

SPORT

NAUKA I PRAKSA

*Časopis objavljuje originalne naučne i stručne radove,
pregledne članke i patente iz sledećih oblasti*

Teorija sporta

Metodologija

Sportska psihologija

Sociologija sporta

Sportski trening

Biomehanika

Kineziterapija

Sportska medicina

Rekreacija

Fitnes i velnes

Menadžment u sportu

Marketing u sportu

Školski sport

Predškolski sport



Izdavač

Visoka sportska i zdravstvena škola strukovnih studija

Toše Jovanovića 11, Beograd, Srbija

Tel. 011 7550 051

skola@vss.edu.rs; <https://vss.edu.rs/>

Glavni i odgovorni urednik

Dr Ana Krstić, prof. - Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

anakrstic@vss.edu.rs, redakcija@vss.edu.rs

Uređivački odbor

Prof. dr Aleksandar Gadžić - Fakultet za fizičku kulturu i menadžment u sportu, Univerzitet Singidunum, Beograd, Srbija

Dr Branko Bošković, prof. - Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Dr Divna Kekuš, prof. - Visoka zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Dr Dragana Drljačić, prof. - Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Prof. dr Drago Cvijanović - Fakultet za hotelijerstvo i turizam u Vrnjačkoj Banji, Univerzitet u Kragujevcu, Srbija

Dr Dubravko Marić, viši predavač - Visoka zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Prof. dr Dušan Perić - Fakultet za sport i turizam – TIMS, Novi Sad, Univerzitet Educons, Sremska Kamenica, Srbija

Prof. dr Elizabeta Ristanović – Medicinski fakultet Vojnomedicinske akademije, Univerzitet odbrane u Beogradu, Srbija

Prof. dr sc. med. Goran Raden – Opšta bolnica MediGroup, Beograd, Srbija

Dr Jovan Šurbatović, prof. - Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Prof. dr Lenče Aleksovska-Veličkovska – Fakultet za fizičko vaspitanje, sport i zdravlje, Univerzitet "Sv. Kiril i Metodije",
Skoplje, Makedonija

Dr Marija Zegnal Koretić, viši predavač – Međimursko veleučilište u Čakovcu, Hrvatska

Dr Marijana Mladenović, prof. - Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Prof. dr Milivoje Karalejić – Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Prof. dr Miodrag Jevtić - Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Dr Nebojša Ilić, viši predavač - Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Prof. dr sc. med. Nebojša Knežević - Medicinski fakultet Univerziteta u Illinoisu, Čikago, SAD

Prof. dr Nenad Dikić - Fakultet za fizičku kulturu i menadžment u sportu, Univerzitet Singidunum, Beograd, Srbija

Prof. dr Nenad Stojiljković – Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Univerzitet u Nišu, Srbija

Prof. dr Nenad Trunić - Fakultet za fizičku kulturu i menadžment u sportu, Univerzitet Singidunum, Beograd, Srbija

Doc. dr Nevenka Kregar Velikonja – Fakultet zdravstvenih nauka, Univerzitet u Novom mestu, Slovenija

Prim. dr sc. med. Olga Vasović – Opšta bolnica Euromedik, Beograd, Srbija

Dr Predrag Lazarević, prof. - Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Prof. dr Saša Jakovljević - Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Univerzitet u Beogradu, Srbija

Dr Snežana Lazarević, prof. - Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Prof. dr Toplica Stojanović – Fakultet fizičkog vaspitanja i sporta, Univerzitet u Banja Luci, Republika Srpska,
Bosna i Hercegovina

Mr Zoran Gajić – Odbojkaški savez Srbije, Beograd, Srbija

Lektura i korektura

Nada Šironja, prof.

Prevod na engleski

Katarina Ćirić, MA, Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Elektronski časopis

<http://sportnaukaipraksa.vss.edu.rs>

Open source journal

Izlazi polugodišnje

Copyright © 2009 by VSZŠ

All rights reserved

S a d r Ź a j

RAZLIKE U STAVOVIMA UČENICA ČETVRTOG I SEDMOG RAZREDA OSNOVNE ŠKOLE PREMA NASTAVI FIZIČKOG VASPITANJA <i>Milica Vučeraković</i>	1-8
PSIHOMOTORIČKI OBRAZAC ZA NEUROLOŠKU PROCENU REFLEKSA U KARATEU I TEKVONDOU Manuelno mišićno testiranje tokom opterećenja - opšti model <i>Radoš Savić, Maja Kalinović</i>	9-21
MEDIJSKO PREDSTAVLJANJE SPORTISTKINJA NA „RODNO NAJRAVNOPRAVNJIJIM“ OLIMPIJSKIM IGRAMA <i>Tatjana Đukić Živadinović, Marija Vujović</i>	23-31
ULOGA AKUTNOG BOLA PRILIKOM OSTVARIVANJA POZICIJE ZA VEZIVANJE UPOTREBOM SREDSTAVA PRINUDE <i>Srđan Milosavljević, Dragana Drljačić, Sreten Srećković</i>	33-36
DIGITALNE NAVIKE PRIPADNIKA GENERACIJE Z – STUDENATA SPORTSKIH SMEROVA <i>Ivana Markov Čikić, Aleksandar Ivanovski</i>	37-43
UPUTSTVO ZA AUTORE.	45-48

Originalni naučni rad

RAZLIKE U STAVOVIMA UČENICA ČETVRTOG I SEDMOG RAZREDA OSNOVNE ŠKOLE PREMA NASTAVI FIZIČKOG VASPITANJA¹

UDK: 316.644-057.874-055.25:796

371.3::796

DOI: 10.5937/snp12-1-35853

Milica Vučeraković^{2 3}

Filozofski fakultet Nikšić, Univerzitet Crne Gore, Podgorica, Crna Gora

Apstrakt: Cilj ovog istraživanja je utvrđivanje razlika u stavovima učenica četvrtog i sedmog razreda osnovne škole prema nastavi fizičkog vaspitanja. Istraživanje je transverzalnog karaktera i obavljeno je u Osnovnoj školi „Oktoih” u Podgorici. Uzorak ispitanika čini 50 učenica pomenute osnovne škole. Učenice su podeljene na dva subuzorka prema starosnom kriterijumu, odnosno razredu koji pohađaju. Prvi subuzorak čini 25 učenica četvrtog razreda, a drugi 25 učenica sedmog razreda. U ovom istraživanju upotrebljen je anonimni standardizovani anketni upitnik, prilagođen potrebama ovog istraživanja. Devojkama su podeljeni anketni upitnici i objašnjeno im je na koji način ih popunjavaju. Upitnici su pregledani, a dobijeni rezultati obrađeni deskriptivno i prikazani tabelarno. Hi-kvadrat test ($p < 0.05$) je korišćen za utvrđivanje statistički značajnih razlika u odgovorima između učenica četvrtog i sedmog razreda. Rezultati su pokazali da postoje statistički značajne razlike u omiljenim mestima za izvođenje nastave fizičkog vaspitanja i u zadovoljstvu kvalitetom nastave pomenutog predmeta.

Ključne reči: *nastava, fizičko vaspitanje, učenice, stavovi*

UVOD

Fizičko vaspitanje je sistematski organizovan i planski vođen proces sticanja motoričkih veština, znanja i sposobnosti, jačanja zdravlja i razvoja psiho-fizičkih snaga i sposobnosti učenika (Krulj i sar., 2001). Osnovni cilj nastave fizičkog vaspitanja u školama je da svojim sadržajima kroz vaspitno-obrazovni proces utiče na integralni razvoj ličnosti deteta (Nikolić, 2019). Nastava ovog predmeta ima uticaja na formiranje celokupne ličnosti deteta, što se ogleda i u njenim zadacima, kao što su: podsticanje rasta i razvoja, usvajanje određenih znanja, veština i navika, formiranje moralno-voljnih kvaliteta ličnosti, sticanje i razvijanje svesti o potrebi čuvanja zdravlja i zaštiti prirode i čovekove životne sredine (Višnjić i sar., 2004).

Poznato je da fizičko vaspitanje važi za jedan od omiljenih školskih predmeta, pogotovo među učenikima mlađih razreda osnovne škole (Šekeljić i Stamatović, 2011; Đorđić i Tumin, 2008). Neki od razloga za to svakako jesu prirodna težnja deteta da bude aktivno, igra se i ispolji svoju kreativnost, za šta mu najviše mogućnosti pruža upravo nastava ovog predmeta. Ipak, nemaju svi učenici pozitivne stavove prema nastavi ovog predmeta. U nastavnoj praksi, to najuočljivije postaje u periodu ulaska u adolescenciju, pogotovo kod devojčica. Kod velikog broja adolescentkinja, javlja se pad interesovanja za nastavu ovog predmeta (Dunjić-Mandić, 2007; Arabaci, 2009). Jedan od razloga za izbegavanje fizičkog vaspitanja može biti neprilagođenost nastavnih sadržaja uzrastu, interesovanjima i potrebama devojčica, pa pomenuti predmet počinju da doživljavaju kao „muški predmet” (Arabaci, 2009) i neretko izbegavaju bilo kakvu aktivnost vezanu za isti, što sa sobom nosi mnogo štetnih posledica po njihovo zdravstveno

¹ Rad primljen: 13.1.2022, korigovan: 13.2.2022, prihvaćen za objavljivanje: 23.2.2022.

² Milica Vučeraković je studentkinja master studija na Filozofskom fakultetu u Nikšiću.

³ ✉ milicavucerakovic@gmail.com

stanje. Kako bi adolescenti upražnjavali fizičku aktivnost, a time i osetili pozitivne efekte fizičke aktivnosti i vežbanja, potrebno je razvijanje pozitivnih stavova prema nastavi fizičkog vaspitanja.

Kod adolescenata, stavovi se formiraju i pod uticajem nekih njihovih unutrašnjih predstava i pod uticajem sredine, a time i grupa sa kojima su u interakciji, najviše vršnjaka (Stojaković, 2002). Pogotovo adolescencija važi za period kada mišljenja grupe kojoj pripadaju postaju naročito važna (Koca et al., 2005). Upravo zbog toga, devojčice koje inače imaju pozitivne stavove prema nastavi fizičkog vaspitanja, da bi bile prihvaćene u društvu od strane vršnjakinja, postaju sklone promeni tog svog stava. Činjenica je da stavovi prema ovom predmetu zavise od pola i uzrasta učenika. Fizičko vaspitanje i sport uopšte, tradicionalno se shvataju kao muške oblasti i u škole se uvode najpre za dečake, a po uzoru na njih, krajem XIX veka, i za devojčice (Đorđić i Tumin, 2008). Čak su i učešća na sportskim takmičenjima u početku bila rezervisana samo za muškarce, dok su žene kasnije dobile pravo učešća. Danas se žene takmiče ravnopravno, u mnogim disciplinama i u gotovo svakom sportu. Ipak, kod devojaka u adolescenciji je i dalje prisutno verovanje da je bavljenje sportom, makar samo na časovima fizičkog vaspitanja, kao i sportsko ponašanje uopšte, povezano sa „muškošću” (Arabaci, 2009). Šekeljić i sar. (2012) utvrdili su razlike u interesovanjima i stavovima učenika i učenica, što znači da je potrebna drugačija koncepcija nastave fizičkog vaspitanja u onom segmentu koji se odnosi na nastavne programe. Stav prema nastavi fizičkog vaspitanja na indirektan način može ukazivati na kvalitet realizovane nastave, a pozitivne stavove je moguće formirati i kroz razne zanimljive sadržaje (Dragutinović & Mitrović, 2019).

Pozitivni stavovi prema nastavi fizičkog vaspitanja doveli bi i do češćeg upražnjavanja fizičke aktivnosti, što bi uticalo na skladnost fizičkog i mentalnog razvoja devojčica i adolescentkinja. S obzirom na to, predmet ovog rada jesu upravo stavovi učenica četvrtog i sedmog razreda osnovne škole prema nastavi fizičkog vaspitanja. Osnovni cilj ovog rada je da se utvrde razlike u stavovima učenica četvrtog i učenica sedmog razreda prema nastavi ovog predmeta, kao i da li te razlike zavise od uzrasta. Da bi se to postiglo, ispitaćemo da li devojčice sa zadovoljstvom odlaze na časove fizičkog, šta najviše vole da rade na tim časovima, da li su zadovoljne nastavom pomenutog predmeta u svojoj školi, koje igre im se posebno dopadaju i tome slično.

METOD

Cilj

Cilj ovog rada je utvrditi razlike u stavovima učenica četvrtog razreda i učenica sedmog razreda prema nastavi ovog predmeta.

Zadaci

Iz navedenog cilja proističu sledeći zadaci:

- Utvrditi stavove učenica četvrtog razreda prema nastavi fizičkog vaspitanja
- Utvrditi stavove učenica sedmog razreda prema nastavi fizičkog vaspitanja

Hipoteze

U skladu sa navedenim ciljem i zadacima istraživanja, postavlja se jedna glavna (Hg) i dve sporedne (H1 i H2) hipoteze:

Hg –Pretpostavlja se da postoje razlike u stavovima učenica četvrtog razreda i učenica sedmog razreda prema nastavi ovog predmeta

H1 –Pretpostavlja se da učenice četvrtog razreda imaju pozitivne stavove prema nastavi fizičkog vaspitanja

H2 –Pretpostavlja se da učenice sedmog razreda imaju negativne stavove prema nastavi fizičkog vaspitanja.

Uzorak

Uzorak u ovom istraživanju sačinjen je od 50 ispitanica, učenica Osnovne škole „Oktoih” u Podgorici, a isti je podeljen na dva subuzorka. Prvi subuzorak sačinjava 25 učenica četvrtog razreda, a drugi 25 učenica sedmog razreda pomenute osnovne škole. Istraživanje je transverznog karaktera i sprovedeno je u jednom danu, početkom juna 2021. godine.

Tehnike

Od istraživačkih tehnika upotrebljena je tehnika anketiranja. Anketiranje je bilo anonimno. Kao instrument, upotrebljen je standardizovani anketni upitnik (Dzibric et al., 2011; Dragutinovic & Mitrovic, 2019), koji je modifikovan i prilagođen istraživanju (Anketni upitnik 1). Ovaj upitnik se sastoji od osam pitanja i sva pitanja su zatvorenog tipa. Devojkicama su podeljeni anketni upitnici i objašnjeno im je na koji način ih popunjavaju.

Anketni upitnik 1

Ovo je anonimni anketni upitnik koji služi u svrhe izrade naučnog rada. Čitaj pažljivo, odgovori iskreno i ne upisuj ništa što bi moglo da otkrije tvoj identitet (NE UPISUJ ime, prezime, odjeljenje niti bilo šta slično).

Pol **M Ž**

Razred **IV VII**

1. Da li sa zadovoljstvom odlaziš na časove fizičkog vaspitanja?

a) Da b) Ne

2. Šta najviše voliš da radiš na časovima fizičkog vaspitanja?

a) Trčim b) Igram igre c) Vježbam

3. Koliko si zadovoljan/a nastavom fizičkog vaspitanja u svojoj školi?

a) Potpuno b) Djelimično c) Nezadovoljan sam

4. Da li misliš da vježbanje i igranje na časovima fizičkog vaspitanja pozitivno utiče na zdravstveno stanje i razvitak učenika?

a) Koristi zdravlju b) Ne koristi zdravlju c) Šteti zdravlju

5. Da li bi više volio/voljela da imaš:

a) Lijepu i modernu odjeću b) Zdravo i razvijeno tijelo

6. Šta je za tebe važnije?

a) Da pravilno izvodim vježbe iz fizičkog b) Da tačno rješavam zadatke iz matematike

c) I jedno i drugo

7. Koje igre ti se posebno dopadaju?

a) Igre u učionici b) Igre u dvorištu c) Igre u sali

8. Kada bio/la u prilici da nešto promijeniš u nastavi fizičkog vaspitanja, mijenjao/la bi?

a) Ništa b) Uslove c) Program

Nakon sprovedenog postupka anketiranja, upitnici su pregledani, a dobijeni rezultati su obrađeni deskriptivno i prikazani tabelarno (u procentima). Statistički značajne razlike u varijablama s obzirom na uzrast utvrđene su Hi-kvadrat testom sa nivoom značajnosti od $p < 0.05$.

REZULTATI

U Tabeli 1 prikazani su odgovori učenica četvrtog razreda na pitanja postavljena priloženim anketnim upitnikom. Vrednosti rezultata su prikazani brojčano i procentualno.

Tabela 1. Stavovi učenica četvrtog razreda prema nastavi fizičkog vaspitanja

Pitanja	Odgovori	Broj	Procenat
1. Da li sa zadovoljstvom odlaziš na časove fizičkog vaspitanja?	a) da	22	88%
	b) ne	3	12%
2. Šta najviše voliš da radiš na časovima fizičkog vaspitanja?	a) Trčim	5	20%
	b) Igram igre	13	52%
	c) Vježbam	7	28%
3. Da li ste zadovoljni nastavom fizičkog vaspitanja u vašoj školi?	a) Potpuno	15	60%
	b) Djelimično	8	32%
	c) Nezadovoljan/a sam	2	8%
4. Da li misliš da vježbanje i igranje na časovima fizičkog vaspitanja pozitivno utiče na zdravstveno stanje i razvitak učenika?	a) Koristi zdravlju	22	88%
	b) Ne koristi zdravlju	3	12%
	c) Šteti zdravlju	0	0%
5. Da li bi više volio/voljela da imaš:	a) Lijepu i modernu odjeću	4	16%
	b) Zdravo i razvijeno tijelo	21	84%
6. Šta je za učenika bolje?	a) Da pravilno izvodi vježbe iz fizičkog	7	28%
	b) Da tačno rješava zadatke iz matematike	7	28%
	c) I jedno i drugo	11	44%
7. Koje igre ti se posebno dopadaju?	a) Igre u učionici	5	20%
	b) Igre u dvorištu	8	32%
	c) Igre u sali	12	48%
8. Kada biste bili u prilici da nešto mijenjate u nastavi fizičkog vaspitanja, mijenjali biste?	a) Ništa	12	48%
	b) Uslove	5	20%
	c) Program	8	32%

Posmatrajući Tabelu 1, uviđamo da je većina učenica četvrtog razreda (88%) na prvo pitanje odgovorila da sa zadovoljstvom odlazi na časove fizičkog vaspitanja. Ostatak devojčica je izrazio negativan stav prema časovima ovog predmeta (12%). Ono što najviše vole na časovima jesu igre – njih 52% odgovorilo je da su im to omiljene aktivnosti, dok su vežbanje (28%) i trčanje (20%) aktivnosti koje interesuju manji broj devojčica iz četvrtog razreda. Što se tiče zadovoljstva nastavom fizičkog vaspitanja, većim delom su zadovoljne organizacijom ovih časova (60%), ali postoje i one koje su delimično zadovoljne (32%) i one koje su nezadovoljne (8%). Da su devojčice ovog uzrasta svesne o značaju ovog predmeta za zdravlje i sveukupan razvoj, ukazuju odgovori koje su učenice dale na četvrto i peto pitanje. Njih 88% shvata da nastava fizičkog vaspitanja pozitivno utiče na zdravlje, dok je manji deo njih odgovorio da nastava ovog predmeta ne doprinosi zdravlju (12%), a nije bilo onih koje misle da šteti zdravlju (0%). Peto pitanje takođe ukazuje da veći deo devojčica razume važnost pravilnog razvoja i rasta, pa je tako njih 84% odgovorilo da želi zdravo i razvijeno telo, dok bi 16% njih izabralo lepu i modernu odeću. Odgovorom na šesto pitanje, učenice četvrtog razreda izjednačile su značaj pravilnog rešavanja zadataka iz matematike i pravilnog izvođenja vežbi na časovima fizičkog vaspitanja (po 24%), dok je njih 44% odgovorilo da je i jedno i drugo podjednako važno. Što se tiče najpogodnijeg ambijenta za izvođenje nastave fizičkog vaspitanja, većina devojčica izabrala je fiskulturnu salu (48%). Igre u dvorištu izabralo je 32%, a igre u učionici 20% učenica

četvrtog razreda. Celokupno zadovoljstvo nastavom ovog predmeta iskazano je odgovorom na poslednje pitanje. Dvanaest devojčica (48%) odgovorilo je da ne bi menjalo ništa u nastavi ovog predmeta, osam (32%) bi menjalo program, a pet (20%) bi menjalo uslove.

U Tabeli 2 prikazani su odgovori učenica sedmog razreda na pitanja postavljena priloženim anketnim upitnikom. Vrednosti rezultata su prikazani brojačno i procentualno.

