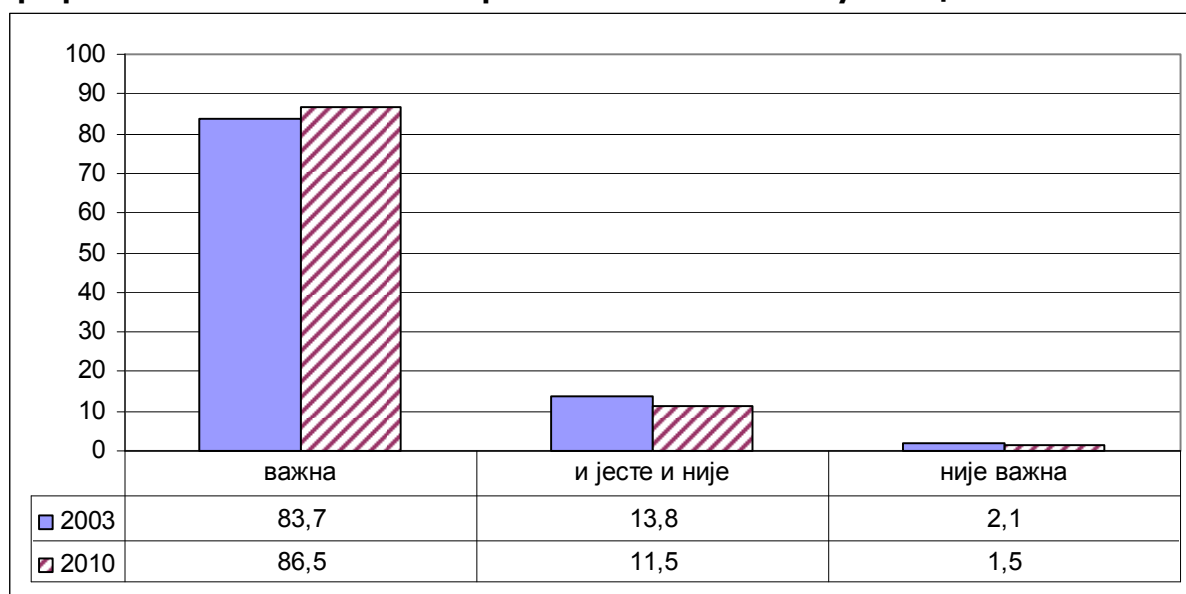
организују јер се суочавају са **проблемом издавања школских сала за физичко васпитање приватним лицима** (Милановић, 2001). Такође, додатни проблеми везани су за **недовољно финансирање наставника физичког васпитања**, тако да већина од њих није ни мотивисана да се укључи у додатне активности са ученицима.

ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ И ФИЗИЧКА АКТИВНОСТ

Важност наставе физичког васпитања

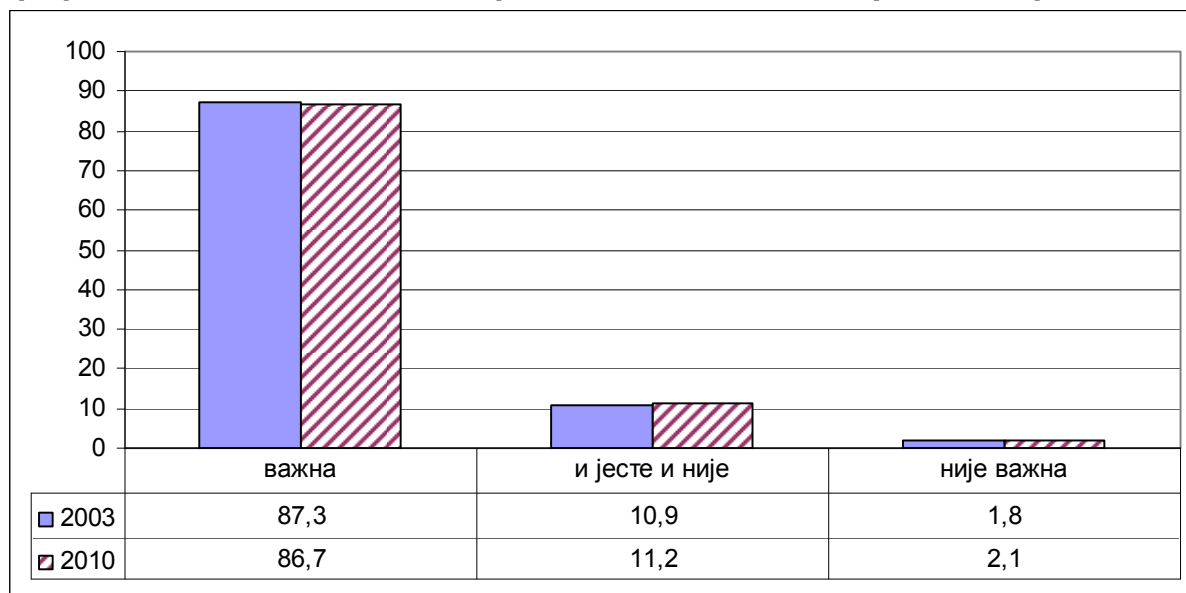
Узимајући у обзир да је један од главних чинилаца у формирању позитивног односа младих према физичком вежбању и спорту настава физичког васпитања, односно позитиван став и однос ученика према настави физичког васпитања (Carlson, 1995; Ennis, 1996), у оквиру овог истраживања један број питања се односио, управо на однос ученика према настави физичког васпитања. У оквиру тих питања добијени су следећи резултати. У делу који је усмерен на ангажовање у настави физичког васпитања, на питање које се односило на важност наставе физичког васпитања, 83,7% испитиваних ученика основне школе 2003. године се изјаснило да је за њих настава физичког васпитања „важна“, а 86,5% ученика у 2010. години (Графикон 8).

Графикон 8: Важност наставе физичког васпитања – ученици основне школе



Од ученика средње школе, на питање о важности наставе физичког васпитања, 83.7 % испитиваних ученика током 2003. године се изјаснило да је за њих настава физичког васпитања „важна“, а у 2010. години тај проценат је и нешто већи и износи 86.5 % ученика (Графикон 9).

