

Loris Benassi

Prethodno znanstveno priopćenje

SUDJELOVANJE U IZVANŠKOLSKIM AKTIVNOSTIMA I NJIHOVA POVEZANOST SA STAVOM PREMA SPORTU I NAVIKAMA PUŠENJA

1. UVOD

Europska povelja o sportu ističe tjelovježbu i sport kao važne čimbenike ljudskog zdravlja (čl. 1.), te se zalaže za poduzimanje odgovarajućih mjera kako bi se svim građanima, osobito mladima, omogućilo bavljenje sportom (čl. 4. stav 2.). Danas je potreba za propagiranjem zdravog i aktivnog stila života među djecom i mladima golema i u trendu je porasta jer ih sve više odrasta sedentarnim načinom života. Uzroka ima nekoliko, međutim, najveći razlozi leže u kontinuiranom opadanju fizičke aktivnosti u roditeljskom domu, u široj društvenoj zajednici te smanjenim mogućnostima za svakodnevnu tjelesnu aktivnost u školama (Hardman, 2003.).

Turističko-ugostiteljska škola Antona Štifanića u Poreču obrazuje naučnike turističko-ugostiteljskih zanimanja: hotelijersko-turističke tehničare i turističko-hotelijerske komercijaliste u četverogodišnjim te konobare, kuhare i slastičare u trogodišnjim programima. Novi planovi i programi trogodišnjih zanimanja uključuju svega jedan sat tjedno nastave tjelesne i zdravstvene kulture, a s obzirom na skućene prostorne i nedovoljne materijalne uvjete u školi kvaliteta nastave postaje upitna.

Izvanškolske aktivnosti organiziraju se između ostalog radi potpunijeg i uspješnijeg ostvarivanja odgoja, socijalizacije mladih i razvijanja individualnih sposobnosti. Iste su u velikoj mjeri ovisne o razvijenosti sportskog života sredine u kojoj škola djeluje. One će im pružiti bolje prostorne i materijalne uvjete za daljnje napredovanje i usavršavanje u odabranoj sportskoj aktivnosti.

Sport je između ostalog vrlo važan čimbenik u sprječavanju pušenja. U današnje vrijeme pušenje je postalo najrašireniji oblik ovisnosti ljudi. Upravo je ono glavni čimbenik rizika za zdravlje koji se može izbjeći. Svjetska zdravstvena organizacija procjenjuje da u svijetu puši milijardu i stotinu milijuna ljudi, a oko pet milijuna ljudi umire godišnje od posljedica pušenja. Ista ujedno upozorava da bi se broj umrlih do 2020. godine mogao udvostručiti, ukoliko se ne poduzmu primjerene mjere. U Hrvatskoj puši 31.4% muškaraca i 26.6% žena odrasle dobi. Procjenjuje se da od posljedica pušenja duhana umire između 12-14000 osoba godišnje (HZJZ, 2005.). Posebno zabrinjava slika među mladima koji su svjesni opasnosti, ali te opasnosti ne povezuju s vlastitim pušačkim iskustvima. Trendovi pušenja cigareta su u porastu

kod oba spola, a djevojčice su se po učestalosti izjednačile s dječacima. U zamjenu za pušenje treba im kroz više zdravih aktivnosti osigurati ugodne doživljaje koji jačaju njihovu ličnost, među koje se nedvojbeno ubrajaju i sportske aktivnosti.

Osim podrške društva i vršnjaka, stavovi su važan čimbenik u predviđanju ponašanja. Treba naglasiti da je veza stavova i ponašanja vrlo složena (Prišlin, 1991.). Pozitivni stavovi pojedinca prema sportu ne odražavaju se jednakomjerno na njihovo sudjelovanje u sportskim aktivnostima, dakle, javljaju se razlike između onoga što ljudi misle i što čine (Doupona, 2001.).

2. CILJ I METODE RADA

Cilj ovog rada bio je utvrditi stanje o sudjelovanju učenika i učenica Turističko-ugostiteljske škole Antona Štifanića iz Poreča u izvanškolske sportske aktivnosti i njihova povezanost sa stavom prema sportu i navikama pušenja.

