

Fakultet za sport i fizičko vaspitanje  
Univerzitet Crne Gore  
Narodne omladine bb  
81400 Nikšić  
Crna Gora



Faculty for Sport and Physical Education  
University of Montenegro  
Narodne omladine bb  
81400 Nikšić  
Montenegro

T: +382 40 235 207 \* F: +382 40 235 200 \* W: www.fsnk.ucg.ac.me \* E: fakultetzasportnk@t-com.me

Broj: 639  
Nikšić, 20.03.2019.god.

**UNIVERZITET CRNE GORE**  
**Odboru za doktorske studije**  
**Senatu**

Predmet: D1 obrazac

Poštovani,

U prilogu Vam dostavljamo D1 obrazac (Ocjena podobnosti doktorske teze i kandidata) sa prapatnom dokumentacijom za kandidata mr Gentianu Beqa Ahmeti.

S poštovanjem,

Dekan

prof. dr Stevo Popović



2

## OCJENA PODOBNOSTI DOKTORSKE TEZEI KANDIDATA

OPŠTI PODACI O DOKTORANDU	
Titula, ime i prezime	Mr Gentiana Beqa Ahmeti
Fakultet	Fakultet za sport i fizičko vaspitanje
Studijski program	Fizička kultura
Broj indeksa	1/13
Podaci o magistarskom radu	Efekti specializovanog aerobik programa na pozitivan varijabilitet morfoloških, motoričkih, kardio i biohemijskih parametara, Sportske nauke, Fakultet fizičkog vaspitanja i sporta u Prištini, 2013. godina, prosječna ocjena 8.33.
NASLOV PREDLOŽENE TEME	
Na službenom jeziku	Efekti specializovanog aerobik programa na pozitivan varijabilitet morfoloških, motoričkih, kardio i biohemijskih parametara
Na engleskom jeziku	The effects of a specialized aerobics program on the positive variability of morphological, motor, cardio and biochemical parameters
Datum prihvatanja teme i kandidata na sjednici Vijeća organizacione jedinice	<u>20.03. 2019 god.</u>
Naučna oblast doktorske disertacije	Sportske nauke
Za navedenu oblast matični su sljedeći fakulteti	
Fakultet za sport i fizičko vaspitanje, Univerzitet Crne Gore	
A. IZVJEŠTAJ SA JAVNE ODBRANEPOLAZNIH ISTRAŽIVANJA DOKTORSKEDISERTACIJE	
<p>Javna odbrana Polaznih istraživanja kandidatkinje mr Gentiane Beqa Ahmeti sprovedena je 13. 03. 2019. godine na Fakultetu za sport i fizičko vaspitanje u Nikšiću. Kandidatkinja je, u za to predviđenom vremenom, predstavila osnovne metodološke elemente (problem, predmet, ciljevi, hipoteze, planirane testovne procedure, eksperimentalni program, predviđene statističke procedure, potencijalni naučni doprinos) svojih polaznih istraživanja i to učinila na argumentovan način. Nakon što je kandidatkinja predstavila svoja polazna istraživanja uslijedila su pitanja, komentari i sugestije članova komisije, na koja je kandidatkinja na zadovoljavajući način odgovorila i ponudila i svoje argumente za istaknute teme. Na kraju javne odbrane komisija je konstatovala da je kandidatkinja uspješno odbranila polazna istraživanja doktorske disertacije.</p>	
B. OCJENA PODOBNOSTI TEME DOKTORSKE DISERTACIJE	
<p><b>B1. Obrazloženje teme</b></p> <p>Prema izveštaju Svetske zdravstvene organizacije (WHO) nedovoljna fizička aktivnost proglašena je za samostalni faktor rizika i predstavlja najveći zdravstveni problem jedne nacije. Hipokinezija (smanjeno kretanje, smanjena fizička aktivnost) je faktor koji doprinosi razvoju mnogih hroničnih bolesti i poremećaja, a takođe dovodi do povećanja faktora rizika od kardiovaskularnih i drugih hroničnih oboljenja, kao što su dijabetes, gojaznost, hipertenzija, bolesti kostiju i zglobova i dr. (Warburton, Gledhill, &amp; Quinney, 2001).</p> <p>Svaki fizička aktivnost, kao specifična vrsta "stresa", izaziva u organizmu kompleksne</p>	

