

*Jelka Gošnik
Mladen Sedar
Igor Topolovac*

MOGUĆNOST IZBORA KINEZIOLOŠKE AKTIVNOSTI U NASTAVI TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE STUDENTICA FILOZOFSKOG FAKULTETA U ZAGREBU PREMA NJIHOVIM PREFERENCIJAMA U PROTEKLIM ŠEST GODINA

1. UVOD

Hoće li se studentica baviti nekom sportskom aktivnosti, nakon svog obveznog školovanja i kojom sportskom aktivnosti, primarno ovisi o vrijednosnim kategorijama koje je tijekom školovanja interiorizirala te za koje smatra da su joj izuzetno važne i korisne za njezin daljnji razvoj i izgradnju, kako intelektualnu, tako i psihofizičku.

Cilj nastave Tjelesne i zdravstvene kulture tijekom obveznog školovanja je usvajanje motoričkih znanja i vještina bez mogućnosti biranja sportskih sadržaja. Nastava tjelesne i zdravstvene kulture na Filozofskom fakultetu u Zagrebu ima za cilj usvajanje novih i usavršavanje već stečenih motoričkih znanja i vještina te njihova optimalna aplikacija u svrhu unaprjeđenja cjelokupnog zdravlja, zadovoljenja potreba za aktivnim bavljenjem tjelesnom aktivnošću, potreba za kretanjem i razonom, osposobljavanja studenata za racionalno i sadržajno korištenje i provođenje slobodnog vremena te osigurati i doprinijeti njihovom kvalitetnom životu u mladosti, zrelosti i starosti (Gošnik i sur. 2001.).

Budući da je nastava Tjelesne i zdravstvene kulture tijekom srednjoškolskog obrazovanja posljednja stepenica sustavnog i organiziranog vježbanja u školovanju studentica, pojavile su se indikacije za potrebom razvoja i usustavljanja novog kurikuluma Tjelesne i zdravstvene kulture i na visokim učilištima, u okviru nove paradigme odgoja i obrazovanja, koji bi trebao optimalno i u kritično vrijeme odgovoriti na sve relevantne značajke za cjelokupan psihofizički razvoj svake studentice, u skladu s njihovim preferencijama i individualnim značajkama (Prot i sur. 2002.). Pravodobno usmjerenje interesa za sportsku aktivnost i mogućnost izbora primjerenog sportskog sadržaja pokazuju da se svaki pojedinac može iskazati relativno uspješnim.

Senat Sveučilišta u Zagrebu je 16. 9. 2008. godine donio Odluku kojom je prihvaćen novi Nastavni plan i program kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura u visokom obrazovanju te dao preporuku da sastavnice Sveučilišta isti koriste u

izvođenju nastave iz kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura u visokom obrazovanju, u skladu sa svojim mogućnostima i uvjetima. Preferencije studentica prema određenim kineziološkim aktivnostima u svrhu zadovoljenja potrebe za kretanjem i kvalitete emocionalnog života i zdravlja uvjetovale su dopunu Nastavnog plana i programa Tjelesne i zdravstvene kulture, prihvaćenog na Vijeću Fakulteta 11. studenog 2002. godine. Također je, poštujući preporuku Senata, pripremljen poboljšani Izvedbeni nastavni plan i program kolegija Tjelesna i zdravstvena kultura za studente/ice na Filozofskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu koji je prihvaćen na Vijeću Fakulteta 20. srpnja 2009. godine.

Zbog sve veće potrebe za dinamiziranjem nastave Tjelesne i zdravstvene kulture na Filozofskom fakultetu te ponudom sportskih sadržaja koji su najbliži interesima studentica, od akademske godine 2002./03. nadalje Samostalna katedra za kineziologiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu sustavno provodi fundamentalno istraživanje preferencija studentica prema sportu, želja, stavova i mišljenja studentica o sportu, njihovim potrebama za tjelesnom aktivnosti. Prvo takvo istraživanje provedeno je u akad. god. 2001./02. na uzorku od 2206 studentica. Ono omogućuje planiranje i programiranje sportskih sadržaja u skladu sa željama studentica za sportom kojim bi se bavile u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture.

2. UZORAK I METODE RADA

Istraživanje je provedeno svake akademske godine, od 2002./03. do 2007./08., na uzorcima od 611 do 869 studentica prve godine studija Filozofskog fakulteta u Zagrebu. Podaci su prikazani u Tablici 1.