Tabela 2. Stavovi učenica sedmog razreda prema nastavi fizičkog vaspitanja

Pitanja	Odgovori	Broj	Procenat
1. Da li sa zadovoljstvom odlaziš na časove fizičkog vaspitanja?	a) da	15	60%
	b) ne	10	40%
2. Šta najviše voliš da radiš na časovima fizičkog vaspitanja?	a) Trčim	5	20%
	b) Igram igre	14	56%
	c) Vježbam	6	24%
3. Da li ste zadovoljni nastavom fizičkog vaspitanja u vašoj školi?	a) Potpuno	9	36%
	b) Djelimično	10	40%
	c) Nezadovoljan/a sam	6	24%
4. Da li misliš da vježbanje i igranje na časovima fizičkog vaspitanja pozitivno utiče na zdravstveno stanje i razvitak učenika?	a) Koristi zdravlju	19	76%
	b) Ne koristi zdravlju	6	24%
	c) Šteti zdravlju	0	0%
5. Da li bi više volio/voljela da imaš:	a) Lijepu i modernu odjeću	9	36%
	b) Zdravo i razvijeno tijelo	16	64%
6. Šta je za učenika bolje?	a) Da pravilno izvodi vježbe iz fizičkog	6	24%
	b) Da tačno rješava zadatke iz matematike	9	36%
	c) I jedno i drugo	10	40
7. Koje igre ti se posebno dopadaju?	a) Igre u učionici	0	0%
	b) Igre u dvorištu	3	12%
	c) Igre u sali	22	88%
8. Kada biste bili u prilici da nešto mijenjate u nastavi fizičkog vaspitanja, mijenjali biste?	a) Ništa	10	40%
	b) Uslove	3	12%
	c) Program	12	48%

Kod odgovora na prvo pitanje, broj i procenat učenica sedmog razreda koje sa zadovoljstvom odlaze na časove fizičkog vaspitanja znatno je drugačiji u poređenju sa učenicama četvrtog razreda. Petnaest učenica (60%) odgovorilo je *da*, a deset (40%) *ne*. Tolika razlika se može pripisati upravo tvrdnjama koje idu u prilog pretpostavci da kod devojčica s ulaskom u adolescenciju slabi interesovanje za časove fizičkog vaspitanja (Arabaci, 2009; Đorđić i Tumin, 2008; Rowland, 1999). Kao i kod učenica četvrtog razreda, najviše učenica sedmog razreda voli igre tokom ovih časova (56%), a vežbanje (24%) i trčanje (20%) nešto manje. Odgovorom na treće pitanje, učenice sedmog razreda su iskazale da nisu u potpunosti (tj. da su delimično) zadovoljne organizacijom nastave ovog predmeta (40%), u potpunosti je zadovoljno 36%, a nezadovoljno čak 24% (što je čak triput više nego kod učenica četvrtog razreda). Njihovi odgovori vezani za uticaj ovog predmeta na zdravlje i razvoj, dali su uvid u to da i učenice sedmog razreda znaju za benefite koje upražnjavanje fizičkih aktivnosti donosi sa sobom. Na četvrto pitanje njih 76% odgovorilo je pozitivno, dok ostatak (24%) misli da fizička aktivnost ne doprinosi zdravlju. One su i kod petog pitanja, gde je trebalo da odluče između zdravlja i mode, većinom odgovorile pozitivno (64%), dok je njih 36% prioritet dalo lepoj i modernoj odeći. Prilikom odgovaranja na šesto pitanje, učenice sedmog razreda prednost daju rešavanju zadataka iz matematike (36%), dok je 24% izabralo pravilno izvođenje vežbi iz fizičkog. Ipak, najviše njih smatra da je i jedno i drugo podjednako važno (40%). Na sedmo pitanje je čak 88% učenica

sedmog razreda odgovorilo da najviše voli igre u sali, dok ostale (12%) preferiraju igre u dvorištu. Ova razlika je očekivana i može se pripisati tome da je uobičajena praksa da se nastava fizičkog vaspitanja u višim razredima osnovne škole dosta retko održava u dvorištu, a gotovo nikad se ne održava u učionici, što je i razumljivo, zbog složenosti sadržaja koji se u tim razredima obrađuju. Kod osmog pitanja, čak 48% sedmakinja je odgovorilo da bi u nastavi fizičkog vaspitanja menjalo program, što ide u prilog pretpostavci da su sadržaji viših razreda nedovoljno prilagođeni devojkama.

U Tabeli 3 su dati rezultati Hi kvadrat testa za male i nezavisne uzorke sa statističkom značajnošću $p < 0,05$.

Tabela 3. Rezultati Hi kvadrat testa za male i nezavisne uzorke

Variable	Sig.
1. Da li sa zadovoljstvom odlaziš na časove fizičkog vaspitanja?	.009
2. Šta najviše voliš da radiš na časovima fizičkog vaspitanja?	.830
3. Da li ste zadovoljni nastavom fizičkog vaspitanja u vašoj školi?	.059
4. Da li misliš da vježbanje i igranje na časovima fizičkog vaspitanja pozitivno utiče na zdravstveno stanje i razvitak učenika?	.127
5. Da li bi više volio/voljela da imaš:	.111
6. Šta je za učenika bolje?	.967
7. Koje igre ti se posebno dopadaju?	.002
8. Kada biste bili u prilici da nešto mijenjate u nastavi fizičkog vaspitanja, mijenjali biste?	.365

Legenda: Sig.– Značajnost razlike Hi kvadrat testa

Ono što se može zaključiti na osnovu Tabele 3 jeste da se statistički značajne razlike među učenicama četvrtog i učenicama sedmog razreda javljaju u odgovorima na prvo (*Da li sa zadovoljstvom odlaziš na časove fizičkog vaspitanja?*) i sedmo pitanje (*Koje igre ti se posebno dopadaju?*). Što se tiče prvog pitanja, statistički značajne razlike se javljaju u korist devojčica iz četvrtog razreda. Sa druge strane, sedmo pitanje je vezano za ambijent u kojem se održavaju časovi fizičkog. Tu kod oba subuzorka preovladavaju igre u sali, s tim da je procenat učenica četvrtog razreda koje su se odlučile za taj odgovor 48%, a učenica sedmog razreda za 40% veći (88%).

DISKUSIJA

Stavovi devojaka prema nastavi ovog predmeta se menjaju kako im se uzrast povećava, što pokazuju i neke studije (Arabaci, 2009; Smoll & Schutz, 1980). Učenice četvrtog razreda uglavnom imaju pozitivne stavove prema fizičkom vaspitanju (Šekeljić i Stamatović, 2011; Šekeljić i sar., 2012), što je pokazano i ovim istraživanjem. Sa druge strane, učenice viših razreda uglavnom imaju negativne stavove prema ovom predmetu (Arabaci, 2009). I ovo istraživanje je pratilo trend pogoršanja stavova prema nastavi fizičkog vaspitanja s povećanjem uzrasta – veći broj učenica četvrtog razreda ima pozitivne stavove prema nastavi pomenutog predmeta, dok je broj takvih učenica u sedmom razredu manji. Ovo se može pripisati ulasku u adolescenciju učenica sedmog razreda, nedovoljnoj prilagođenosti sadržaja njihovim interesovanjima i potrebama, kao i njihovoj želji da se što bolje uklope u grupu vršnjaka. Zabrinjavajući su podaci da čak 40% ispitanih učenica sedmog razreda ne odlazi sa zadovoljstvom na nastavu fizičkog vaspitanja, a zapostavljanje fizičkog vaspitanja umanjuje kvalitet obrazovanja i ima negativne posledice po javno zdravlje i zdravstveni budžet u budućnosti (Đorđić i Tumin, 2008). To može biti uslovljeno nekim njihovim uverenjima o nastavi pomenutog predmeta. Žena se posmatra kao intuitivno, saosećajno i nežno biće, usmereno na brak i zasnivanje porodice i veruje se da „muško” bavljenje sportom narušava njenu ženstvenost (Đorđić i Tumin, 2008), pa je moguće da su pojedine učenice sedmog razreda pod uticajem sredine stekle takva uverenja. Sa druge strane, nezadovoljstvo učenica nastavom fizičkog vaspitanja može zavisiti i od nastavnika, tj. njegove spremnosti i inovativnosti (Martinović i Branković, 2012).

Sadržaji koji se obrađuju u nastavi fizičkog vaspitanja prema Predmetnom programu za osnovnu školu (2011) naizgled su prilagođeni uzrastu i polu učenika, ali nastavna praksa pokazuje da se fudbal mnogo više obrađuje i

igra nego moderni plesovi, recimo. Verovatno je da fudbal neće biti naročito zanimljiv devojkama, ali zato bi valjalo povećati broj časova na kojima se rade moderni plesovi ili nešto drugo za šta se ispostavi da im je zanimljivo. Tome u prilog ide i činjenica da je 48% učenica sedmog razreda odgovorilo da bi, kada bi imale priliku da nešto menjaju, promenile program.

U ovom radu utvrđene su razlike u stavovima učenica četvrtog razreda i stavovima učenica sedmog razreda osnovne škole prema nastavi fizičkog vaspitanja. Rezultati su pokazali da postoje statistički značajne razlike u omiljenim mestima za izvođenje nastave fizičkog vaspitanja i u zadovoljstvu kvalitetom nastave pomenutog predmeta.

ZAKLJUČAK

Značaj ovog istraživanja ogleda se u informisanju nastavnika o stavovima učenica prema nastavi fizičkog vaspitanja. Dobijeni rezultati mogu dati uvid nastavnicima u trenutno stanje koje se tiče stavova učenica prema nastavi fizičkog vaspitanja, te tako doprineti unapređivanju vaspitno-obrazovne prakse.

Nastavni predmet koji može uticati na pravilan mentalni i fizički razvitak dece i mladih svakako je fizičko vaspitanje. Kvalitetna nastava fizičkog vaspitanja, adekvatan izbor nastavnih sadržaja i pozitivni stavovi prema nastavi fizičkog vaspitanja osnov su za bavljenje fizičkom aktivnošću i sportom, ne samo u detinjstvu i adolescenciji, već i tokom čitavog života. Izbor i strukturu nastavnih sadržaja fizičkog vaspitanja u osnovnoškolskom uzrastu trebalo bi prilagoditi uzrastu, interesovanjima, potrebama i polu deteta. Zbog toga je važno da nastavnici prilagode sadržaje i učine nastavu zanimljivijom učenicima oba pola, kako bi učenici (a naročito učenice viših razreda) razvili pozitivne stavove prema nastavi fizičkog vaspitanja i tako shvatili da ovaj predmet u velikoj meri utiče ne samo na njihov izgled, već i na njihovo zdravlje.

LITERATURA

1. Arabaci, R. (2009). Attitudes toward physical education and class preferences of Turkish secondary and high school students. *Elementary Education Online*, 8(1), 2–8.
2. Dragutinovic, K., & Mitrovic, M. (2019). Differences in the attitudes of fourth grade pupils of the elementary school according to the teaching of physical education in terms of gender. *Journal of Anthropology of Sport and Physical Education*, 3(1), 29–34.
3. Dunjić-Mandić, K. (2007). Profesionalne preferencije maturanata gimnazije. *Škola i profesija*, (69–81). Niš: Filozofski fakultet.
4. Dzibric, D., Dedic, V., & Bojic, A. (2011). Differences in Preferences towards Sport and Activity in Primary School Students. *Sport Mont*, 9(31–32–33), 31–35.
5. Đorđić, V., i Tumin, D. (2008). Da li su devojčice 'problem' u nastavi fizičkog vaspitanja? *Pedagogija*, 63(4), 652–665.
6. Koca, C., Asci, F. H., & Demirhan, G. (2005). Attitudes Toward Physical Education And Class Preferences of Turkish Adolescents in Terms of School Gender Composition. *Adolescence*, 40(158), 365–375.
7. Krulj, R., Kačapor, S., i Kulić, R. (2001). *Pedagogija*. Beograd: Svet knjige.
8. Martinović, D., i Branković, D. (2012). Uloga nastavnika u procesu fizičkog vaspitanja. *Sport Mont*, 9(34–35–36), 100–104.
9. Nikolić, I. (2019). Uticaj sporta i fizičkog vaspitanja na rast, razvoj i zdravlje dece školskog uzrasta. *Poslovna ekonomija*, 8(1), 47–62.
10. *Predmetni program, Fizičko vaspitanje* (2011). Podgorica: Zavod za školstvo Crne Gore.
11. Rowland, T. W. (1999). Adolescence: A „risk factor“ for physical inactivity. *President's Council on Physical Fitness and Sports*, 3(6), 1–8.
12. Smoll, F. L., & Schutz, R. W. (1980). Children's attitudes toward physical activity: A longitudinal analysis. *Journal of Sport Psychology*, 2(2), 137–147.
13. Stojaković, P. (2002). *Pedagoška psihologija I*. Banja Luka: Filozofski fakultet.
14. Šekeljić, G., i Stamatović, M. (2011). Stavovi i interesovanje učenica za nastavne sadržaje i nastavu fizičkog vaspitanja. *Sport Mont*, 9(28–29–30), 132–139.

15. Šekeljić, G., Stamatović, M., i Marković, Ž. (2012). Ima li razlika među polovima u stavovima i interesovanjima za nastavne sadržaje i nastavu fizičkog vaspitanja? *Zbornik radova Učiteljskog fakulteta* (229–242). Užice: Učiteljski fakultet.
16. Višnjić, D., Jovanović, A. I., i Miletić, K. (2004). *Teorija i metodika fizičkog vaspitanja*. Beograd: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.

Originalni naučni rad

PSIHOMOTORIČKI OBRAZAC ZA NEUROLOŠKU PROCENU REFLEKSA U KARATEU I TEKVONDOU

Manuelno mišićno testiranje tokom opterećenja - opšti model¹

UDK: 796.853.26.012.1/.2
796.856.012.1/.2
DOI: 10.5937/snp12-1-37984

Radoš Savić²

Klub borilačkih veština Egami centar svedok - Major Kirjejev, Beograd, Srbija

Maja Kalinović

Physio Plus Rödermark GmbH, Rödermark, Nemačka

Apstrakt: Refleks je nevoljna reakcija nervnog sistema na unutrašnje i spoljašnje podražaje. On je kod sportista dobrim delom narušen i predstavlja ozbiljan problem. Psihomotorički obrazac za neurološku procenu refleksa u karateu, tekvondou i drugim borilačkim veštinama bazira se na zakonima fiziologije, neurologije i biomehanike. Obrazac možemo definisati kao neodvojivu celinu fizičkog (motornog), psihičkog (mentalno-emocionalnog) i energetskog faktora, pri manuelnom mišićnom testiranju pod opterećenjem za procenu tonusa mišića, što predstavlja predmet ovog rada. Cilj rada je utvrđivanje neurološke refleksne aktivnosti mišića sportista u procesu opterećenja radi potpunijeg iskorišćavanja njihovih potencijala. Istraživanje reakcije perifernog nervnog sistema se zasnivalo na proceni refleksa ispitanika aktivnih sportista N = 50 i slučajnih uzoraka N = 50, kao i poređenju podataka. Rezultati su otkrili narušenost inervacije mišića kod sportista 46% i slučajnih uzoraka 50%. Zaključak je da tonus mišića skoro i ne zavisi da li se neko bavi sportom ili ne, a sa druge strane upozorava da je neophodno uravnotežiti nervni sistem. Dakle, vraćanjem biološko povratnih informacija, adekvatnom reakcijom nervnog sistema poboljšava se zdravstveno stanje i proces vežbanja sportiste. Autori daju model testiranja pre početka vežbanja, koji ima osnovnu ulogu prevencije tonusa mišića i ključnu ulogu kao čuvara prirodnog funkcionisanja čoveka.

Ključne reči: *psihomotorički obrazac, ispitivanje refleksa, neurodinamika, karate, tekvondo*

UVOD

„Čovek upravlja pokretom, ali ne može tonusom mišića“ (Васильева, 2018).

Okosnica ovog rada jeste funkcionalna neurologija koja se bazira na najnovijim naučnim istraživanjima iz medicine, biomehanike i psihologije. Psihomotorički obrazac za neurološku procenu refleksa u karateu, tekvondou i drugim borilačkim veštinama bazira se na zakonima fiziologije, neurologije i biomehanike. Psihomotorički obrazac za neurološku procenu refleksa za manuelno mišićno testiranje pod opterećenjem se zasniva na neurofiziološkim osnovama kontrakcija mišića i sistemu motoričkog refleksa, uključujući miotatski refleks, kao i obrnuti miotatski refleks. Obrazac možemo definisati kao neodvojivu celinu fizičkog (motornog), psihičkog (mentalno-emocionalnog) i energetskog faktora, pri manuelnom mišićnom testiranju

¹ Rad primljen: 22.10.2021, korigovan: 26.11.2021, 9.2.2022, 11.3.2022, prihvaćen za objavljivanje: 14.3.2022.

² ✉ radossavic@teachers.org

pod opterećenjem za procenu tonusa mišića, što predstavlja predmet ovog rada. Obrazac ima primarnu funkcionalnu ulogu pri ustanovljavanju pravilne inervacije mišića i samog testiranja pri opterećenju. Tokom decenijskog traganja, pre svega, ruskim neurologa uočeni su uzroci problema: standardnim neurološkim testiranjem u mirovanju nemoguće je otkriti nefunkcionalni mišić. Medicinska kineziologija, na čelu sa vodećim ruskim akademikom, neurologom dr Ljudmilom Vasiljevom, daje rešenja za neurodinamiku tela (Васильева, 2013). Da bi se pokrenuli napred, po rečima Bojanina (2016), „u samoj osnovi za prihvatanje novih saznanja neophodno je promeniti mišljenje“.

Osnovni problem je nepostojanje univerzalnog psihomotoričkog obrasca za manuelno mišićno testiranje pri opterećenju. Imajući u vidu činjenicu da je čovek, pre svega, vizuelno biće nameće nam se pitanje, kako znati gde „ne rade“ mišići ako ne daju kliničku bol. Ovo uključuje neurološko ispitivanje. Kako posmatrati ispitanika - pre, tokom i posle testiranja. Potrebno je proceniti fizičke, psihičke i energetske znakove - neurodinamički status. Neurološko ispitivanje predstavlja osnovu u ustanovljavanju psihomotoričkog obrasca za neurološku procenu refleksa tokom opterećenja u karateu, tekvondou, drugim borilačkim veštinama i sportu uopšte (Ахмедова et al., 2015).

Psihomotorički obrazac za neurološku procenu refleksa je od suštinske važnosti. Zašto? Zato što je psihofizički faktor neodvojiv. Sam obrazac je neodvojiva celina i na tom principu se i zasniva. U sebi sadrži tri testa: *fizički* (motorni), *psihički* (mentalno-emocionalni) i *energetski* test. Psihomotorički obrazac je neodvojiva fizička, psihička i energetska celina normalizacije i aktivacije refleksnih obrazaca mišića perifernog nervnog sistema. Podrazumeva preventivu koja se ogleda u stabilizaciji tela pre nego što se doživi narušenost refleksnog obrasca i pre no što se doživi sindrom bola. Ne možemo da ne postavimo osnovno pitanje: *Da li mišići daju odgovore na naša pitanja?* Ako je odgovor „da“, nameće se pitanje „kako“? Tako što se mišić koristi kao indikator (osnovni princip) (Васильева, 2018). Da bismo došli do odgovora, neophodno je krenuti činjenicom da je nervni sistem jedan od najsloženijih i najtajanstvenijih struktura ljudskog tela. Nauka nam je dala mnoge odgovore zasebno, ali kao sintezu fiziologije, neurologije, biologije, biomehanike, psihologije imamo *medicinu budućnosti – medicinsku kineziologiju*, koja nam otvara nove vidike i daje adekvatna rešenja. Novi metod, neurodinamičko modeliranje pokreta je još jedan korak u razvoju „dinamičke proprioceptivne korekcije“. U njemu se pridržavanjem zakona biomehanike i neurodinamike još više produbio pristup manuelnom mišićnom testiranju, što je omogućilo povećanje efikasnosti upotrebe metoda proprioceptivne korekcije, koji se sastoji od statičkih i dinamičkih pokreta (vežbi).

Autori ovog rada smatraju da nije problem u standardnom pristupu testiranja i netestiranja i naučnim istinama, nego u našim ubeđenjima i određenim obrascima i ugla gledanja. Zato, sam inovativni pristup u karateu i tekvondou, kao i drugim borilačkim veštinama je samo primena novih saznanja i znanja u cilju adaptacije nervnog sistema na opterećenje. Od vitalnog značaja za formiranje opšteg *Psihomotoričkog obrasca za neurološku procenu refleksa*, pod opterećenjem kod manualnog testiranja mišića u mestu i pokretu u ovom radu jeste ogledalo funkcionalne neurologije. Problematika koja se razmatra u ovom radu delimično nije poznata u našoj praksi s aspekta manualnog mišićnog testiranja pod opterećenjem za neurološku procenu refleksa, a sa druge strane velika je nepoznanica kod stručnih lica u sportu uopšte.

„U primenljivoj kineziologiji procenjuje se refleks pokreta (manuelna procena refleksne sposobnosti nervnog sistema u uslovima opterećenja kako bi adekvatno reagovao na mehanički, hemijski i emocionalni uticaj). Ovo je od velikog značaja za sportsku rehabilitaciju, pošto se reakcija nervnog sistema procenjuje ne u mirovanju, već u procesu opterećenja“ (Ахмедова et al., 2015, p. 8)³. Ispitivanje biomehaničkih pokreta nisu samo logično-metodološki procesi, već i specifični psihološki i energetski procesi (Savić, 1997). Novija istraživanja umnogome menjaju naše doskorašnje stavove i doskorašnja znanja o funkcionisanju lokomotornog aparata i uticaja psihe, obogaćujući time karate kao sintezu anatomije, fiziologije, biohemije, kineziologije i psihologije (Savić, 2011). „Konačno, analiza pokreta je doživela veliki razvoj zahvaljujući primeni novih metoda iz oblasti neurofiziologije i elektromiografije, a zasnovana je na osnovnim anatomsko-mehaničkim zakonitostima koje daju izuzetno značajne rezultate u svim biomehaničkim analizama primenjenim u svim sportovima“ (Bubanj, 2000, str. 7). Ovde je veoma važno razumeti zakone biomehanike nervnih tkiva. Zaboravlja se da nervni sistem nije zaseban sistem. On ima svoju biomehaniku, svoje dijagnostičke kriterijume i svoje pojedinačne metode lečenja i najvažnije metode rehabilitacije. „Da bi se procenilo kako je telo sportiste prilagođeno takmičarskom i trening opterećenju, neophodno je dinamički proceniti sposobnost nervnog sistema u uslovima opterećenja da adekvatno reaguje na fizičke, hemijske i emocionalne uticaje“ (Васильева, 2013, p. 10).

³ Svi citati stranih autora (literature) u ovom radu su prevod autora.