Графикон 9: Важност наставе физичког васпитања – ученици средње школе



Висок проценат ученика који сматрају да је настава физичког васпитања за њих важна показује да су ученици свесни значаја наставе физичког васпитања која може да има допринос у промовисању физичког вежбања код деце и младих (*Sallis and Owen, 1999; Shepard and Trudeau, 2000*). Школско физичко васпитање има идеалан положај и могућност за промовисање редовног физичког вежбања, пошто до 97% ученика основне школе учествује у некој врсти програма физичког васпитања. Значајна је улога физичког васпитања у потенцијалном унапређењу физичког вежбања ученика и ван школе (*Sallis and McKenzie, 1991*) и предлаже се већи удео одговорности школе за повећање нивоа дечијег физичког вежбања (*McKenzie et al., 1993*) током школског дана, током одмора. Истраживачи предлажу школско физичко васпитање као идеалну институционалну околину за децу да постану активна (*Sallis et al. 1997*). Програми који су усмерени на промовисање активног животног стила, а у оквиру школског физичког васпитања, доводе до напретка у повећању нивоа физичког вежбања ученика и смањењу

броја седентарне деце, а такође утичу на повећање задовољства девојчица према физичком вежбању (*Michael & Pangrazi, 1999*). Промовисање позитивних ставова према физичком васпитању чини се као важна компонента у постављању темеља за дугорочну физичку активност (*Silverman and Subramaniam, 1999*). Све ове чињенице треба имати у виду у настојањима за што квалитетнију наставу физичког васпитања.

Табела 4. Важност наставе физичког васпитања-полне разлике (% ученика)

	основна школа		средња школа	
	2003	2010	2003	2010
Девојчице				
Врло је важна	51.3	44.9	35.9	35.8
Да, важна је	35.6	42.6	43.2	51.8
И јесте и није	11.7	10.6	18.2	11.2
Није важна	1.4	1.8	2.4	1.1
Дечаци				
Врло је важна	54.1	47.7	60.6	39.8
Да, важна је	34.0	38.1	28.3	45.9
И јесте и није	10.0	10.0	9.3	12.2
Није важна	1.9	4.2	1.8	2.2
полне разлике	нс	нс	*	нс

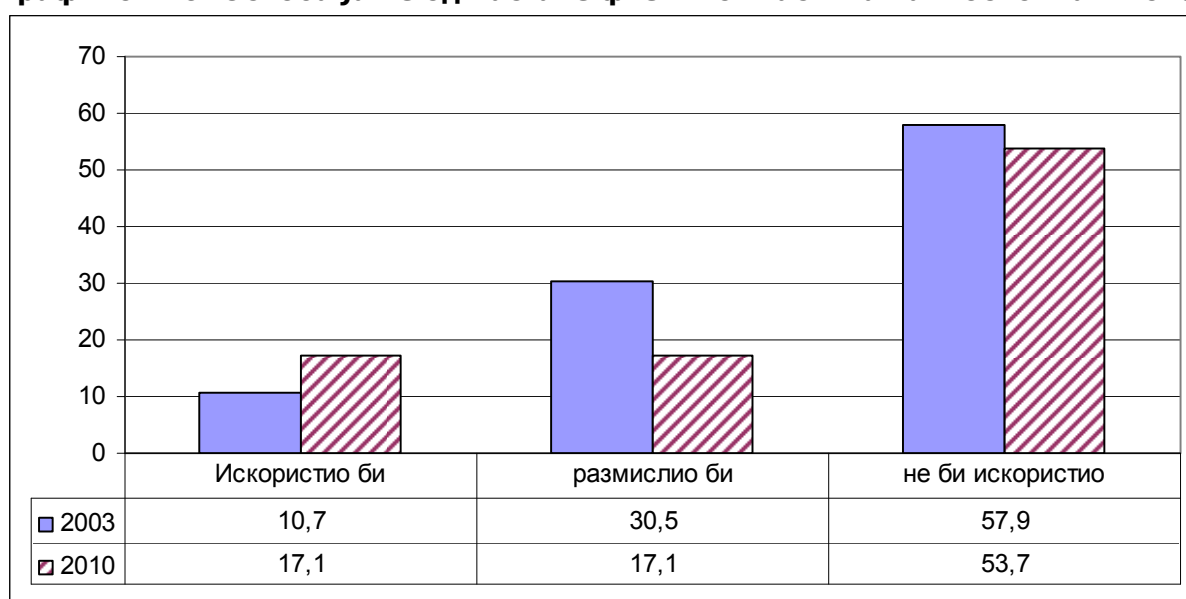
* $p < 0.01$; нс – нема статистичке значајности

Постојање евентуалних полних разлика, у схватању важности наставе физичког васпитања на узорку ученика овог истраживања, испитивано је израчунавањем хи-квадрата (Табела 4). Добијени резултати показују да на узорку ученика основне школе који су испитивани 2003.године нема разлике између дечака и девојчица ($\chi^2=3.667$, дф=3, $p > 0.01$), што је случај и када су у питању ученици испитивани 2010. године ($\chi^2=5.128$, дф=3, $p > 0.01$). Полне разлике, када је у питању *важност наставе физичког васпитања* испољене су једино на узорку ученика средње школе у 2003. години ($\chi^2=50.961$, дф=4, $p > .01$) и то у корист дечака.

У складу са овим подацима, који указују на свесност ученика о значају наставе физичког васпитања је и податак да 57.9% испитиваних ученика основне школе у 2003. години, не би искористило евентуалну могућност ослобађања од наставе физичког васпитања, док би о таквој могућности најпре добро размислило 30.5% ученика.

У 2010. години се смањује број ученика основне школе који се не би ослободио наставе физичког васпитања (53.7%), али смањује и број оних који би размислили о таквој могућности (17.1%), у односу на претходни период. Број ученика основне школе који би искористили могућност за ослобађање од наставе физичког васпитања се повећава посматрајући ова два временска периода. У 2003. години износи 10.7%, док је у 2010. години 17.1% (Графиком 10).

