

UNIVERZITET CRNE GORE
FAKULTET ZA SPORT I FIZIČKO VASPITANJE

Ema Feka

**MOTIVI I STAVOVI STUDENATA FAKULTETA ZA SPORT I
FIZIČKO VASPITANJE O VAŽNOSTI REKREATIVNOG
BAVLJENJA SPORTOM**

(završni rad)

Nikšić, 2017. godine

UNIVERZITET CRNE GORE
FAKULTET ZA SPORT I FIZIČKO VASPITANJE

Ema Feka

**MOTIVI I STAVOVI STUDENATA FAKULTETA ZA SPORT I
FIZIČKO VASPITANJE O VAŽNOSTI REKREATIVNOG
BAVLJENJA SPORTOM**

(završni rad)

Mentor: doc. dr Jovica Petković

Kandidat: Ema Feka

Studijski program: Sportski menadžment

Broj indeksa: 7/14

Nikšić, Jun 2017. godine

SAŽETAK

Zadovoljenje različitih potreba čini čovjeka cjelovitim, pomaže mu da funkcionira harmonično, što se pozitivno odražava na zdravlje. Sportska rekreacija koristi sport i fizičku aktivnost u svrhu zadovoljavanja potrebe za kretanjem i fizičkom aktivnošću. Pritom se služi naučnim saznanjima (kineziologija, nauka o kretanju) u svrhu dijagnostike (stanja organizma), prognostike (postavljanja ciljeva vježbanja), programiranja vrste i opsega opterećenja aktivnosti, metoda i kontrole programa. Problem ovog istraživanja predstavlja elaboriranje motiva i stavova studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje o važnosti rekreativnog bavljenja sportom. Generalni cilj ovog istraživanja je ispitati koji su to glavni motivi za rekreativno bavljenje sportom. Na osnovu generalnog cilja izvedena su i dva parcijalna cilja istraživanja: 1. Ispitati stavove studenata prema rekreativnom bavljenju sportom i njegovom pozitivnom uticaju na način života 2. Ispitati u kojoj se mjeri se studenti bave sportsko-rekreativnim aktivnostima u svakodnevnom životu. Dobijeni rezultati nam govore o tome da student Fakulteta za sport smatraju da su glavni motive za rekreativnim bavljenjem sportom očuvanje tjelesnog i psihičkog zdravlja, osjećaj sigurnosti u sebe i svoje mogućnosti i poboljšanje fizičkih sposobnosti čime se potvrđuje generalna hipoteza ovog istraživanja H_0 – Očekuje se da će studentima glavni motivi za rekreativno bavljenje sportom biti poboljšanje fizičkih sposobnosti i zdravlje. Na pitanje da li rekreativno vježbanje u velikom obimu doprinosi zdravijem načinu života pozitivan stav je iskazalo 94% anketiranih studenata čime se potvrđuje hipoteza H_1 – Očekuje se da će studenti imati pozitivne stavove prema rekreativnom bavljenju sportom i njegovom pozitivnom uticaju na način života. Studenti Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje provode dosta vremena baveći se rekreativnim sportovima. Čak 50% anketiranih studenata se bavi sportom više od 4 puta nedeljno čime se potvrđuje hipoteza H_2 – Očekuje se da se studenti u velikoj mjeri bave sportsko-rekreativnim aktivnostima u svakodnevnom životu.

ABSTRACT

Meeting the diverse needs makes man complete, helps him to function harmoniously, which has a positive impact on health. Sports recreation benefits of sport and physical activity is in order to satisfy the need for exercise and physical activity. In doing so serves the scientific knowledge (kinesiology, the science of movement) for diagnostic purposes (state body), forecasting (goal-setting exercise) programming type and scope loads of activities, methods and control programs. The problem of this research is the elaboration of the motives and attitudes students of the Faculty of Sport and Physical Education on the importance of recreational sports. The general objective of this study was to examine what are the main motives for recreational sports. Based on the general objective was also carried out two partial research objectives: 1. To examine students' attitudes towards recreational sport and its positive influence on lifestyle 2. To examine the extent to which students are engaged in sports and recreational activities in everyday life. The results tell us that a student of the Faculty of sport believes to be the main motive for recreational sports preserving the physical and mental health, a sense of security in yourself and your capabilities and improve physical abilities which confirms the general hypothesis of this research H_g - is expected to students of the main motives for recreational sports to be improving physical abilities and health. Asked whether recreational exercise to a great extent contributes to a healthier lifestyle positive attitude was expressed for 94% of the surveyed students confirming hypothesis H₁ - It is expected that students have positive attitudes to recreational sport and its positive influence on lifestyle. Students of the Faculty of Sport and Physical Education spend a lot of time dealing with recreational sports. Even 50% of the surveyed students play sports more than 4 times a week, thus confirming the hypothesis H₂ - It is expected that students are largely engaged in sports and recreational activities in everyday life.

SADRŽAJ

1. UVODNA RAZMATRANJA	1
2. TEORIJSKI OKVIR RADA	3
2.1 Definicija osnovnih pojmova	3
2.2 Pregled dosadašnjih istraživanja	4
3. PROBLEM, PREDMET I CILJEVI ISTRAŽIVANJA	7
4. HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA	8
5. METOD RADA	9
5.1 Tok i postupci istraživanja	9
5.2 Uzorak ispitanika	9
5.3 Uzorak mjernih instrumenata	9
5.4 Opis mjernih instrumenata	9
5.5 Statistička obrada podataka	10
6. REZULTATI I DISKUSIJA	11
7. ZAKLJUČAK	23
LITERATURA	24
Prilog: ANKETA	25

1. UVODNA RAZMATRANJA

Vrijeme u kojem živimo donosi mnogo iskušenja i mnogo loših navika. Neadekvatni materijalni uslovi, stalna neizvjesnost na ličnom i profesionalnom planu, kao i nestabilna situacija u našoj i susjednim zemljama, donijeli su nam velike količine stresa, psihičkog i emocionalnog, konstantnu borbu za preživljavanjem, loš način ishrane, previše korišćenja duvana, alkohola, ponekad i droga, nedovoljno vježbe, premalo vremena za sebe i porodicu, i život u zagađenim sredinama.

