

*Mladen Sedar  
Ivan Oreb  
Tihomir Palijan*

## **MOTIVI ZA REKREATIVNO BAVLJENJE FUTSALOM STUDENTICA ZAGREBAČKOG SVEUČILIŠTA**

### **1. UVOD**

Posljednjih godina sve se više potiče razvoj futsala jer njegovi dijelovi uvelike doprinose razvoju nogometne tehnike i nogometnog mišljenja generalno. Futsal dolazi od portugalske ili španjolske riječi FUTbol ili FUTebol (nogomet) i SALon ili SALão (dvorana), a prevodi se kao dvoranski nogomet (Fútbol de sala). U Hrvatskoj se futsal naziva i mali nogomet, međutim, službena pravila FIFA-e i UEFA-e, prema kojima se održavaju natjecanja u cijelome svijetu propisuju futsal igru 4+1 (4 igrača u terenu i vratar) te igru manjom i težom loptom br.4. Futsal je relativno novi sport u Hrvatskoj koji se još nije u potpunosti afirmirao. Iako je posljednjih godina futsal u muškoj konkurenciji doživio velike i pozitivne promjene koje prati i dugogodišnji rad futsal reprezentacije Hrvatske pod okriljem Hrvatskog nogometnog saveza, ženski klubovi gotovo da i ne postoje. Za razliku od razvijenijih zemalja Europe i Svijeta u kojima postoje profesionalne futsal lige, kako u muškoj, tako i u ženskoj konkurenciji, u Hrvatskoj postoji samo jedna liga, liga Varaždinske županije u futsalu za žene. Kao kvalitetan i zanimljiv sadržaj, futsal je prepoznat i na razini Zagrebačkog sveučilišta koje od sezone 2009/2010. organizira zagrebačku sveučilišnu ligu u futsalu za žene – studentice visokih učilišta. Tijekom prve dvije sezone zabilježeno je natjecanje šest fakulteta, dok se sezone 2011/2012. taj broj povećao na čak devet fakulteta zagrebačkog sveučilišta, a 2012/2013. broj fakulteta/sudionika natjecanja zaokružio se na deset ekipa. Kako bi ženski futsal, ali i sport općenito, dosegao svoj procvat i razvio se u punom smislu, nije važno inzistirati i poduprijeti ga samo sa sportske, odnosno profesionalne strane, već je bitno da on počiva na razini rekreativnog bavljenja i aktivnostima u slobodnom vremenu. S obzirom da se ovaj rad temelji na populaciji studentica koje većinu vremena provode usmjerene na razvoj intelektualnih sposobnosti, potrebno je uvidjeti na koji način motivirati žene na neki oblik bavljenja nogometom. S obzirom na ranije navedeno te na vrlo mali broj istraživanja u području ženskog futsala, ovaj je rad posvećen analizi motiva za rekreativno bavljenje futsalom.

## **2. CILJ ISTRAŽIVANJA**

Cilj ovog istraživanja jest prikupiti podatke o studenticama zagrebačkog sveučilišta uključenima u sustav dvoranskog nogometa, tzv. futsala. Drugi je cilj analizirati motive za rekreativno bavljenje futsalom kod selekcionirane populacije studentica zagrebačkog sveučilišta.

## **3. UZORAK**

Uzorak istraživanja čini 55 studentica, dobi od 18 do 25 godina, koje pohađaju sljedeće fakultete zagrebačkog sveučilišta: Ekonomski fakultet (8), Kineziološki fakultet (7), Prirodoslovno-matematički fakultet (7), Medicinski fakultet (7), Veterinarski fakultet (7), Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet (6), Prehrambeno-biotehnološki fakultet (6), Filozofski fakultet (6) te Fakultet kemijskog inženjerstva i tehnologije (1), koje se ujedno i natječu u zagrebačkoj sveučilišnoj ligi u futsalu za žene.

## **4. INSTRUMENT PRIKUPLJANJA PODATAKA**

U istraživanju je korišten revidirani upitnik faktora motivacije za vježbanje (Campbell, 2000. u prijevodu V. Švaića) prilagođen ovom ženskom uzorku.

## **5. UZORAK VARIJABLI**

Upitnik kojim su mjerene studentice zagrebačkog sveučilišta, sastoji se od 18 čestica. U svakom retku potrebno je zaokružiti stupanj vrijednosti pojedine tvrdnje kojima se efikasnost registrira na 5-stupanjskoj Likertovoj skali: tvrdnja br. 1 – Uopće mi nije važno, tvrdnja br. 2 – Nije mi važno, tvrdnja br. 3 – Nije mi ni važno ni nevažno, tvrdnja br. 4 – Važno mi je, tvrdnja br. 5 – Jako mi je važno. Studentice su mjerene prilikom održavanja natjecanja u kojem sudjeluju, najčešće subotama, nakon odigrane utakmice ili prije početka iste.