Графикон 10: Ослобађање од наставе физичког васпитања – основна школа

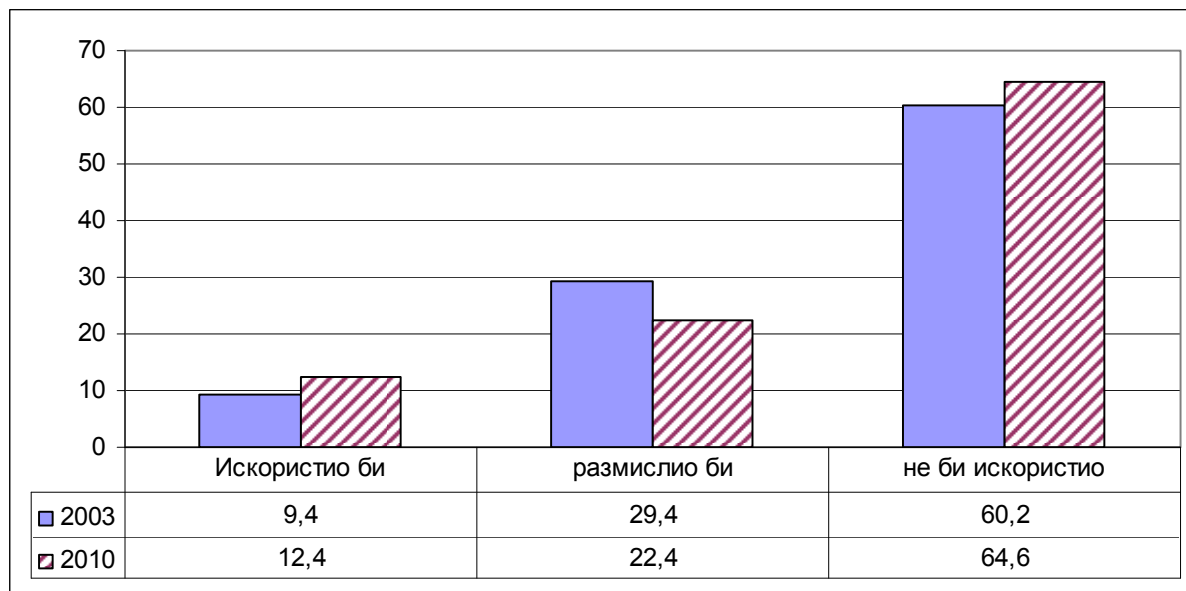


Такође, подаци о броју ученика средње школе који би искористили могућност да се ослободе наставе физичког васпитања, указују да су ученици у већем проценту свесни значаја наставе физичког васпитања за њих и да ту могућност не би искористили. Тај проценат ученика је прилично константан и креће се од 60.2% добијених 2003. године до 64.6% добијених у току 2010. године. Један мањи проценат ученика (око 29.4% у 2003. и 22.4 % у 2010. години) по овом питању је неодлучан и по њиховим одговорима претходно би добро размислили о могућности таквог избора (Графикон11).

Оно што може бити забрињавајући податак је преостали мањи проценат ученика средње школе, код кога се примећује благи пораст од 2003. до 2010. године, (од 9.4 % у 2003. до 12.4% у 2010. години) који се изјашњава да би искористио могућност ослобађања од наставе физичког васпитања. Ако се томе додају и подаци ученика основне

школе који би овакву могућност, такође искористили, онда се може извесно говорити да постоји благи негативни тренд у односу ученика према настави физичког васпитања.

Графикон 11: Ослобађање од наставе физичког васпитања – средња школа



Нема разлике између дечака и девојчица када је у питању евентуална могућност ослобађања од наставе физичког васпитања код ученика основне школе и у 2003. години ($\chi^2=4.581$, дф=3, $p>0.01$), као и у 2010. години ($\chi^2=.139$, дф=2, $p>0.01$). Код ученика средње школе значајно већи проценат девојчица би искористио евентуалну могућност за ослобађање од наставе физичког васпитања, док су дечаци у већем броју опредељени да некористе такву могућност ($\chi^2=48.445$, дф=3, $p<0.01$). На узорку ученика средњошколског узраста у 2010. се нису појавиле полне разлике ($\chi^2=1.716$, дф=2, $p>0.01$) (Табела 5).

Оно што се такође може уочити на основу података из Табеле 5 је тренд у повећању удела како девојчица, тако и дечака од 2003. до 2010. године који би искористили евентуалну могућност да се ослободе наставе физичког васпитања. Постоје индиције које указују да ће ученици, који имају позитивна осећања о учествовању у физичком вежбању, бити и ангажованији (*Brustad, 1993, Brustad, 1996, Dishman & Buckworth, 1996*). Часове физичког васпитања опажају позитивније ученици који су физички активнији у односу на

ученике који су мање физички активни (Anderssen, 1993). Опажање часова физичког васпитања је позитивније код дечака у односу на девојчице. Претпоставка је да девојчице траже охрабрење, вођство и социјалну подршку од старијих (наставника, родитеља, тренера) због недостатка поверења у сопствене способности у физичком васпитању и спорту (Biddle, Armstrong, 1992).

Табела 5. Ослобађање од наставе физичког васпитања-полне разлике (%)

	основна школа 2003		средња школа 2003	
	2010	2010	2010	2010
Девојчице				
Искористио бих	11.7	16.6	12.7	11.4
Најпре размислио	31.2	29.1	38.0	23.6
Не бих је користио	57.2	54.3	49.3	65.0
Дечаци				
Искористио бих	9.9	17.6	6.1	14.2
Најпре размислио бих	30.3	28.6	20.9	20.7
Не бих је користио	59.8	53.8	72.8	65.1
полне разлике	нс	нс		нс

* $p < 0.01$; нс – нема статистичке значајности

Однос ученика према настави физичког васпитања сагледаван је и кроз стицање неопходних знања током часова физичког васпитања. Од испитиваних ученика основне школе у 2003. години, 51.1% сматра да је кроз наставу физичког васпитања стекло потребна знања неопходна за вежбање у слободном времену, док 35.9% сматра да су делимично стекли потребна знања, што се потврђује и у одговорима на питање „да ли си способан да самостално саставиш програм вежбања за себе“, где 52.6% ученика сматра да је за то способно. У 2010. години је проценат ученика, који сматрају да су кроз наставу физичког васпитања стекли неопходна знања за вежбање, нешто нижи у односу на 2003. годину и износи 49.9%, а такође и ученика који су таква знања делимично стекли и износи 32%.

Од испитиваних ученика средње школе у 2003. години, 39.4% сматра да је кроз наставу физичког васпитања стекло потребна знања неопходна за вежбање у слободном времену, док 40.9% сматра да су их делимично стекли, што се потврђује и у одговорима на питање „да ли си способан да самостално саставиш програм вежбања за себе“, где

51.2% ученика сматра да је за то способно. Процент ученика који сматрају да су кроз наставу физичког васпитања стекли неопходна знања која су им потребни за ангажовање у слободном времену се смањује у 2010. години и износи 35.7%, док је проценат ученика који су за то делимично оспособљени остао исти, 40.6%. Посматрано у 2010. у односу на 2003. годину присутан је благо повећање броја ученика који сматрају да током наставе физичког васпитања нису стекли неопходна знања за вежбање у слободном времену како основне школе (са 11.3 на 17%), тако и средње школе (са 18.9 на 22.1%).