Sa porastom zagađenja životne sredine, kao i razvojem industrije, naš način života postaje sve manje fizički aktivan, a ishrana sve bogatija hemijski obrađenim nekvalitetnim namirnicama. Samim tim, u velikom dijelu svjetske i naše populacije počela je da se javlja gojaznost, kako kod odraslih tako i kod djece, sa posljedičnim ranim nastankom preduslova za pojavu oboljenja srca i krvnih sudova, šećerne bolesti, poremećaja rasta i razvoja organizma u cjelini i drugih bolesti.

Redovnim vježbanjem može se izbjeći depresija, smanjiti nivo stresa u organizmu, dobiti vrijeme samo za sebe i poboljšati psihološko stanje. Rekreativno bavljenje sportom je jako bitno za sve starosne grupe, a posebno za starije generacije koje su izložene povećanom riziku od raznih oboljenja. Riječ rekreacija dolazi od latinske riječi *re creo, re creare*, što znači ponovno stvoriti, obnoviti, ponovno kreirati. U antropološkom smislu odnosi se na čovjeka i značenje se povezuje sa regeneracijom, kvalitetnim odmorom, rekuperacijom, revitalizacijom. Dakle, misli se na sve ljudske sposobnosti, tjelesne i mentalne. Prema tome, rekreacija predstavlja svaku aktivnost izvan profesionalnog rada koju pojedinac izabere za lične potrebe u cilju odmora, relaksacije, razonode i zabave.

Sadržaji rekreacije treba da nadoknade one potrebe koje u dnevnim obvezama nedostaju, pa se način života odražava na slobodno vrijeme i vrstu sadržaja koje odaberemo unutar njega. Koliko je to značajno govore brojni doktori koji ističu važnost načina provođenja slobodnog vremena, koje se odnosi i na efikasnost i zadovoljstvo na radnom mjestu, ali i na sve bitne dijelove života, porodicu, prijatelje i drugo. Rekreacija u tome ima važnu ulogu, kroz raznovrsne sadržaje iz područja kulture, tehnike, umjetnosti, sporta, sakupljačkih i volonterskih aktivnosti. Naravno, svuda je prefiks rekreacijski (sport, umjetnost i sl.), što primarno znači ne baviti se time zbog zarade nego zbog lične potrebe i zdravlja.

Zadovoljenje različitih potreba čini čovjeka cjelovitim, pomaže mu da funkcionira harmonično, što se pozitivno odražava na zdravlje. Sportska rekreacija koristi sport i fizičku aktivnost u svrhu zadovoljavanja potrebe za kretanjem i fizičkom aktivnošću. Pritom se služi naučnim saznanjima (kineziologija, nauka o kretanju) u svrhu dijagnostike (stanja organizma), prognostike (postavljanja ciljeva vježbanja), programiranja vrste i opsega opterećenja aktivnosti, metoda i kontrole programa. Sport ima za cilj rezultat, vrhunski domet, selekciju opterećenja iznadprosječnih i sl. Danas predstavlja profesionalni izbor pojedinca, a uspjeh i rezultati su vezani uz tehnološki razvoj, timski rad i finansijska ulaganja. Sportska rekreacija ima za primarni cilj pozitivno djelovanje na zdravlje, i to na sve njegove aspekte. U tom cilju prilagođavaju se aktivnosti i opterećenje. Važno je naglasiti da je sportska rekreacija danas nužnost u smislu prevencije bolesti.

2. TEORIJSKI OKVIRI RADA

2.1 Definicije osnovnih pojmova

- **Rekreacija** je slobodno odabrana, a ne nametnuta aktivnost koja se pretežno sprovodi u slobodno vrijeme, mada iako je najvećim dijelom vezana za slobodno vrijeme, danas se sve češće pojavljuje u specifičnim programima kao značajan element savremene naučne organizacije rada i odmora. Kako sve više i više vodimo sjedeći način života, potreba za rekreacijom se povećava. To pokazuje i rast popularnosti takozvanih aktivnih odmora. Rekreacija, igra i zabava nisu svojstvene samo ljudima, već im se gotovo sva bića donekle prepuštaju. Igra je neophodna za razvoj raznih sposobnosti, uključujući i one najosnovnije kao što su motoričke sposobnosti kod mladih. Rekreacija predstavlja sastavni dio preventivnog djelovanja kada je u pitanju zdravlje i postaje sastavni dio savremene medicine. Cilj je da se stalnim i sistematskim uključivanjem u rekreaciju, kod čovjeka stvori pozitivna navika za smišljen, organizovan, sadržajan i koristan način provođenja slobodnog vremena. (Blagajac, 1994)

- **Sportska rekreacija** kao specifično područje fizičke kulture usmjerena je na zadovoljavanje osnovnih ljudskih potreba i interesa kroz bogatstvo raznovrsnih sportsko-rekreativnih aktivnosti, koje su svima dostupne i usaglašene sa nivoom sposobnosti, zdravstvenim stanjem, polnim i uzrasnim karakteristikama svakog pojedinca. Suština i cilj sportske rekreacije jeste da omogućiti optimalne uslove i mogućnosti savremenom čovjeku da kroz raznovrsne sportsko-rekreativne aktivnosti: zadovoljava svoju biopsiho-sociološku potrebu za kretanjem i igrom; sadržajnije, korisnije i kreativnije provodi slobodno vreme, čuva i unapređuje zdravlje; održava vitalnost, životni i radni optimizam; održava i unapređuje svoje opšte fizičke, funkcionalne i radne sposobnosti, otklanja prijevremenu pojavu starenja i produžava aktivni radni vijek i kreativnost do duboke starosti. (D. Koković, 2000).

- Motiv je svjesni ili nesvjesni povod i podstrek na određenu djelatnost. Motivi su svi oni unutrašnji faktori, sve ono iznutra što pokreće čovjeka na aktivnost i na određeno ponašanje da bi zadovoljio potrebe. (Rot, 2004).