Tablica 1. Broj studentica i postoci od akad. god. 2002./03. do 2007./08. u odnosu na ukupan broj upisanih studenata/ica

spol	2002./03.		2003./04.		2004./05.		2005./06.		2006./07.		2007./08.	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
F	741	75,80	611	72,05	657	73,20	869	73,33	759	74,05	674	75,20
Σ	978	100,0	848	100,0	898	100,0	1185	100,0	1025	100,0	894	100,0

Cilj ovih istraživanja je bio ispitati preferencije studentica prema ukupno 62 sporta skalom bihevioralnih namjera (Bosnar, Prot, 1993.). Ispitanice su na petostupanjskoj skali iskazivale željeni intenzitet bavljenja određenim sportom. Ako bi se ispitanica htjela svakako baviti određenim sportom kada bi imala mogućnosti za to, istom bi dodijelila ocjenu 5. Sportu kojim bi se rado htjela baviti dodijelila bi ocjenu 4. Svaki sport kojim bi se bavila povremeno ili u prikladno vrijeme ispitanica

je ocijenila ocjenom 3. Ukoliko se ispitanica ne bi htjela baviti određenim sportom, odnosno bavila bi se njime kada ne bi imala drugi izbor, tom sportu je dodijelila ocjenu 2. Sportovima kojima se ne bi nikada ni pod kakvim uvjetima htjela baviti ispitanica je dodijelila ocjenu 1. Dobiveni podaci su obrađeni metodama deskriptivne i inferencijalne statistike.

3. REZULTATI I RASPRAVA

Tablice 2. i 3. prikazuju dobivene rezultate za prvih i zadnjih deset sportova kojima bi se studentice htjele najviše, odnosno najmanje, baviti. Sportovi su poredani prema petostupanjskoj skali, a rangirani na osnovi prosječnih ocjena za razdoblje od akad. god. 2002./03. do 2007./08.

Tablica 2. Rang prvih deset sportova (od 1 do 10) s obzirom na veličinu aritmetičke sredine ocjena

Red. br.	2002./03.			2003./04.			2004./05.		
	SPORT	N	M	SPORT	N	M	SPORT	N	M
1.	plesovi	741	3,50	plesovi	560	3,54	aerobika	651	3,09
2.	plivanje	741	3,44	joga	566	3,46	plesovi	651	3,04
3.	joga	741	3,41	plivanje	561	3,42	vikend izlet.	647	2,92
4.	aerobika	741	3,39	vikend izlet.	556	3,36	plivanje	649	2,87
5.	fitness	741	3,37	aerobika	566	3,30	badminton	649	2,86
6.	vikend izlet.	741	3,24	badminton	562	3,26	joga	651	2,80
7.	badminton	741	3,20	fitness	565	3,22	biciklizam	650	2,75
8.	biciklizam	741	3,06	koturaljanje	559	3,11	planinarenje	648	2,64
9.	koturaljanje	741	3,03	biciklizam	560	3,04	odbojka	648	2,62
10.	odbojka	741	3,01	planinarenje	563	3,03	fitness	651	2,60

Red. br.	2005./06.			2006./07.			2007./08.		
	SPORT	N	M	SPORT	N	M	SPORT	N	M
1.	plesovi	790	3,57	plesovi	759	3,46	plesovi	638	3,77
2.	plivanje	782	3,35	badminton	759	3,13	badminton	651	3,32
3.	joga	781	3,34	joga	759	3,13	aerobika	650	3,32
4.	aerobika	790	3,31	plivanje	759	3,12	joga	643	3,32
5.	fitness	775	3,31	aerobika	758	3,07	plivanje	641	3,23
6.	vikend izlet.	773	3,27	fitness	759	3,00	fitness	637	3,22
7.	badminton	775	3,18	vikend izlet.	758	2,98	vikend izlet.	637	3,11
8.	biciklizam	771	3,02	koturaljanje	759	2,85	koturaljanje	634	2,98
9.	koturaljanje	787	2,99	odbojka	759	2,80	biciklizam	641	2,93
10.	odbojka	767	2,95	biciklizam	759	2,79	odbojka	637	2,87