На основу испитивања евентуалних полних разлика, када је реч о стицању неопходних знања стечених кроз наставу физичког васпитања, може се констатовати да се ни код ученика основног школског узраста, а ни код ученика средњошколског узраста оне нису испољиле (Табела 6). Из података у Табели 6 се запажа да се у 2010. у односу на 2003. годину повећава проценат девојчица и дечака који сматрају да нису стекли неопходна знања за вежбање у слободном времену, како на узорку ученика основне школе тако и на узорку ученика средње школе.

Табела 6 . Знања о вежбању стечена кроз наставу физичког васпитања-полне разлике (% ученика)

	основна школа 2003		средња школа 2003	
	2010	2010	2010	2010
Девојчице				
Не	12.1	15.2	19.7	21.5
Делимично	38.9	34.6	40.4	39.8
Да	49.0	50.1	39.9	38.2
Дечаци				
Не	10.9	19.0	18.4	23.6
Делимично	34.1	30.3	42.1	42.9
Да	55.1	50.7	39.5	32.7
<i>полне разлике</i>	нс	нс	нс	нс

* $p < 0.01$; нс – нема статистичке значајности

На основу добијених података, који указују на благи пораст ученика који нису стекли неопходна знања за самостално вежбање, потребно је у оквиру образовног процеса више инсистирати на едукацији ученика о важности учешћа у физичкој активности како у школи тако и у слободном времену, као и стицању знања о физичкој и психичкој користи коју ће имати кроз редовну физичку активност. Такође, потребно је да се кроз наставу физичког васпитања пажња посвети и

сегменту стицања неопходних знања и умења неопходних за самостално вежбање.

ЗАКЉУЧАК

Бављење спортом или неком врстом физичког вежбања у великој мери доприноси здравијем физичком и психичком развоју деце. О корисности спорта и физичког вежбања као фактора у превенцији од разних негативних утицаја током сазревања младих говори велики број истраживања (*Pate et al, 2000*). Међутим, упркос свим препорукама за бављење физичким вежбањем, упркос указивањима на важне здравствене користи од физичког вежбања, деца и млади су све мање физички активни. Седентарни начин живота све више је распрострањен међу младима, па данас у развијеним земљама Европе и Америке влада **тренд и пропаганда здравог и активног начина живота међу децом и младима**. Као неки од највећих разлога због којих је велики број младих данас недовољно физички активан, наводе се континуирано опадање физичке активности и вежбања у породици, затим у широј друштвеној заједници, као и смањене могућности за свакодневно физичко вежбање деце у школама (*Hardman, 2003*).

У оквиру овог истраживања добијени су подаци који указују да је само **половина од испитиваних ученика основне школе физички ангажована у слободно време**, посматрано у ова два временска периода, али још увек недовољно у односу на препоруке аутора који се баве проучавањем физичке активности код деце (минималних 30 до оптималних 60 минута бављења неком физичком активношћу у току једног дана). Са друге стране забрињавају подаци који указују на **повећање број ученика основношколског узраста који се никад не бави спортом или рекреацијом** који у 2010. години износи 14.1% од укупног броја испитиваних ученика, што представља пораст неактивних ученика у односу на 2003. годину. Од испитиваних ученика средње школе спортско-рекреативним

активностима се редовно бави 36.3%, једном недељно 22.1%, понекад 33.2%, док се 7.2% ученика не бави спортом или рекреацијом. Овакав тренд се задржава и у 2010. години где је 31.3% ученика барем три пута ангажовано у спортско-рекреативним активностима, једном недељно то чини 20.8%, понекад 34.4% и никад 12.3%. Ови подаци нам указују да са узрастом ученика долази до опадања њиховог ангажовања у спортско-рекреативним активностима што потврђују и студије из других земаља реализоване на адолесцентима (*Caspersen, Pereira, & Curran, 2000; Trost et al., 2002; Kin-Isler, Achi, Altintas & Guven-Karahan, 2009; Telama & Yang, 2000; Morgan et al., 2008*). Период преласка ученика из основне у средњу школу, представља према ауторима који се баве овом проблематиком један од критичних периода за физичку неактивност младих (*Rowland, 1999*). Посматрајући полне разлике, може се закључити да су девојчице мање физички ангажоване у односу на дечаке, као и да се смањује проценат девојчица средњошколског узраста које су ангажоване у спортско-рекреативним активностима у односу на проценат девојчица основношколског узраста. Ови резултати су у складу са општим трендом опадања физичке активности деце са узрастом у свету, а који је нарочито изражен код девојчица (*Rowland, 1999*). **Добијени подаци упућују на предузимање стратегија и дизајнирање програма који ће бити усмерени ка повећању нивоа физичке активности ученика уопште, а нарочито у периоду преласка из основне у средњу школу, који је критичан за неактивност. Посебна пажња у овим стратегијама треба да буде усмерена на програме вежбања за девојчице који би требало да буду у складу са њиховим интересовањима.**

У оквиру овог истраживања испитивани ученици су се изјашњавали и о начинима вежбања. У оба посматрана периода највећи број активних ученика и основне и средње школе је опредељен за вежбање у друштву својих вршњака, било да се ради о неорганизованом (по договору са друштвом) или организованим (у спортским клубовима) начину ангажованости, док се мали проценат ученика основне школе

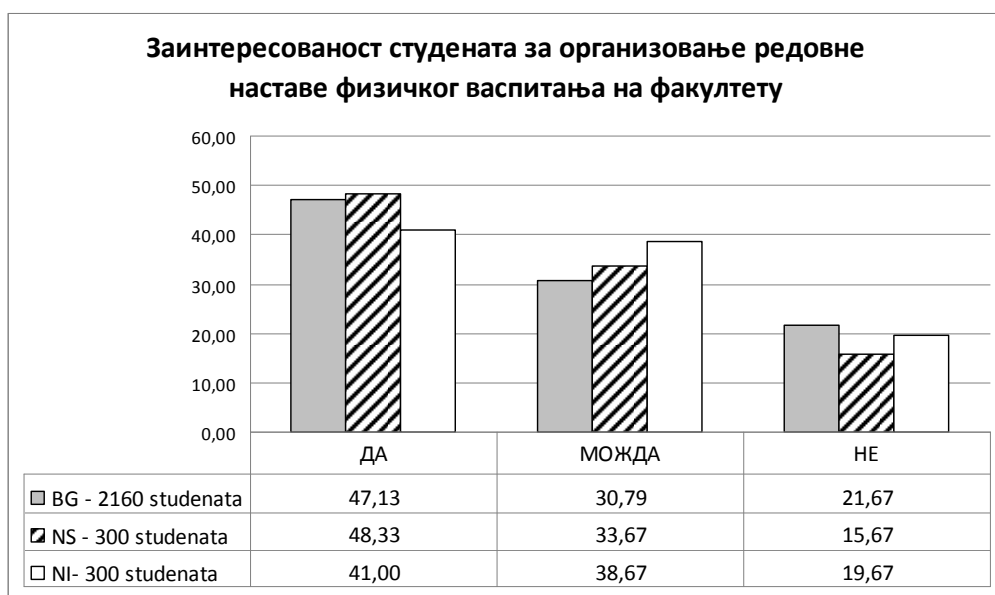
који своје потребе у спорту и рекреацији остварује у спортским центрима, евентуално може објаснити недостатком финансијских средстава за овакву врсту активности. Ученици основне и средње школе који су се изјаснили да се не баве никаквим обликом активног рекреативног вежбања посматрано у 2003. и 2010. години, као најважније разлоге за сопствену неактивност наводе: **непостојање навике, недостатак времена, недостатак финансијских средстава и непостојање услова за укључивање у неки облик вежбања у близини становања.** Процес стицања навика за бављење физичким вежбањем или спортом би требало да почне много раније него што је то адолесцентски период. Још од малих ногу, деца би требала да у оквиру породице и **организованог система физичког васпитања у предшколским установама** стекну основна знања и навике за вежбањем, а затим **у млађем школском узрасту кроз квалитетну наставу физичког васпитања од стране професора физичког васпитања.**