- **Stav** po Olportu je neutralna i mentalna spremnost formirana na osnovu iskustva, koja vrši direktni ili dinamički uticaj na reagovanje pojedinca na objekte i situacije sa kojima dolazi u dodir. Psihološku strukturu stava čine tri komponente i to: saznajna, emotivna i akciona. Stav utiče na opažanje, mišljenje i socijalno ponašanje. Stavovi mogu biti socijalni i lični. Razlikuju se po svojoj čvrstini, stepenu uvjerenosti, trajanju itd. Ispituju se i mjere različitim skalama stavova. (Trebješanin i Lalović, 2011)

- **Anketiranje** je jedna od najrasprostranjenijih istraživačkih tehnika i podrazumijeva prikupljanje podataka pisanim ili usmenim putem na osnovu odgovora na unaprijed postavljena pitanja. Instrument ove tehnike je upitnik ili anketni list - anketa koji sadrži dvije grupe pitanja: prva se odnose na personalne podatke ispitanika (ime i prezime, pol, datum rođenja, zanimanje i sl.), a druga na aktuelni predmet istraživanja (Perić, 2006).

- **Uzorak** podrazumijeva dio populacije (osnovnog skupa) koji više ili manje ima odlike skupa iz kojeg potiče. (Perić, 2006).

- **Hipoteze** predstavljaju svojevrzne teorijske dopune izvjesnih praznina u poznavanju određene pojave ili čitave oblasti pojava čiji su samo izvjesni djelovi poznati. (Perić, 2006).

2.2 Pregled dosadašnjih istraživanja

- Kenyon, S.G. (1968) “Šest skala za procjenu stavova prema tjelesnim aktivnostima” smatra se za jednog od utemeljivača istraživanja motivacije (uz pomoć višestepenih skala “likertovog tipa” koje su pogodne za 11 faktorsku analizu, koja pripada statističkim tehnikama višeg reda). Na uzorku od 353 muškarca i 215 žena, učenika srednjih škola, vršeno je istraživanje i faktorskom analizom izdvojeno je šest faktora motiva za bavljenje fizičkim aktivnostima. Svaki faktor je testiran sa po 14 tvrdnji. Izdvojeni su sledeći faktori : društveno očekivanje, zdravlje i fitness, težnja za zanosom, estetska očekivanja, katarza (udaljavanje od frustracija koje proizilaze iz svakodnevnog života) i asketizam.

- Volf, N. (1975) daje zbirni pregled radova u vezi sa motivacijom za rekreativni sport. Autor konstatuje da je “nastojanje za sportskim ostvarivanjem“ u

drugom planu u odnosu na „želju za aktivnošću“ kod osoba koje se bave rekreativnim sportom. Autor diferencira unutrašnje razloge (želja za igrom, nezadovoljstvo postojećim stanjem organizma, društvenost, iskustvo čulnih podstreka, težnja za uspjehom, interes za određenu granu sporta, orijentacija na kulturne vrijednosti) i spoljašnje povode (društveni karakter, jednostavnost, prijatan i pristupačan sportski objekat, vješti i maštoviti rukovodioci vježbanja, podstrek roditelja, nastavnika, ljekara, vjerovatnoća uspjeha itd).

- Talema, R. (1979) u svom radu „Interes i motivacija studenata za rekreaciju u Finskoj“ analizira rezultate istraživanja; iz Švedske-Engstrom; Finske-Talema i Naponen i zaključuje da je : motiv za održavanje sposobnosti-zdravlja, slobodno vreme i zabava. Kod starih je nešto veći interes za sport. Kod muškaraca je nešto izraženiji takmičarski motiv dok je kod devojaka važnije održavanje telesne težine, odnosno estetski izgled. Prelomne godine, kada je u pitanju naglo smanjivanje obima i inteziteta bavljenja telesnom aktivnošću su od 25. i 50. godine života.

- Havelka. N. i Lazarević, Lj. (1980) „Motivacija za bavljenje sportom“ istraživanje je obavljeno na uzorku vrhunskih sportista, a za nas su interesantna razmišljanja o “nesportistima”: „Ako izuzmemo pojedince koji se profesionalno bave sportom, na radnom mjestu sport se javlja prvenstveno kao rekreativna komponenta samih uslova rada. Izvjesno je da je širenje sporta u tom pravcu tek u začetku. Glavno prisustvo sporta u životu radnih ljudi ipak je uslovljeno njegovim prisustvom u socijalnim prostorima izvan radnog mjesta, u situacijama u kojima pojedinac ima slobodu izbora i u kojima, sam uobličava okolnosti pod kojima će zadovoljiti svoje istaknute potrebe.“

- Petkovšev, M. (1999) “Analiza strukture motivacijskog prostora studenata sa aspekta njihove usmerenosti na sportske aktivnosti“ sadrži istraživanja na uzorku od 464 studenta kroz bateriju od šest instrumenata:

1. MP-158 tvrdnji za merenje stavova
2. MP-2 intenzivnost uključenosti u telesnu aktivnost
3. MP-3 40 motiva
4. MP-4 47 preferencija sportske aktivnosti
5. MP-5 30 frustracija tolerancija
6. MP-6 19 motivi izbora zanimanja

Baterija sadrži ukupno 199 tvrdnji kojima su ispitanici izražavali stepen svog slaganja. Kao vodeći motivi za bavljenje sportsko-rekreativnim aktivnostima izdvojili su se:

- Težnja za uspostavljanje bio-psiho-socijalne ravnoteže u organizmu,
- Težnja za socijalnom uspešnošću,
- Kroz bavljenje sportom težnja za uživanjem, igrom i opuštanjem
- Težnja za uspostavljanjem psihosomatske ravnoteže pomoću sredstava telesnog vaspitanja.