biohemijske, fiziološke, psihološke reakcije koje su međusobno povezane. Kao rezultat adaptacije organizma na opterećenje u toku rada, misli se prevashodno na sposobnost organizma da izvodi fizički rad odrenenog obima i intenziteta, a koji mu ranije nije bio dostupan (Matveev i Meerson, 1984). Upravo pravilnim programiranjem različitih oblika fizičkih aktivnosti, mogu se očekivati transformacije pojedinih dimenzija psihosomatskog statusa čoveka. Pod programiranim vežbanjem možemo definisati i upravljanje procesom prevodenja čovekovog organizma iz aktuelnog inicijalnog stanja u željeno programirano stanje, putem operatara, odnosno primenom odgovarajućih modela progama fizičkih aktivnosti (Mikalački, 2005).

Bolesti koje se javljaju zbog neaktivnog načina života i negativnih faktora sredine dominantne su u zdravstvenim statistikama savremenog doba. Aktivno učestvovanje pojedinaca je presudno za smanjenje i sprečavanje ovakvog stanja zato je posebno važno da se «običnom» čoveku iznesu podaci kako i na koji način bi trebao da živi i održava zdravlje putem fizičkih vežbi. Ugrožavanje zdravlja sedanternih osoba uslovljeno je smanjenjem funkcionisanja lokomotornog, kardiovaskularnog, respiratornog i ostalih organa i organskih sistema organizma. Uključivanjem ljudi u fizičke aktivnosti smanjio bi se rizik za nastanak kardiovaskularnih bolesti, dijabetesa, povišenog krvnog pritiska, pojedinih oblike raka, mišićno-skeletnih bolesti i psiholoških poremećaja. Raspoloživom i lako dostupnom (brzom) hranom većina zapadnih zemljama poslednjih godina doživljava zabrinjavajući porast gojaznosti (WHO - Regional Office for Europe, 2006; Saris, et al., 2003). Gojaznost nije samo pitanje lepote, već je povezano s ozbiljnim poremećajima zdravlja: značajno povećani rizik dijabetesa i kardiovaskularnih bolesti. Na osnovu napred navedenog jasno je da fizička aktivnost predstavlja ključni faktor u održavanju ili poboljšanju sposobnosti ljudskog organizma, kao i u umanjen posledica funkcionalnih i degenerativnih oboljenja.

Nacionalna istraživanja zdravlja i druga populaciona istraživanja koja uključuju zdravlje su široko prihvaćene statističke metode koje obezbeđuju vredne informacije o zdravstvenom stanju stanovništva i faktorima koji na njega utiču. Iako većina ovih istraživanja koriste instrumente za merenje zdravlja koji su preporučeni na međunarodnom ili Evropskom nivou, potrebno je naglasiti da ne postoji uvek jedinstven instrument za merenje određene pojave u vezi sa zdravljem. To otežava uporedivost podataka nacionalnih istraživanja zdravlja. Istovremeno, oblasti obuhvaćene nacionalnim istraživanjima zdravlja nisu iste u svim zemljama, dinamika i godine istraživanja razlikuju se od zemlje do zemlje i, štaviše, koriste se različiti dizajni istraživanja i procedure prikupljanja podataka. Iz tih razlog definisana je metodologija istraživanja zdravlja – anketa o zdravlju za zemlje Evropske Unije kao standard u toj oblasti istraživanja. Glavni cilj Evropskog istraživanja zdravlja (EHIS) je da se korišćenjem ankete o zdravlju dobiju podaci koji su međunarodno uporedivi. Istraživanje zdravlja/anketa o zdravlju (Health Interview Survey) je vrsta istraživanja u kojem se informacije o zdravlju stanovništva prikupljaju sistematski, putem intervjua i merenja, na reprezentativnom uzorku stanovništva uz poštovanje svih elemenata precizno definisane metodologije. Većina Evropskih zemalja sprovodi istraživanja čiji je predmet istraživanja isključivo zdravlje i njegove determinante. U nekim zemljama, kao što su Nemačka i Velika Britanija, postoje istraživanja koja imaju višestruku namenu i u kojima je sadržan specifičan modul koji se odnosi na zdravlje. Prednost istraživanja koja se posebno bave zdravljem stanovništva je u tome što se omogućava sprovođenje šire i detaljnije analize zdravlja i svih aspekata u vezi sa zdravljem, a da se pritom ne preklapa sa drugim domenima u okviru jednog istraživanja. Proteklih nekoliko decenija većina zemalja se susretala sa problemom nedostatka pravovremenih i kvalitetnih podataka koji bi obezbedili sveobuhvatnu sliku zdravlja u populaciji. Istraživanje zdravlja putem intervjua je tokom vremena postalo neophodna dopuna postojećim zdravstvenim informacionim sistemima. Dve značajne karakteristike istraživanja zdravlja putem intervjua su to što obezbeđuje podatke o zdravlju na način kako ga vidi stanovništvo i što se za prikupljanje podataka koristi horizontalni pristup. To znači da se nekoliko