Висок проценат ученика основне и средње школе сматра да је настава физичког васпитања за њих важна, што показује да су ученици свесни значаја наставе физичког васпитања и њеног доприноса у промовисању физичког вежбања код деце и младих (*Sallis and Owen, 1999; Shepard and Trudeau, 2000*). Школско физичко васпитање има идеалан положај и могућност за промовисање редовног физичког вежбања, **пошто до 97% ученика основне школе учествује у некој врсти програма физичког васпитања.** С обзиром да се велики број аутора који се баве овом проблематиком слаже да је веома значајна улога физичког васпитања у потенцијалном унапређењу физичког вежбања ученика и ван школе (*Sallis and McKenzie, 1991*), неопходно је учинити све да се у нашој земљи обезбеде услови за што квалитетнију наставу физичког васпитања. То би подразумевало решавање многих проблема који постоје у њеној реализацији као што су: обезбеђивање материјалних услова за њено спровођење (изградња школских сала, набавка неопходне опреме и реквизита), решавање проблема издавања

постојећих школских сала приватним лицима што доводи до онемогућавања коришћења слободних термина за школске-спортске секције, обезбеђивање квалитетне наставе физичког васпитања у млађем школском узрасту под руководством професора физичког васпитања.

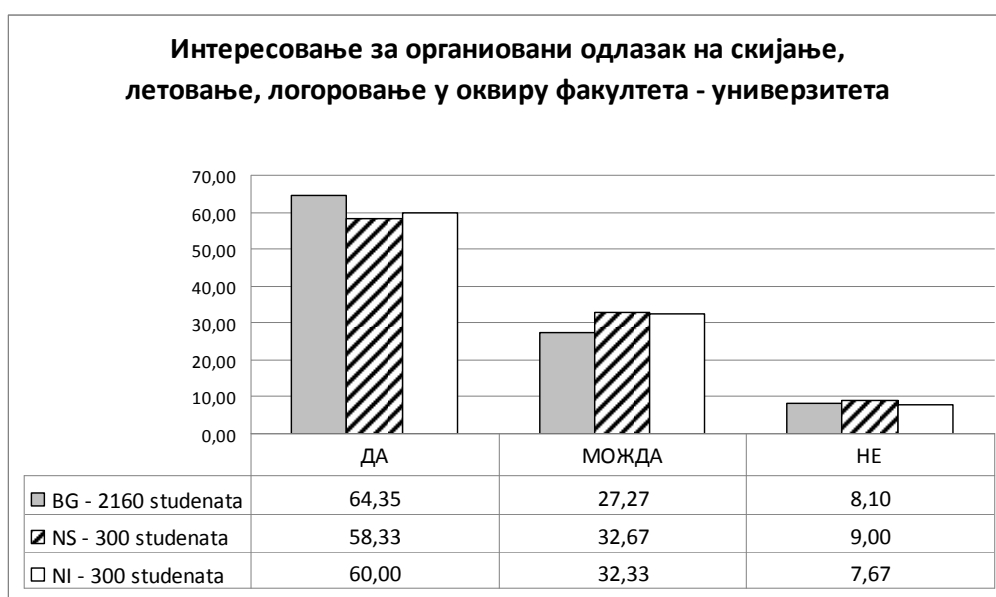
5.2. Интересовање студената за увођење наставе физичког васпитања на факултете

Истраживање обављено у мају и новембру 2010. године, на узорку од 2160 студената из Београда и Србије + 300 студената из Новог Сада + 300 студената из Ниша



На основу података добијених анкетирањем студената београдског, новосадског и нишког универзитета може се закључити да су студенти сва три анкетирани универзитета у великом броју заинтересована за организовање редовне наставе физичког васпитања на својим факултетима. Највеће интересовање за организовање наставе физичког васпитања на факултету утврђено је код студената новосадског универзитета (48,33%), нешто је ниже код студената београдског универзитета (47,13%), а најниже код студената нишког универзитета (41,00%). Око 1/3 студената са сва три универзитета делимично би се увела наставу физичког васпитања на факултете (Београд 30,79%; Нови Сад 33,67%; Ниш 38,67%), док око 1/5 студената се не слаже са овом констатацијом. Добијени резултати у

складу су са резултатима других истраживача. У истраживању Ширић, Блажевић и Владовић (2009), од укупног броја испитаника 53,1% њих се изјаснило да би требало увести часове физичког важбања на факултетима, као обавезан предмет, јер је укупно ангажовање студената у физичким активностима недовољно. Истраживање наводи, да могући разлози за смењено бављење физичким вежбањем код популације студената, може се тражити у материјалној ситуацији, незнању о врстама и облицима спортских и рекреативних активности, преоптерећењу обавеза на факултету или једноставно незаинтересованости. Занимљиво је да онај део испитаника који бар понекад упражњава спортске или рекреативне активности жели имати организовано вежбање, највероватније из разлога јер су им тада осигурани простори и реквизити.