- Bačanac, Radović i Vesković (2007) ‘‘Specifični motivi za bavljenje sportom mladih sportista Srbije’’ podaci istraživanja, koje je obuhvatilo ispitanike uzrasta od 12 do 18 godina pokazali su da se 58,3% mladih sportista samovoljno opredijelili za bavljenje sportom, da su u sport ušli pod primarnim uticajem roditelja navelo je 22.3%, pod uticajem uticajem vršnjaka 7.0%, sportskog idola 6,1%, i 3.6% pod uticajem nastavnika fizičkog vaspitanja.

3. PROBLEM, PREDMET I CILJEVI ISTRAŽIVANJA

Problem istraživanja predstavlja elaboriranje motiva i stavova studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje o važnosti rekreativnog bavljenja sportom.

Predmet istraživanja su motivi i stavovi studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje o važnosti rekreativnog bavljenja sportom.

Generalni cilj ovog istraživanja je ispitati koji su to glavni motivi za rekreativno bavljenje sportom.

Na osnovu generalnog cilja izvedena su i dva parcijalna cilja istraživanja:

1. Ispitati stavove studenata prema rekreativnom bavljenju sportom i njegovom pozitivnom uticaju na način života
2. Ispitati u kojoj se mjeri se studenti bave sportsko-rekreativnim aktivnostima u svakodnevnom životu.

4. HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA

Na osnovu generalnog cilja ovog istraživanja može se formulisati sledeća generalna hipoteza.

Hg – Očekuje se da će studentima glavni motivi za rekreativno bavljenje sportom biti poboljšanje fizičkih sposobnosti i zdravlje.

Pored generalne hipoteze, na osnovu parcijalnih ciljeva, postavljene su pojedinačne hipoteze:

H1 – Očekuje se da će studenti imati pozitivne stavove prema rekreativnom bavljenju sportom i njegovom pozitivnom uticaju na način života

H2 – Očekuje se da se studenti u velikoj mjeri bave sportsko-rekreativnim aktivnostima u svakodnevnom životu.

5. METOD RADA

5.1 Tok i postupci istraživanja

Ovo je sistematsko neeksperimentalno istraživanje transferzalnog tipa. U istraživanju su se koristile standardne metode, statistička i bibliografsko-spekulativna.

Prije početka anketiranja ispitanici su bili upućeni zbog čega se vrši istraživanje, a svaki anketni listić je anonimn.

5.2 Uzorak ispitanika

Ovo istraživanje je obuhvatilo uzorak od 50 ispitanika muškog i ženskog pola koji studiraju na Fakultetu za sport i fizičko vaspitanje u Nikšiću.

5.3 Uzorak mjernih instrumenata

Za ovo istraživanje upotrebljena je tehnika anketiranja. Anketiranje je bilo anonimno, a pitanja su upitniku zatvorenog tipa. Anketa je prikazana u prilogu teksta (Prilog).

5.4 Opis mjernih instrumenata

Za potrebe istraživanja korišćena je anketa koja daje odgovore relevantne za ovo istraživanje. Ona sadrži pitanja zatvorenog tipa. Ispitanici su ocjenjivati pitanja zatvorenog tipa petostepenom Likertovom skalom koja se sastoji od niza tvrdnji koje se kreću od potpuno negativnog stava, preko neutralnog, do potpuno pozitivnog stava.

Dva pitanja se odnose na demografske karakteristike ispitanika (pol, uzrast, vrijeme provedeno bavljenjem sportskim aktivnostima), dok se ostala pitanja odnose na predmet istraživanja ovog rada.

Za procjenu stavova o rekreativnom bavljenju sportom postavljena su četiri pitanja, a za ispitivanje motiva korišćena je tabela sa 10 pitanja iz upitnika faktora motivacije za vježbanje (Campbell, 2000) koja su prilagođena ovom istraživanju.

5.5 Statistička obrada podataka

Podaci dobijeni istraživanjem su obrađeni deskriptivnom statističkom metodom. Njihovo matematičko procesuiranje je realizovano uz upotrebu programa Mikrosoft Exel.

6. REZULTATI I DISKUSIJA

Prilikom analize rezultati su prikazani u tabelama u kojima se prikazuje učestalost određenog stava i procentualna vrijednost. Učestalost je pretvorena u procenete kako bi se iskazao nivo određenog stava ili da bi se mogli izvoditi uporedni zaključci.

Za potrebe ovog istraživanja primijenjene su tri varijable koje su definisane na sledeći način:

1. prva varijabla se odnosi na demografske karakteristike ispitanika
2. druga varijabla se odnosi na stavove ispitanika o važnosti rekreativnog bavljenja sportom
3. treća varijabla se odnosi na motive za rekreativnim bavljenjem sportom

Navedene varijable su ispitivane upitnikom koga čine dva pitanja o demografskim karakteristikama, četiri stava i devet tvrdnji o motivima. Stavovi i tvrdnje su jasno sasatavljene po određenom redoslijedu.

U ovom istraživanju uzorak ispitanika sačinjavali su 50 studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje, 66% ispitanika muškog pola i 34% ispitanika ženskog pola kao što je prikazano u tabeli 1.

Tabela 1. Pol ispitanika

Pol			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Muški	2	4%
	Ženski	5	10%

Na pitanje koliko vremena provodite baveći se rekreativnim sportom najviše studenata, 40% je odgovorilo da se bavi rekreativnim sportom 2 do 3 puta nedeljno, 30% ispitanika se bavi rekreativnim sportom 4 do 5 puta nedeljno, 20%

svakodnevno, 10% njih se bavi rekreativnim sportom jednom nedeljno a niko od ispitanika nije dao odgovor da se ne bavi sportom.

Na osnovu dobijenih rezultata, prikazanih u tabeli 2, može se zaključiti da se svi studenti bave rekreativnim sportom, a najveći dio ispitanika se bavi rekreativnim sportom 2 do 3 puta nedeljno.