„Prema rečima K. Semenova, metod neurodinamičko modeliranje pokreta je još jedan korak u razvoju 'dinamične proprioceptivne korekcije'. U njemu se pridržavanje zakona biomehanike i neurodinamike još više produbilo, što je omogućilo povećanje efikasnosti upotrebe tehnika korekcije proprioceptivnih korekcija. Suštinski nova i važna ideja bila je implementacija kretanja u zatvorenom kinematičkom lancu“ (Симутина & Захаров, 2017, p. 156). Za normalno funkcionisanje nervnog sistema potrebno je obraditi značajan protok čulnih informacija, transformisati ga i sprovesti u obliku optimalnih motornih akcija. (Симутина, 2021). Elena Simutina, dala je veliki doprinos razvoju stabilizacionog sistema kroz formiranje složenog kineziološkog lanca i antigravitacionog mehanizma. Kroz praktičnu upotrebu neurokineziterapije i primene metode neurodinamičko modeliranje pokreta „Ruka-Mozak“, koristi manuelno mišićno testiranje pod opterećenjem, u mestu i pokretu. Najzanimljiviji čin hoda nije ono mehaničko, već više od mehanike - njena fiziološka struktura inervacije. Bernštajn je formulisao koncept „sistema pokreta“. On je, očigledno, prvi skrenuo pažnju na činjenicu da se u konstrukciji motoričkih radnji vrši konvergencija svih kognitivnih procesa i vrsta mišljenja. Njegova koncepcija motoričkog zadatka kao mentalne osnove akcija otvorila je put za proučavanje viših nivoa svesti u ljudskoj motoričkoj aktivnosti (Бочаров, 2010). Bernštajn je skrenuo pažnju na svoje eksperimentalne rezultate neurološkofiziološkog mehanizma kretanja podelivši mehanizam kretanja u dve faze, objasnivši razliku u mehanizmima mišićnog odgovora na opterećenje.

„Kineziterapijsko delovanje elemenata kate⁴ na atrofične promene mišića nastale usled imobilizacije ruke posle preloma... Iz zdrave ruke kojom se u ovom slučaju izvodi udarac *gjaku-zuki*, impulsi iz receptora mišića, tetiva i zglobova dospevaju u centralni nervni sistem iz koga se, do sada u nauci nedovoljno objašnjanim načinom, emituju trofični (stimulativni) impulsi u mišiće imobilisane ruke, čime se proces atrofije izrazito ublažava, a vreme oporavka se skraćuje. *Jaki signali kao da se i „bez dozvole“ CNS-a, koji u ovom slučaju postupa po principu „samozaštite, probijajući do povređene ruke i tamo, iako veoma slabi, pokušavaju da ostvare ranije formirani motorički obrazac“* (Jorga i sar., 1985, str. 58-59). „Naše telo je samoregulativni sistem. Zbog toga je za zdravlje potrebno pravilno reagovati na efekte spoljašnjeg i unutrašnjeg okruženja. Nervni sistem će pravilno reagovati ako primi tačne signale, pravilno tumači, reaguje ekonomično i brzo“ (Васильева, 2018, p. 14). „Ono što je za nas u karateu značajno da se zna, nalazi se u sferi tzv. 'povratnih' veza. Naučnici (pre svih neurolozi, fiziolozi) su ispitujući šta je važno za efikasnost zamišljenog, pa izvedenog pokreta (u karateu - tehnike), zaključili da je potrebno imati stalnu kontrolu nad tim pokretima. Da bi se postigla puna kontrola kretanja i izvedenog pokreta, potrebne su stalne senzorne informacije, kao povratna veza o rezultatima pokreta koji se odvija. Ovo povratno prenošenje senzornih informacija o pokretu i položaju tela naziva se **propriocepcija**“ (Bedniji, 1975, u Mudrić i Simić, 2020, str. 197).

„Razdraženje nastalo u receptorima prostire se i preko senzornih nerava stiže u centralni nervni sistem gde se prenosi na motorno nervno vlakno i preko njega u mišić, koji po prijemu dovoljno jakog impulsa odmah prelazi u stanje razdražljivosti, tj. kontrahuje se. Na osnovu ovoga očigledno je da su pokreti kod čoveka refleksne prirode“ (Bubanji, 2000, str. 49).

Današnji standardi obuke, vežbanja nemaju jedinstveni osnovni pristup sagledavanja ljudskog bića, organizma kao jedinstvene celine. Ne smemo zaboraviti, da je svaka osoba u spoljnom okruženju i u sebi samoj celina. Previše se otišlo u deobu dela tela, zanemarivajući osnovne zakonitosti biomehanike, a pogotovo funkcionalne neurologije. Tako da se nije vodilo računa o tonusu mišića, pre svega, pod opterećenjem. Prema saznanjima autora ovog rada u našoj zemlji i šire ne postoji manuelno mišićno testiranje pod opterećenjem, koje nam otkriva nervni sistem na principu refleksa. Odnosno, informacije koje dolaze od mišića do mozga dopiru ili ne dopiru i imamo ili nemamo povratne informacije. Samim tim, nervni sistem nam daje odgovor da telo radi ili ne radi optimalno. Određeni pokret-tehnika karatea, tekvondoa ili u bilo kojoj drugoj bori-lachkoj veštini, kao i u bilo kojoj drugoj grani sporta ima skoro identičan problem. Zašto? Zato što se bavimo određenim delom tela (motoričkim pokretom), bilo kod tehnike napada ili odbrane, kao i kod kretanja, ili psihološkim stanjem, emocijama i nosimo se njim što je apsolutno pogrešno po mišljenju autora ovog rada.

„Da bismo razumeli ulogu pokreta u procesu mentalnog razvoja dece, i u rešavanju problema koji nastaju usled disharmoničnog toka neuropsihološkog razvoja, moramo imati uvid u sam razvojni proces tela

⁴ Kata – bukvalno prevedeno sa japanskog znači forma, sastav, oblik, itd.

⁵ Deo citata je od vitalnog značaja u proučavanju funkcionisanja i nefunkcionisanja nervnog sistema, što je i bio jedan od glavnih predmeta izučavanja ruskih naučnika 1980-ih godina, gde su rezultati bili identični. U međuvremenu, Ljudmila Vasiljeva sa svojim kolegama, daje nam dugo očekivane i neočekivane činjenične odgovore od početka 2000. godine do danas.

i psihomotorike u kontekstu buđenja čovekovih psihičkih funkcija i zakonomernosti njegovog mentalnog funkcionisanja“ (Bojanin, 2016, str. 24). „Ispostavilo se da su mišići najreaktivnija struktura, koja stereotipno reaguje slabljenjem i hipotenzijom na neravnotežu u bilo kom delu sistema“ (Шмидт, 2004, p. 6). „U nedavnom tekstu nemačkog teniskog magazina (09/20) o teniskom svetskom broju jedan Novaku Đokoviću, kineziološki test je opisan pod naslovom 'Delikatni pomagači'. Pokazano je da se kineziološki rezultati testa mogu objektivizovati EMG metodom“ (Buck, 2020, p. 2). „Mišićnu funkciju treba shvatiti doslovno, jer je manuelni mišićni test jedini neurološki (neuromuskularni) test funkcije koji je do danas dostupan u medicini“ (Garten, 2018, p. 8). “

Na kraju uvoda autori ističu mišljenje Ljudmile Vasiljeve: „**Ponekad je ljudima potreban život da bi dokazali nešto novo**“ (Васильева, 2018, p. 9). Kao sintezu ovog rada, autori koriste reči Svetomira Bojanina: „**Svaka naučna istina je samo dotle to, do kada se ne obori novim otkrićem novih istina**“⁶.

Predmet psihomotoričkog obrasca za neurološku procenu refleksa pri manuelnom mišićnom testiranju je prevazilaženje procene refleksa u mirovanju procenom reakcije nervnog sistema kroz statiku i dinamiku mišićno-koštanog sistema pod opterećenjem. Omogućuje nam da razumemo kakva je biološka veza tela. Otkriva mišiće koji se ne uključuju pravilno u pokret, promene u tonusu mišića u različitim delovima lokomotor-nog sistema, psihičkom i energetsom.

Cilj psihomotoričkog obrasca za neurološku procenu refleksa pri manuelnom mišićnom testiranju je preventiva koja se ogleda u stabilizaciji tela, procena neprilagođenosti nervnog sistema, uspostavljanje funkcionalne ravnoteže i ima svrhu da neadekvatna fizičko-motorna, psihičko-emocionalna i energetska stanja (reakcije) adaptira na spoljašnje i unutrašnje situacije (uticaja sredine) i vrati inervaciju mišića. Cilj rada je utvrđivanje neurološke refleksne aktivnosti mišića sportista u procesu opterećenja radi potpunijeg iskorišćavanja njihovih potencijala.

METOD

Metod po medicinskoj kineziologiji

U današnjoj teoriji i praksi manuelnog testiranja mišića nije se koristila neurološka procena refleksa u mestu i pokretu. Samim tim, sam **psihomotorički obrazac za neurološku procenu refleksa** za opšte **testiranje tonusa mišića pod opterećenjem** u mestu i pokretu je inovativni poduhvat primene u procesu pre početka vežbanja karatea, tekvondoa i drugih borilačkih veština. Ova implementacija ima veoma značajan uticaj na zdravstveno stanje sportiste i potpunije iskorišćavanje njegovih potencijala (Васильева et al., 2017).

Testirano je 50 aktivnih sportista (Grupa 1): 33 muškog i 17 ženskog pola iz različitih klubova i 50 slučajnih uzoraka (Grupa 2): 27 muškog i 23 ženskog pola iz različitih gradova. Ispitanici su bili podeljeni u pet uzrasnih grupa:

1. grupa 6 – 11 godina
2. grupa 12 – 14 godina
3. grupa 15 – 17 godina
4. grupa 18 – 50 godina i
5. grupa preko 50 godina.

Ispitivanje je trajalo devet meseci (od jula 2020. do aprila 2021. godine), a za obradu statističkih podataka korišćen je profesionalni program IBM SPSS Statistics 25.

Manuelno mišićno testiranje pod opterećenjem

Psihomotorički obrazac za neurološku procenu refleksa pod opterećenjem podrazumeva obaveznu fiziološku proveru normalne inervacije mišića pre testiranja. Preduslov za pravilno testiranje, podrazumeva da li je reakcija nervnog sistema adekvatna. Pre testiranja izvršiti tri provere, koje objedinjuje obrazac kao neodvojivu celinu, i to:

- 1) fizičku (motornu),
- 2) psihičku (mentalno-emocionalnu) i
- 3) energetska proveru.

⁶ Autorsko predavanje Svetomira Bojanina, 2015.

Pre započinjanja testiranja obavezno treba proveriti kakva je reakcija nervnog sistema. Reakcija može biti: adekvatna, hiperreaktivna i hiporeaktivna. Ako postoji hipertoničnost, hipotoničnost, ili neadekvatne reakcije, ispitanik se ne može testirati sve dok se one ne eliminišu (Васильева, 2013). Provera podrazumeva proveru mišića koji daju povratnu informaciju kako telo reaguje. Mišić kao indikator mora ispunjavati određene zahteve pre neurološke procene refleksa. U ovom sličaju koristi se deltoidni (srednji) mišić. Zahtevi se ogledaju kroz osnovni princip na koji mišić treba da reaguje sledećim redosledom: normalan tonus – mišić na silu reaguje dobro; nakon zbližavanja mišića (duž mišićnih vlakana) pokazuje slabost; nakon istezanja mišića (duž mišićnih vlakana) jakost. Nakon ove provere imamo normalan funkcionalni mišić kao indikator. Zatim sledi, psihička (mentalno-emocijalna) provera sledećim redosledom: primer, normalan tonus – na pitanje ispitanika: *Kako se zoveš?* Ispitanik izgovara svoje ime: *Ja se zovem...* (izgovara svoje pravo ime), mišić pokazuje jakost. Na drugo *ponovljeno isto pitanje* ispitivača, ispitanik *ne izgovara svoje pravo ime*, mišić pokazuje slabost, drugi primer, normalan tonus – mišić na zamišljenu (mentalnu predstavu)⁷, pozitivnu, lepu radosnu životnu situaciju reaguje dobro, jakost; mišić na zamišljenu negativnu, stresnu, bolnu situaciju reaguje loše, slabost. Nakon ovakve reakcije ustanovljen je mišić kao indikator. Sledeća, treća provera je energetska⁸, koja sledi kao i druga nakon prve fiziološke provere kada imamo mišić indikator. Ispitivač šakom ruke kreće od glave do stomaka (medijalno) neposredno ispred tela ispitanika bez kontakta, mišić ispitanika pokazuje slabost; suprotno od stomaka do glave, jakost. Na ovaj način ustanovljen je adekvatan rad nervnog sistema. To je način na koji mišić radi i daje fiziološki odgovor za dalje testiranje. Znači imamo mišić indikator⁹.

Zatim se prelazi na opšti model manuelnog mišićnog testiranja u pcesu opterećenja.

U osnovi se primenjuju metode za funkcionalnu neurološku procenu refleksa sa sledećim osnovnim položajima:

Osnovni položaji za opšte manuelno mišićno testiranje pod opterećenjem:

- stojeći,
- sedeći i
- ležeći položaj.

Osnovni elementi MMT pod opterećenjem: početna pozicija, fiksiranje, test pokreta, gravitacija i manuelno opterećenje.

Opšte instrukcije za testiranje pod opterećenjem

Položaj ispitanika: Pasivna ruka sa strane, opružena pored tela. Aktivna ruka koja se testira podiže se napred u visinu ramena (fleksija u zglobu ramena) pod uglom 90°, lakat opružen, šaka opruženih prstiju dlanom na dole.

Uputstva za ispitivača: Stati na stranu ruke koja se testira. Jedna ruka na rame ispitanika – stabilizacija, a druga ruka postavlja se preko ruke neposredno iznad zgloba šake. Ispitni položaj ruke ispitivača i ispitanika je pod uglom od 90°.

Za metodu testiranja autori primenjuju jednu od **metoda manuelne medicine u sportskoj rehabilitaciji** koja je objavljena na Prvom moskovskom državnom medicinskom univerzitetu (Ахмедова et al., 2015).

Početak testiranja

Na znak ispitivača koji pruža otpor (izometrijska kontrakcija) ispitanik treba da pruži odgovarajući otpor na gore. Bez prekida, ispitivač nakon 2,5 - 3 sekunde izometrijske kontrakcije daje drugi znak ispitaniku da pojača silu otpora na gore. Ispitivač se izometrijskom kontrakcijom suprotstavlja ispitaniku pružanjem otpora sa ciljem da potisne ruku na dole, sa trenutnim istezanjem mišića aktiviranjem miotatičkog refleksa. Ispitanikov cilj je da ne dozvoli ispitivaču da potisne ruku na dole izometrijskom kontrakcijom, pružajući ot-

⁷ Zamišljanje (mentalne predstave) je proces koji funkcioniše po principu bioloških električnih struja i može da rasprši neurotransmitere u sinapse na odgovarajuća mesta u mozgu. Tako da dubinski menja naša raspoloženja, osećanja i delovanja. Funkcionalna neurologija nam daje odgovore da li je telo saglasno sa onim što zamišljamo (izgovaramo) ili ne. Za ovu proveru neophodna je iskrena saradnja sa ispitanikom koji mora biti spreman da sazna ishod.

⁸ Energetska provera podrazumeva čovečje biopolje, auru, elektroagnetizam. Po Šeldonu Dilu elektro magnetizam je svojstvo elektromagnetne provodljivosti svih tkiva ljudskog tela, nervnog sistema, kože, mišića itd. Elektromagnetna ravnoteža stvara kroz mehaničke, hemijske, emocionalne i energetske procese u telu, formirajući između sebe funkcionalne veze i time ujedinjuju organe i sisteme u jedinstvenu celinu.

⁹ Mišić kao indikator - za ovaj proces neophodno je osnovno znanje iz fiziologije i anatomije.

por i aktivira koncentričnu kontrakciju mišića na trenutno istezanje (Ахмедова et al., 2015). Treba naglasiti da se testiranje pokreta sa iskorakom vrši na sledeći način: ista ruka - ista noga napred i suprotna ruka od noge napred (veoma sličan položaj ruku u karateu: nalik *oi zukiju* i *gjaku zukiju*, a u tekvondou: bande đirugi i baro đirugi). Normalna inervacija mišića pri testiranju sa iskorakom napred je kada ispitanik pokazuje jakost pri opuštanju suprotne ruke od noge, a slabost kada su ista noga i ista ruka napred.

Merenje

Ocena - procenjuje se inervacija mišića na dva načina i to dobra i loša: Prvi, *dobra (jakost)* – ispitanik pruža otpor, normalna inervacija, postoji tonus mišića, refleksi. Drugi, *loša (slabost)* – ne pruža otpor, narušena inervacija, otkriva se slabost ili otkazivanje mišića. Mišići mogu biti *hipotonični* – mišić može biti slab da uopšte ne radi i *hipertonični* – može biti tako jak da ne reaguje na zbližavanje i rastezanje mišića.

Moguće greške

- početni položaj ispitivača ili ispitanika,
- ugao ekstremiteta pri testiranju, tokom testiranja ako se ne očuva ugao od 90 stepeni,
- neadekvatan položaj ispitanika, uključuje sinergiste,
- zadržavanje daha ispitanika tokom testa,
- neadekvatan položaj tela ispitivača u odnosu na ruku koja se testira,
- ne postoji fiksacija na ramenu ispitanika,
- ispitanik dodiruje deo tela,
- greška na mestu kontakta, ispitivač dodiruje zglobov ispitanika,
- ne testira se snaga, već jakost (sila) mišića i sl.

Napomena: U procesu testiranja funkcionalna hiporefleksija ukazuje na očuvanje prve faze i odsustvo druge faze izometrijske kontrakcije (za razliku od standardnog načina testiranja).

Ako postoji narušenost u stojećem ili sedećem položaju, u pitanju je *somatski nervni sistem*, a ako ne postoji neurološkofiziološki refleks u sva tri položaja, znači da je u pitanju *vegetativni nervni sistem*.

REZULTATI

Testiranje nam otkriva koji je periferni nervni sistem (PNS) u pitanju. Znajući da je funkcionalna podela PNS, na somatski nervni sistem (SNS) i vegetativni nervni sistem (VNS). Na osnovu dobijenih rezultata možemo konstatovati da je u oba funkcionalna periferna sistema došlo do narušenosti refleksa. Rezultati testiranja: neurološka procena tonusa mišića pod opterećenjem u stojećem, sedećem i ležećem položaju, ispitanici su podeljeni u dve grupe:

Grupa 1 (G1) – Od ukupnog broja ispitanika muškog i ženskog pola, utvrđeni su sledeći pokazatelji: u stojećem položaju 21 (42%) normalna inervacija, a 29 (58%) narušena inervacija-slabost; u ležećem položaju 27 (54%) normalna inervacija, 23 (46%) narušena inervacija-slabost. Uvidom u rezultate testiranja možemo konstatovati, da je od ukupnog broja ispitanika sa normalnom inervacijom ukupno 27 (54%) ispitanika, a sa narušenom 23 (46%) ispitanika; kod 23 ispitanika narušen je tonus mišića jedne ili obe ruke, somatski nervni sistem 14 (28%) i vegetativni nervni sistem 9 (18 %).

Grupa 2 (G2) – Od ukupnog broja ispitanika muškog i ženskog pola, utvrđeni su sledeći pokazatelji: u stojećem i sedećem položaju 16 (32%) normalna inervacija, a 34 (68%) narušena inervacija (slabost); u ležećem položaju 25 (50%) normalna inervacija, 25 (50%) narušena inervacija-slabost, a od ukupnog broja narušene inervacije i leve i desne ruke je 7 (14%). Uvidom u rezultate testiranja možemo zaključiti, da je od ukupnog broja ispitanika: sa normalnom inervacijom ukupno 25 (50%), a i narušenom 25 (50%); kod 25 ispitanika narušen je tonus mišića i to: somatski nervni sistem 18 (36%) i vegetativni nervni sistem 7 (14%).

Pri testiranju je otkrivena **narušena inervacija**, gde ne postoji fiziološkoneurološki refleks u dva položaja - stojećem ili sedećem, što znači da je u pitanju *somatski nervni sistem*, a u sva tri položaja znači *vegetativni nervni sistem*.

G 1–Aktivni sportisti i G 2 – Slučajni uzorci prikazani su u Tabeli 1.

Tabela 1. Pirsonova analiza deskriptivne frekvencije

G1 Neurološka procena PNS: Normalan tonus-Narušen tonus					
		Frekvencija	Procenat	Validni procenat	Kumulativni procenat
Validan	Jakost: Normalan tonus	27	54.0	54.0	54.0
	Slabost: Narušen tonus	14	28.0	28.0	82.0
	Totalna Slabost: Narušen tonus	9	18.0	18.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	
G2 Neurološka procena PNS: Normalan tonus-Narušen tonus					
		Frekvencija	Procenat	Validni procenat	Kumulativni procenat
Validan	Jakost: Normalan tonus	25	50.0	50.0	50.0
	Slabost: Narušen tonus	18	36.0	36.0	86.0
	Totalna Slabost: Narušen tonus	7	14.0	14.0	100.0
	Total	50	100.0	100.0	

U Grupi 1, kod 23 (46%) ispitanika otkrivena je slabost mišića perifernog nervnog sistema, i to: somatskog nervnog sistema 14 (28%) i vegetativnog nervnog sistema 9 (18 %).

U Grupi 2, kod 25 (50%) ispitanika otkrivena je slabost mišića, i to: somatskog nervnog sistema 18 (36%) i vegetativnog nervnog sistema 7 (14%)..

Povezanost između varijabli - Neurološka procena tonusa mišića pod opterećenjem jakost i slabost G1 Aktivnih sportista i G2 Uzorci verovatnoće prikazani su u Tabeli 2.