Uzorak ispitanika činila su 95 učenika i 110 učenica Turističko-ugostiteljske škole Antona Štifanića iz Poreča, u dobi od 15 do 18 godina. Istraživanje je provedeno od 6. do 10. lipnja 2005. godine. Iz tog razloga anketni upitnik nisu ispunjavali završni razredi (maturanti) koji su s nastavom završili dva tjedna ranije i ostali koji u tom razdoblju nisu u vrijeme testiranja pohađali nastavu.

U istraživanju je upotrijebljen anonimni anketni upitnik s petnaest pitanja. Prvih devet vezanih za demografske i osobne podatke: dob, razred, spol, mjesto prebivanja, školsko usmjerenje, opći uspjeh na kraju sedmog i osmog razreda osnovne škole te završenog razreda srednje škole. Za utvrđivanje stava prema sportu korištena je skala od sedam stupnjeva samoprocjene, pri tome 1 - Mrzim sport, 7 - Obožavam sport. Zatim pitanje vezano za uključenost u izvanškolsku sportsku aktivnost, oni koji su odgovorili potvrdno ispunjavali su još tri pitanja: koju aktivnost, koliko puta tjedno i koliko dugo su uključeni?. Posljednje pitanje odnosilo se na navike pušenja gdje je korištena skala: 1. Ne pušim, 2. Pušim povremeno, 3. Pušim do pet cigareta dnevno, 4. Pušim više od pet cigareta dnevno.

Na postavljena pitanja anketnog upitnika odgovarano je upisivanjem odgovora ili zaokruživanjem jednog od ponuđenih odgovora. Za obradu podataka upotrijebljen je statistički paket SPSS 9.0. Uz deskriptivnu statistiku provedene su korelacije i t-test.

3. REZULTATI I RASPRAVA

Analizom dobivenih podataka utvrdili smo da je od ukupno anketiranih u izvanškolske sportske aktivnosti uključeno 49 učenika i 23 učenice, gledajući u postocima 35,1% je aktivnih i 64,9% neaktivnih. Učenici većinom preferiraju

nogomet (14,1%), košarku (3,4%) i kickboxing (2,4%), a učenice pretežno odbojku (3,4%) i ples (2,4%). Vjerojatan razlog tolikog broja uključenih učenika u nogomet, osim zbog njegove popularnosti, leži u mogućnostima da se njime bave. Razlog je što u gradu i široj okolici ima najviše nogometnih igrališta i nogometnih klubova. Za svoje izvanškolske aktivnosti izabrali su ukupno 16 sportova. Najviše aktivnih ima u trećim razredima, njih 41,4%, od čega 33,3% učenika i 66,6% učenica. Prema smjerovima najviše je aktivnih među hotelijersko-turističkim tehničarima (42,6%) i konobarima (42,3%), zatim slijede turističko-hotelijerski komercijalisti (34,6%) te kuhari (23,3%). Zanimljivo da niti jedan od anketiranih slastičara nije sportski aktivan. Jedan od razloga njihove neaktivnosti jest mali broj istih, svega sedam koji su ispunjavali anketni upitnik. Razred s najviše sportski aktivnih učenika 50% (nažalost niti jedna učenica) je drugi konobara.

Sama po sebi nameću se pitanja ovakvog stanja; je li razlog u školskim obvezama koje ne ostavljaju dovoljno slobodnog vremena, postoje li uvjeti za sportske aktivnosti u sredinama gdje žive, jesu li dovoljno upoznati sa značajkama i vrijednostima bavljenja sportom, čime su to zaokupljeni u slobodnom vremenu... Posebno bi nas trebalo zabrinuti zdravstveno stanje neaktivnih, kako će se nositi sa ubrzanim i stresnim načinom života koji nas sve više okružuje?

Gledajući koliko su puta tjedno aktivni dobivamo sljedeću sliku: učenici treniraju najčešće tri do četiri, a učenice jednom do tri puta tjedno. Na pitanje koliko dugo su uključeni u određenu aktivnost proizlazi da učenici treniraju najviše između pet i devet, a učenice između jedne i četiri godine.