Tabela 2. Analiza pitanja koliko vremena provodite baveći se rekreativnim sportom

Koliko vremena provodite baveći se rekreativnim sportom			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Ne bavim se nijednim sportom	0	0%
	Jednom nedeljno	5	10%
	2 do 3 puta nedeljno	20	40%
	4 do 5 puta nedeljno	15	30%
	Svakodnevno	10	20%

Na pitanje koliko vam je važna fizička aktivnost 62% ispitanika je dalo odgovor jako mi je važno baviti se fizičkom aktivnošću, 20% studenata smatra je srednje važno baviti se fizičkom aktivnošću, 10% njih se izjasnilo da ne mogu bez fizičke aktivnosti, 8% ispitanika je dalo odgovor malo mi je važno baviti se fizičkom aktivnošću, a niko od njih nije dao odgovor nije mi nimalo važno baviti se fizičkom aktivnošću.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 3, može se zaključiti da studenti Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje imaju stav da je fizička aktivnost važna. Niko od njih nije dao odgovor nije mi nimalo važno baviti se fizičkom aktivnošću dok je čak 62% ispitanika odgovorilo jako mi je važno baviti se fizičkom aktivnošću.

Tabela 3. Analiza pitanja koliko vam je važna fizička aktivnost.

Koliko vam je važna fizička aktivnost?			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Nije mi nimalo važna	0	0%
	Malo mi je važna	4	8%
	Srednje mi je važna	10	20%
	Jako mi je važna	31	62%
	Ne mogu bez fizičke aktivnosti	5	10%

Sa stavom rekreativno vježbanje u velikom obimu doprinosi zdravijem načinu života složilo se 54% ispitanih studenata, 40% ispitanika je dalo odgovor da se u potpunosti slaže sa tvrdnjom 6% njih se izjasnilo da nema stav o tome da li rekreativno vježbanje u velikom obimu doprinosi zdravijem načinu života dok niko od ispitanika nije dao odgovor da se ne slaže ili da se uopšte ne slaže sa ovim stavom.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 4 može se zaključiti da se studenti Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje slažu ili u potpunosti slažu sa stavom da rekreativno vježbanje u velikom obimu doprinosi zdravijem načinu života, s obzirom da je čak 94% ispitanika dalo jedan od ova dva odgovora.

Tabela 4. Analiza tvrdnje rekreativno vježbanje u velikom obimu doprinosi zdravijem načinu života

Koliko vam je važna fizička aktivnost.			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Uopšte se ne slažem	0	0%
	Ne slažem se	0	0%
	Nemam mišljenje	3	6%
	Slažem se	27	54%
	Potpuno se slažem	20	40%

Sa stavom savremeni tempo života uslovljava nedostatak slobodnog vremena za rekreativne aktivnosti se ne slaže 42% ispitanika, 30% njih se slaže sa ovom tvrdnjom, dok se po 10% ispitanih studenata izjasnilo da se uopšte ne slažu ili nemaju mišljenje, a 8% ih je dalo odgovor u potpunosti se slažem sa stavom da savremeni tempo života uslovljava nedostatak slobodnog vremena za rekreativne aktivnosti.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 5 može se zaključiti da se veci dio studenata nema pozitivan stav o tvrdnji savremeni tempo života uslovljava nedostatak slobodnog vremena za rekreativne aktivnosti. , ukupno 52% ispitanih ne slaže ili se uopšte ne slaže sa stavom savremeni tempo života uslovljava nedostatak slobodnog vremena za rekreativne aktivnosti.

Tabela 5. Analiza tvrdnje savremeni tempo života uslovljava nedostatak slobodnog vremena za rekreativne aktivnosti.

Savremeni tempo života uslovljava nedostatak slobodnog vremena za rekreativne aktivnosti			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Uopšte se ne slažem	5	10%
	Ne slažem se	21	42%
	Nemam mišljenje	5	10%
	Slažem se	15	30%
	Potpuno se slažem	4	8%

Sa stavom redovna fizička aktivnost povećala bi produktivnost i uspjeh na poslovnom planu se ne slaže 62% ispitanih studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje, 34% ispitanika se slaže sa ovom tvrdnjom, 12% njih je dalo odgovor da se u potpunosti slaže, 10% ispitanika nema mišljenje o stavu da bi fizička aktivnost povećala produktivnost i uspjeh na poslovnom planu, dok se 2% izjasnilo da se uopšte ne slaže sa tvrdnjom.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 6 može se zaključiti da ispitani student Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje nemaju pozitivan stav o tvrdnji fizička aktivnost

povećala bi produktivnost i uspjeh na poslovnom planu s obzirom da ih je više od pola, 62% dalo odgovor ne slažem se da bi fizička aktivnost povećala produktivnost i uspjeh na poslovnom planu.

Tabela 6. Analiza tvrdnje fizička aktivnost povećala bi produktivnost i uspjeh na poslovnom planu.

Fizička aktivnost povećala bi produktivnost i uspjeh na poslovnom planu.			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Uopšte se ne slažem	1	2%
	Ne slažem se	31	62%
	Nemam mišljenje	5	10%
	Slažem se	17	34%
	Potpuno se slažem	6	12%

Motivi studenata o važnosti rekreativnog bavljenja sportom su ispitivani pomoću tabele u kojoj je prikazano 9 motiva a ispitanici su ocjenom od 1 do 5 iskazivali svoj stav, gdje ocjena 1 znači uopšte se ne slažem, 2-ne slažem se, 3-nemam mišljenje, 4-slažem se i 5-u potpunosti se slažem.

Sa tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom motiviše očuvanje tjelesnog i psihičkog zdravlja u potpunosti se slaže 56% ispitanika, 32% studenata se slaže sa ovom tvrdnjom, 26% njih nema mišljenje o ovoj tvrdnji, a 6% njih se ne slaže sa tvrdnjom, niko od ispitanih studenata nije dao odgovor da se u potpunosti ne slaže sa tvrdnjom.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 7 može se zaključiti da student imaju pozitivan stav o tvrdnji da na rekreativno bavljenje sportom motiviše očuvanje tjelesnog i psihičkog zdravlja s obzirom da je čak 88% ispitanih studenata dalo odgovor da se slaže ili se u potpunosti slaže sa ovom tvrdnjom.