tipova informacija (zdravstveno stanje, lične karakteristike ispitanika, ponašanje u vezi sa zdravljem, korišćenje zdravstvene zaštite) jednovremeno prikupljaju za svaku osobu. Ishod je ukupna slika zdravlja populacije koja omogućava identifikaciju najvažnijih problema, odnosno prioriteta. Budući da se podaci prikupljaju periodično, moguće je tokom vremena pratiti promene u zdravlju stanovništva, efekte zdravstvene politike i intervencije na zdravstveno stanje populacije. Istraživanja zdravlja putem intervjua doprinose argumentaciji za veće investiranje u promociju zdravlja i prevenciju bolesti, kao i za racionalizaciju zdravstvene zaštite i potrošnje. Stoga su ove informacije od velike važnosti za proces racionalnog donošenja odluka u ovoj oblasti.

Aerobik i fitness su dve različite aktivnosti i nikako se ne mogu porediti. Obe aktivnosti u savremenom načinu života i rada, imaju značajnu ulogu u očuvanju sposobnosti i zdravlja ljudskog organizma. Savremeno društvo ostvaruje brz i konstantan napredak u svim oblastima ljudske delatnosti. Usled automatizacije i robotizacije čovek sadašnjice nema velike potrebe za kretanjem u toku života i rada, što dovodi u krajnjem slučaju do smanjenja njegovih psihofizičkih. Nedostatak kretanja oslikava vreme u kome čovek sadašnjice živi i radi, a poznato je da kretanje predstavlja jedan od važnih faktora zdravlja (Nalić i Rakić, 2003).

Nedovoljna fizička aktivnost je najveći zdravstveni problem jedne nacije, a dokazano je da je to faktor koji doprinosi razvoju hroničnih bolesti i poremećaja (Blair, La Monte & Nichaman, 2004). Interesovanje o psihomotoričkim sposobnostima savremenog čoveka tokom poslednjih godina sve više postaje predmet naučnih istraživanja. Postoje brojni razlozi za naučno istraživanje čovekovih psihofizičkih sposobnosti kao što su: utvrđivanje efekata određenih programa vežbanja, verifikacije programa vežbanja, utvrđivanje određenih parametara za procenu trenutnih sposobnosti, kao osnova za izgradnju i realizaciju programa vežbanja u budućnosti i sl. Sa aspekta kibernetike poznato je da se čovekov organizam posmatra kao složen, samoregulacioni i dinamičan sistem. Složen jer se sastoji od niza povezanih pod sistema (kardiovaskularnog, respiratornog, nervnog i dr.). Samoregulacioni sistem jer može da samostalno nalazi najoptimalniji režim životne aktivnosti pri promeni spoljašnjih ili unutrašnjih uslova. Dinamičan je jer može da menja svoje stanje pod uticajem drugih spoljašnjih faktora (Blagajac, Stejić, i Ćorović, 1991). Upravo njegova dinamičnost predstavlja važan činilac za pravilno planiranje i programiranje fizičkih aktivnosti.

## **B2. Cilj i hipoteze**

Osnovni cilj ovog istraživanja predstavlja utvrđivanje efekata specijalizovanog aerobik programa na tjelesni sastav, morfološke karakteristike, motoričke sposobnosti, kardio i biohemijske parametare žena rekreativnih vježbačica.

Pored osnovnog definisani su i sledeći alternativni ciljevi:

- Utvrditi razlike u efektima specijalizovanog aerobik programa, klasičnog aerobik programa i treninga snage na tjelesni sastav.
- Utvrditi razlike u efektima specijalizovanog aerobik programa, klasičnog aerobik programa i treninga snage na morfološki status.
- Utvrditi razlike u efektima specijalizovanog aerobik programa, klasičnog aerobik programa i treninga snage na motorički status.
- Utvrditi razlike u efektima specijalizovanog aerobik programa, klasičnog aerobik programa i treninga snage na kardio parametre.
- Utvrditi razlike u efektima specijalizovanog aerobik programa, klasičnog aerobik programa i treninga snage na biohemijske parametre.