Резултати спроведеног анкетирања показали су да је интересовање студената за организовани одлазак на скијање, летовање, логоровање у оквиру факултета - универзитета веома велико. Око 2/3 испитаних студената са београдског, новосадског и нишког универзитета је показало интересовање за овакве активности. Највеће интересовање показали су студенти београдског универзитета (64,35%), затим нишког универзитета (60,00%) и на крају новосадског универзитета (58,33%). Врло мали број студената није заинтересован за реализацију и организацију оваквих активности. Најмања

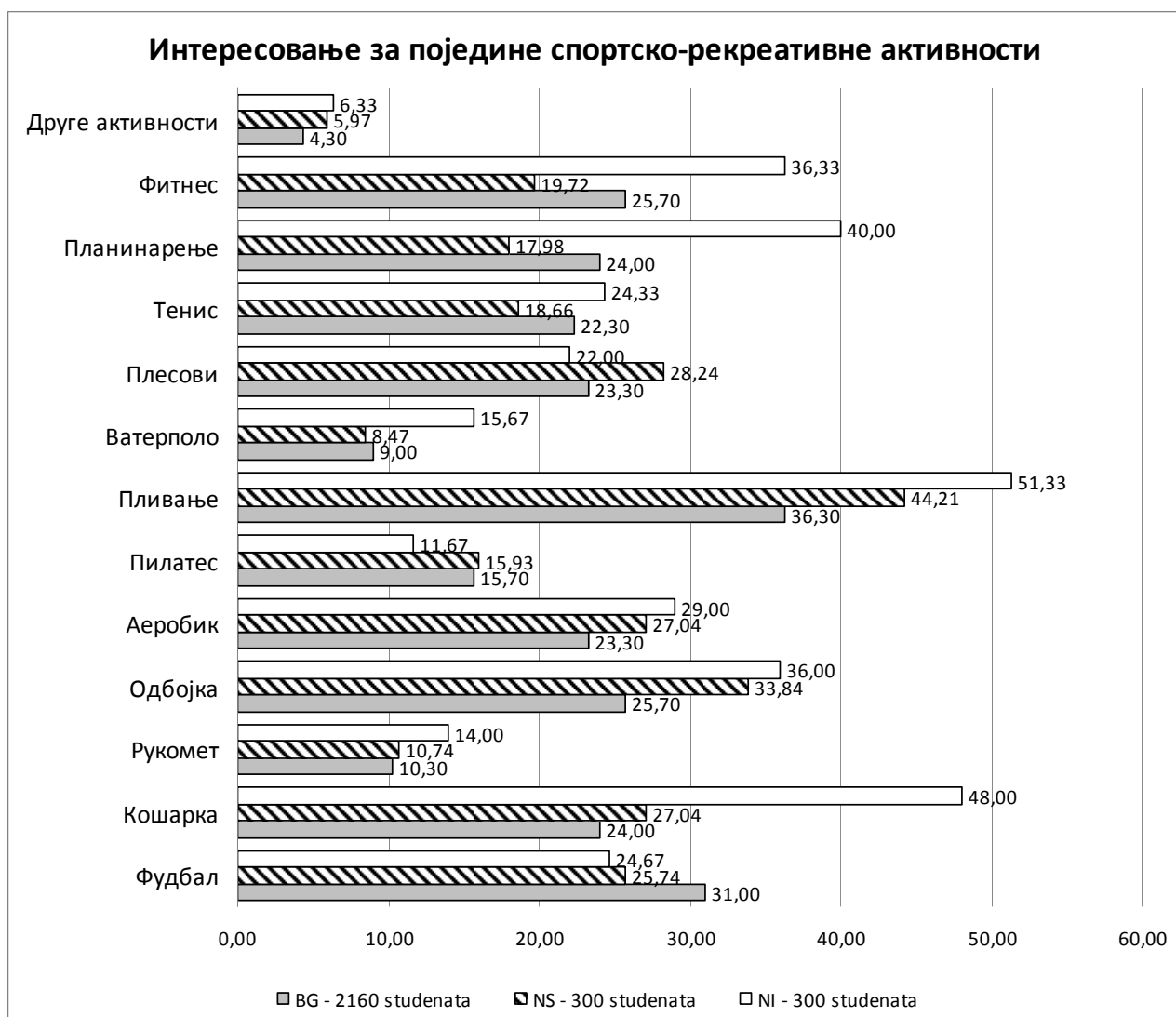
заинтересованост утврђена је код студената новосадског универзитета (9,00%), затим код студената београдског универзитета (8,10%) и на крају код студената нишког универзитета (7,67%). Слични подаци добијени су у другим студијама. Интересовање студената за организовано вежбање потврђено је у истраживању Ширић, Блажевић и Владовић (2009)

Анкетирањем је потврђено да постоји разноликост интереса за поједине спортско-рекреативне активности између студената различитих универзитета. Студенти београдског универзитета најзаинтересованији су за пливање (51,33%), затим за кошарку (48,00%), планинарење (40,00%), фитнес (36,33%), одбојку (36%) и тако даље. Готово исте спортско-рекреативне активности интересују и студенте новосадског универзитета. И код ових студената највеће интересовање постојије за пливање (44,21%), а мање за одбојку (33,84%), кошарку (27,04%), фитнес (19,72%) и др. И студенти нишког универзитета највећи интерес показали су за пливање (36,30%). Од осталих спортско-рекреативних активности највише се интересују за фудбал (31,00%) и фитнес (25,70%), па тек онда за остале. Најмање интересовање код студената београдског универзитета забележено је за пилатес (11,67%), док је ватерполо најнеинтересантније за студенте новосадског и нишког универзитета (8,47%. односно 9,00%).

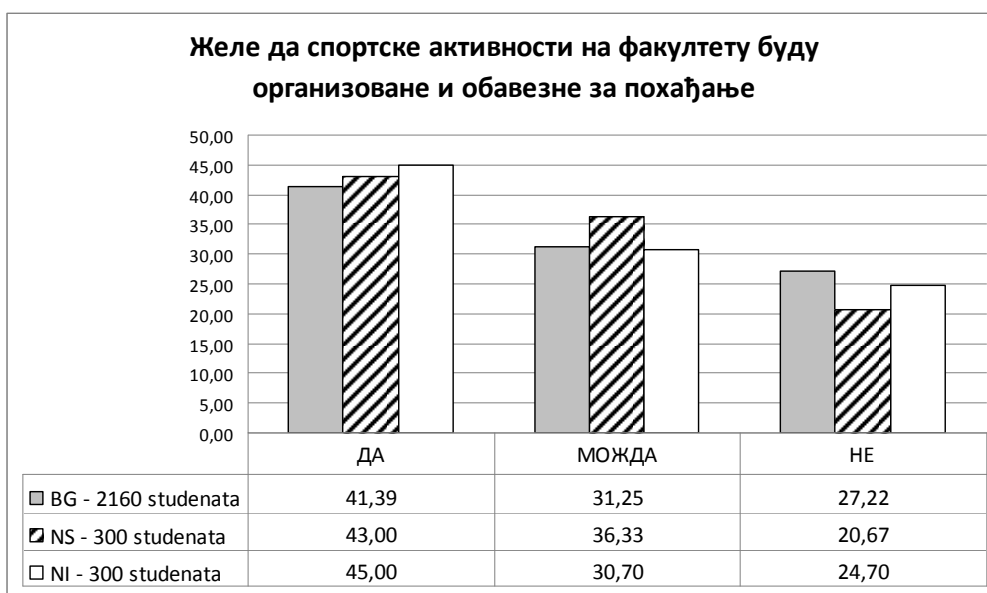
Најчешће биране рекреативне активности у другим истраживањима код студената су: аеробик (6,03%), вежбе с теретом (5,02%), трчање (3,26%), плесне структуре (2,26%), бициклизам (1,75%) и пилатес (1,75%) (Ђурковић, Багарић, Стража и Шукер, 2009). Овако добијени резултати највероватније су последица тренутних материјално-техничких и просторних услова за избор појединих спортско-рекреативних активности.