Tabela7. Analiza tvrdnje na rekreativno bavljenje sportom motiviše očuvanje tjelesnog i psihičkog zdravlja.

Na rekreativno bavljenje sportom motiviše očuvanje tjelesnog i psihičkog zdravlja.			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Uopšte se ne slažem	0	0%
	Ne slažem se	3	6%
	Nemam mišljenje	13	26%
	Slažem se	16	32%
	Potpuno se slažem	28	56%

O tvrdnji na rekreativno bavljenje sportom motiviše druženje i sticanje novih poznanstava najveći broj ispitanika, 30% nema mišljenje, 22% studenata se ne slaže sa tvrdnjom, 16% njih se u potpunosti ne slaže, a takođe se po 16% anketiranih studenata izjasnilo da se slaže ili se u potpunosti slaže sa ovom tvrdnjom.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 8 može se zaključiti da najveći broj ispitanih studenata nema pozitivan stav o tvrdnji na rekreativno bavljenje sportom motiviše druženje i sticanje novih poznanstava s obzirom na to da je ukupno 38% ispitanika dalo odgovor da se ne slaže ili se u potpunosti ne slaže sa ovom tvrdnjom.

Tabela 8. Analiza tvrdnje na rekreativno bavljenje sportom motiviše druženje i sticanje novih poznanstava.

Na rekreativno bavljenje sportom motiviše druženje i sticanje novih poznanstava.			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Uopšte se ne slažem	8	16%
	Ne slažem se	11	22%
	Nemam mišljenje	15	30%

	Slazem se	8	16%
	Potpuno se slažem	8	16%

O tvrdnji na rekreativno bavljenje sportom motiviše pravilno i prijatno provođenje slobodnog vremena najveći broj ispitanih studenata nema mišljenje, 42% ispitanika, jednak broj anketiranih ispitanika je dao odgovor da se slaže sa tvrdnjom da se ne slaže sa tvrdnjom, po 28% anketiranih, u potpunosti se slaže sa tvrdnjom 2% ispitanika, dok niko nije dao odgovor da se u potpunosti ne slaže sa tvrdnjom.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 9 može se zaključiti da studenti Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje uglavnom nemaju mišljenje o tvrdnji da na bavljenje sportom najviše motiviše pravilno i prijatno provođenje slobodnog vremena njih 42%, dok ostatak ispitanika ima podijeljeno mišljenje, 28% njih se ne slaže sa tvrdnjom a isto toliko njih se slaže sa ovom tvrdnjom.

Tabela 9. Analiza tvrdnje na rekreativno bavljenje sportom motiviše pravilno i prijatno provođenje slobodnog vremena.

Na rekreativno bavljenje sportom motiviše pravilno i prijatno provođenje slobodnog vremena.			
		Frequency	Valid Percent
Valid	Uopšte se ne slažem	0	0%
	Ne slažem se	14	28%
	Nemam mišljenje	21	42%
	Slazem se	14	28%
	Potpuno se slažem	1	2%

Sa tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom motiviše poboljšanje fizičkih sposobnosti slaže se 46% anketiranih studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje, 30% njih nema mišljenje o ovoj tvrdnji, dok se 20% ispitanika u potpunosti slaže sa tvrdnjom, 4% studenata se ne slaže sa tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom

motiviraju poboljšanje fizičkih sposobnosti a niko od njih nije dao odgovor da se u potpunosti ne slaže sa tvrdnjom.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 10 može se zaključiti da student imaju pozitivan stav o tvrdnji da na rekreativno bavljenje sportom motiviraju poboljšanje fizičkih sposobnosti s obzirom da je 66% anketiranih dalo odgovor da se slaže ili se u potpunosti slaže sa ovom tvrdnjom.

Tabela 10. Analiza tvrdnje na rekreativno bavljenje sportom motiviraju poboljšanje fizičkih sposobnosti.

Na rekreativno bavljenje sportom motiviraju poboljšanje fizičkih sposobnosti.			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Uopšte se ne slažem	0	0%
	Ne slažem se	2	4%
	Nemam mišljenje	15	30%
	Slažem se	23	46%
	Potpuno se slažem	10	20%

O tvrdnji da na rekreativno bavljenje sportom motiviraju potreba za kretanjem nema mišljenje 50% ispitivanih studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje, 28% njih se slaže sa ovom tvrdnjom, 18% ispitanika se ne slaže sa tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom motiviraju potreba za kretanjem, 4% njih se u potpunosti ne slaže sa tvrdnjom, dok niko od anketiranih nije dao odgovor da se u potpunosti slaže sa ovom tvrdnjom.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 11 može se zaključiti da najveći broj studenata nema mišljenje o tvrdnji da na rekreativno bavljenje sportom motiviraju potreba za kretanjem, dok kod ostataka ispitanika preovlađuje pozitivan stav o ovoj tvrdnji, 28% ispitanika ima pozitivan stav a 22% negativan stav o ovoj tvrdnji.

Tabela 11. Analiza tvrdnje na rekreativno bavljenje sportom najviše motiviše potreba za kretanjem.

Na rekreativno bavljenje sportom motiviše potreba za kretanjem.			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Uopšte se ne slažem	2	4%
	Ne slažem se	9	18%
	Nemam mišljenje	25	50%
	Slažem se	14	28%
	Potpuno se slažem	0	0%

Sa tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom motiviše održavanje ili smanjenje tjelesne težine slaže se 50% anketiranih studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje, 30% njih nema mišljenje o ovoj tvrdnji, 12% anketiranih se u potpunosti slaže a 8% njih se ne slaže sa tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom motiviše održavanje ili smanjenje tjelesne težine, niko od anketiranih nije dao odgovor da se u potpunosti ne slaže sa ovom tvrdnjom.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 12 može se zaključiti da studenti Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje uglavnom imaju pozitivan stav o tvrdnji da na rekreativno bavljenje sportom motiviše održavanje ili smanjenje tjelesne težine s obzirom da je 62% anketiranih dalo odgovor da se slaže ili se u potpunosti slaže sa ovom tvrdnjom.