Na osnovu prethodnog definisana je generalna i pet alternativnih hipoteza:

$H_g$ : Postoje statistički značajne razlike u efektima specijalizovanog aerobik programa na tjelesni sastav, morfološke karakteristike, motoričke sposobnosti, kardio i biohemijske parametare u odnosu na klasični aerobik program i trening snage.

Alternativne hipoteze:

H<sub>1</sub>: Postoje statistički značajne razlike u efektima specijalizovanog aerobik programa, klasičnog aerobik program i treninga snage na tjelesni sastav.

H<sub>2</sub>: Postoje statistički značajne razlike u efektima specijalizovanog aerobik programa, klasičnog aerobik program i treninga snage na morfološki status.

H<sub>3</sub>: Postoje statistički značajne razlike u efektima specijalizovanog aerobik programa, klasičnog aerobik program i treninga snage na motorički status.

H<sub>4</sub>: Postoje statistički značajne razlike u efektima specijalizovanog aerobik programa, klasičnog aerobik program i treninga snage na kardio parametre.

H<sub>5</sub>: Postoje statistički značajne razlike u efektima specijalizovanog aerobik programa, klasičnog aerobik program i treninga snage na biohemijske parametre.

### B3. Metode i plan istraživanja

Istraživanje će biti realizovano kao empirijska studija longitudinalnog karaktera. Celokupno prikupljanje podataka o sastavu tjela, morfološkim karakteristikama, motoričkim sposobnostima i funkcionalnim parametrima ispitanica uzrasta 20-35 godina će biti realizovano kroz osmonedjeljni proces, koji će se odvijati tokom početnih mjeseci 2019. godine. Za potrebe istraživanja biće stvoreni optimalni uslovi prilikom mjerenja ispitanica, a to su:

- Prije mjerenja, ispitanice nisu vježbale niti izvodile fizički zahtjevne aktivnosti
- Ispitanice ne smiju imati obrok najmanje 2 sata prije mjerenja.
- Ispitanice ne trebaju da se tuširaju neposredno prije mjerenja;
- Ispitanice su prije mjerenja obavile fiziološke potrebe;
- Mjerenje tjelesnog sastava obavljat će se u toku prepodneva od 8:00 do 13:00 časova.
- Instrumenti su standardne izrade i baždareni svakodnevno prije početka mjerenja.
- Sva mjerenja obavljaju dva mjerioca sa pomoćnicima koji će zapisivati rezultate obavljenih mjerenja.
- Svako mjerenje se ponavlja tri puta.
- Ispitanice na kojima je vršeno mjerenje su bose, a na sebi imaju samo sportske majice i gaćice koje su pri mjerenju određenih dimenzija malo spuštene ili podignute.
- Rezultat mjerenja očitava se dok je instrument na ispitanici, a osobe koje evidentiraju podatke, radi kontrole, isti glasno ponavljaju pri upisu u listu mjerenja
- Ispitanice će se mjeriti na časovima sportskog treninga.
- Instrumenti će biti standardne izrade i biće baždareni svakodnevno prije početka mjerenja.
- Prostor u kojem će biti izvršeni testovi je dovoljno prostran i osvijetljen, a temperatura vazduha takva da se ispitanice osećaju prijatno. (17-22C).
- Sva mjerenja obaviće dva mjerioca sa pomoćnicima koji će zapisati rezultate mjerenja.
- Ispitanice će biti u patikama, a na sebi će imati samo sportski šorts i majicu.
- Zbog opterećenja kao i zamora kod ispitanice, nakon procjene sastava tijela, prvo će se izvoditi motorički testovi uz manje učešće snage, kao motoričke sposobnosti.
- Svaki motorički test će se ponoviti 3 puta (nakon odmora).
- Rezultat se upisuje kada ispitanica završi motorički zadatak, a osoba koja evidentira podatke, radi kontrole, glasno ponaviće pri upisu u listu merenja.

Parametri za procenu kardio funkcije i biohemijski parametri bi će izvršeni u Kliničko bolničkom centru u Prištini.

- Program rada biće organizovan u Gettfit centru u Prištini sa svim preduslovima za normalan rad.

Uzorak ispitanika

U ovom istraživanju uzorak ispitanica će biti izdvojen iz populacije osoba ženskog pola starosti 20-30 godina, koje se do tada nisu bavile rekreativnim vježbanjem.