Od 556 do 790 studentica od akad. god. 2002./03. do 2007./08. preferira sljedećih osam sportova: plesovi, plivanje, joga, aerobika, fitness, vikend izletništvo, badminton i biciklizam. Šest puta je zastupljen fitness, pet puta odbojka, četiri puta koturaljkanje te dva puta planinarenje. Pet puta na prvom mjestu se nalazi ples kao aktivnost s naglašenom estetskom komponentom te kreativnim izričajem uz glazbu. Plesovi pružaju studenticama mogućnost unošenja i razvijanja osjećaja za ritam u svoj život. Joga triput zauzima treće mjesto, jedanput drugo i jedanput četvrto mjesto. Pojavljuje se kao učinkovita kompenzacija današnjem suvremenom, ubrzanom i nehumanom tempu života te kao nužan predah i učinkovito sredstvo vraćanja unutarnje ravnoteže duha i tijela poljuljane stresom. Značajan je porast interesa studentica prema plivanju koje u tri godine zauzima visoko drugo, a u jednoj godini treće mjesto. Voda kao medij predstavlja svijet opuštanja, mira i tišine, kao i novi prostor za osvajanje. Vrlo popularna i tipična "ženska" aktivnost je aerobika, sportski sadržaj u kojem studentice imaju veliku mogućnost za postizanjem subjektivnog uspjeha. Aerobika u jednoj godini zauzima prvo mjesto, a u dvije peto mjesto. Mogućnost za postizanjem subjektivnog uspjeha studentica pokazuje i sadržaj fitness koji jedne godine zauzima posljednje mjesto. Vikend izletništvo, biciklizam i planinarenje rekreativne su aktivnosti u kojima studentice zadovoljavaju svoje potrebe za kretanjem u prirodi, same ili u društvu, a kreću se oko sedmog do devetog mjesta, s iznimkom vikend izletništva jedne godine s trećim mjestom. Badminton i odbojku studentice također smatraju privlačnima osobito zbog činjenice što se ne odvijaju u neposrednom kontaktu s protivnikom. Sportske igre, osim odbojke, postepeno se zamjenjuju i sve više ustupaju prostor individualnim sadržajima i aktivnostima u prirodi.

Tablica 3. Rang zadnjih deset sportova (od 53 do 62) s obzirom na veličinu aritmetičke sredine ocjena

Red. br.	2002./03.			2003./04.			2004./05.		
	SPORT	N	M	SPORT	N	M	SPORT	N	M
53.	hrvanje	741	1,55	hrvanje	561	1,49	body building	652	1,55
54.	dizanje utega	741	1,57	dizanje utega	556	1,55	hrvanje	650	1,58
55.	body building	741	1,59	body building	559	1,55	dizanje utega	650	1,63
56.	hokej na travi	741	1,75	boks	564	1,69	boks	650	1,75
57.	boćanje	741	1,79	hokej na travi	562	1,69	hokej na travi	650	1,77
58.	boks	741	1,80	boćanje	557	1,72	boćanje	650	1,80
59.	hokej na ledu	741	1,84	hokej na ledu	562	1,80	hokej na ledu	650	1,81
60.	ragbi	741	1,86	sport. ribolov	558	1,81	akrobatika	649	1,83
61.	sport. ribolov	741	1,89	ragbi	554	1,86	sport. ribolov	646	1,89
62.	vaterpolo	741	1,91	vaterpolo	559	1,89	vaterpolo	647	1,90

Red. br.	2005./06.			2006./07.			2007./08.		
	SPORT	N	M	SPORT	N	M	SPORT	N	M
53.	body building	772	1,37	hrvanje	759	1,23	hrvanje	640	1,42
54.	hrvanje	767	1,41	dizanje utega	759	1,25	body building	634	1,42
55.	dizanje utega	769	1,47	body building	759	1,29	dizanje utega	638	1,48
56.	hokej na travi	767	1,62	hokej na travi	759	1,43	hokej na travi	639	1,60
57.	ragbi	767	1,68	ragbi	759	1,47	ragbi	631	1,62
58.	hokej na ledu	766	1,69	sport. ribolov	759	1,52	sport. ribolov	629	1,64
59.	sport. ribolov	767	1,71	hokej na ledu	759	1,54	hokej na ledu	640	1,69
60.	boćanje	768	1,74	boćanje	759	1,57	boćanje	639	1,69
61.	boks	773	1,77	vaterpolo	759	1,57	triatlon	634	1,73
62.	vaterpolo	769	1,81	triatlon	759	1,58	vaterpolo	634	1,73