Tabela 2. Rezultati Pirsonove korelacije ukupnog skora G1 i G2 normalnog tonusa i narušenog tonusa

		G1 Neurološka procena PNS: Normalan tonus-Narušen tonus	G2 Neurološka procena PNS: Normalan tonus-Narušen tonus
G1 Neurološka procena PNS: Normalan tonus-Narušen tonus	Pirsonov koeficijent korelacije	1	.383**
	Sig. (2-tailed)		.006
	Zbir kvadrata i vektorskih proizvoda	29.520	10.520
	Kovarijansa	.602	.215
	N	50	50
G2 Neurološka procena PNS: Normalan tonus-Narušen tonus	Pirsonova koeficijent korelacije	.383**	1
	Sig. (2-tailed)	.006	
	Zbir kvadrata i vektorskih proizvoda	10.520	25.520
	Kovarijansa	.215	.521
	N	50	50

** Korelacija je značajna na nivou 0.01 (2-tailed).

Iz Tabele 2 se vidi da postoji jaka korelacija 0,383 na nivou 0,01 između povezanosti varijabli na broj ispitanika G1 i G2 za koji je taj koeficijent izračunat. Pored toga, izvršena je parcijalna analiza sa izolovanim efektom uzrasne kategorije, korelacija iznosi 0,359. Efekat starosti povezan je sa kategorijama uzrasta. Analiza je rađena za svaku kategoriju posebno. Dobijeni rezultati analize značajnosti ukazuju da je efekat starosti najznačajnije povezan pozitivno u trećoj kategoriji (od 15 do 17 godina) - koeficijent 0,730 sa verovatnoćom Sig. 0,062, a nivo značajnosti negativne linearne povezanosti srednjeg intenziteta u petoj kategoriji (iznad 50 godina) - koeficijent -0,316 značajnosti Sig. 541 gde je značajnost veća od 0,05.

Takođe, istražena je korelacija između G1 i G2 u tri položaja, i to: stojećem, sedećem i ležećem sa neurološkom procenom tonusa mišića pod opterećenjem, na ukupan rezultat tonusa mišića: jakost (normalan tonus) i slabost (narušen tonus) PNS koji su prikazani u Tabeli 3.

Tabela 3. Rezultati Pirsonove korelacije G1 i G2 normalnog i narušenog tonusa u stojećem, sedećem i ležećem položaju

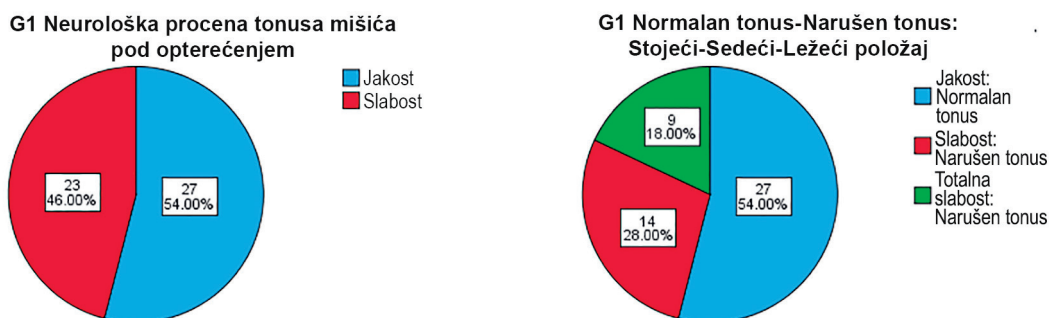
		Aktivni sportisti G1 Tonus mišića, Jakost-Slabost	Slučajni uzorci G2 Tonus mišića, Jakost-Slabost
Aktivni sportisti G1: Tonus mišića, Jakost-Slabost	Pirsonov koeficijent korelacije	1	.281*
	Sig. (2-tailed)		.048
	Zbir kvadrata i vektorskih proizvoda	12.420	3.500
	Kovarijansa	.253	.071
	N	50	50
Uzorci verovatnoće G2: Tonus mišića, Jakost-Slabost	Pirsonov koeficijent korelacije	.281*	1
	Sig. (2-tailed)	.048	
	Zbir kvadrata i vektorskih proizvoda	3.500	12.500
	Kovarijansa	.071	.255
	N	50	50

* Korelacija je značajna na nivou 0.05 (2-tailed).

Pirsonov koeficijent korelacije iznosi 0,281 i značajan je na nivou 0,05.

Analiza G1 - Aktivni sportisti

Grafikon 1. i 2. Pirsonova analiza grafičkog prikaza distribucije



Na Grafikonu 1 i 2 prikazani su rezultati deskriptivne statistike značajnosti prema polu, uzorak na nivou neurološke procene tonusa mišića pod opterećenjem ukupnog skora slabosti i jakosti i u zavisnosti od položaja.

Analiza Pirsonove korelacije: Povezanost između varijabli - Neurološka procena tonusa mišića pod opterećenjem jakost i slabost i Normalan tonus-Narušen tonus: Stojeći-Sedeći-Ležeći položaj prikazani su u Tabeli 4.

Iz Pirsonovog koeficijenta vidimo da postoji jaka korelacija između procene tonusa mišića u stojećem, sedećem i ležećem položaju sa neurološkom procenom tonusa mišića pod opterećenjem na ukupan rezultat tonusa mišića: jakosti i slabosti PNS. Zato što Pirsonov koeficijent linearne korelacije iznosi $r=0.902$. Dalje, izvršena je provera da li efekat uzrasta ima uticaja na pomenute varijable.

Tabela 4. Rezultati Pirsonove parcijalne korelacije povezanosti između varijabli G1 i G2

		Parcijalna korelacija	
Kontrolne varijable		G1 Neurološka procena tonusa mišića pod opterećenjem	G1 Normalan tonus-Narušen tonus: Stojeći-Sedeći-Ležeći
Uzrast	G1 Neurološka procena tonusa mišića pod opterećenjem	Korelacija	1.000
		Sig. (2-tailed)	.898
		df	.000
	G1 Normalan tonus-Narušen tonus: Stojeći-Sedeći-Ležeći položaj	Korelacija	.898
		Sig. (2-tailed)	1.000
		df	.000

Kada iz parcijalne analize izolujemo efekat uzrasta, uočavamo da je korelacija veoma jaka, koeficijent iznosi 0.898.

Zatim, proučavan je efekat uzrasta povezan sa kategorijama uzrasta. Svaka kategorija je izolovana posebno i rađena je analiza u svih pet kategorija. Rezultat toga je da je u trećoj kategoriji efekat uzrasta ispitanika od 15 do 17 godina najznačajnije povezan i on iznosi 1.000.

DISKUSIJA

Ovaj rad se odnosi na istraživanje neurološkofiziološkog refleksa primenom metode MMT pod opterećenjem (opšti model), gde se testiranjem omogućava da se identifikuje tonus mišića kod aktivnih sportista i uzoraka varijable.

„Korišćenjem manuelne metode za procenu aktivnosti miotatičkog refleksa (refleks na istezanje) skeletnih mišića - manuelno testiranje mišića, moguće je sprovesti ekspresnu procenu funkcionalnog stanja mišića: tonusa i ekscitabilnosti (normotonija, hipotonija i hipertoniya, normo-ekscitabilnost, hipoekscitabilnost i hiper-ekscitabilnost)“ (Крашенинников, 2013, p. 212). Nervni sistem adekvatno reaguje na mehaničke, hemijske i emocionalne uticaje pri proceni refleksa pokreta. Manuelna procena refleksne sposobnosti nervnog sistema u uslovima opterećenja je od fundamentalnog značaja za sportsku rehabilitaciju (Васильева, 2013). Od vitalnog značaja za MMT pod opterećenjem je i disanje. „Aktivnost Dorzalne grupe respiratornih (DRG) neurona traje ukupno oko **dve sekunde** i za to vreme održava se trajanje inspirijuma. Posle dve sekunde prestaje aktivnost inspiratorne grupe neurona i nastaje njihova inhibicija. Usled toga, prestaje slanje impulsa iz inspiratorne grupe neurona u **inspiratorne mišiće**, pa dolazi do relaksacije inspirativnih mišića, a time i do ekspirijuma. Inhibicija DRG neurona traje oko **tri sekunde** i održava se za vreme ekspirijuma. Ventralna grupa respiratornih neurona (VRG) sastoji se od neurona udisaja i izdisaja čija je funkcionalna uloga inervacija respiratornih mišića pri izdisaju i kao pomoć udisaju. VRG neuroni se aktiviraju pri fizičkom opterećenju“ (Đurić i sar., 2018, str. 177). Značajnost prethodno navedenog saznanja, u samoj osnovi nas opominje na funkcionalnu ulogu i dužinu trajanja određenih procesa disanja. Bitno je setiti se, da i pri opterećenju (kontrakciji) i relaksaciji mišića tokom testiranja imaju vreme trajanja oko tri sekunde. Takođe, ne sme se prevideti činjenica o zadržavanju daha koje se ne sme dešavati u procesu testiranja, jer se prema zakonu neurofiziologije, prilikom zadržavanja daha (vazduha) pri MMT pod opterećenjem tokom testa aktiviraju respiratorni miofascijalni lanci.

Autori ovog rada koristili su za istraživanje podatke prikupljene testiranjem aktivnih sportista i slučajnih uzoraka u različitim gradovima. Svi dobijeni podaci uneti su i obrađeni u programu IBM SPSS Statistics 25. Upoređivanje podataka slabosti od ukupnog broja 50 aktivnih sportista - G1 i 50 slučajnih uzoraka - G2 100% ispitanika sa rezultatima neurološkog manualnog testiranja pod opterećenjem testiranja aktivnih sportista 46% i slučajnih uzoraka (50%). Razlika je samo 4% normalnog tonusa u korist aktivnih sportista. Ovaj podatak opominje nas da i nema neke razlike. Značajno je skrenuti pažnju na narušeni vegetativni nervni sistem: kod aktivnih sportista 9 (18%), kod slučajnih uzoraka narušenost VNS 7 (14%). Razlika je 4% normalnog tonusa u korist Grupe 2. Ovim problemom se treba ozbiljno pozabaviti, jer normalna inervacija mišića,

hipotoničnost mišića, skoro i ne zavisi od toga da li se aktivno bavite sportom ili ne. Sa druge strane, na osnovu dobijenih procena vegetativnog nervnog sistema situacija je veoma alarmantna, jer su to osobe sa totalnom slabošću i u ozbiljnom su problemu. Po mišljenju autora ovog rada oni ne bi smeli vežbati dok se ne otkrije primarni uzrok i otkloni slabost. Na osnovu istraživanja u Rusiji postoji naznaka da je smrt sportista na terenu, borilištu, treningu uzrokovana narušavanjem vegetativnog nervnog sistema.

Takođe, nije za potceniti somatski nervni sistem, problem slabosti mišića u grupi 1 ima 14 (28%) ispitanika, a u grupi 2 ima 18 (36%) ispitanika, što govori o povoljnijem ishodu grupe 1 za 8%. Međutim, ne sme se zanemariti i to da neadekvatna reakcija nervnog sistema uzrokuje kršenje koordinacije rada određenog pokreta, odnosno određenu grupu mišića, tako da je neophodno vraćanje fiziološkog refleksnog luka, tonusa mišića. Zanimljivo je da se kod i jedne i druge grupe ispitanika nije pojavila hipertoničnost mišića (što ne znači da u nekom narednom ispitivanju neće). Prilikom testiranja slučaj hipertoničnosti mišića (opšta napetost) se nije pojavio, ali treba naglasiti da kod hipertoničnosti mišića nema reakcije na provokaciju, jer se javlja sa oštećenjem centralnog nervnog sistema i da je to strukturni ispad, a ne funkcionalni.

Podaci dobijeni manuelnim mišićnim testiranjem pod opterećenjem tonus mišića PNS dobijeni su analizom varijanse. Dobijeni rezultati upućuju na zaključak da pol ispitanika statistički nije značajan za tonus mišića (refleks) perifernog nervnog sistema ($F = 0,408$, $p = 1,000$). Pirsonov koeficijent linearne korelacije između uzrasta ispitanika u G1 i G2 pokazuje 0,383 - jaku korelaciju, kao i jaku parcijalnu analizu 0,359, dok je prema Koenovom kriterijumu (Cohen, 1988) ovo umerena korelacija. Takođe, istražen je efekat svih pet uzrasnih kategorija: prva 6 – 11 godina; druga 12 – 14 godina; treća 15 – 17 godina; četvrta 18 – 50 godina i peta preko 50 godina. Efekat starosti najznačajnije je povezan u trećoj kategoriji - koeficijent 0,730, a u petoj -0,316. Kada je korelacija pozitivna - kretanje varijabili se vrši u istom smeru. To znači da povećanje jedne varijabile utiče na povećanje druge i da smanjenje jedne utiče na smanjenje druge varijabile. Korelacija je negativna kada povećanje jedne varijabile utiče na smanjenje vrednosti druge varijabile. Dobijeni rezultati primenom **psihomotoričkog obrasca za neurološku procenu refleksa (tonusa), pri manuelnom mišićnom testiranju pod opterećenjem** ukazuju na disbalans u organizmu koji dokazuje dva glavna problema o narušenom perifernom nervnom sistemu, somatskom i vegetativnom.

„Sama kontrakcija skeletnog mišića javlja se kao odgovor na nervne impulse, koji dolaze u mišić preko specijalnih nervnih ćelija – motoneurona. Mišići zajedno sa nervima koji ih inervišu čine nervno – mišićni aparat čoveka“ (Bubanj, 2000, str. 49). Neadekvatna reakcija nervnog sistema prouzrokuje kršenje koordinacije rada pokreta, odnosno određenu grupu mišića.

Samim tim, taj pokret-tehnika karatea, tekvondoa i drugih borilačkih veština i bilo koje grane sporta suočavaju se sa problemom postojećih funkcionalnih veza, bilo da se radi o somatskom ili visceralnom motoričkom refleksu. Obe vrste refleksa se javljaju pre nego što informacija stigne do mozga. Posebno treba naglasiti da je od njih najvažniji visceralni motorički refleks, jer je svaki unutrašnji organ refleksno povezan sa tonusom određenog skeletnog mišića. Kada je čoveku poremećena funkcija unutrašnjih organa određeni mišići gube tonus i u pokretu se jednostavno ne uključuju. „Funkcionalna mišićna hipotenzija, hipertenzija i prekomerna lakoća-totalna slabost (hiperfazitacija) - funkcionalni (reverzibilni) poremećaji organizma, pojavljuju se u uslovima neurološke neorganizovanosti, do kojih dolazi kada postoji nedostatak aferencije ili njegov višak (mehanički, hemijski ili energetski)“ (Васильева et al., 2017, pp. 13-14). „Nesvesna emocionalna komponenta se odvija u svakoj somatskoj patologiji. Koristeći homeopatske komplekse, lekar dobija pouzdano i pristupačno sredstvo za dublju korekciju organizma“ (Гитбиндер, 2009, p. 33).

Korišćeni su razni uređaji i alati za procenu snage mišića. Međutim, MMT je najinformativniji metod, pošto svaki uređaj može da proceni samo ukupnu količinu sile, a ruka istraživača je u stanju da razlikuje vrstu kontrakcije (koncentrična, ekscentrična, izometrijska), kako bi uhvatila niz uključivanja mišićnih vlakana dok se priložena sila menja, kako bi se uspostavile pozitivne reakcije i druge karakteristike funkcionisanja mišića, koje su nedostižne za aparat. Manuelno testiranje mišića, sprovedeno u određenim uslovima, omogućava ne samo da se utvrdi prisustvo slabosti mišića, već i uzrok njegove pojave (Шмидт, 2004). **Rezultati manuelnog mišićnog testiranja u procesu opterećenja su potvrđeni elektromiografski, funkcionalnom dijagnostičkom metodom PNS** (Ахмедова et al., 2015). „Neprimereno je sagledavanje čoveka s aspekta odvojenih delova tela, odvojeno pojedinih organa i pojedinih mišića, a zanemaruje se sagledavanje u složenoj interakciji svih organa i sistema međusobno povezanih. Zašto? Zato što je neophodno shvatiti i razumeti biomehaniku pokreta i kako deluje nervni sistem. Vrlo je važno naći mišiće koji se ne uključuju pravilno u pokret i drugi mišići koji rade za sve (zajedno se grče). Mišići čija je inervacija narušena, gube tonus (gubi silu kontrakcije)

i ne učestvuju u održavanju statičnosti“ (Васильева, 2013, p. 11). „Bilo kakva kršenja u aktivnosti ljudskog tela ne mogu biti izolovana i postoje nezavisno. Organizam može postojati samo ako postoje međusobne veze različitih sistema međusobno i sa okolinom. Sve promene u aktivnosti organizma ili uticaj spoljašnjih faktora dovode do složene reakcije adaptacije na deo svih organa i sistema kako bi se postigla maksimalna efikasnost i efektivnost, formiranje funkcionalnih lanaca koji formiraju funkcionalne prstenove sa kompenzacionom ulogom“ (Васильева & Борисова, 2007, p. 5).

Shodno prethodnom kazivanju, *svi referentni radovi se baziraju na konačnom poređenju rezultata testiranja nakon MMT pod opterećenjem, sa testiranjima tokom tretmana i nakon tretmana sportista. Zato su poređenja rezultata istraživanja ovog rada sa rezultatima drugih relevantnih istraživanja autorima nepoznata.*

Međutim, ono što se može, jeste poređenje sa MMT pod opterećenjem, koje je korišćeno kao jedna od dijagnostičkih metoda u cilju rehabilitacije sportista. Testiranjem se imao uvid u inervaciju mišića i njihovu funkcionalnu ulogu stanja PNS u otkrivanju slabosti mišića. Ovim inovativnim pristupom i adekvatnom rehabilitacijom kod velikog broja pojedinaca i malih grupa vrhunskih sportista i olimpijaca Ruske federacije, vidno je poboljšano njihovo zdravstveno stanje kao i njihovi takmičarski rezultati. Objavljene su studije u Zborniku Sveruske naučne i praktične konferencije sa međunarodnim učešćem u Moskvi (2013); na Novokuzneckom institutu za usavršavanje lekara na katedri za neurologiju; istaknut je značaj neurološkog testiranja MMT pod opterećenjem (Шмидт, 2004); kao i na Prvom moskovskom državnom medicinskom univerzitetu I. M. Sečenova (Ахмедова et al., 2015). Istraživanja su bila sprovedena na Odeljenju za rehabilitaciju, medicinu sporta i fizičko vaspitanje Ruskog državnog medicinskog fakulteta, bili su uključeni sportisti različitih sportova (hokej, fudbal, tenis, alpsko skijanje, džudo, sambo, tekvondo, karate itd.). Tri faze istraživanja odnosile su se na: 1) povrede ili nedostatak specifičnih psiho-fizičkih sposobnosti (jedan od testa MMT pod opterećenjem), 2) dijagnozu od strane specijalista i 3) rehabilitaciju po našim metodama (ruskim). Na osnovu dobijenih rezultata najveći broj narušenosti inervacije i povrede mišićnog-koštanog sistema, na donjim udovima (kod nekih vrsta, do 40%). Nakon rehabilitacije dobijeni su sledeći rezultati: zaustavljeni su bolovi u problematičnim područjima; vraćena inervacija mišića, motoričke funkcije oštećenih segmenata sportista i povećan opseg pokreta u problematičnim zglobovima.

Na osnovu dobijenih rezultata možemo zaključiti sledeće: istraživanje autora ovog rada u poređenju sa istraživanjima drugih imaju jednu zajedničku nit, a to je način za neurološko testiranje mišića i procenu refleksa MMT pod opterećenjem (opšti model). Treba imati u vidu da je MMT pod opterećenjem korišćen sa kombinacijom drugih dijagnostičkih metoda u cilju rehabilitacije sportista.

Medicinska kineziologija nam skreće pažnju da kada organ počinje da boli (ne oseća se bol), ali već određeni mišić prestaje da radi. Zato, pri neurološkom MMT pod opterećenjem procenjuje se aktivnost nervnog sistema. Na osnovu zakona neurologije otkriva se skriveni problem tonusa mišića (ne manifestuje bol), jer slabost tog mišića je indikator za pronalaženje slabe veze sistema. To je jedino moguće ako se sagledava u složenoj interakciji svih organa i sistema međusobno. Organizam treba sagledavati kao jedinstvenu celinu sistemskog funkcionisanja, a ne samo kao određeni segment. Ovo nam govori da se samo treba ozbiljno „igrati“, sa razumevanjem i praktičnim delovanjem - sklapati celinu. Dakle, otkrivanjem sekundarnih problema moramo doći do glavnog uzroka narušavanja nervnog sistema, kada se konstatuje primarni problem - njegovim rešavanjem, rešavaju se i sekundarni, ovo je univerzalni princip.

Na kraju, možemo konstatovati, da istraživanje predloženo u ovom radu, daje samo početak jednom novom pristupu u procesu testiranja sportista, kao i poboljšanja njihovih mogućnosti, te potpunijeg iskorišćavanja njihovih potencijala.

ZAKLJUČAK

U osnovi, primena psihomotoričkog obrasca za neurološku procenu refleksa pod opterećenjem može imati funkcionalnu ulogu pri ustanovljavanju pravilne inervacije mišića. Neophodno je dalje testiranje radi otkivanja uzroka slabosti mišića indikatora i ustanovljavanja neurofiziološkog refleksa. A naročito pronalaženje onih mišića čija je inervacija narušena, gube tonus i ne učestvuju u održavanju statike, a klinički se ne manifestuju ni u čemu, skriveni sindromi. Praktični značaj se ogleda u datom psihomotoričkom obrascu za neurološku procenu refleksa pri manuelnom mišićnom testiranju pod opterećenjem, gde je objedinjeno fizičko, psihičko i energetska stanje organizma. To umnogome doprinosi jednom novom pristupu u metodici

rada na usavršavanju sportista, u cilju potpunijeg iskorišćavanja svojih potencijala. Sa teorijske tačke gledišta je možda vredno pažnje razmatranje postojanja suštinskog sklada između holističkog i standardnog pristupa nauke, radi praktične uloge pomenutog načina testiranja kroz koji bi se razvili ljudski aspekti, tačnije uravnotežio nervni sistem u svojstvu preventive, vrativši mišićima tonus, biološko povratnu informaciju i put ka razvijanju psihofizičkih potencijala. Samim tim, poboljšava se zdravstveno stanje i proces učenja (vežbanja) sportiste. Neke druge mogućnosti datog obrasca i načina testiranja i otkrivanja uzroka i otklanjanje narušenosti perifernog nervnog sistema tek treba da se otkriju. Dakle, od suštinske važnosti je rad na funkcionalnim poremećajima na nivou kada patologija nije imala vremena da se razvije. Zbog toga, misija trenera, učitelja, instruktora treba da bude prevencija.