Ukupan uzorak koji će imati 80-100 ispitanica biće podijeljen u 4 subuzorka od kojih će

svaki imati 20-25 ispitanica.

- Prvi subuzorak (eksperimentalna grupa I) će tri puta nedjeljno u trajanju od 50 do 70 minuta izvoditi eksperimentalni aerobik program – Kangoo Jumps.
- Drugi subuzorak (eksperimentalna grupa II) će tri puta nedjeljno izvoditi klasični aerobik program - trčanje na tredmilu sa 60% maksimalne srčane frekvence.
- Treći subuzorak (eksperimentalna grupa III) će tri puta nedjeljno izvoditi standardne vježbe snage.
- Četvrti subuzorak je netrenirajuća, kontrolna grupa.

Uzorak mjernih instrumenata

Uzorak mjernih instrumenata za procjenu morfološkog statusa

Merenja su sprovedena u skladu sa IBP standardima (Lohman, Roche, & Martorell, 1988) i Uputstvima Svjetske zdravstvene organizacije, (World Health Organization (WHO, 1997)). Sastav tijela će se procijenjivati aparatom "TANITA" BC-601 Metodom bioelektrične impedancije, koja je postala referentni metod u istraživačkim studijama analize tjelesne kompozicije (Sudarov i Fratrić, 2010).

Za ovo istraživanje, biće korišćena četiri reprezentativna pokazatelja tjelesne kompozicije:

1. Tjelesna masa.
2. Indeks tjelesne mase (BMI,  $\text{kg}/\text{m}^2$ ) – određen pomoću "TANITA" BC-601 analizatora tjelesne strukture. Indeks se izračunava prema formuli:  $\text{BMI} = \text{tjelesna težina (kg)} / \text{tjelesna visina (m}^2\text{)}$ .
3. Bezmasna masa tijela (kg) – mjerena pomoću "TANITA" BC-601 analizatora tjelesne kompozicije. Bezmasna masa tijela je suma vode, proteina i minerala u tijelu.
4. Procenat masti u tijelu (%) – mjereno pomoću "TANITA" BC-601 analizatora tjelesne kompozicije.

Za procenu morfoloških karakteristika tijela upotrijebljeni su sljedeći mjerni instrumenti:

Za procenu volumena i mase tijela:

1. Obim nadlaktice (AOBND)
2. Obim struka (AOBST)
3. Obim grudnog koša (AOBGK)
4. Obim natkoljenice (AOBNK)
5. Obim potkoljenice (AOBPO)

Za procjenu potkožnog masnog tkiva:

1. Kožni nabor nadlaktice (AKNNL)
2. Kožni nabor leđa (AKNLE)
3. Kožni nabor trbuha (AKNTR)
4. Kožni nabor natkoljenice (AKNKNK)
5. Kožni nabor potkoljenice (AKNPK)

Uzorak mjernih instrumenata za procjenu motoričkog statusa

Za procjenu fleksibilnosti

1. Pretklon u sjedu (MFPRES)
2. Iskret palicom (MFISKP)

Za procjenu maksimalne snage

1. Dinamometrija šake, desne (MSDIŠD)
2. Dinamometrija šake, lijeve (MSDIŠL)

Za procjenu maksimalne snage opružaća u zglobu koljena

1. Modifikovani izdržaj u čučnju (MSCUĆ)

Za procjenu maksimalne snage opružaća u zglobu lakta

1. Modifikovani sklekovi (MMSKL)

Za procjenu aerobne izdržljivosti

6. Rockport fitness test (MROFT)

Parametri za procjenu kardio funkcije

1. Frekvencija srca u mirovanju (FFSRC)
2. Sistolni pritisak (FSIPR)
3. Dijastolni pritisak (FDIPR)

Parametri biohemijske analize krvi

1. Glukoza u krvi (GLKRV)
2. Holesterol u krvi (HLKRV)
3. LDL (*Low Density Lipoprotein*), lipoproteini male gustine (LDLKRV)
4. HDL (*High Density Lipoprotein*), lipoproteini velike gustine (HDLKRV)
5. Trigliceridi u krvi (TRGKRV)

Uzimajući u obzir postavljeni problem, predmet i ciljeve ovog istraživanja odabrani su sledeći statistički protokoli.