## **6. METODE OBRADE PODATAKA**

Za obradu podataka korišten je programski paket STATISTICA 9. Izračunati su parametri deskriptivne statistike za 18 čestica. Podaci su analizirani tako da su određene distribucije odgovora za svaku česticu, kao i distribucije ukupnog rezultata.

## 7. REZULTATI I DISKUSIJA

U tablici 1 nalazi se 18 čestica, postoci pojedinih odgovora (%) te aritmetičke sredine (AS) i standardne devijacije (SD) rezultata u pojedinim česticama upitnika faktora motivacije za vježbanje.

N	Prilikom vježbanja mi je važno....	Uopće mi nije važno	Nije mi važno	Nije mi ni važno ni nevažno	Važno mi je	Jako mi je važno	AS	SD
		Postoci %						
1.	Održavanje ili poboljšanje zdravlja.	-	-	12.72	56.36	30.9	4.18	0.51
2.	Druženje s novim ljudima i upoznavanje novih ljudi.	1.82	-	5.45	54.55	38.18	4.27	0.56
3.	Dobar izgled.	5.45	12.73	30.9	38.18	12.73	3.4	0.87
4.	Opuštanje i zaboravljanje na brige.	1.82	-	3.64	47.27	47.27	4.38	0.58
5.	Učenje novih stvari i razvoj novih vještina.	-	1.82	12.73	54.55	30.9	4.13	0.54
6.	Avantura i uzbuđenje.	3.64	1.82	9.09	49.09	36.36	4.13	0.63
7.	Izlazak iz kuće.	3.64	1.82	23.64	40	30.9	3.93	0.72
8.	Zabavljanje tijekom sportskih aktivnosti.	-	-	7.27	49.09	43.64	4.36	0.56
9.	Održavanje ili smanjenje tjelesne težine.	9.09	9.09	23.64	41.82	16.36	3.47	0.94
10.	Osjećaj živahnosti.	1.82	3.64	18.18	49.09	27.27	3.96	0.60
11.	Osjećaj sigurnosti u sebe i svoje mogućnosti.	3.64	1.82	25.45	43.64	25.45	3.85	0.71
12.	Osjećaj slobode, nezavisnosti te pripadnosti svom timu.	3.64	-	14.55	50.9	30.9	4.05	0.58
13.	Postizanje vrijednih rezultata i pobjeda.	5.45	1.82	30.9	38.18	23.64	3.73	0.81
14.	Jačanje duha i tijela.	-	-	12.73	60	27.27	4.15	0.47
15.	Usvajanje i poštivanje pravila.	5.45	5.45	14.55	56.36	18.18	3.76	0.72
16.	Stvaranje i održavanje discipline.	3.64	3.64	29.09	45.45	18.18	3.71	0.73
17.	Učiti poštovati druge i kad su bolji i kad su lošiji.	-	-	14.55	54.55	30.9	4.16	0.52
18.	Uživanje u natjecanju s drugima.	-	-	14.55	47.27	38.18	4.24	0.58