Nalazi dobijeni ovim istraživanjem moraju se dodatno ispitati u nekim budućim istraživanjima, kako bi se mogao izvesti generalni zaključak o efektima primene predložene metode u proceni neuromišićne funkcije u sportu. Dakle, potrebna su dodatna istraživanja koja bi potvrdila rezultate ovog rada.

LITERATURA

1. Ахмерова, К. Ш., Гридин, Л. А., Васильева, Л. Ф., Нейматов, Э. М., Лим, В. Г., Матюнина, Ю. В., & Фадеев, А. В. (2015.). *Методы мануальной медицины в спортивной реабилитологии: учебно-методическое пособие для системы послевузовского профессионального образования врачей*. Москва: Первого Московского государственного медицинского университета имени И. М. Сеченова.
2. Бочаров, М. И. (2010). *Частная биомеханика с физиологией движения*. Ухта: Ухтинский государственный технический университет (УГТУ).
3. Bojanin, S. (2016). *Tretman pokretom i savetovanje: reedukacija psihomotorike, relaksacija psihomotorike (Šulc, Beržez), pokret u psihoterapiji*. Beograd: Pomoć porodici.
4. Bujanj, R. (2000). *Osnovi primenjene biomehanike u kineziologiji*. Niš, Novi Sad: Pergament.
5. Buck, C. (2020). *Applied Kinesiology*. Sportarztezeitung. <https://sportarztezeitung.com/rubriken/therapie/3110/applied-kinesiology/>
6. Đurić, D., Kojić, Z., Lončar-Stevanović, H., Mazić, S., Maširević-Drašković, G., Nešić, D. P., i Šćepanović, L. (2018). *Fiziologija za studente medicine: odabrana poglavlja II deo*. Beograd: Medicinski fakultet Univerziteta u Beogradu, CIBID.
7. Garten, H. (2018). *Lehrbuch Applied Kinesiology: Muskelfunktion-Dysfunktion-Therapie*. München: Elsevier Urban&Fischer Verlag.
8. Гитбиндер, О. (2009). О способе энергоинформационной коррекции в практике врача-кнезиолога. *Прикладная кнезиология: научно-практический журнал*, (12-13), 31-33.
9. Jorga, I., Jorga, V., i Đurić, P. (1985). *Karate majstorske kate*, Beograd: Sportska knjiga.
10. Крашенинников, В. (2013). Кнезиологический мониторинг как новая инновационная технология индивидуальной комплексной программы подготовки высококвалифицированного спортсмена. *Всероссийской научно-практической конференции с международным участием: Прикладная кнезиология в спорте высших достижений*, (р. 212). Москва: ФНЦ ВНИИФК.
11. Mudrić, R., i Simić, N. (2020). *Karate: Sensei Radomir Mudrić, 100 pitanja-100 odgovora*. Beograd: SIA (Samostalno izdanje autora).
12. Savić, R. (2011). *Karate Do sa specifičnom psihološkom pripremom: samoodbrana*. Beograd: SIA (Samostalno izdanje autora).
13. Savić, R. (1997). *Karate - Univerzalni principi karate tehnika*. Završni rad. Niš: Filozofski fakultet Univerziteta u Nišu, Studijska grupa za fizičku kulturu.
14. Симутина, Е. (2021). *Гимнастика мозга*. <https://shopkurs.com/shop/zdorove/kinesioprofi-gimnastika-mozga-elena-simutina/>
15. Симутина, Е. А., & Захаров, Н. (2017). Опыт организации работы по физической культуре с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья. *Научно-методический журнал: вестник гоу дпо то «ИПК И ППРО ТО»*, (4), 156-158.
16. Шмидт, И. Р. (2004). *Основы прикладной кнезиологии*. Новокузнецк: Новокузнецкий институт усовершенствования врачей, Кафедра неврологии.

17. Васильева, Л. Ф. (2018). Прикладная кинезиология. *Восстановление тонуса и функций скелетных мышц*. Москва: Эксмо.
18. Васильева, Л. Ф. (2013). Прикладная кинезиология в спортивной медицине. *Всероссийской научно-практической конференции с международным участием*, (pp. 10-11). Москва: ФНЦ ВНИИФК.
19. Васильева, Л., & Борисова, Е. (2007). *Эмоциональные нарушения в практике мануального терапевта: синтез психологии, прикладной кинезиологии, функциональной неврологии*. Москва: Самиздат.
20. Васильева, Л. Ф., Гайдамака, И. И., & Крашенинников, В. Л. (2017). *Мануальное мышечное тестирование с основами прикладной кинезиологии: Часть I учебно-методическое пособие к практическим занятиям*. Ставрополь – Пятигорск: Ставропольский государственный медицинский университет.

Pregledni naučni članak

MEDIJSKO PREDSTAVLJANJE SPORTISTKINJA NA „RODNO NAJRAVNOPRAVNIJIM“ OLIMPIJSKIM IGRAMA¹

UDK: 796.071-055.2

316.774:305-055.2

796.032.2

DOI: 10.5937/snp12-1-35285

Tatjana Đukić Živadinović^{2,3}

Filozofski fakultet, Univerzitet u Nišu, Srbija

Marija Vujović

Filozofski fakultet, Univerzitet u Nišu, Srbija

Apstrakt: Olimpijske igre u Tokiju 2021. godine proglašene su prvim rodno ravnopravnim igrama, budući da su 49% od gotovo 11.000 sportista bile žene, zbog čega su i posebno važne za analizu iz rodne perspektive. Cilj rada je da utvrdi koliko i na koji način su sportistkinje prikazane u medijima. Istraživanje polazi od hipoteze da su sportistkinje nedovoljno zastupljene u odnosu na sportiste, kao i da većina medijskog sadržaja o sportistkinjama sadrži rodne stereotipe. Primenjene su kvantitativna i kvalitativna analiza sadržaja. Korpus istraživanja čini ukupno 730 tekstova objavljenih na srpskom digitalnom mediju „Blic online“. Autorke zaključuju da je sportistkinjama posvećeno samo 30% medijskog prostora. Istraživanje pokazuje i da 40% tekstova o sportistkinjama sadrži rodne stereotipe ili nisu u vezi sporta i profesionalnih ostvarenja žena u sportu. Uprkos napretku koji postoji u rodnim politikama Olimpijskih igara, medijska slika ga ne odražava.

Ključne reči: *Olimpijske igre, mediji, predstavljanje, rod, ženski sport*

UVOD

Otkako je ženama prvi put dozvoljeno da se takmiče na Olimpijskim igrama u Parizu 1900. godine, došlo je do postepenog pomaka ka većoj rodnoj ravnopravnosti u sportu. Ovo je posebno bilo primetno na Olimpijskim igrama u Londonu 2012. godine, prvim igrama na kojima su se žene takmičile u svim sportskim događajima, čineći 44,2% sportista i sportistkinja. Prvi put otkako su moderne Olimpijske igre započele pre 125 godina, rodni paritet je na ivici postizanja. Prema podacima Međunarodnog olimpijskog komiteta, skoro 49% od skoro 11.000 sportista u Tokiju bile su žene. Ovo je povećanje sa 45,6% na Igrama u Rio de Žaneiru 2016. godine (Minsberg, 2021). Međutim, uprkos tome što smo svedoci povećanog učešća i uspeha žena i devojaka u sportu, sport se i dalje doživljava kao androcentričan. „Iako su tradicionalne rodne uloge snažno dovedene u pitanje u savremenom društvu, i uprkos činjenici da se žene uspešno pojavljuju u javnim (uključujući i atletskim) okruženjima, čini se da su mnogi diskurzivni prostori u sportskom svetu veoma, i uporno, konzervativni“ (Ponterotto, 2014, p. 106). Još uvek je rasprostranjeno uverenje da je „sport isključivo delovanje od strane muškaraca, u vezi sa muškarcima i za muškarce“ (Messner & Cooki, 2010, p. 23). Brojne studije pokazuju da mediji ne samo da odražavaju, već i konstruišu i održavaju ovo uverenje, delujući i kao

¹ Rad primljen: 7.12.2021, korigovan: 25.12.2021, prihvaćen za objavljivanje: 25.12.2021.

² Tatjana Đukić Živadinović je doktorand Filozofskog fakulteta Univerziteta u Nišu.

³ ✉ tatjana.aiki@gmail.com

megafon i kao eho onih koji imaju moć. „Mediji služe ovoj svrsi na mnogo načina: odabirom tema, distribucijom zabrinutosti, uokviravanjem pitanja, filtriranjem informacija, naglašavanjem i tonom, i držanjem debate u granicama prihvatljivih premisa“ (Herman & Chomsky, 2010, p. 198).

Mediji nisu neutralni prenosioci poruka i nemaju sposobnost da prenesu stvarnost u celini. Stoga mediji pribegavaju pojednostavljenju, birajući najvažnije aspekte koji čine određeni događaj i prenose ih publici, koja u skladu sa svojim prethodnim saznanjima i uverenjima dekodira i razume poruku. Ovaj proces selekcije bitnih aspekata i kreiranja medijske slike o određenom događaju ne odvija se u vakuumu, već pod uticajem jakih ideoloških i ekonomskih sila. Isplativost određenog načina izveštavanja takođe je utičući faktor prilikom kreiranja medijskog narativa. Na ovaj način se ne prenosi samo poruka o konkretnom događaju, već i o akterima koji su uključeni. Dakle, mediji ne prezentuju, već reprezentuju subjekte i događaje – oni ne posreduju, već konstruišu stvarnost.

Na to ukazuje konstruktivistička teorija reprezentacije. Prema Stjuartu Holu (Stuart Hall), ova teorija prepoznaje društveni karakter jezika, odnosno činjenicu da stvari ne znače, već se značenje konstruiše korišćenjem reprezentativnih sistema, pojmova i znakova. Ovaj proces se konstituiše na osnovu „jezičkih kodova“ i „kodova kulture“, a utiče na prenošenje poruka i njihovu interpretaciju. Dakle, prema Holovom pristupu, reprezentacija je pre svega konstrukcija, dok je značenje relativno i nestabilno, otvoreno i podložno ponovnim interpretacijama (Barker, 2004). Ovaj proces je očigledan i u medijima, a ponajviše u modernim masovnim medijima, koji putem složene tehnologije razmenjuju značenja između različitih kultura obimom i brzinom koja nikada ranije nije viđena (Hall, 1997). Stoga je konstruktivistički pristup primenljiv na razumevanje medija koji se zasnivaju upravo na politikama predstavljanja.

Mediji daju redukovane isečke stvarnosti tako što umnožavaju previše pojednostavljene slike, često ih ponavljaju i stavljaju u društveno-političke okvire. To su jednostavno delovi dokumentovane stvarnosti, na čije shvatanje utiče kontekst kreiran u medijima. Oni su izgrađeni, obrađeni, naslagani i predstavljeni tako da javnost ne sumnja u njihovu autentičnost i sveobuhvatnost. Oni imaju za cilj da pruže sažete odgovore za pitanja koja nisu ni postavljena. Proces predstavljanja je tendenciozan i ideološki zasićen, a u medijskoj praksi često opterećen predrasudama i stereotipima. Konvencionalna raspodela moći kroz istoriju uticala je na sadašnju vezu između moći i roda, koja se manifestuje kroz različita društvena ponašanja, uključujući ponavljanje duboko uspostavljenih patrijarhalnih stereotipa u medijima. Stereotipi, prema Mek Kvinu (McQueen, 2000) predstavljaju kontinuirano medijsko jačanje određenih predubedenja o određenim grupama ljudi. To uključuje odabir lako razumljivog skupa kvaliteta ili karakteristika za koje se smatra da pripadaju grupi, a zatim kreiranje reprezentativnog obeležja cele grupe. Ove redukovane koncepcije ljudskog izgleda, karaktera i verovanja stiču „zvanični status“ kroz višegodišnje ponavljanje u medijima i aluzije u svakodnevnom diskursu.

Rod nastaje u javnom diskursu kao direktan rezultat procesa predstavljanja koji se javlja u medijima masovne komunikacije, kao i u novim medijima. Rod je ključan za analizu jer rodni sistemi stvaraju neravnomernu preraspodelu moći, odnosno razlike i nejednakosti između različitih rodni identiteta, koje se ogledaju u konstruisanim i nametnutim odgovornostima, pristupu i kontroli različitih kapitala, kao i mogućnostima donošenja odluka, kako u privatnom, tako i u javnom prostoru. U kulturi kojom dominira patrijarhat, medijske reprezentacije se koriste za izgradnju i održavanje muške dominacije. „Termin rodni stereotip odnosi se na opšte prihvaćena, ali najčešće pogrešna stanovišta koja se povezuju sa muškim, odnosno ženskim rodnom. Rekonstrukcija rodni uloga u takvom kontekstu podrazumeva proces dekonstrukcije vladajuće strukture patrijarhalne kulture koja je u ulozi objekata stereotipa kao inferiorne obeležila upravo žene“ (Višnjić, 2016, str. 35).

Analizom načina na koji su sportistkinje predstavljene u medijima, autori zapravo ispituju okvire u koje su smeštene. „Proces kojim medijsko izveštavanje nameće određenu društveno i kulturno konstruisanu stvarnost, kroz selekciju informacija, fotografija, citata, udaljavajući tako stvarne tipove od sistema reprezentacije, u medijskim studijama naziva se uokviravanje“ (Vujović et al., 2017, p. 1121). Uokviravanje je proces naglašavanja određenih aspekata stvarnosti dok se drugi minimiziraju ili eliminišu, što rezultira konstruisanim okvirom za razumevanje određenog pitanja. Uokviravanje ima svoje korene u sociologiji i psihologiji, odnosno u teoriji atribucije austrijskog geštalt psihologa Frica Hajdera (Fritz Heider). Teorija atribucije se bavi načinom na koji društveni posmatrač koristi informacije da bi došao do kauzalnih objašnjenja za specifične događaje. Istražuje koje informacije se prikupljaju i kako se koriste za donošenje kauzalnog suda (Fiske & Taylor, 1991).

U teoriji komunikacije, okvir je centralna organizaciona ideja medijskog sadržaja, koja obezbeđuje kontekst i sugerise problem, korišćenjem selekcije, naglašavanja, isključivanja i razrade (Tankard et al., 1991). Prema Risu, „okviri su organizacioni principi koji su društveno zajednički i postojani tokom vremena, koji simbolično deluju na smislenom strukturiranju društvenog sveta“ (Reese, 2001, p. 11). Postoje dva načina

tumačenja okvira – kroz kognitivnu i kulturnu prizmu. Kognitivno organizovani okviri pozivaju nas da razmišljamo o društvenim fenomenima na određeni način, često utičući na fundamentalne psihološke predrasude. S druge strane, kulturni okviri se ne zaustavljaju samo na organizovanju jednog narativa, već nas pozivaju da uspostavimo kulturno razumevanje i tako dalje tumačimo, nezavisno od neposrednih informacija (Reese, 2001). Koncept medijskog uokviravanja je posebno značajan jer predstavlja komplikovaniji i sofisticiraniji koncept od puke medijske pristrasnosti. Argumenti za i protiv, poželjni i nepoželjni, negativni i pozitivni, svi su dati posredstvom uokviravanja. Dodatne, složenije emocionalne reakcije, kao i kognitivna dimenzija – uverenja i ponašanja – omogućavaju se, takođe, uokviravanjem. Štaviše, uokviravanje priznaje sposobnost medijskog teksta da opiše situaciju ili pitanje, ali i da uspostavi okvir za debatu (Tankard, 2001).

„Prema teoriji uokviravanja onaj koji smešta u okvire ima više kontrole od onih koji bivaju smešteni u okvir, te je stoga teorijska veza između uokviravanja i hegemonične muškosti ta da će oni koji uokviravaju sportistkinje kroz komentare i vizuelno pokrivanje to učiniti kroz prizmu koja ih u kontekstu sporta predstavlja sa manje moći“ (Smith & Bissell, 2014, p. 50). „Kada potrošači medijskih sadržaja jednom usvoje ovaj sistem predstavljanja, veoma ga teško menjaju, jer ga stalno iznova primenjuju kada obrađuju svaku novu informaciju iz određene teme koju su mediji unapred uokvirili“ (Vujović et al., 2017, p. 1121). Ovo sugeriše da će način na koji se sportistkinje prikazuju u medijima navoditi i uticati na to kako će konzumenti percipirati sportistkinje. Na primer, žene su generalno uokvirene na način koji ističe njihovu ženstvenost, korišćenjem tradicionalno ženskih epiteta i komentara o njihovom telu, seksualnosti i emocionalnosti. Kao rezultat toga, gledaoci mogu identifikovati sportistkinje po ovim karakteristikama, a ne po njihovim atletskim sposobnostima.

Studija Dijane Ponteroto (Diane Ponterotto) o predstavljanju ženskog sporta u štampi otkriva prisustvo diskurzivnog okvira koji teži da trivijalizuje telo sportistkinja. Ovaj okvir je rezultat dve osnovne diskursne strategije koje ona identifikuje: tematske strategije koja erotizuje žensko telo i metaforičke strategije koja konceptualizuje sportistkinju kao dete. „Pored toga što reaguju na muške subjektivnosti, kodifikuju muške ideale i potvrđuju muški osećaj svog identiteta kao muškaraca, oni takođe kodiraju ideologiju ženstvenosti, koja zauzvrat postaje hegemonična“ (Ponterotto, 2014, p. 106). Ona tvrdi da je ova vrsta predstavljanja motivisana seksističkim stereotipima vezanim za ideološke interese muške hegemonije.

Majkl Mesner (Michael Messner) se slaže i navodi da je organizovani sport postao primarno institucionalno sredstvo za jačanje osporene i posrnule ideologije muške superiornosti. On objašnjava da sve veći ženski atletizam odražava istinsku želju žena za jednakosti, kontrolom nad svojim telima i samodefinisanjem, i na taj način predstavlja izazov za ideološku osnovu muške dominacije. Kao rezultat toga, „društveno konstruisana značenja koja okružuju fiziološke razlike između polova, sadašnja 'muška' struktura organizovanog sporta i medijsko uokviravanje sportistkinje prete da sruše svaki kontrahegemonistički potencijal koji predstavljaju sportistkinje. Ukratko, sportistkinja i njeno telo postali su sporni ideološki teren“ (Messner, 1998, p. 197). „Kao rezultat međuzavisnog odnosa između masovnih medija i sporta, koji se vremenom razvio, mediji su sada postali jedan od ključnih sponzora, ali i ključnih korisnika institucionalizovanog sporta i, kao takvi, postali snažan prostor za konstruisanje rodnog diskursa i oblikovanje hegemonije“ (Toohey & Veal, 2007, p. 206).

Analizirajući literaturu o slikama koje se koriste za prikazivanje sportistkinja u medijima, Šeri i sar. (2016) zaključuju da niz mehanizama doprinosi medijskim konstrukcijama ženskog sporta, uključujući nizak obim medijske pažnje, narativni fokus, istaknutost pozicije ili rasporeda, lingvistički izbor i vizuelne prikaze ženskog sporta. Napominju da je njihovo istraživanje pokazalo da mediji nastavljaju da usvajaju pristup koji održava seksualne razlike kroz obezvređivanje učešća žena u sportu kroz niz mehanizama operacionalizovanih kroz vizuelne predstave. „Pokazalo se da na međunarodnom nivou sportistkinje i dalje dobijaju svega delić fotografskog pokrivanja u odnosu na muške kolege, da i dalje postoji preferencija za izveštavanje tokom cele godine o ženama koje se bave tradicionalnim sportovima „prilagođenim polu“, a koja se prekida samo pojavom sportskog mega događaja kao što su Olimpijske igre; i da se sportistkinje redovno prikazuju u pasivnim pozama, koje gotovo da ne inspirišu mlađe sportistkinje“ (Sherry et al., 2016, p. 307).

U „Igranje sa dečacima: Zašto *odvojeno* nije *jednako* u sportu“, Ajlin MekDana (Eileen McDonagh) i Lora Papano (Laura Pappano) navode da su sportovi organizovani na osnovu segregacije po polu na način koji u velikoj meri čini nevidljivim prinudne prakse segregacije. One tvrde da je ova segregacija u sportu zasnovana na tri pogrešne pretpostavke, koje nazivaju „tri i“: „(1) inferiornost (inferiority) žena u odnosu na muškarce, (2) potreba da se žene zaštite od povreda (injury) u konkurenciji sa muškarcima, i (3) nemoralnost (immorality) žena koje se direktno takmiče sa muškarcima“ (McDonagh & Pappano, 2008, p. 7). One smatraju da su konstruisane razlike u sportu problematične jer stvaraju i jačaju tradicionalne rodne uloge i imaju negativan

uticaj na percepciju ženskih sposobnosti. Ovaj disparitet u pokrivenosti stvara duboko ukorenjene pretpostavke koje se uzimaju zdravo za gotovo i koje služe ograničavanju žena daleko izvan sporta, što rezultira nizom ekonomskih, društvenih i političkih ograničenja koja pogoršavaju patrijarhalnu strukturu moći, koja ostaje čvrsto ukorenjena u našoj kulturi (McDonagh & Pappano, 2008).