На основу добијених података анкетираних студената са три универзитета може се закључити да студенти сва три универзитета желе да спортске активности на факултету буду организоване и обавезне за похађање. Могући разлози за овако нешто лежи у

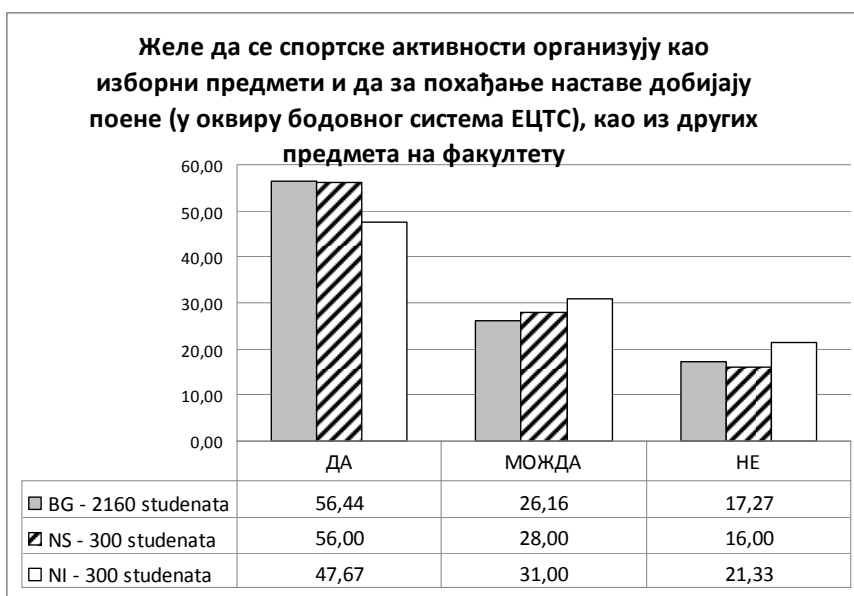
чињеници да студенти као најчешћи разлог за бављење спортско-рекреативним активносима наводе унапређење здравља и естетски изглед (Ширић, Блажевић и Владовић, 2009).



Највеће интересовање за увођење обавезне наставе физичког васпитања на факултете забележено је код студената нишког универзитета (45%), али на основу добијених података може се закључити и да студенти београдског и новосадског универзитета показују такође велико интересовање за увођење наставе физичког васпитања на факултете (41,339%, односно 43,00%). За овакве увођење спортских активности на факултете делимично се слаже око 1/3 испитаних студената са сва три универзитета.



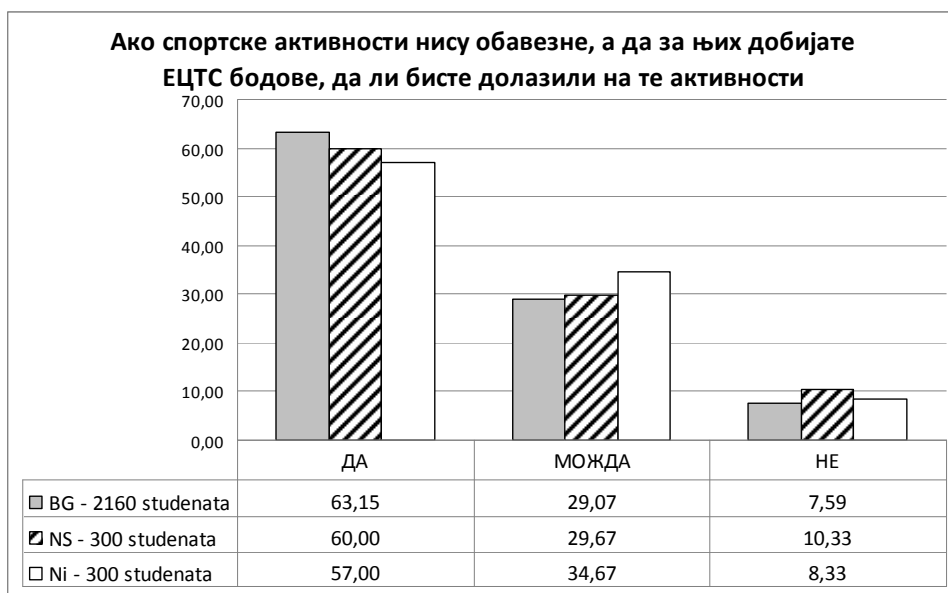
У истраживању Ширић, Блажевић и Владовић (2009) добијени су слични резултати. Аутори наводе да од укупног броја испитаника 53,1% њих се изјаснило да би требало увести часове физичког важбања на факултетима, као обавезан предмет.