Iz dobivenih rezultata vidljivo je kako je prilikom vježbanja, približno 95% studentica zagrebačkog sveučilišta najvažnije (važno i jako važno, 47.27% i 47.27%) opuštanje i zaboravljanje na brige. S obzirom da se radi o selekcioniranoj populaciji studentica koje pohađaju različite fakultete, ovo je itekako razumljivo jer je to jedan od načina kojima se te studentice rasterećuju od svakodnevnih obaveza i napora. Gotovo 93% studentica vrlo je važno druženje s novim ljudima te upoznavanje novih ljudi (važno i jako važno, 54.55% i 38.18%) i zabavljanje tijekom sportskih aktivnosti (važno i jako važno, 49.09% i 43.64%). Približno 87% studentica tjelovježbu smatra vrlo bitnom za održavanje i poboljšanje zdravlja te u cilju jačanja duha i tijela. To je itekako pozitivan odnos studentica koje razumiju važnost tjelesnog vježbanja za pravilan razvoj i napredovanje organizma u cijelosti. Važnim i vrlo važnim prilikom vježbanja, 85.45% studentica smatra učenje novih stvari i razvoj novih vještina, učenje poštovati druge i kad su bolji i kad su lošiji, uživanje u natjecanju s drugima te avanturu i uzbuđenje prilikom istog. Iako se ne radi o profesionalnom sportu već rekreativnom bavljenju futsalom, studentice ipak pokazuju naklonost prema natjecanju i nadmetanju s drugima te doživljaj uzbuđenja prilikom istoga. Taj je podatak vrlo pozitivan jer na takav način dolazi do učenja i usvajanja novih vještina i znanja. Približno 31% studentica smatra ni važnim niti nevažnim postizanje vrijednih rezultata i pobjeda kroz bavljenje sportom, kao ni dobar izgled koji se tjelovježbom može ostvariti, dok više od polovice ispitanica (51%) tu stavku smatra vrlo bitnom. Jedna trećina studentica koje smatraju nevažnim postizanje vrijednih rezultata i pobjeda ukazuje na svjesnost studentica o pravim vrijednostima bavljenja sportom. Te se vrijednosti ne mogu uvijek ostvariti kroz rezultate i uspjehe, već su određeni i ovise o mnoštvu drugih faktora kao što su sudjelovanje, upoznavanje ljudi, razmjena iskustva, učenje i razvoj ljudskog bića. Kao bitnu stavku, studentice (82%), također ističu osjećaj slobode, nezavisnosti te pripadnosti svom timu. Ekipni sportovi imaju specifičnu karakteristiku kojom svojim sudionicima omogućuju da osjete bit zajedništva, pomaganja, podrške, empatije, zalaganja i timskog stvaranja. S nešto manjim postotkom (76.36%), studenticama je također važan i osjećaj živahnosti, kao i usvajanje i poštivanje pravila (74.54%). Kako živimo u Svijetu u kojem vladaju norme i pravila, svim je bićima (pa tako i populaciji ovog istraživanja) vrlo bitno da žive, rade i natječu se prema pravilima fair-playa, uzajamnog poštovanja i uvažavanja. Veličine aritmetičkih sredina ukazuju na najveće pozitivne vrijednosti motiva za tjelesnim vježbanjem: opuštanje i zaboravljanje na brige (4.38%) te zabavljanje tijekom sportskih aktivnosti (4.36%). Mjera raspršenosti rezultata pokazuje najmanje vrijednosti čestice broj 14: jačanje duha i tijela, sa vrijednosti od 0.47, dok najveće vrijednosti pokazuje čestica broj 9: održavanje ili smanjenje tjelesne težine (0.94). S obzirom da se natjecanje u futsalu, na temelju kojeg je provedeno istraživanje, održava jedan put tjedno, to je prekratko vrijeme trajanja aktivnosti da bi se njome

utjecalo na regulaciju tjelesne težine. Stoga približno 24% studentica smatra ovu stavku nevažnu kao motiv za tjelesnim vježbanjem. S druge se strane nalazi više od polovice ispitanica (~59%) koje ovaj motiv smatraju važnim. Motiv u kojem su rezultati pokazali najmanje odstupanja jest jačanje duha i tijela prilikom tjelesnog vježbanja. Selekcionirana populacija studentica ima razvijenu svijest o važnosti tjelesnog vježbanja za svoj osobni napredak te kao općeniti cilj postavlja razvoj duha i tijela kroz tjelesno vježbanje.

## 8. ZAKLJUČAK

Zagrebački sveučilišni sportski savez već 4. godinu za redom uspješno organizira sveučilišno Prvenstvo Grada Zagreba u futsalu za žene. Svake godine povećava se broj ekipa te aktivnih sudionica u ovome sportu. Postoji neznatan broj istraživanja u području ženskog futsala. Kako bi se povećala masovnost i kvaliteta u ovome području, vrlo je bitno pronaći načine kako motivirati i aktivirati djevojke/studentice na bavljenje futsalom. Na selekcioniranom uzorku studentica zagrebačkog sveučilišta možemo zaključiti kako je glavni razlog sudjelovanja na natjecanju u futsalu mogućnost opuštanja i zaboravljanja na brige, što pozitivno potvrđuje 95% studentica. Vrlo bitnim u bavljenju sportom studentice smatraju i mogućnost druženja s novim ljudima te upoznavanje novih ljudi, zabavljanje tijekom sportskih aktivnosti, održavanje ili poboljšanje zdravlja te jačanje duha i tijela. Ne čudi pozitivno slaganje u posljednjoj stavci na temelju čega možemo zaključiti kako studentice imaju razvijenu svijest o važnosti bavljenja tjelesnom aktivnošću, što je put do ostvarenja ne samo tjelesnog, već i mentalnog zdravlja.

## 9. LITERATURA

1. Hrvatski nogometni savez (2008) <http://www.mnk-cresnjevo.hr/mnk2/images/stories/01-povijest-futsala.pdf> Skinuto s mreže 4. travnja 2013. g. u 14:27.
2. Ojvan, I. Crofutsal (2011) Ženska ŽMNLV | Glasnik | Broj 1 <http://www.crofutsal.com/zupanijske-lige/zenska-zmnlv/> Skinuto s mreže 2. 4. 2012. 13:21h
3. Zagrebački sveučilišni sportski savez (2013) Sveučilišno prvenstvo grada Zagreba u malom nogometu za žene 2013 [http://zsss.hr/vijest\\_pregled.aspx?id=347](http://zsss.hr/vijest_pregled.aspx?id=347) Skinuto s mreže 4. travnja 2013. u 14:22.