Prema Jeleni Višnjić, definisanjem i dekonstruisanjem politika medijskih reprezentacija rasvetljava se paradigmatična predstava o ženama u jednoj zajednici. Otkrivanjem skrivenih značenja dekonfiguriše se 'simbolički kapital' utisnut u njihove identitete i tela kao u prostore podobne za političke, ekonomske i kulturne upise moći. „Dekonstruisati medijski narativ je uvek unapred dijagnoza jednog vremena i jednog društva“ (Višnjić, 2016, p. 175). Autorke ovog istraživanja nastoje da otkriju u kojoj meri su sportistkinje predstavljene u medijima, kao i kako ih mediji predstavljaju, analizirajući izveštavanje o Olimpijskim igrama 2021. u digitalnom mediju „Blic online“.

METOD

Pošto su Olimpijske igre u Tokiju 2021. proglašene za prve rodno ravnopravne igre, one su izuzetno relevantne za rodnu analizu. Istraživanje nastoji da utvrdi koliko su i na koji način sportistkinje predstavljene u medijima u kontekstu Olimpijskih igara. U fokusu istraživanja su tekstovi o Olimpijskim igrama objavljeni na portalu „Blic online“ u periodu od 23. jula 2021. do 8. avgusta 2021. godine. Autorke ovog rada analizirale su „Blic online“ budući da je najposećeniji informativni sajt u Srbiji, sa približno 915.000 čitalaca dnevno, prema podacima Gemius rejtinga (Domains - gemiusRating, n.d). Analizom su obuhvaćeni svi tekstovi objavljeni u rubrici Tokio 2021 - ukupno 730 tekstova. Stoga, istraživačka pitanja su sledeća:

IP1: Koliko tekstova prikazuje sportistkinje u rubrici Tokio 2021 u digitalnom mediju „Blic online“?

IP2: Da li su sportistkinje stereotipno uokvirene u rubrici Tokio 2021 u digitalnom mediju „Blic online“, i ukoliko jesu, na koji način?

Kao rezultat navedenog, ciljevi istraživanja su:

R1: Da se identifikuje ukupan broj tekstova, broj tekstova koji se odnose na sportiste, sportistkinje, i broj mešovitenih tekstova u odeljku Tokio 2021;

R2: Identifikovati i klasifikovati rodne stereotipe u tekstovima koji se odnose na sportistkinje u odeljku Tokio 2021.

Imajući u vidu rezultate prethodnih istraživanja na istu ili sličnu temu, hipoteze od kojih su istraživačice pošle su sledeće:

H1: U digitalnom mediju „Blic online“ više je tekstova o Olimpijskim igrama 2021. koji se odnose na sportiste nego na sportistkinje.

H2: Većina tekstova u digitalnom mediju „Blic online“ o Olimpijskim igrama 2021. koji se odnose na sportistkinje je stereotipna.

Istraživanje je sprovedeno korišćenjem metoda kvantitativne i kvalitativne analize sadržaja. Prema Maknamari (Macnamara, 2005), kvantitativna analiza sadržaja prikuplja podatke o medijskom sadržaju kao što su teme ili pitanja, obim pominjanja, „poruke“ definisane ključnim rečima u kontekstu, cirkulacija medija (doseg publike) i učestalost. Kvalitativna analiza sadržaja analizira odnos između teksta i njegovog verovatnog ili mogućeg značenja. Na taj način, kvalitativna analiza sadržaja prepoznaje da su medijski tekstovi polise mični – otvoreni za mnogo drugačijih interpretacija različitih čitalaca. Ona obraća pažnju na publiku, medije i kontekstualne faktore – ne samo na tekst. Dakle, kvalitativna analiza prati moguća tumačenja i društvenu uslovljenost analiziranog fenomena.

Kvalitativni deo istraživanja zasnovan je na metodologiji korišćenoj u radu „Žene i Olimpijske igre: Medijsko izveštavanje“ (Vujović et al., 2017). Rezultati ovog rada su pokazali da su žene u sportu stereotipno predstavljene kroz medijske okvire na sledeće načine: (1) Sportistkinje su prikazane u irelevantnim tekstovima, koji se ne odnose na njihove sportske aktivnosti; (2) Sportistkinje su predstavljene kao ženstvene, lepe i/ili seksualni objekti; (3) Sportistkinje su predstavljene kao nečija majka, supruga ili devojka; i (4) Sportistkinje su predstavljene kao infantilne, emotivne i razdražljive. U ovom istraživanju su stereotipni tekstovi koji prikazuju sportistkinje klasifikovani u ove kategorije. Važno je, međutim, napomenuti da su neki tekstovi sadržali više od jedne vrste stereotipa. Prilikom kategorizacije uzet je u obzir najaglašeniji stereotip, u skladu sa principom stereotipa istaknutim u naslovu.

Podaci za istraživanje prikupljani su pomoću kodne liste. Primer je prikazan u nastavku (Ilustracija 1):

Ilustracija 1. Kodna lista

Identifikacija teksta	
Naslov teksta	
Datum objavljivanja	
Subjekt/subjekti teksta	
Ženski	
Muški	
I ženski i muški (mešoviti)	
Rodni stereotipi (odnosi se samo na tekstove sa sportistkinjama kao subjektima)	
Ženstvena/lepa/seksualni objekat	
Infantilna/emocionalna/razdražljiva	
Majka/supruga/devojka	
Nevezano za sport	
Bez stereotipa	
Nije primenjivo	
Opis identifikovanog rodnog stereotipa (odnosi se samo na tekstove sa sportistkinjama kao subjektima)	
Nije primenjivo	

REZULTATI

Ukupan broj analiziranih tekstova je 730. Ukupan broj tekstova koji se odnose na sportistkinje je 219, što čini 30% uzorka, dok se 384 teksta odnose na sportiste, što čini 52,6% uzorka, kako je i ilustrovano u Tabeli 1. Pored toga, 127 tekstova, ili 17,39% uzorka, odnosi se na sportistkinje i sportiste.

Tabela 1. Tekstovi u kojima su prikazane sportistkinje, sportisti, i tekstovi u kojima su sportistkinje i sportisti prikazani zajedno (mešoviti tekstovi) u mediju "Blic onlajn"

Subjekti	%
Ženski	30.13
Muški	52.46
Ženski i muški	17.39
Ukupno	100

Ovi kvantitativni nalazi potkrepljuju početnu hipotezu da je digitalni medij „Blic online” objavio više tekstova koji se odnose na sportiste nego na sportistkinje u vezi sa Olimpijskim igrama 2021. Takođe, više od polovine svih analiziranih sadržaja fokusirano je isključivo na sportiste.

Istraživanje je pokazalo da 66,36% tekstova koji prikazuju žene u sportu nije stereotipno, a da je 5,45% medijskih priča o sportistkinjama objavljeno o temama koje nisu povezane sa sportom. Kao što je ilustrovano u Tabeli 2, na osnovu kvalitativne analize utvrđeno je prisustvo rodni stereotipa u prikazivanju sportistkinja u 41,82% objavljenih tekstova.

Tabela 2. Rodni stereotipi o sportistkinjama u mediju „Blic online”

Prikazivanje	N	%
Kao ženstvena/lepa/seksualni objekat	39	17.72
Kao infantilna/emocionalna/ razdražljiva	38	17.27
Kao majka/supruga/devojka	3	1.36
Nevezano za sport	12	5.45
Bez stereotipa	128	58.18
Ukupno	220	100

Ovi nalazi ne potvrđuju inicijalnu hipotezu da je većina tekstova u digitalnom mediju „Blic online” o sportistkinjama na Olimpijskim igrama 2021. stereotipna. Međutim, procenat stereotipnih medijskih sadržaja je značajan, te je važno istaći njihove specifičnosti.

DISKUSIJA

Analiza je pokazala da se sportistkinje označavaju raznim stereotipnim terminima. Jedna od najčešćih tehnika stereotipizacije sportistkinja je njihovo portretisanje kao infantilnih, emocionalnih ili razdražljivih. Na ovaj način sportistkinje su prikazane u 17,27% tekstova vezanih za Olimpijske igre. I psihičko stanje sportistkinja bilo je naglašavano prilikom njihovog portretisanja. Isticane su njihove emocionalne reakcije, poput plakanja, bilo od sreće ili zbog poraza. Takođe je važno naglasiti da se sportistkinje često oslovljavaju samo imenom, ili sa „mlada devojka“, „mlada dama“, čime se one infantilizuju.

U 17,72% tekstova sportistkinje su predstavljene kroz fokus na njihov izgled. One su prikazane kao ženstvene, lepe, privlačne ili kao seksualni objekti. „Princeze“ i „boginje u bikiniju“ su neki od termina koji se koriste za njihovo ilustrovanje. Opisivane su i u smislu muške pažnje, uz naglašavanje kako muškarci uzdišu za sportistkinjama, te kako su oduševljeni njihovim oblinama. Njihov fizički izgled je kritikovan, posebno veličina grudi i odeća koju nose. Slede neki od primera: „Ona je vlasnica najbolje zadnjice u sportu, a sada prodaje gole slike na sajtu za odrasle! /video/“ (Blic, 2021); „Najatraktivnija Brazilka u sportu imala maratonsko vođenje ljubavi na Olimpijskim igrama noć pred takmičenje, diskvalifikovana je, a sada se vratila i izgleda ovako! /video/“ (Blic, 2021a); „Počistila konkurenciju: U disciplini najlepša na svetu već imamo pobednicu Olimpijskih igara! /video/“ (Blic, 2021b); „Pa ona će zapaliti Olimpijske igre - Brazilka skejtborderka izvodi neverovatne trikove, a zbog njenih zanosnih oblina uzdišu muškarci širom sveta“ (Blic, 2021c) itd.

Kada su u pitanju sportistkinje, žensko telo je tema samo po sebi, praktično fenomen. Telo sportistkinje prožeto je konotacijama dominantnog patrijarhalnog pogleda na svet. Telo je tema, bilo da se mišićavost sportistkinje tumači kao privlačna ili kao nedovoljno ženstvena. Telo je tema, bilo da je sportistkinja krupna ili ne. Bilo da je sportistkinja našminkana ili ne, telo je ponovo predmet rasprave. Čini se da se rodni uokviravanjem sportistkinje žena kažnjava zbog ulaska u tradicionalno muško polje, te da stereotipizacijom i diskriminacijom biva podsećana da je ona pre svega žena.

U 1,36% sadržaja sportistkinje su predstavljene kao nečije majke, supruge ili devojke, te se tekstovi fokusiraju na privatnu sferu umesto na profesionalne rezultate. Recimo, naslov „Najlepša srpska košarkašica

se bori za medalju, a malo njih zna da uživa u vezi sa vaterpolistom! Evo šta ih je spojilo! /foto/“ (Blic, 2021d), jasno implicira da je njen odnos sa partnerom značajniji od njenog sportskog dostignuća. Isto važi i za njen izgled, s obzirom da je sportistkinja u naslovu opisana kao lepa, a u tekstu nazvana „atraktivnom brinetom“. Takođe, kada se izveštava o olimpijskim trijumfima sportistkinja, često se ističe i značaj doprinosa njihovih muških partnera: „O Jovani Preković se malo toga zna, ali je nešto i otkriveno! Poznati Srbin je dečko naše osvajačice zlata na Olimpijskim igrama i doprineo je u ogromnom uspehu /foto/“ (Blic, 2021e).

Prema Stojiljkoviću i sar. (2020), mediji se „ne zanimaju za žene u sportu, a kada to rade, ne rade to na pravi način“ (str. 492). Većina istraživanja pokazuje da sportistkinje nisu samo marginalizovane u medijskom izveštavanju o Olimpijskim igrama, već i da stereotipi koji se koriste za prikazivanje žena umanjuju njihove atletske sposobnosti i/ili performanse (Billings & Angelini, 2007; Vujović et al., 2017; Killoran, 2017; Smith & Bissell, 2014). Ovakav trend potvrđuje i ovo istraživanje. „Atraktivnost, emocionalnost, ženstvenost i heteroseksualnost su nekoliko tradicionalnih markera rodne reprezentacije“ (Smith & Bissell, 2014, p. 50). Komentatori u medijima pronalaze suptilne načine da opisuju sportistkinje više u odnosu na rod, a manje po statusu sportistkinja (Smith & Bissell, 2014). Prikazane su tako da dočaravaju prvo sliku žene, a tek onda sportistkinje. Obično se medijsko izveštavanje o ženama u sportu fokusira na njihov izgled, emocije i veze. Novinari često sebi daju slobodu da diskutuju o visini, težini, veličini haljine, frizuri ili odeći sportistkinje. Ovakvi opisi pomažu da se žene odvoje od muškaraca (Smith & Bissell, 2014) koji se hvale svojom atletskom ekspertizom, fizičkim veštinama, snagom i muževnošću.

Nalazi ovog istraživanja potkrepljuju tvrdnju Vujovića i sar. (2017) da mediji stvaraju rodnu hijerarhiju u sportu kroz narativne i vizuelne poruke u kojima „jaki“ muškarci dominiraju nad „slabim“ ženama i da se muški sport više vrednuje od ženskog. „Ovo bi se moglo objasniti sveprisutnom patrijarhalnom ideologijom, koja opstaje u 21. veku. Muškarac je predodređen za javnu sferu, koja uključuje sport, a žena za domen privatnog“ (Vujović et al., 2017, p. 1137).

ZAKLJUČAK

Mediji, kao glavni agens društvenog života, ne mogu se posmatrati kao vrednosno neutralni. Po svojoj prirodi, oni deluju unutar društvenih, političkih, ekonomskih i ideoloških okvira koji nameću ograničenja značenja koja mediji proizvode i šire. Mediji pozicioniraju pojedina pitanja, ideje, ličnosti i identitete u svesti javnosti ili ih isključuju iz nje. Kao rezultat, mediji konstruišu specifičnu logiku interpretacije, nude značenja i vrednosne okvire. Polazeći od teze Stjuarta Hala da je reprezentacija pre svega konstrukcija, i teorije uokviravanja (frejminga), prema kojoj publika tumači stvarnost na osnovu indoktriniranih obrazaca, autorke razmatraju pitanje medijske reprezentacije sportistkinja.

Istraživanje medijskog izveštavanja o Olimpijskim igrama pruža značajan uvid u stepen rodne ravnopravnosti na globalnom nivou, jer je moguće identifikovati trenutnu percepciju muškosti i ženstvenosti u društvu gledajući medijsko predstavljanje sportista i sportistkinja. Istraživanje je pokazalo da, uprkos činjenici da su Olimpijske igre 2021. proglašene rodno najravnopravnijim, medijsko predstavljanje sportistkinja to ne odražava. Kvantitativna analiza je pokazala da iako se na Olimpijadi takmičio približno jednak broj muškaraca i žena, takmičarke su dobile manje od trećine medijske pokrivenosti. Čak, više od 40% sadržaja o sportistkinjama sadrži stereotipe ili prikazuje sportistkinju u narativu koji nema nikakve veze sa sportom. Sportistkinje su predstavljene epitetima koji se tradicionalno pripisuju ženama. Izrazi koji naglašavaju ženstvenost, opisuju ili ocenjuju izgled i koji se odnose na emocionalnost i mentalno stanje su uobičajeni. Sportistkinje se često prikazuju u odnosu na muškarce, koji su predstavljeni kao centralne, referentne figure. Predstavljaju se kao majke, supruge, devojke, ali i kao seksualni objekti. Analizom medijskog sadržaja stiče se utisak da je sekundarno to što su olimpijke, kao što su sekundarni i njihovi rezultati – a da je najvažnije to što su žene. Ova vrsta izveštavanja nastavlja trend medijskog izveštavanja koji je zabeležen tokom Olimpijskih igara u prošlosti.

LITERATURA

1. Barker, C. (2004). *The Sage dictionary of cultural studies*. London: SAGE Publications Ltd. <https://doi.org/10.4135/9781446221280.n53>
2. Billings, A. C., & Angelini, J. R. (2007). Packaging the games for viewer consumption: gender, ethnicity, and nationality in NBC's coverage of the 2004 Summer Olympics. *Communication Quarterly*, 55(1), 95-111. <https://doi.org/10.1080/01463370600998731>
3. Blic. (18. jul 2021). *ONA je vlasnica najbolje ZADNJICE u sportu, a sada prodaje GOLE SLIKE na SAJTU ZA ODRASLE! /VIDEO/*. Blic.rs. <https://sport.blic.rs/tokio-2020/tokio-2020-najnovije-vesti-olimpijske-igre-video-odbojkasica/f12qmg3>
4. Blic. (19. jul 2021a). *Najatraktivnija Brazilka u sportu imala maratonsko vođenje ljubavi na OI noć pred takmičenje, diskvalifikovana je, a sada se vratila i izgleda ovako! /VIDEO/*. Blic.rs. <https://sport.blic.rs/tokio-2020/ingrid-oliveira-olimpijske-igre-diskvalifikacija-intimni-odnosi-vodjenje-ljubavi/s2fwzmf>
5. Blic. (20. jul 2021b). *Počistila konkurenciju: U disciplini NAJLEPŠA NA SVETU već imamo pobednicu Olimpijskih igara! /VIDEO/*. Blic.rs. <https://sport.blic.rs/tokio-2020/najlepsa-atleticarka-sveta-alika-smit-tokio-2020-video/5lvkvce>
6. Blic. (21. jul 2021c). *Pa ona će ZAPALITI OLIMPIJSKE IGRE Brazilska skejtborderka izvodi neverovatne trikove, a zbog njenih ZANOSNIH OBLINA uzdišu muškarci ŠIROM SVETA*. Blic.rs. <https://sport.blic.rs/tokio-2020/pa-ona-ce-zapaliti-olimpijske-igre-brazilska-skejtborderka-izvodi-neverovatne-trikove/te-djb2s>
7. Blic. (1. avgust 2021d). *Najlepša srpska košarkašica se bori za medalju, a malo njih zna da uživa u vezi sa VATERPOLISTOM! Evo šta ih je spojilo! /FOTO/*. Blic.rs. <https://sport.blic.rs/tokio-2020/tokio-2020-najnovije-ana-dabovic-ilija-mustur-vaterpolista-slike-ljubav/zlfgx1x>
8. Blic. (6. avgust 2021e). *O Jovani Preković se malo toga zna, ali je NEŠTO I OTKRIVENO! Poznati Srbin je dečko naše osvajačice zlata na OI i doprineo je u ogromnom uspehu /FOTO/*. Blic.rs. <https://sport.blic.rs/tokio-2020/jovana-prekovic-olimpijske-igre-zlatna-medalja-ljubavni-zivot-aleksandar-sestakov/e9q58ld>
9. *Domains - gemiusRating*. (n.d.). Gemius. Pristupljeno 23. novembra 2021, na: <https://rating.gemius.com/rs/tree/32>
10. Fiske, S. T., & Taylor, S. E. (1991). *Social cognition* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill.
11. Herman, E. S., & Chomsky, N. (2010). *Manufacturing consent: The political economy of the mass media*. Random House. New York City.
12. Killoran, G. (2017). A Content Analysis of Online Coverage of Female Athletes in the 2016 Rio Summer Olympics. *Elon Journal of Undergraduate Research in Communications*, 8(1), 6-11.
13. Macnamara, J. R. (2005). Media content analysis: Its uses, benefits and best practice methodology. *Asia Pacific Public Relations Journal*, 6(1), 1-34.
14. McDonagh, E., & Pappano, L. (2008). *Playing with the boys: Why Separate is Not Equal in Sports*. New York: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1017/s1537592709992994>
15. McQueen, D. (2000). *Televizija: Medijski priručnik*. Beograd: Clio.
16. Messner, M. A. (1988). Sports and Male Domination: The Female Athlete as Contested Ideological Terrain. *Sociology of Sport Journal*, 5(3), 197-211. <https://doi.org/10.1123/ssj.5.3.197>
17. Messner, M. A., & Cooky, C. (2010). *Gender in televised sports: News and highlight shows, 1989–2009*. University of Southern California: Center for Feminist Research. <https://dornsifecms.usc.edu/assets/sites/80/docs/tvsports.pdf>
18. Minsberg, T. (2021, July 25). *At the Olympics, Gender Equality Is Not So Equal*. The New York Times. <https://www.nytimes.com/2021/07/22/sports/olympics/olympics-athletes-gender.html>
19. Ponterotto, D. (2014). Trivializing the Female Body: A Cross-cultural Analysis of the Representation of Women in Sports Journalism. *Journal of International Women's Studies*, 15(2), 94-111. <https://vc.bridgew.edu/jiws/vol15/iss2/7>
20. Reese, S. D. (Ed.). (2001). Framing Public Life: Perspectives on Media and Our Understanding of the Social World (Routledge Communication Series). In *Framing Public Life - Perspectives on Media and Our Understanding of the Social World*, Reese, S. D., Gandy Jr, O. H., & Grant, A. E. (Eds.). pp. 7-33. Routledge.