Učenici i učenice, na osnovi rezultata anketnih upitnika imaju pozitivan stav prema sportu (Tablica 1.). Svega 3,1% učenika zaokružilo je da mrzi sport, neutralan stav ili točnije svejedno im je za sport ima 9,5%, a pozitivan 76,8% od čega približno 50% njih ga obožava. Slični rezultati zabilježeni su i kod učenica, manje od 5% ima negativan, svejedno im je za sport 9%, a čak 86% ima pozitivan stav. Promatrajući prema razredima, razlike su kod oba spola zanemarive. Usporedimo li navedene postotke s onima o uključenosti u aktivnosti dobijemo očitu razliku između onoga što učenici i učenice misle i što čine. Odnos anketiranih prema sportu u negativnoj je korelaciji s uključenosti istih u izvanškolske sportske aktivnosti (Tablica 2.).

Svi učenici i učenice koji sudjeluju u izvanškolskim sportskim aktivnostima prema očekivanju imaju pozitivan stav prema sportu. Za razliku od njih čak 65% učenica i 35% učenika koji imaju pozitivan stav prema sportu nisu uključeni u izvanškolske sportske aktivnosti. Rezultati t-testa pokazuju da učenici imaju pozitivniji stav prema sportu od učenica ($t = 2,077$, $df = 190,620$, $p = 0.039$). U neposrednim razgovorima obavljenim s većim dijelom ispitanih učenika i učenica potvrdili su se rezultati t-testa. Učenici u tom uzrastu više svog slobodnog vremena upotpunjuju sportskim sadržajima. Za razliku od učenica u znatnijoj mjeri čitaju

Tablica 1. Stavovi učenika i učenica prema sportu

STAVOVI	UČENICI	UČENICE	UKUPNO
1. Mrzim sport	3	1	4
2. Ne volim sport		2	2
3. Sport mi nije drag		2	2
4. Svejedno mi je za sport	9	10	19
5. Sport mi je drag	13	30	43
6. Volim sport	23	36	59
7. Obožavam sport	47	29	76
UKUPNO ANKETIRANIH	95	110	205

tiskovine sportskog karaktera. Preko malih ekrana i ostalih elektroničkih medija češće prate prijenose sportskih susreta i učestalije odlaze na sportske utakmice.

Iako je većina mladih svjesna štetnosti pušenja u školi ne puši samo 58% učenika i 57% učenica. Ostali predstavljaju tzv. rizičnu skupinu u kojoj najveći broj kod oba spola čine "pravi pušači" njih 49 (24 M i 25 Ž), što čini 23,9% koji puše više od pet cigareta dnevno. Povremeno puši 11,7% učenika i učenica, a onih koji su se izjasnili da puše do pet cigareta dnevno ima 6,3%.

Tablica 2. Stupanj povezanosti između varijabli stava, navika pušenja i uključenosti u izvanškolske sportske aktivnosti

VARIJABLE	STAV	PUŠENJE	AKTIVNOST
STAV	Pearsonova korelacija Razina značajnosti	1,000	-,266** ,000
PUŠENJE	Pearsonova korelacija Razina značajnosti		1,000
AKTIVNOST	Pearsonova korelacija		
			-,196** ,005
			1,000

** Korelacije su značajne na razini od 0.01

Dobiveni rezultati nisu optimistični, a pretpostavka je da će se taj broj povećati ispitanicima iz ostale dvije rizične skupine. Pušačima će vjerojatno postati dio povremenih pušača, a osobito onih koji puše do pet cigareta dnevno koji su praktično već "pravi" aktivni pušači. S druge strane, malo je vjerojatno da će veći broj već aktivnih pušača prestati pušiti, pa se može pretpostaviti da će u budućnosti postotak pušača među anketiranim biti i veći. Navike pušenja su u pozitivnoj korelaciji s uključenosti u izvanškolske sportske aktivnosti (Tablica 2.). Od 86 pušača u školi 20

ih je aktivno, dok među 119 nepušača imamo 52 koji su aktivni. Odnos prema sportu je u negativnoj korelaciji s navikama pušenja (Tablica 2.). Među 56 učenika koji ne puše samo petero ima neutralan odnos, a nema niti jednog s negativnim odnosom. Kod učenica približno slična situacija, od 63 nepušačice četiri ima neutralan, a tri negativan odnos. Pušači iz skupine dva, tri i četiri također imaju izrazito pozitivan odnos prema sportu. Svega četvero učenika ima neutralan, troje negativan, a 32 pozitivan, šest učenica ima neutralan, dvije negativan, a 39 pozitivan odnos prema sportu.