Tabela 12. Analiza tvrdnje na rekreativno bavljenje sportom motiviše održavanje ili smanjenje tjelesne težine.

Na rekreativno bavljenje sportom motiviše održavanje ili smanjenje tjelesne težine			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Uopšte se ne slažem	0	0%
	Ne slažem se	4	8%
	Nemam mišljenje	15	30%
	Slažem se	25	50%
	Potpuno se slažem	6	12%

Sa tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom motiviše dobar izgled slaže se 42% anketiranih studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje, 30% studenata se u potpunosti slaže, dok 20% njih nema mišljenje o ovoj tvrdnji, 8% ispitanika se ne slaže sa tvrdnjom da rekreativno bavljenje sportom najviše motiviše dobar izgled, a niko od njih nije dao odgovor da se u potpunosti ne slaže sa ovom tvrdnjom.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 13 može se zaključiti da anketirani studenti Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje imaju pozitivan stav o tvrdnji da na rekreativno bavljenje sportom motiviše dobar izgled s obzirom da je 72% njih dalo odgovor da se slaže ili se u potpunosti slaže sa ovom tvrdnjom.

Tabela 13. Analiza tvrdnje na rekreativno bavljenje sportom motiviše dobar izgled.

Na rekreativno bavljenje sportom motiviše dobar izgled.			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Uopšte se ne slažem	0	0%
	Ne slažem se	4	8%
	Nemam mišljenje	10	20%

	Slažem se	21	42%
	Potpuno se slažem	15	30%

O tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom motiviše stvaranje i održavanje discipline nema mišljenje 44% anketiranih studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje, 22% ispitanika se ne slaže sa ovom tvrdnjom, 16% studenata se slaže sa tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom motiviše stvaranje i održavanje discipline, 10% njih se u potpunosti slaže a 8% se u potpunosti ne slaže sa ovom tvrdnjom.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 14 može se zaključiti da studenti, 44% anketiranih, uglavnom nemaju mišljenje o tvrdnji da na rekreativno bavljenje sportom motiviše stvaranje i održavanje discipline, dok kod ostataka anketiranih studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje preovladava negativan stav s obzirom na to da je 30% dalo odgovore da se ne slaže ili se u potpunosti ne slaže sa ovom tvrdnjom a 26% da se slaže ili se u potpunosti slaže sa tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom motiviše stvaranje i održavanje discipline.

Tabela 14. Analiza tvrdnje na rekreativno bavljenje sportom motiviše stvaranje i održavanje discipline.

Na rekreativno bavljenje sportom motiviše stvaranje i održavanje discipline			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Uopšte se ne slažem	4	8%
	Ne slažem se	11	22%
	Nemam mišljenje	22	44%
	Slažem se	8	16%
	Potpuno se slažem	5	10%

Sa tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom motiviše osjećaj sigurnosti u sebe i svoje mogućnosti slaže se 40% anketiranih studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje, 34% njih se u potpunosti slaže sa ovom tvrdnjom, dok 18% nema mišljenje, 8% ispitanika se ne slaže sa tvrdnjom da na rekreativno bavljenje sportom motiviše osjećaj sigurnosti u sebe i svoje mogućnosti, a niko od studenata nije dao odgovor da se u potpunosti ne slaže sa ovom tvrdnjom.

Na osnovu rezultata prikazanih u tabeli 15 može se zaključiti da studenati Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje imaju pozitivan stav o tvrdnji da na rekreativno bavljenje sportom motiviše osjećaj sigurnosti u sebe i svoje mogućnosti s obzirom da 74% anketiranih studenata dalo odgovor da se slaže ili se u potpunosti slaže sa ovom tvrdnjom.

Tabela 15. Analiza tvrdnje na rekreativno bavljenje sportom motiviše osjećaj sigurnosti u sebe i svoje mogućnosti.

Na rekreativno bavljenje sportom motiviše osjećaj sigurnosti u sebe i svoje mogućnosti.			
Valid		Frequency	Valid Percent
	Uopšte se ne slažem	0	0%
	Ne slažem se	4	8%
	Nemam mišljenje	9	18%
	Slažem se	20	40%
	Potpuno se slažem	17	34%

7. ZAKLJUČAK

Dobijeni rezultati nam govore o tome da student Fakulteta za sport smatraju da su glavni motive za rekreativnim bavljenjem sportom očuvanje tjelesnog i psihičkog zdravlja, osjećaj sigurnosti u sebe i svoje mogućnosti i poboljšanje fizičkih sposobnosti čime se potvrđuje generalna hipoteza ovog istraživanja **Hg** – Očekuje se da će studentima glavni motivi za rekreativno bavljenje sportom biti poboljšanje fizičkih sposobnosti i zdravlje.

Na pitanje da li rekreativno vježbanje u velikom obimu doprinosi zdravijem načinu života pozitivan stav je iskazalo 94% anketiranih studenata čime se potvrđuje hipoteza **H1** – Očekuje se da će studenti imati pozitivne stavove prema rekreativnom bavljenju sportom i njegovom pozitivnom uticaju na način života.

Studenti Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje provode dosta vremena baveći se rekreativnim sportovima. Čak 50% anketiranih studenata se bavi sportom više od 4 puta nedeljno čime se potvrđuje hipoteza **H2** – Očekuje se da se studenti u velikoj mjeri bave sportsko-rekreativnim aktivnostima u svakodnevnom životu.

Značaj ovog istraživanja je višestruk. Pored prvobitnih ciljeva koji se tiču utvrđivanja motiva i stavova studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje o važnosti rekreativnog bavljenja sportom, ovo istraživanje ima i teorijski značaj jer ukazuje na to koliko su rekreativne aktivnosti bitne za čovjeka. Pored teorijskog značaja ovo istraživanje ima i praktičnu vrijednost koja se ogleda u dobijenim rezultatima.