21. Sherry, E., Osborne, A., & Nicholson, M. (2016). Images of sports women: A review. *Sex Roles*, 74(7-8), 299-309. <https://doi.org/10.1007/s11199-015-0493-x>
22. Smith, L. R., & Bissell, K. L. (2014). Nice dig!: An analysis of the verbal and visual coverage of men's and women's beach volleyball during the 2008 Olympic Games. *Communication & Sport*, 2(1), 48-64. <https://doi.org/10.1177/2167479512467771>
23. Stojiljković, N., Randjelović, N., Živković, D., Piršl, D., & Stanišić, I. (2020). Analysis of reporting on male and female athletes in Serbian media during the Olympic Games in London 2012. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 491-505. <https://doi.org/10.22190/fupes190908043s>
24. Tankard, J. (2001). The empirical approach to the study of media framing. In *Framing Public Life - Perspectives on Media and Our Understanding of the Social World*, Reese, S. D., Gandy Jr, O. H., & Grant, A. E. (Eds.). pp. 111-121. Routledge.
25. Tankard, J., Hendrickson, L., Silberman, J. J., Bliss, K., & Ghanem, S. (1991). *Media frames: Approaches to conceptualisation and measurement*. Paper presented to the Association for Education in Journalism and Mass Communication, Boston.
26. Toohey, K., & Veal, A. J. (2007). *The Olympic Game: A Social Science Perspective (2nd Edition)*. Oxfordshire: CABI. <https://doi.org/10.1079/9781845933463.0041>
27. Višnjić, J. (2016). *Rodna analiza teksta u onlajn štampanim medijima u Srbiji*. Neobjavljena doktorska disertacija. Novi Sad: Asocijacija centra za interdisciplinarne i multidisciplinarne studije istraživanja – ACIMSI za rodne studije.
28. Vujović, M., Mitrović, M., & Obradović, N. (2017). Women and Olympic Games: Media coverage. *TEME: Časopis za društvene nauke*, 41(4), 1113-1137. <https://doi.org/10.22190/teme1704113v>

Stručni članak

ULOGA AKUTNOG BOLA PRILIKOM OSTVARIVANJA POZICIJE ZA VEZIVANJE UPOTREBOM SREDSTAVA PRINUDE¹

UDK: 371.3::796

796.8.015.59

DOI: 10.5937/snp12-1-36572

Srđan Milosavljević²

Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Dragana Drljačić

Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Sreten Srećković

Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Apstrakt: Rad ukazuje na ulogu i značaj akutnog bola prilikom sprovođenja radnje vezivanja. Primena sredstava prinude iz prostora fizičke snage koji najčešće prethodi sprovođenju radnje vezivanja zahteva dobro poznavanje pojedinačnih tehnika borenja, a posebno poluga kojima se lice preko stvaranja osećaja akutnog bola dovodi u poziciju za vezivanje. Poluga u tom smislu predstavlja dobar odabir, jer se njenim izvođenjem lice, kako u kraćem, tako i u dužem periodu može držati pod kontrolom, tj. onoliko dugo koliko je potrebno da se radnja vezivanja bezbedno izvrši. Iz tog razloga važno je poznavati i razlikovati faktore koji definišu pojedinačnu vrednost svake poluge: mogući nivo obezbeđenja bola (dostupnost dela tela, mogućnost preciznog oslonca, potreban nivo sile, vreme potrebno za realizaciju itd), kao i osnovne posledice primene poluge. Primenjena poluga čije je izvođenje usklađeno sa prethodno navedenim faktorima proizvešće akutni bol dovoljnog intenziteta. Bol je neprijatan senzorni ili emocionalni doživljaj koji je izazvan mogućim ili postojećim oštećenjem tkiva ili koji je opisan rečima koje bi odgovarale pomenutom oštećenju.

Ključne reči: *bol, fizička snaga, uspostavljanje kontrole, poluga, specijalne jedinice*

UVOD

Veliki broj radova napisan je na temu upotrebe sredstava prinude, ali i pored toga postoji uočljiv nedostatak informacija o značaju akutnog bola prilikom upotrebe određenih sredstava prinude, a prvenstveno značajem akutnog bola prilikom dovođenja u poziciju za vezivanje. Posebno je važno istaći da državni organi uprave Republike Srbije imaju pravo da primene prinudu, a samo u izuzetnim okolnostima to može i građanin u unapred zakonom predviđenim situacijama. Ono što je posebno bitno istaći jeste činjenica da se prinuda može primeniti isključivo u situaciji kada su iscrpljena sva druga pravna sredstva i to zakonito, srazmerno, suzdržano i sa upozorenjem da će se prinuda upotrebiti. U tom smislu postoje sledeća sredstva prinude: fizička snaga, sredstva za vezivanje, službena palica, službeni psi, službeni konji, specijalna vozila, sredstva za zaprečavanje, uređaji za izbacivanje vode u mlazevima, hemijska sredstva, posebna oružja i eksplozivna sredstva i vatreno oružje (Zakon o policiji, 2016). Podrazumevajući činjenicu

¹ Rad primljen: 21.2.2022, korigovan: 23.2.2022, prihvaćen za objavljivanje: 4.3.2022.

² ✉ srdjan.milosavljevic@vss.edu.rs

da su ispunjeni pravni uslovi za upotrebu sredstava prinude, pristupa se upotrebi istih pojedinačno ili u kombinaciji prethodno navedenih.

1. FIZIČKA SNAGA KAO SREDSTVO PRINUDE

Fizička snaga je najjednostavnije sredstvo prinude i kao takva najčešće predstavlja primarno sredstvo koje se koristi prilikom dovođenja lica u poziciju za vezivanje. Osoba koja koristi tj. upotrebljava fizičku snagu u obavezi je da čuva ljudski život i prouzrokuje što manju moguću materijalnu štetu, a posebno što je za aktuelnu temu jako važno, da prouzrokuje što manje povrede (Amanović, 2003). Dakle, prilikom upotrebe sredstava prinude iz prostora fizičke snage i sredstava za vezivanje dolazi se u delikatnu situaciju kada lice nad kojim se primenjuju sredstva prinude (zbog neodgovarajućeg odabira konkretnog sredstva prinude), može da pokuša beg, izvrši samopovređivanje ili da zaista bude povređeno od strane onoga ko primenjuje sredstva prinude. Kako bi se neželjene, prethodno navedene situacije izbegle, neophodno je da prilikom dovođenja lica u poziciju za vezivanje, onaj ko vrši vezivanje izvrši pravilan odabir sredstava iz prostora fizičke snage. Pored toga, doziranje intenziteta svake pojedinačne borilačke tehnike iz prostora fizičke snage predstavlja bitan činilac koji može biti presudan i koji, ukoliko intenzitet primene određene tehnike bude bio nedovoljan, neće dati željeni rezultat. Konkretno, neće se postići odgovarajuća pozicija za vezivanje, jer se lice koje se vezuje oglašuje o naređenje, a intenzitet primene tehnike nije dovoljan da bi putem akutnog bola lice bilo dovedeno u poziciju za vezivanje.

Sa druge strane, ukoliko je intenzitet primenjene tehnike prevelik može doći do neopravdanog povređivanja lica koje se dovodi u poziciju za vezivanje, što sa sobom povlači zakonske konsekvence. U tom smislu primena adekvatnih tehnika borenja kao i njihovo doziranje isključivo predstavljaju sredstva kojima se postiže odgovarajući akutni bol, kako bi lice koje se vezuje, a koje na tu radnju ne pristaje dobrovoljno, bilo bezbedno dovedeno u tu poziciju bez prekoračenja službenih ovašćenja, ali bez mogućnosti da opstruira navedenu radnju. S tim u vezi "finalni proizvod" prethodno primenjenih tehnika borenja svakako je akutni bol koji iz prethodno navedenih razloga ne sme biti ni previše jak, a ni previše slab, već njegov intenzitet mora opravdati svrhu i obezbediti nesmetano obavljanje prethodno navedene radnje. Pokazalo se da je strah od bola bolji prediktor onesposobljenosti od medicinskog statusa samog bola (Mihajlović, 2015). Shodno tome, neretko se dešava da lice nad kojim treba da bude izvršena radnja vezivanja na navedenu radnju pristane već nakon upotrebe nekih od sredstava prinude, pri čemu samostalno zauzme poziciju za vezivanje koju mu je kao potrebnu radnju naložilo lice koje će tu radnju izvesti.

2. AKUTNI BOL KAO SREDSTVO USPOSTAVLJANJA KONTROLE NAD LICEM PREMA KOJEM SE VRŠI RADNJA VEZIVANJA

Lice nad kojim treba da se izvrši radnja vezivanja može da pristane na navedenu radnju ili da istu pokuša da osujeti. Kada se lice koje se vezuje osujeti u nameri da izvrši beg, pruža aktivan ili pasivan otpor, izvrši napad, izvrši samopovređivanje i sl., nekom od tehnika borenja (udarci, poluge, bacanja i sl.) to lice se može naći u poziciji da leži na stomaku, leđima ili da bude u stojećoj poziciji, doveden pred radnju vezivanja primenom određene poluge (Mudrić, 2005). Upravo primenom tehnika poluga, nad licem prema kome se radnja vezivanja vrši, mora se obezbediti "kontrola". Navedena kontrola vrši se postizanjem osećaja akutnog bola licu koje se vezuje.

Tehnike borenja predstavljaju sve kretne strukture koje na posredan ili neposredan način obezbeđuju bol licu nad kojim se upotrebljava ili osujećuje nastajanje bola kod lica koje ga upotrebljava. Glavno sredstvo velikog broja borilačkih tehnika je stvaranje osećaja bola kojim se osoba kojoj je nanesen "privremeno stavlja pod kontrolu", imajući u vidu činjenicu da se osećaj bola ne može ignorisati. Bol je neprijatan senzorni ili emocionalni doživljaj koji je izazvan mogućim ili postojećim oštećenjem tkiva ili koji je opisan rečima koje bi odgovarale pomenutom oštećenju (Arlov, 2007).

Bol je subjektivno dimenzionisan i u vezi je sa individualnim pragom tolerancije, ali i ostalim faktorima kao što su pol i kulturni kontekst. Kod iste osobe bol može biti različit u zavisnosti od trenutnog raspoloženja, stresa, kao i zdravstvenog statusa. Kriterijumi na osnovu kojih se klasifikuje bol su različiti. U odnosu na trajanje i manifestaciju javljanja može se primetiti akutni i hronični bol. Akutni bol manifestuje se kroz povišen krvni pritisak, znojenje, gubitak svesti itd., dok se kod osoba koje osećaju hronični bol u velikom

broju slučajeva može primetiti depresija, anksioznost, usamljenost, umanjena pokretljivost, uvećan zamor i loš san (Mihajlović, 2015).

Imajući u vidu prethodno navedeno, kao i značaj akutnog bola i efekte koji se istim mogu proizvesti, važno je pojasniti njegovu vezu i ulogu koju ima prilikom dovođenja osobe u poziciju za vezivanje koje se prvenstveno radi upotrebom tehnika poluge.

2.1. Primena poluge u svrhu uspostavljanja kontrole

Tehnike poluga predstavljaju najbolji odabir tehnika kojima se lice stavlja pod kontrolu, jer upotrebom ove grupe tehnika onaj ko ih izvodi može da kontroliše intenzitet poluge, a samim tim i intenzitet akutnog bola nad licem nad kojim je poluga izvedena. Zahvaljujući postojanju osećaja bola, lice koje oseća bol je paralisano i barem trenutno dezorjentisano u zavisnosti od intenziteta bola (Mudrić i Gužvica, 2017). U tom smislu, onaj ko izvodi polugu može zahvaljujući proizvedenom osećaju akutnog bola kod lica nad kojim se poluga izvodi od tog lica zahtevati da zauzme položaj koji je pogodan za vezivanje. U tu svrhu preporuka je da to bude pozicija sa rukama na leđima. Ne ulazeći u pojedinačne tehnike poluga kojima se ostvaruje pozicija za vezivanje, jer to nije tema ovog rada, važno je naglasiti da se u najvećem broju slučajeva kako u stojećoj, tako i u ležećoj poziciji na stomaku to postiže preko poluga na zglobovima ramena.

U mehaničkom smislu, poluga je prosta mašina za koju je neophodno postojanje oslonca i delovanje najmanje dve sile. S aspekta borilačkih tehnika, poluge predstavljaju specifične tehnike čiji je cilj prvenstveno kontrola protivnika, stvaranjem osećaja bola, kao posledice potencijalnog iščašenja napadnutog zgloba. Pomenute efekte moguće je postići u većini zglobova ljudskog tela uz sledeće uslove: blagovremeno započinjanje realizacije; što kraće ukupno vreme realizacije; precizan oslonac; neprirodni pokreti ili pokreti preko prirodom dozvoljenih granica i značajno delovanje sila na krake u poluzi (Arlov, 2007).

2.2. Primena udarca u svrhu uspostavljanja kontrole nasuprot primeni poluge

Za razliku od poluga koje obezbeđuju kontrolu lica, čak i u dužem vremenskom interval, što im daje prednost u odnosu na druge grupe tehnika, udarci bi predstavljali nešto nepogodniju opciju, jer se intenzitet akutnog bola proizveden udarcem uočava nakon izvedenog udarca. Kada su udarci u pitanju, kontakt sa ciljem mora biti kratak, do 5 milisekundi (Mudrić i Simić, 2020). U praksi bi to značilo da ukoliko bi udarac bio preslab, lice ne bi bilo pod kontrolom, jer bi osećaj akutnog bola bio preslab ili bi sa druge strane u varijanti prejakog udarca nastale bespotrebne povrede kod lica nad kojim je udarac izveden, što bi moglo da se podvede pod termin "neopravdano".

Udarci predstavljaju kretne strukture, koje se realizuju rukama i nogama (uz učešće ostalih delova tela), a koje imaju za cilj destrukciju protivnika. Efikasnost u izvođenju udarca zavisi od sledećih faktora: stepena usvojenosti tehnike, što podrazumeva kretanje aktuelnih delova tela i udarne površine po "idealnoj" putanji ili približno idealnoj, za određeni udarac; uspešnosti u brzom pokretanju aktuelnih delova tela; brzine kontrahovanja celokupne muskulature tela u što kraćem vremenskom periodu, u završnoj fazi udarca.

Iz svega prethodno navedenog rasvetljava se dilema i postaje apsolutno jasno zašto baš tehnike poluga, a ne tehnike udaraca ili bilo koja druga tehnika namenjena obezbeđenju nastanka akutnog bola predstavlja najefikasniji "alat" kojim se lice dovodi u poziciju za vezivanje nakon uspešno osujećenog napada ukoliko je isti postojao (nakon osujećivanja bega, osujećivanja samopovređivanja i sl). U skladu sa pomenutim važno je naglasiti da se "vrednost" svake izvedene poluge može odrediti na osnovu određenih kriterijuma. Pojedinačnu vrednost svake poluge određuje: mogući nivo obezbeđenja bola (dostupnost dela tela, mogućnost preciznog oslonca, potreban nivo sile, vreme potrebno za realizaciju itd) i osnovne posledice primene poluge (Arlov, 2007). Na osnovu navedenih kriterijuma koji će odrediti vrednost svake poluge, a posebno onih poluga koje se koriste prilikom dovođenja u poziciju za vezivanje, moguće je sa sigurnošću konstatovati da je upravo kvalitet izvođenja poluge u ovom trenutku detalj koji definiše uspeh ili neuspeh vezivanja osobe nad kojom ova radnja treba da se izvede.

ZAKLJUČAK

Tehnike poluga u pojedinim segmentima vezivanja lica nad kojim je potrebno sprovesti tu radnju predstavljaju skoro nezamenjiv izbor borilačkih tehnika prvenstveno zbog efekata koji se postižu preko

kontrolisanog akutnog bola. Upravo ta mogućnost doziranja akutnog bola kod lica koje se na taj način "kontroliraju" obezbeđuje da to lice sa jedne strane "sarađuje" i ne pokušava sa osujećivanjem u nameri da mu se stave službene lisice ili neko drugo sredstvo za vezivanje. U tom smislu veoma je značajan kvalitet obuke u pogledu ispunjavanja svih kriterijuma koji definišu pojedinačnu vrednost svake poluge, a koji su ranije navedeni. Posebno je važno poštovati postupnost obuke. Ne treba prelaziti na učenje nove tehnike dok se ne savlada pokazana (Jotić, 2019). Samo krajnje odgovornim pristupom u pogledu kvalitetne obuke može se obezbediti da pripadnici službi koji na primenu radnji vezivanja imaju zakonsko pravo, ovaj zadatak obave bezbedno kako po sebe i okolinu, tako i po lice nad kojim se ova radnja sprovodi.

Pored tehničko taktičke obučenosti, kondiciona priprema igra veoma važnu ulogu u obuci pripadnika posebnih populacionih grupa (koje imaju pravo da vrše radnju vezivanja) jer će kvalitet obavljanja ovog zadatka i od ovog faktora zavisiti u manjoj ili većoj meri. Kondicionom pripremom vrši se pozitivna transformacija motoričkih sposobnosti. Naročito u specijalnim jedinicama, za uspešnu realizaciju određenih zadataka potreban je visok nivo motoričkih sposobnosti (Golubović i sar., 2021). Jedna od bitnih karakteristika motoričkih sposobnosti je ta da se one procenjuju s obzirom na njihovu latentnost. Snaga, gipkost, preciznost, brzina, koordinacija, ravnoteža i agilnost se mogu procenjivati terenskim ili/i laboratorijskim testovima.

Testiranjem motoričkih sposobnosti dobija se uvid u trenutno stanje nivoa sposobnosti. S druge strane, realizacijom periodičnih testiranja, jednostavno se utvrđuje napredak izazvan sistematskim treningom (Bojanić i sar., 2018). Drugi oblici pripreme (tehnički i taktički) u velikoj meri zavisiće od nivoa kondicione pripreme (Vasović, 2016). Iz navedenih razloga sa sigurnošću se može konstatovati da kondiciona priprema ima veoma veliki značaj u ukupnom trenažnom procesu.

Kompleksan i odgovoran pristup u obuci pripadnika posebnih populacionih grupa kao i poštovanje svih principa i zakonitosti tog procesa na duže staze obezbediće kvalitetno izvršavanje kako onih manje složenih, tako i onih najkompleksnijih zadataka koji su deo posla bezbednosnih struktura. U tom smislu kvalitet obuke predstavlja jedan od primarnih faktora uspešnosti obavljanja zadataka, koji se odnose na rešavanje različitih problemskih situacija. Kako bi se uspešno odgovorilo, tj. iznašlo pozitivno rešenje u određenoj problemskoj situaciji vezanoj za primenu tehnika borenja, potrebna je dugotrajna i neprekidna obuka, a naročito situaciona obuka (Sopčić i sar., 2019). Oslanjanje na zakonske normative kojima su definisane okolnosti primene sredstava prinude takođe predstavljau bitan činilac koji pripadnici posebnih populacionih grupa moraju dobro poznavati kako ne bi prekršili zakon.

LITERATURA

1. Amanović, Đ. (2003). Teorijski osnov upotrebe sile i vatrenog oružja. *Bezbednost*, 45(3), 416-430.
2. Arlov, D. (2007). *Alati samoodbrane*. Novi Sad: SIA.
3. Bojanić, J., Bojanić, M., Gadžić, A., i Milosavljević, S. (2018). Komparativna analiza motoričkih sposobnosti dečaka koji treniraju primenjeni aikido i dečaka koji se ne bave sportom. *Sport – nauka i praksa*, 8(1), 5-12.
4. Golubović, M., Veličković, S., Došić, A., i Pantelić, S. (2021). Relacije brzine i specifičnih motoričkih sposobnosti pripadnika specijalnih jedinica. *Sport – nauka i praksa*, 11(1), 1-8. <https://doi.org/10.18485/snip.2021.11.1.1>.
5. Jotić, M. (2019). *Kik boks*. Novi Sad: Pokrajinski sekretarijat za sport i omladinu.
6. Mihajlović, V. (2015). *Bol*. Podgorica-Beograd: Unireks.
7. Mudrić, J., i Gužvica, M. (2017). Analiza karate tehnika koje se izvode rukama – blokovi. *Sport – nauka i praksa*, 7(1), 15-38.
8. Mudrić, R. (2005). *Specijalno fizičko obrazovanje*. Beograd: VŠUP.
9. Mudrić, R., i Simić, N. (2020). *Karate 100 pitanja 100 odgovora*. Beograd: SIA.
10. Sopčić, D., Janevski, J., i Mudrić, R. (2019). Tehnike blokova rukama u tradicionalnom i savremenom sportskom karateu. *Sport – nauka i praksa*, 9(2), 77-90.
11. Vasović, R. (2016). *Kondiciona priprema sportista*. Beograd: Visoka sportska i zdravstvena škola.
12. Zakon o policiji. (2016). *Službeni glasnik RS*, 6/2016.

Stručni članak

DIGITALNE NAVIKE PRIPADNIKA GENERACIJE Z – STUDENATA SPORTSKIH SMEROVA¹

UDK: 316.6-057.875:[004.42:795

572.024-057.875:796

DOI: 10.5937/snp12-1-37707

Ivana Markov Čikić²

Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Aleksandar Ivanovski

Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija

Apstrakt: Nova virtuelna realnost današnjeg društva i njena interakcija sa pripadnicima mlađe populacije sve je češći predmet istraživanja. Postavlja se pitanje da li je i u kojoj meri moguće zaustaviti dominaciju digitalnog. Da li je sport ta aktivnost koja može da parira novoj virtuelnoj realnosti i svetu video-igrica? U radu su prikazane onlajn navike i sklonosti ka video-igricama, studenata prve godine Visoke sportske i zdravstvene škole u Beogradu ne samo kvalitativno u cilju ispitivanja provedenog vremena i poređenja istog, u odnosu na sport i rekreaciju, već i kvalitativno, sadržinski, koje su to teme koje zaokupljaju baš ovu populaciju, sportski nadarenu i sportski usmerenu, a ujedno i digitalno orijentisanu.

Rad je pokazao na izabranom uzorku sportski orijentisanih pripadnika Generacije Z odstupanja od digitalnih karakteristika generacije kojoj demografski pripadaju i kojoj je upotreba i primena tehnologije za korišćenje svih životnih informacija, komunikaciju i razonodu dominantna. Uzorak studenata sportskih smerova pokazao je da se isti u vrlo visokom procentu redovno bave sportom i prkose aktuelnom sedalnom načinu života, mnogi nisu pripadnici savremene potkulture mladih „gejmerske zajednice“, a i oni koji jesu pripadnici potkulture video-igara u njihovim opredeljenjima ka virtuelnim sadržajima dominiraju sportske video-igre.