Tablica 3. pokazuje isti trend nepopularnosti sljedećih sportskih aktivnosti: hrvanja, dizanja utega i body buildinga kod studentica u svih šest generacija. Ti sportski sadržaji zauzimaju prva tri mjesta ranga. Neposredni kontakt u hrvanju i boksu te neestetika komponenta u dizanju utega i body buildingu studentice najviše odbijaju od bavljenja tim aktivnostima. Rang nepopularnih sportskih aktivnosti pokazuje linearni pad tipično „muških” kolektivnih sportova poput hokeja na ledu, hokeja na travi, ragbija i vaterpola. Sportske aktivnosti poput sportskog ribolova i boćanja su studenticama premalo poznate, a također predstavljaju odmor i zabavu za starije osobe čime se objašnjava trend njihove nepopularnosti kroz nekoliko godina uzastopno. Devet sportova je na ljestvici svih šest generacija, dok je ragbi prisutan pet puta, a akrobatika jedanput pri čemu se dvaput pojavljuje u zadnje dvije akademske godine i triatlon. To su sve sportovi koji studentice načelno ne zanimaju i postoje indicije da se njima nisu nikada bavile niti se namjeravaju baviti. Iako su se sportovi koji zahtijevaju borbenost, rizik, agresivnost i grubost pokazali značajno nepopularni kod studentica, ipak je značajan porast interesa za boksom kod studentica u zadnje dvije akademske godine. Također je za to vrijeme prisutan trend pada popularnosti triatlona.

4. ZAKLJUČAK

Cilj istraživanja nije bio samo ispitati želje, sklonosti i interese studentica Filozofskog fakulteta u Zagrebu prema pojedinim sportskim aktivnostima, nego i na osnovi toga ponuditi im upravo one programske sadržaje koji optimalno uvažavaju njihove potrebe za tjelesnom aktivnosti, kao i individualne značajke i tjelesne predispozicije.

U dopunjenom Izvedbenom nastavnom planu i programu na Filozofskom fakultetu kineziološke aktivnosti su grupirane u četiri programa: osnovni, posebni, program za studentice s posebnim potrebama i izborni. Prvih deset rangiranih sportova pripadaju programskom sadržaju osnovnog i posebnog programa tako da svaka studentica ima mogućnost izabrati preferirani sport u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture na Filozofskom fakultetu.

Dobiveni rezultati istraživanja pokazuju da plesovi u svih šest promatranih generacija najviše privlače pozornost studentica. Hrvanje u šest godina pojavljuje se četiri puta na prvom mjestu što je 66,66 % ukupne nepopularnosti.

Sustavno devetogodišnje istraživanje pokazuje indicije o značajnoj povezanosti mogućnosti individualnog izbora sportskih sadržaja na studijima na fakultetu i Sveučilištu i stavova studentica o važnosti tjelesnog vježbanja i svakodnevnog bavljenja tjelesnom aktivnosti. Praćenjem i uvažavanjem preferencija studentica prema sportskim aktivnostima prilikom sukreiranja programskih sadržaja nastave tjelesne i zdravstvene kulture, studentice aktivno participiraju u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture, one su na taj način subjekt nastavnog procesa što odgovara suvremenim pedagoškim kurikularnim standardima na ovim prostorima.

5. LITERATURA

1. Bosnar, K.; Prot, F. (1993.). Prilagodba škola K1 stava prema športu populaciji studenata Kineziološkog fakulteta, U: *Zbornik radova 2. ljetne škole pedagoga fizičke kulture Republike Hrvatske*, Rovinj, 64 – 69.
2. Gošnik, J.; Komel-Klaić, S.; Lukenda, Ž. (2001.). Smjernice nastave tjelesne i zdravstvene kulture na Sveučilištu u Zagrebu, U: V. Findak (ur.). „*Programiranje opterećenja u području edukacije, sporta i sportske rekreacije*”, Zbornik radova 10. ljetne škole pedagoga fizičke kulture Republike Hrvatske, Poreč, 24.– 28. 06. 2001., Zagreb: Hrvatski savez pedagoga fizičke kulture, 236 – 238.
3. Prot, F.; Gošnik, J.; Bosnar, K. (2002.). An empirical taxonomy of sports, In: D. Milanović & F. Prot (Eds.), *Proceedings Books of 3rd International Scientific Conference, Opatija, 2002.*, „*Kinesiology – New Perspectives*”, Zagreb: Faculty of Kinesiology, University of Zagreb, ISBN 953-6378-36-1, 244 – 248.