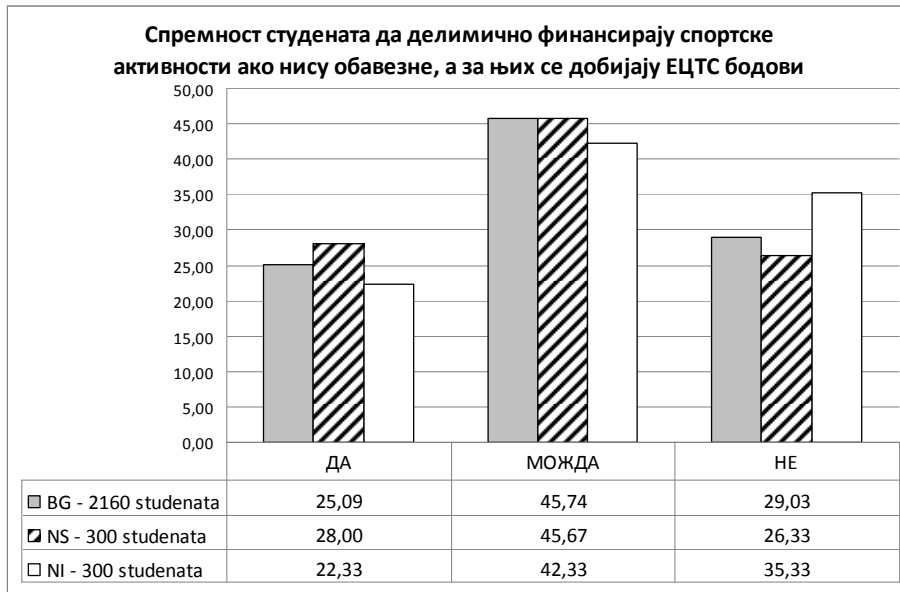
Подаци добијени анкетирањем показали су да готово половина студената са сва три универзитета сматра да је на факултетима потребно организовати спортске активности у виду изборних предмета и да се за њихово похађање добијају ЕЦТС бодови.

Највеће интересовање за увођење наставе физичког васпитања на факултете као изборни предмет забележено је код студената београдског и новосадског универзитета (56,44% и 56,00%), док је интересовање студената нишког универзитета нешто ниже (47,67%).

Слични подаци, али у нешто нижим вредностима добијени су и код студената који се делимично слажу са тиме да је потребно организовати спортске активности на факултетима као изборни предмет. Највећи број ових студената је са нишког универзитета (31,00%), а нешто мањи са београдског (26,16%) и новосадског универзитета (28,00%). Међутим, постоји и одређени број студената који се не слажу са увођењем спортских активности на факултете као изборни предмет. Највеће неслагање забележено је код студената нишког универзитета (21,33%), затим код студената београдског универзитета (17,27%) и на крају код студенат новосадског универзитета (16,00%).

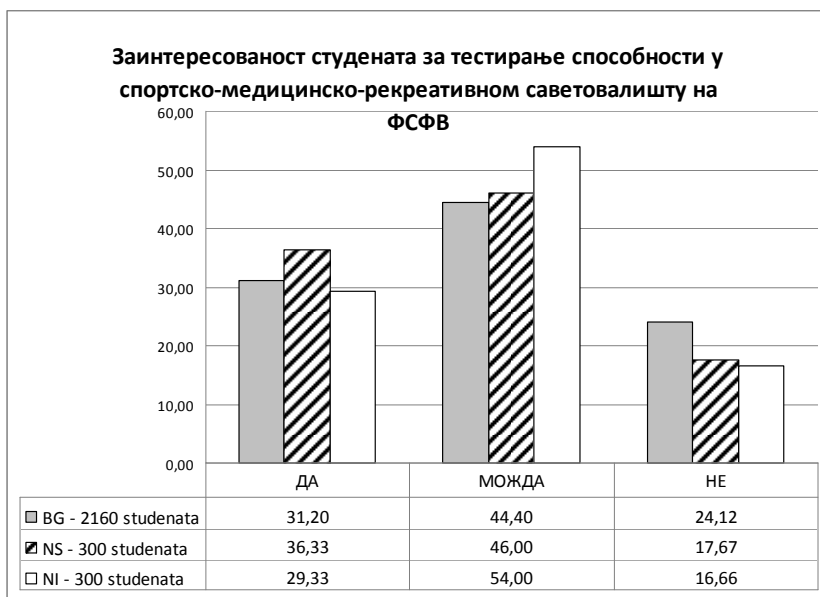


Добијени резултати показали су да ако би се на факултетима увеле спортске активности које нису обавезне, а да се за њих добијају бодове, велики број студената би похађао оваке активности. Готово 2/3 испитаних студената би ишло на овакве активности. Највеће интересовање показали су студенти београдског универзитета (63,15%), а нешто ниже студенти новосадског и нишког универзитета (60%, 57%). Мали број студената није заинтересован да долази на спортске активности које нису обавезне, а за које би добијали бодове. 10,33% студената новосадског универзитета не би долазило на овакве активности, а нешто мањи број је забележен код студенат нишког (8,33%) и београдског универзитета (7,59%).



На основу података добијеним анкетирањем студената београдског, новосадског и нишког универзитета може се закључити да највећи број студената са сва три анкетирани универзитета, делимично су спремна да финансирају спортске активности ако оне нису обавезне и а за њих се добијају ЕЦТС бодови. Готово половина анкетираних студентске популације би можда финансирала овако учествовање у спортским активностима. Сличне вредности забележене су код студената новосадског и београдског универзитета (45,67%, односно 45,74%), док су вредности код студената нишког универзитета нешто ниже (42,33%). Забрињава чињеница да готово 1/3 анкетираних студената није спремна да делимично финансира спортске активности ако оне нису обавезне. Највећи проценат ових студената је са нишког универзитета (35,33%), нешто нижи са београдског универзитета (29,03%), док је најмање студената са новосадског универзитета (26,33%). У другим студијама (*Daskapan, Handan, Eker & Eker, 2006*) утврђено је шта најчешће спречава студенте да се баве физичким активностима. Резултати анкете су показали да је најчешћа спољашња баријера за бављење физичким активностима код студената недостатак времена због попуњеног распореда предавања, да родитељи придају више значаја академском успеху него вежбању и недостатак времена због породичних и друштвених обавеза. Као

најчешћа унутрашња баријера се јавља недостатак енергије и да нису у стању да вежбају.



Резултати спроведеног анкетирања показали су да је постоји интересовање студената за тестирање способности у спортско-медицинско-рекреативном саветовалишту ФCFB. Око 1/3 анкетираних студената би тестирали своје способности у спортско-медицинско-рекреативном саветовалишту ФCFB. Највећи број заинтересованих студената је са новосадског универзитета (36,33%), а нешто нижи са београдског (31,20%) и са нишког универзитета (29,33%). Међутим, највећи број студената би можда тестирао своје способности у спортско-медицинско-рекреативном саветовалишту ФCFB. Више од 50% студената нишког универзитета би можда тестирало своје способности (54,00%), а мањи број студената је са новосадског (46,00%) и са београдског универзитета (44,40%). Постоји и одређени број студената који није заинтересован за тестирање својих способности на спортско-медицинско-рекреативном саветовалишту ФCFB. Готово 1/4 испитаних студената београдског универзитета (24,12%) није заинтересована за оваква тестирања, док је код студената новосадског и нишког универзитета нешто нижа и износи 17,67% за новосадски и 16,66% за нишки универзитет.