Za sve primijenjene pokazatelje i parametre, i to za svaki subuzorak posebno, biće izračunati sljedeći statistički parametri centralne tendencije i mjera variabiliteta:

- Aritmetička sredina (M),
- Standardna devijacija (SD),
- Minimalni rezultat (MIN),
- Maksimalna (MAX),
- Varijaciona širina (R),
- Standardna greška aritmetičke sredine (Se),
- Koeficijent varijacije (Kv)

Takođe bice izračunati statistički parametar asimetrije (Skjunis) i spljoštenosti distribucije (Kurtosis).

Za utvrđivanje statističke značajnosti razlika u efektima eksperimentalnog aerobik programa, klasičnog aerobik programa kao i treninga snage biće primenjene multivarijantna analiza kovarijanse (MANCOVA), univarijantna analiza kovarijanse (ANCOVA) i post hoc analiza.

**B4. Naučni doprinos**

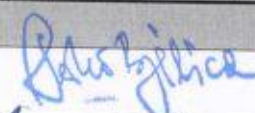

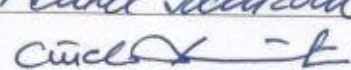


Do sada je napravljen veliki broj kinezioloških istraživanja, čiji je cilj bio standardizacija pojedinih aerobik programa. Kroz te studije se utvrdilo da veliki broj njih ne ispunjava osnovne standarde pravilne trenažne strukturiranosti kako bi uz njihovu primjenu došlo do pozitivnih fizioloških transformacija. To je osnovni razlog da se u savremenoj fitness industriji veoma često pojavljuju novi programi koji se posljednjih godina uglavnom osmišljavaju uz primjenu trenažnih pomagala. Ovo istraživanje je prvo ovakvog tipa uopšte u svijetu koje će sprovesti naučnu verifikaciju jednog od najnovijih fitness vježbovnih programa „Kangoo Jumps trening“, čime će se značajnom broju ljudi omogućiti da u olakšanim uslovima pozitivno utiču na svoj zdravstveni status.

**B5. Finansijska i organizaciona izvodljivost istraživanja**

Na osnovu ponuđenih informacija od strane kandidatkinje, koje su date u smislu realizacije eksperimentalnog programa kroz prisustvo kvalitetnih stručnih, tehničkih i organizacionih uslova, kao i potrebne podrške istog karaktera od strane Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje, komisija je konstatovala da su potpuno ispunjeni svi finansijski i organizacioni uslovi za potpunu realizaciju istraživanja.

**Mišljenje i prijedlog komisije**

Komisija smatra da su polazna istraživanja doktorske disertacije kandidatkinje mr Gentiane Beqa Ahmeti u cjelini projektovana, na način, da će buduće istraživanje biti u potpunosti originalno, da će imati naučnu i teorijsku vrijednost, i da je prije svega metodološki

cjelokupno ispravno strukturirano.		
Na osnovu vrednovanja polaznih istraživanja pod nazivom „Efekti specializovanog aerobik programa na pozitivan varijabilitet morfoloških, motoričkih, kardio- i biohemijskih parametara“, komisija predlaže Vijeću Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje, da prihvati njen pozitivan izvještaj, odnosno pozitivnu ocjenu o podobnosti doktorske teze i kandidatkinje mr Gentiane Beqe Ahmeti, kao i da to isto predloži Senatu Univerziteta Crne Gore i time ih predloži za dalju proceduru predviđenu Pravilima doktorskih studija Univerziteta Crne Gore.		
Prijedlog izmjene naslova		
/		
Prijedlog promjene mentora i/ili imenovanje drugog mentora		
/		
Planirana odbrana doktorske disertacije		
2020		
Izdvojeno mišljenje		
/		
Napomena		
/		
<b>ZAKLJUČAK</b>		
Predložena tema posvomsadržaju odgovara nivou doktorskih studija.	<b>DA</b>	NE
Temajee originalan naučno-istraživački rad koji odgovara međunarodnim kriterijumima kvaliteta disertacije.	<b>DA</b>	NE
Kandidat <b>može</b> na osnovu sopstvenog akademskog kvaliteta i stečenog znanja da uz adekvatno mentorsko vođenje realizuje postavljene cilj i dokaže hipoteze.	<b>DA</b>	NE
<b>Komisija za ocjenu podobnosti teme i kandidata</b>		
Prof. dr Duško Bjelica, redovni profesor Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje Univerziteta Crne Gore, predsjednik komisije		
Prof. dr Kemal Idrizović, redovni profesor Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje Univerziteta Crne Gore, mentor		
Prof. dr Stevo Popović, vanredni profesor Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje Univerziteta Crne Gore, član komisije		
U Nikšiću, 13. 03. 2019. godine		
		DEKAN 