4. ZAKLJUČAK

Anketni upitnik proveden je na uzorku od 205 učenika i učenica prvog, drugog i trećeg razreda Turističko-ugostiteljske škole Antona Štifanića iz Poreča. Dobiveni podaci ukazuju kako je u izvanškolske sportske aktivnosti uključen svaki drugi učenik i tek svaka peta učenica. S obzirom na njihova buduća zanimanja može se kazati kako su rezultati nezadovoljavajući, posebno za učenice. Stav anketiranih učenika i učenica prema sportu u negativnoj je korelaciji s navikama pušenja i s uključenosti istih u izvanškolske sportske aktivnosti. Iako visok postotak pozitivnih stavova obaju spolova prema sportu, ne jamči također, njihovu masovnijiu uključenost u programe vježbanja. Ponašajna komponenta stava na zoran način oslikava kako i jedan i drugi spol iako svjestan prednosti i blagodati bavljenja sportom, nije u većoj mjeri sportski aktivan. Razlozi vjerojatno leže u nedovoljnoj zainteresiranosti, ostalim obvezama koje ne ostavljaju dovoljno raspoloživog vremena za sportske aktivnosti, mjestu stanovanja, vremenu održavanja i slično. Rezultati navika pušenja su zaista poražavajući, gotovo polovina učenika i učenica su u neposrednom kontaktu s cigaretama. Mlade treba potaknuti zdravstvenim odgojem da sami odbace cigaretu, da upravo oni budu nositelji borbe protiv pušenja te zastarjele i štetne navike starijeg i starog naraštaja. Treba jačati sposobnosti da se odupru društvenoj prisili pušenja od strane vršnjaka i odraslih pušača. Rezultati anketnog upitnika ukazuju da je uključenost u izvanškolske sportske aktivnosti u pozitivnoj korelaciji s navikama pušenja. Ta nam činjenica između ostalih pokazuje kako treba na vrijeme početi s podučavanjem o štetnosti pušenja, prije nego što dođu u priliku da im pušenje postane trajnom navikom. Mladi koji u tom razdoblju ne razviju naviku pušenja, rjeđe postaju pušači, a upravo je to bit borbe protiv pušenja.

Da bi rezultati u budućnosti bili pozitivniji, nužna je bolja promocija sporta i zdravog načina života čitave zajednice. Jedino zajedničkim djelovanjem roditeljskog doma, nas kineziologa, škole i institucija vlasti na razini cijele države mogu se postići vidniji pomaci ka onome što nam je svima cilj, ali i obveza: omogućiti mladima kroz bavljenje sportom skladan rast, razvoj i dobro zdravlje.

5. LITERATURA

1. Doupona, M.: Influence of some aspects of parental socioeconomic status on the attitude towards sports. Zagreb: Kinesiology, 33, 2001. god., str. 94-104.
2. Findak, V.: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb : Školska knjiga, 1999. god.
3. Findak, V., Stella, I.: Izvannastavne i izvanškolske aktivnosti u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi, Zagreb: Školska knjiga, 1985. god.
4. Hardman, K.: School physical education and sport in Europe- rhetoric and reality: current and future perspectives. Zagreb: Kinesiology, 35, 2003. god., str. 97-107.
5. Prišlin, R.: Kada se i kako naše ponašanje slaže s našim stavovima?, U Kolesarić, V., Krizmanić, M. i Petz, B. (Ur.): Uvod u psihologiju. Zagreb: Grafički zavod Hrvatske, 1991. god.
6. Videmšek, M. et. al.: Sport aktivites and smoking habits among schoolchildren. Zagreb, Kinesiology, 34, 2002. god., str. 134-140.