Važno je napomenuti da rekreativno bavljenje sportom može osnažiti, ne samo sa aspekta fizičkog zdravlja, već i kada je riječ o psiho-socijalnom razvoju, jačanju samopoštovanja, razvoju odgovornosti, istrajnosti i saradničkih vještina, usvajanju pozitivnih vrijednosti i boljem uspjehu. Osim toga, rekreativno bavljenje sportom predstavlja važno sredstvo prevencije rizičnih ponašanja mladih, poput pušenja, zloupotrebe alkohola i droga, i maloljetničke delikvencije. Angažovanje u sportu može korigovati faktore koji doprinose delikventnom ponašanju mladih, kao što su nedostatak pozitivnih uzora, nedostatak samodiscipline i dosada.

LITERATURA

1. Bačanac, L.J., Radović, M., Vesković, A. (2007): *Specific of Sport Motivation of Young Athlets of Serbia*, U: Serbian Journal of Sport Scientices, (21-27)
2. Blagajac, M. (1993). *Teorija sportske rekreacije*, Beograd: Fakultet za fizičku kulturu
3. Havelka, N.N., i Lazarević, L. (1980). *Motivacija za bavljenje sportom*, Beograd: JZFKMS
4. Kenyon, S.G. (1968). *Six scales for assessing attitude toward physical activity (Doktorska disertacija)*. Neuchâtel: Université de Neuchâtel
5. Koković, D. (2000). *Sociologija sporta*, Beograd: Sportska akademija
6. Perić, D.(2006). *Metodologija naučnih istraživanja*. TIMS. Novi Sad.
7. Petkovšev, M. (1999). *Analiza strukture motivacijskog prostora studenata sa aspekta njihove usmerenosti na sportske aktivnosti (Neobjavljeni magistarski rad)*, Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Beograd
8. Rot, N. (2004): *Opšta psihologija*, Zavod za udžbenike i nastavna sredstva; Beograd (259-303.)
9. Talema, R. (1979). *Interest and motivation for students' recreation in Finland*. Schorndorf: Verlag Karl Hofmann
10. Trebješanin, Ž. i Lalović, Z. (2011). *Pojedinac u grupi*. Podgorica: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
11. Volf, N. (1975). *Motivacija za rekreativni sport*. U: Izbor radova iz strane literature. Beograd: JZFKMS
12. Campbell , W.K., Sedikides, C., & Harackiewicz, J.M. (2000). *Competence valuation as a strategic intrinsic motivation process*. Personality and Social Psychology Bulletin, 26, 780-794.

Prilog

ANKETA

Anketa se sprovodi zbog istraživanja o motivima i stavovima studenata Fakulteta za sport i fizičko vaspitanje o važnosti rekreativnog bavljenja sportom. Podaci prikupljeni ovim istraživanjem biće upotrijebljeni za izradu diplomskog rada na Fakultetu za sport i fizičko vaspitanje iz Nikšića. Anketa je anonimna pa Vas molimo da na pitanja odgovarate iskreno i zaokružite samo jedan od ponuđenih odgovora.

1. POL

- 1 – Muški
- 2 – Ženski

3. KOLIKO VREMENA PROVODITE BAVEĆI SE REKREATIVNIM SPORTOM?

- 1 - Ne bavim se nijednim sportom.
- 2 - Bavim se jednom nedeljno
- 3 - Bavim se rekreativnim sportom 2 do 3 puta nedeljno.
- 4 - Bavim se rekreativnim sportom 4 do 5 puta nedeljno
- 5 - Bavim se rekreativnim sportom svakodnevno.

4. KOLIKO VAM JE VAŽNA FIZIČKA AKTIVNOST?

- 1 - Nije mi nimalo važno baviti se fizičkom aktivnošću.
- 2 - Malo mi je važno baviti se fizičkom aktivnošću.
- 3 - Srednje mi je važno baviti se fizičkom aktivnošću.
- 4 - Jako mi je važno baviti se fizičkom aktivnošću.
- 5 - Ne mogu bez dnevne fizičke aktivnosti.

5. REKREATIVNO VJEŽBANJE U VELIKOM OBIMU DOPRINOSI ZDRAVIJEM NAČINU ŽIVOTA.

- 1 - Uopšte se ne slažem
- 2 - Ne slažem se
- 3 - Nemam mišljenje
- 4 - Slažem se
- 5 - Potpuno se slažem

6. SAVREMENI TEMPO ŽIVOTA USLOVLJAVA NEDOSTATAK SLOBODNOG VREMENA ZA REKREATIVNE AKTIVNOSTI.

- 1 - Uopšte se ne slažem
- 2 - Ne slažem se
- 3 - Nemam mišljenje
- 4 - Slažem se
- 5 - Potpuno se slažem

7. REDOVNA FIZIČKA AKTIVNOST POVEĆALA BI PRODUKTIVNOST I USPJEH NA POSLOVNOM PLANU.

- 1 - Uopšte se ne slažem
- 2 - Ne slažem se
- 3 - Nemam mišljenje
- 4 - Slažem se
- 5 - Potpuno se slažem

8. U TABELI OCJENOM OD 1 DO 5 ISKAŽITE SVOJ STAV KOLIKO PONUĐENI ODGOVORI UTIČU NA TO DA LI ĆETE SE REKREATIVNO BAVITI SPORTOM.

NA REKREATIVNO BAVLJENJE SPORTOM NAJVIŠE ME MOTIVIŠE:

Očuvanje tjelesnog i psihičkog zdravlja	1	2	3	4	5
Druženje i sticanja novih poznanstava	1	2	3	4	5
Pravilno i prijatno provođenja slobodnog vremena	1	2	3	4	5
Poboljšanje fizičkih sposobnosti	1	2	3	4	5
Potreba za kretanjem	1	2	3	4	5
Održavanje ili smanjenje tjelesne težine	1	2	3	4	5
Dobar izgled	1	2	3	4	5
Stvaranje i održavanje discipline	1	2	3	4	5
Osjećaj sigurnosti u sebe i svoje mogućnosti	1	2	3	4	5