### PRILOG

PITANJA KOMISIJE ZA OCJENU PODOBNOSTI DOKTORSKE TEZE I KANDIDATA	
Prof. dr Duško Bjelica	Obrazložite razloge zašto ste se opredijelili za ovu temu? _____ _____
Prof. dr Kemal Idrizović	S obzirom na Vaše veliko iskustvo u fitness-u, šta nam možete kazati o dosadašnjoj primjeni aerobik programa? _____ _____
Prof. dr Stevo Popović	Kakve promjene očekujete nakon primjene eksperimentalnog programa u morfološkom prostoru ispitanica? _____ _____
PITANJA PUBLIKE DATA U PISANOJ FORMI	
(Ime i prezime)	/
	/
	/
(Ime i prezime)	/
	/
	/
(Ime i prezime)	/
	/
	/
ZNAČAJNI KOMENTARI	
	/
	/
	/



T: +382 40 235 207 \* F: +382 40 235 200 \* W: www.fsnk.ucg.ac.me \* E: fakultetzasportnk@t-com.me

Broj: 635  
Nikšić, 20.03.2019

Na osnovu člana 64. Stav 2 tačka 9 Statuta Univerziteta Crne Gore, a u skladu sa članom 35 Pravila doktorskih studija, Vijeće Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje iz Nikšića na sjednici održanoj 20.03.2019.godine, donijelo je:

### ODLUKU

I Usvaja se Izvještaj Komisije za ocjenu polaznih istraživanja i podobnosti doktorske teze: 'Efekti specijalizovanog aerobik programa na pozitivan varijabilitet morfoloških, motoričkih, kardio i biohemijskih parametara" i podobnosti kandidata mr Gentiana Beqa Ahmeti.

II Predlaže se Senatu Univerziteta Crne Gore da prihvati kao podobnu doktorsku tezu pod nazivom: „Efekti specijalizovanog aerobik programa na pozitivan varijabilitet morfoloških, motoričkih, kardio i biohemijskih parametara" i kandidata mr Gentiane Beqa Ahmeti.

### OBRAZLOŽENJE

Vijeće Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje iz Nikšića na sjednici održanoj 20.03.2019.godine razmatralo je Izvještaj Komisije za ocjenu polaznih istraživanja i podobnosti doktorske teze pod nazivom" „Efekti specijalizovanog aerobik programa na pozitivan varijabilitet morfoloških, motoričkih, kardio i biohemijskih parametara" i kandidata mr Gentiane Beqa Ahmeti.

Shodno tome, Vijeće je odlučilo kao u dispozitivu ove odluke.

Sekretar  
Đurđa Vukotić

Dostavljeno:

- a/a
- Odboru za doktorske studije UCG
- Senatu UCG



Dekan

Prof.dr Stevo Popović

Примљено:	19.02.2019		
Орг. јед.	Број	Прилог	Вриједност
	339		

Na osnovu člana 32 stav 1 tačka 14 Statuta Univerziteta Crne Gore, u vezi sa članom 34 Pravila doktorskih studija, Senat Univerziteta Crne Gore, u postupku razmatranja prijedloga Vijeća Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje i na prijedlog Odbora za doktorske studije, Senat Univerziteta Crne Gore na sjednici održanoj 12.02.2019. godine, donio je sljedeću

## ODLUKU

Imenuje se Komisija za ocjenu podobnosti doktorske teze i kandidata mr Gentiane Bequ Ahmeti, u sastavu:

1. Dr Duško Bjelica, redovni profesor Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje Univerziteta Crne Gore
2. Dr Kemal Idrizović, redovni profesor Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje Univerziteta Crne Gore,
3. Dr Stevo Popović, vanredni profesor Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje Univerziteta Crne Gore

### II

Zadatak Komisije je da, u roku od 45 dana od dana javnog izlaganja studenta podnese Vijeću Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje i Senatu izvještaj o ocjeni podobnosti doktorske teze i kandidata.

### III

Odluka stupa na snagu danom donošenja.

Broj: 03-463/1  
Podgorica, 12.02.2019.godine



**PREDSJEDNIK SENATA**

**Prof.dr Danilo Nikolić, rektor**



Na osnovu člana 165 Zakona o opštem upravnom postupku ("Službeni list RCG" br. 60/03) i službene evidencije, a po zahtjevu Beqa Fatmir Gentiana, izdaje se

## POTVRDA O STUDIRANJU

Student **Beqa Fatmir Gentiana**, rođena **02-09-1982** godine u mjestu **Đakovica**, Republika **Srbija**, upisana je studijske **2013/2014** godine, u **I** godinu studija, kao student koji se **samofinansira** na **akademske doktorske studije**, studijski program **FIZIČKA KULTURA**, koji realizuje **FAKULTET ZA SPORT I FIZIČKO VASPITANJE - Nikšić** Univerziteta Crne Gore u trajanju od **3 (tri)** godine sa obimom **180** ECTS kredita.

Studijske **2018/2019** godine prijavila je *da sluša* **2** predmeta sa **60.00** (šezdeset) ECTS kredita.

Po prvi put iz **III (treće)** godine, prijavila je *da sluša* **0** predmeta sa **0.00** (nula) ECTS kredita, što iznosi 0.00% od ukupnog broja ECTS kredita u **III** godinu.

Saglasno Statutu Univerziteta Crne Gore, **Beqa Fatmir Gentiana** je po prvi put prijavila *da sluša* **manje od 2/3**, odnosno **66,67% (šezdesetšest 67/100 %)**, od ukupnog broja ECTS kredita sa **III** godine i studijske **2018/2019** nema status **redovnog studenta** koji se **samofinansira**.

*Uvjerenje se izdaje na osnovu službene evidencije, a u svrhu ostvarivanja prava na: (dječji dodatak, porodičnu penziju, invalidski dodatak, zdravstvenu legitimaciju, povlašćenu vožnju za gradski saobraćaj, studentski dom, studentski kredit, stipendiju, regulisanje vojne obaveze i slično).*

Broj:  
Nikšić, 19.03.2019 godine



SEKRETAR,  
*[Signature]*

Na osnovu člana 165 stava 1 Zakona o opštem upravnom postupku ("Službeni list RCG", broj 60/03.), člana 115 stava 2 Zakona o visokom obrazovanju ("Službeni list CG", broj 44/14.) i službene evidencije, a po zahtjevu studenta Beqa Fatmir Gentiana, izdaje se

## UVJERENJE O POLOŽENIM ISPITIMA

Student **Beqa Fatmir Gentiana**, rođena **02-09-1982** godine u mjestu **Đakovica**, Republika **Srbija**, upisana je studijske **2013/2014** godine, u **I** godinu studija, kao student koji se **samofinansira** na **doktorske akademske studije**, studijski program **FIZIČKA KULTURA**, koji realizuje **FAKULTET ZA SPORT I FIZIČKO VASPITANJE** - Nikšić Univerziteta Crne Gore u trajanju od **3 (tri)** godine sa obimom **180** ECTS kredita.

Student je položio ispite iz sljedećih predmeta:

Redni broj	Semestar	Naziv predmeta	Ocjena	Uspjeh	Broj ECTS kredita
1.	1	METODE ZA ANALIZU PODATAKA U KINEZILOGIJI	"B"	(vrlodobar)	7.00
2.	1	METODOLOGIJA KINEZILOŠKIH ISTRAŽIVANJA	"C"	(dobar)	8.00
3.	1	MOTORIČKO UČENJE	"C"	(dobar)	8.00
4.	1	TEORIJA MJERENJA U KINEZILOGIJI	"B"	(vrlodobar)	7.00
5.	2	ISTRAŽIVAČKI RAD	"A"	(odličan)	15.00
6.	2	ISTRAŽIVANJA U SPORTU	"C"	(dobar)	15.00

Zaključno sa rednim brojem **6**.

Ostvareni uspjeh u toku dosadašnjih studija je:

- srednja ocjena položenih ispita **"B" (8.73)**
- ukupan broj osvojenih ECTS kredita **60.00** ili **100.00%**
- indeks uspjeha **8.73**.

Uvjerjenje se izdaje na osnovu službene evidencije, a u svrhu ostvarivanja prava na: (dječji dodatak, porodičnu penziju, invalidski dodatak, zdravstvenu legitimaciju, povlašćenu vožnju za gradski saobraćaj, studentski dom, studentski kredit, stipendiju, regulisanje vojne obaveze i slično).

Broj:  
Nikšić, 19.03.2019 godine



SEKRETAR,  
*[Handwritten signature]*