Ključne reči: *Generacija Z, sport, video-igrice*

UVOD

Sport je od svog nastanka do danas izgradio reputaciju značajnog faktora u društvu i smatra se društvenim i kulturnim fenomenom čiji efekti sežu čak i izvan granica sportskih borilišta, stadiona i sportskih hala (Bratić, 2016). Deca obično uzimaju učešće u sportskim aktivnostima da bi se zabavila, da bi probala neku novu aktivnost, da bi bila u društvu svojih prijatelja, ali i zbog osećaja zadovoljstva koji im stvara sportski uspeh (Allender et al., 2006). U periodu adolescencije koji je neka vrsta tranzicije između detinjstva i odraslih, obrazovanje kroz sport može biti od presudnog značaja za formiranje zdrave odrasle osobe. Period adolescencije karakteriše veoma intenzivan biološki, socijalni, emocionalni i psihološki razvoj tako da neki psiholozi ovaj period nazivaju periodom „oluje i stresa“ (Arnett, 1999). Prisutnost video-igrica je evidentna u kulturi mladih danas. Ovaj fenomen utiče na sve mlade nezavisno od toga da li su oni pripadnici i pripadnice igračke zajednice ili ne, zato što su se narativi i toposi video-igara prelili na potkulturu uopšteno, a svet interneta nezamisliv je odvojeno od virtuelnog sveta igrice (Mazić, 2019). Jedna od glavnih karakteristika

¹ Rad primljen: 5.5.2022, korigovan: 7.6.2022, prihvaćen za objavljivanje: 15.6.2022.

² ✉ ivana.markov-cikic@vss.edu.rs

mladih danas, rođenih 1995. godine i mladih, takozvanih pripadnika Generacije Z upravo je ta da su konstantno konektovani, da su permanentno onlajn da su istovremeno prisutni i u virtuelnom i u realnom svetu. Takav način života i pomenuti procesi odvijaju se toliko brzo da nauka ne stiže da pruži odgovor kako to sve utiče na mozgove mladih ljudi, na njihovo telo, na njihove emocije. Jasno je da video-igrice diktiraju sedalni način života. Činjenica je da su sadržaji video-igrice najčešće nasilni, agresivni. Mladi podjednako konzumiraju akcione igre i njihov podžanr “pucnjave” (*action games and shooters*), zatim igre igranja uloga (*role-playing game*), igre strategija, pazle (*puzzle*), trke, sportske igre, igre na tabli (*board games*) i mnoge druge. Predmet istraživanja ovog rada jesu pripadnici Generacije Z, rođeni do 2012. godine, pre Generacije Alfa, dakle aktuelni bruceši, rođeni najčešće 2002. i 2003. godine. Ovo je generacija koja ceni poštovanje, odgovornost, suzdržanost, to su planirana, strukturirana i samokontrolisana deca. Cene autentičnost, štede novac koji dobijaju za praznike i rođendane, prihvataju tradicionalne vrednosti i cene porodicu na okupu (Labi, 2008, prema Williams et al., 2010). Najznačajnija karakteristika ove generacije je upotreba i primena tehnologije za korišćenje svih životnih informacija, komunikaciju i rasonodu. Bruceši rođeni početkom 2000. godine žive u vremenu modernizacija i snažnih inovacija mobilnih digitalnih uređaja koji se razvijaju paralelno sa starenjem ove generacije. Kao jedna od ključnih osobina navodi se i potreba za vršnjačkim prihvatanjem, a jedan od bitnih “alata” kojima se služe u tom procesu upravo su video-igre, pored muzike, mode i kozmetike. Matić (2018) smatra se da je Generacija Z ambiciozna generacija izrazitih individualaca, koja postaje sve značajnija u istraživanjima i razmišljanju čitave komunikacione industrije. Isti autor navodi da ova generacija živi digitalni svet potpuno jednako kao i realni, ne poznaje granice između lokalnog i globalnog i za njih su podjednako važni sportisti, muzičari, jutjuberi, influencersi i svi drugi. Kao prepoznatljive karakteristike ove generacije navodi se da su tolerantniji prema drugima više nego ijedna druga generacija, da preuzimaju manje rizika, manje su religiozni, samostalniji su i ne mare za institucije poput Crkve ili Vlade, više su na instagramu nego na fejsbuku i drugim društvenim mrežama. To je generacija koja preferira komunikaciju porukama, a ne “okom u oko”, manje čitaju knjige, novine i časopise, odrastali su zaštićeniji nego bilo koja druga generacija i često se osećaju deprimirano i usamljeno (Daljevac, 2020). Brojne su karakteristike ove generacije, ali svakako je sveprisutnost na internetu i pripadnost “videoigračkoj” zajednici jedna od dominantnih. Američko udruženje psihologa razvilo je kriterijume za karakterizaciju internet gejming poremećaja. Ne znači naravno da su svi gejmeri „zavisnici” niti da su svi pripadnici Generacije Z gejmeri, što će pokazati rezultati istraživanja u ovom radu. Bitno je kroz ove kriterijume ukazati šta sve ne bi trebalo da bude osnovni uzrok konzumacije video-igrice. Pobeći od negativnih raspoloženja – igra zarad oslobađanja od neprijatnih osećanja kao što su krivica, anksioznost i depresija. Igranje video-igrice uprkos negativnim posledicama – nedovoljno sna, kašnjenje na fakultet, zanemarivanje obaveza. Potreba da se igra sve više vremenski, sve uzbudljivije uz sve moćniju opremu. Osećaj uznemirenosti i tuge kada nema mogućnosti za igranje igrice. Postojanje preokupacije, razmišljanja o igrama i kada se ne igra, planiranje kada će se igrati sledeći put. Gubljenje interesovanja i smanjenje učešća u drugim rekreativnim aktivnostima zbog video-igrice (Petry et al., 2014). Negovanje zdravog stila života danas u savremenom svetu komunikacija i modernih tehnologija svakako uključuje redovno bavljenje fizičkom aktivnošću. Sport je najraširenija forma moderne telesne kulture. On se ispoljava u različitim oblicima igara kretanja i telesnih vežbanja, koja su obeležena velikim emocionalnim zadovoljstvom, kao i takmičenja između pojedinih lica ili timova (Đurđević, 2010). Zanimalo nas je da li se i kako se, pripadnici Generacije Z, posebno studenti iz oblasti sporta odupiru pop kulturi video-igara, svetu interneta i da li postoje podudarnosti između realnog sveta i sveta igre. Da li je godište i generacijska pripadnost dominantna u izboru slobodnih aktivnosti ili je opredeljenje ka sportu i rekreaciji kao dominantnom životnom stilu ono što studente, buduće trenere i menadžere u sportu, delimično diferencira od ostalih pripadnika svoje generacije.

METOD

Kao predmet istraživanja postavljeno je ispitivanje preferencija ka sadržajima video-igrice studenata iz oblasti sporta sa ciljem da se utvrdi koliko njihove navike u digitalnim aktivnostima utiču na njihove sportske aktivnosti. Pošlo se od pretpostavke da su studenti prve godine sportskih smerova pripadnici Generacije Z čija je jedna od osnovnih karakteristika da su non-stop prisutni na internetu i da permanentno koriste njegove različite sadržaje i mogućnosti i da su pripadnici digitalne igračke zajednice. Postavljena je prva hipoteza koja je trebalo da potvrdi da se studenti sportskih smerova redovno bave sportom, profesionalno ili

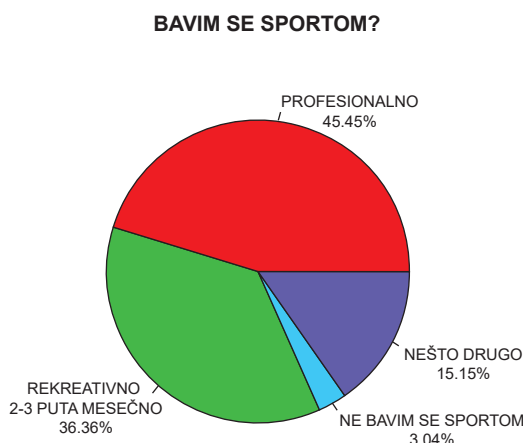
rekreativno. Druga hipoteza trebalo je da ispita da li studenti prve godine sa sportskih studijskih programa igraju video-igrice i u kojoj meri to rade kvantitativno gledano. Treća hipoteza trebalo je da ispita kvalitativno koje su to video-igrice koje studenti sa sportskih studijskih programa radije biraju i da potvrdi ili opovrgne pretpostavku da radije biraju video-igre sportskih sadržaja. U ovom naučnom istraživanju korišćeno je primenjeno istraživanje, metode teorijske analize, deskriptivna metoda i komparativna analiza. Vršila se analiza različitih karakteristika Generacije Z u današnjem vremenu paralelne virtualne i realne stvarnosti i njihovih životnih navika. Konsultovana su dosadašnja istraživanja, naučni radovi, stručni članci, studije i udžbenici u neposrednoj vezi sa istraživačkim problemom. Deskriptivna metoda upotrebljavana je kroz postupak anketiranja i koristila se za prikupljanje stavova studenata. Od instrumenata je korišćen upitnik posebno konstruisan za potrebe istraživanja. Formirana su tri posebna upitnika poluzatvorenog tipa. U svakom su dati ponuđeni odgovori, ali je ostavljena mogućnost i da ispitanik dopiše sopstveni odgovor. Upitnike je popunilo 69 studenata Visoke sportske i zdravstvene škole u Beogradu, koji su upisali studijske programe za sportskog trenera i menadžera u sportu.

Ankete koje su korišćene za istraživanje dostupne su na linku: <https://www.tvojstav.com/input/9Gt-kwift5uKFP791wSSW>. Za statističku obradu podataka korišćen je internet servis Biroa za društvena istraživanja. Upitnici su dostavljeni studentima putem mejla početkom januara 2022. godine, a njihovi odgovori zabeleženi su u onlajn bazi podataka BIRODI – servis Tvoj stav, Centar za istraživanja.

REZULTATI ISTRAŽIVANJA

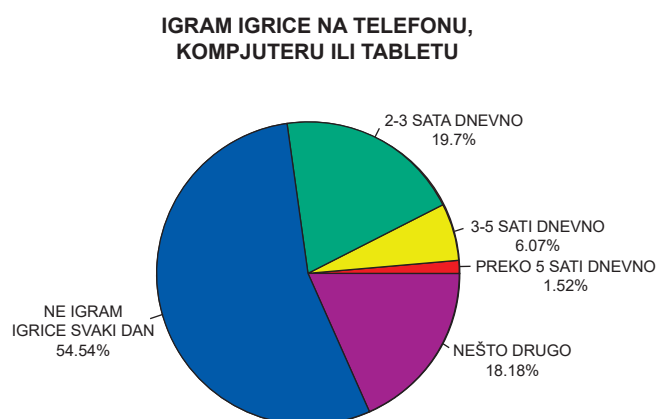
Istraživanja u oblasti sportskih nauka ukazuju da nije samo angažovanje u sportu važno, već i da je važan intenzitet i obim tog angažovanja (Simpkins et al., 2005). Na jednoj strani oni koji provode više vremena u sportu i ulažu veći napor u sportske aktivnosti ostvaruju veći benefit ne samo u sportu već i u školi, na poslu i u životu uopšte, dok na drugoj strani aktuelni profesionalni sportisti često ne mogu da prate akademsko obrazovanje. Po završetku srednje škole deo sportista se opredeljuje za nastavak školovanja i sticanje akademskih znanja u oblasti sporta i nastavlja sa sportskim životnim stilom usvojenim u detinjstvu. Zanimalo nas je u kojoj meri i na koji način se studenti sportskih smerova bave sportom. Grafikon 1 pokazuje da se 82% studenata ovih smerova profesionalno ili rekreativno dva do tri puta nedeljno bavi sportom, a ovom procentu se može dodati i 15% onih studenata koji su zaokružili odgovor “nešto drugo” jer se tu nalaze studenti koji se bave rekreativno sportom više od dva do tri puta nedeljno, dakle svakodnevno ili četiri do pet puta nedeljno i studenti koji se sportom bave kroz trenerski posao. Dakle 97% studenata budućih trenera i menadžera u sportu se redovno bavi sportom, bez obzira na dominantnu karakteristiku njihove Generacije Z ili tzv. zumeru, da su demografska grupa sa najintenzivnijim korišćenjem interneta na svetu i da su nadmašili milenijalce i sve prethodne generacije regionalno u broju sati dnevno provedenih na platformama za društvene mreže i ostalim digitalnim sadržajima.

Grafikon 1. Učestalost bavljenja sportom studenata



Visok procenat redovnog bavljenja sportom studenata sportskih smerova unapred je ukazao da se radi o jednom delu populacije Generacije Z čije su digitalne navike nešto drugačije. Tako smo u ispitivanju druge hipoteze (Grafikon 2) dobili odgovor da 55% studenata ne igra video-igrice svakog dana i 18% je onih koji su zaokružili odgovor „nešto drugo“ navodeći da uglavnom ne igraju video igrice nikada ili da ih igraju manje od sat vremena. Ipak 26% njih igra igrice svakog dana od dva do čak pet sati dnevno, a 2% je onih koji igraju video- igrice i više od pet sati dnevno. Istraživanje sprovedeno 2019. godine u Srbiji za potrebe UNICEF-a, o korišćenju interneta i digitalnih tehnologija kod dece i mladih pokazuje da srednjoškolci provode od četiri do pet sati dnevno na svojim digitalnim uređajima (telefon, tablet, konzola, računar i dr.), a vikendom taj broj prelazi sedam sati dnevno (Kuzmanović i sar., 2019). Zbog toga ohrabruje činjenica da u odabranoj ciljnoj grupi studenata sportskih smerova, na prvoj godini, imamo 73% onih koji ne igraju igrice svakog dana ili ih ne igraju uopšte.

Grafikon 2. *Vremenski period igranja video igrica kod studenata*



Igračka zajednica postaje sve brojnija, serijal FIFA dostupan je na 18 jezika i u 60 zemalja sveta i prodat je u više od 320 miliona primeraka (Konatarević, 2021), a svake godine, pa i tekuće 2022. objavljeno je novo izdanje, FIFA 22, što govori u prilog tome da se radi o najpopularnijoj kao i najprodavanijoj video-simulaciji najvažnije sporedne stvari na svetu. Porast broja gejmera kontinuirana je, iako je Svetska zdravstvena organizacija 2018. godine objavila svoju novu, 11. po redu verziju Međunarodne klasifikacije bolesti, u kojoj je u delu mentalnih bolesti i zavisnosti uključena i zavisnost od igranja video-igara (Zorić, 2021). Ovakvi podaci dodatno provociraju na razmišljanje, kako će izgledati budućnost novih generacija. Najveći je strah roditelja gejmera od stvaranja zavisnosti od video-igrice, povećanja agresije ili nasilnog ponašanja i brojnih fizičkih negativnih posledica po zdravlje poput problema sa vidom, bolova u vratnom delu kičme, krivljenje celokupne muskulature zbog viščasovnog nepravilnog položaja tela, stvaranje ugrušaka u nogama zbog preteranog sedenja i mnogih drugih (Vorobjev, n.d). Svi prethodno pomenuti simptomi jesu posledice kontinuiranog gejmerskog života i ponašanja, kada je neko već postao zavisn od određene igre poput gore pomenute „Fortnajt“ koja se svrstava u igre preživljavanja, gde svaka partija započinje tako što igrači iskaču iz „letećeg autobusa“ i cilj im je da što pre nađu oružje i eliminišu ostale igrače. Prema sajtovima za obuku, profesionalni igrači su uložili sigurno više od 500 sati igranja da bi dostigli nivo mastera (Kako Reši Lako, 2022). Ono što je nas zanimalo u trećoj hipotezi rada jeste da uočimo ne samo posledice, odnosno trenutne izbore i navike mladih u svetu video-igrice, već da dokučimo da li njihovi prethodni izbori u životnim navikama i stilovima, pre svega okrenutost ka sportu, utiču na sadržaje koje biraju onlajn. Da li posvećenost sportu u realnom životu znači da će isti sadržaj birati i u virtuelnom svetu. Ponuđeno im je sedam popularnih video-igrice različitog sadržaja (Grafikon 3) da izaberu koji im je omiljeni, uz mogućnost da i sami dopišu svoju omiljenu. Najveći broj studenata sportskih smerova, 20% njih, zaokružilo je da im je omiljena video-igrice „FIFA“ (Fudbalska video igra).

Grafikon 3. Video igrice koje studenti najčešće igraju



Na drugom mestu omiljenih video-igrice sa 10,77%, takođe se nalazi video-igrice sportskog sadržaja „PES“ koja predstavlja seriju fudbalskih video-igara. Na trećem mestu nalazi se „Kaunter Strajk“ (Counter Strike) pucačka video-igrice koju je izabralo 9% studenata kao omiljenu. U moru ponude video-igrice ne iznenađuje visok procenat onih, 47,69% koji su za omiljenu video-igricu naveli nešto drugo. Među odgovorima nalazi se 30 različitih naslova poput: „Dota 2“, „Halo 2“, „Call of Duty“, „Warzone“, „Rocket League“, „GTA San Andreas“, „Sudoku“, „Assassin’s Creed Valhalla“, „International Basketball Manager 2022“, „Forza Horizon“, „Mortal Kombat 11“, „Naruto Shippuden Ultimate Ninja Storm 4“, „Rocket League“, „GTA“, „NBA 2K22“, „Need For Speed“, „Slagalica“, „F1 2021“, „World of Warcraft“, „NBA“, „Outlast“ i druge. Ono što je bitno napomenuti da se u ovom procentu takođe nalazi visok procenat igrice sportskog sadržaja koji se odnose na košarku ili na određenu seriju fudbalske igre, automobilske trke ili borilačke igrice. Osim „LOL“ (League of Legends), video-igrice, borbene arene, akcione strategijske video-igrice koju su takođe studenti odabrali kao omiljenu sa 7,67%, ostale ponuđene igrice ne prelaze 1,54%.

DISKUSIJA

Izabrani uzorak studenata prve godine studijskih smerova za sportskog trenera i sportskog menadžera, pokazao je da se 97% studenata budućih trenera i menadžera u sportu, redovno bavi sportom, 73% je onih koji ne igraju igrice svakog dana ili ih ne igraju uopšte. Među omiljenim video-igricama u najvećem procentu, više od 31% su igrice sportskog sadržaja, fudbalske i košarkaške, dok se ostale omiljene, strategijske, pucačke i druge kreću u procentima od 1,5% do 9%. Mali je broj istraživanja koja govore isključivo o sportskim navikama Generacije Z. Prema istraživanju CeSID-a iz 2019. godine u Srbiji, sportom se ne bavi 38% mladih, dok se bilo profesionalno, bilo rekreativno bavi zbirno 62% ispitanika. Među onima koji se bave sportom, 35% njih se bavi samo povremeno, 23% redovno, ali rekreativno, a 4% se i profesionalno bavi sportom. Uzorkom je obuhvaćeno 1.500 mladih uzrasta od 15 do 30 godina. Nažalost, isto istraživanje pokazuje da sa starijim uzrastom u ovoj populaciji opada bavljenje sportom i rekreacijom. Ipak pomenuti rezultati pokazuju da se veći deo populacije mladih bavi sportom iako su pripadnici Generacije Z koja je okarakterisana kao digitalna.

Neosporno je da su i studenti sportskih smerova pripadnici Generacije Z i da su digitalne aktivnosti u velikoj meri prisutne u njihovim životima. Deo svojih navika i preferencija iz realnog života preneli su na virtuelnu stvarnost što potvrđuje njihov izbor sportskih sadržaja u video-igrama. Prema rečima Mazića, fudbaler koji promaši presudan penal frustriran je na sličan način kao igrač odnosno igračica kad „umre“ tj. izgubi život na krucijalnom mestu u igri. Većina igara za jednog igrača ili igračicu dopušta mogućnost da se greške isprave, međutim igre za više igrača ili igračica funkcionišu po istom principu kao timski sportovi, kao i bes i nervoza koji proizlaze iz igranja u sportskoj timskoj igri. Moguće je da digitalna generacija traži isti osećaj sa sportskih terena u virtuelnom okruženju i gejming – svetska industrija zabave vrlo uspešno udovoljava takvim potrebama mladih. Ono što ohrabruje jesu rezultati istraživanja na uzorku studenata sportskih smerova

Visoke sportske i zdravstvene škole, da ovakva digitalna ponuda nije uticala na smanjenje procenta redovnog bavljenja sportom u izabranoj kategoriji studenata i nije povećala procenat onih koji su redovni konzumenti video-igrice.

Ovo još jednom potvrđuje sport kao pravi životni stil i u budućim još virtuelnijim vremenima koja dolaze, opredeljenje ka sportu u najširem smislu reči prenosi se i na slične izbore u digitalnom svetu.

ZAKLJUČAK

Redovna umerena fizička aktivnost je način za očuvanje i unapređenje zdravlja, ublažava se stres, unapređuje rast i razvoj mladih, povećava se samopouzdanje, samopoštovanje, osećaj ispunjenosti i zadovoljstva što sve zajedno utiče na kvalitet života. Čak i u periodima pandemije korona virusa, gde je konzumiranje digitalnih sadržaja globalno poraslo, sportske navike u populaciji koja ima takve preferencije i razvijenu svest o značaju fizičke aktivnosti nisu umanjene (Markov Čikić & Ivanovski, 2021). Istraživanja pokazuju da bavljenje sportom može biti veoma korisno i da podstiče odgovorno socijalno ponašanje, bolji školski uspeh, usvajanje moralnih vrednosti i navika zdravog življenja. Sport je za decu i mlade šansa da uče; on je prostor u kome se vežba za život (Bačanac i sar., 2009). Ukoliko se „vežba za život“ u ranom detinjstvu, na sportskim terenima i podstiče ista preferencija u mladosti, to postaje prihvaćen zdrav životni stil. Ono što je karakteristika ovdašnje generacije rođene u poslednje dve decenije, Generacije Z ili tzv. zumera svakako jeste da su demografska grupa sa najintenzivnijim korišćenjem društvenih mreža, interneta i svih digitalnih sadržaja na svetu širom planete, a ono što je ostalo nepromenjeno jeste da su igra i sport antropološke konstante njihovog detinjstva i mladosti.

LITERATURA

1. Allender, S., Cowburn, G., & Foster, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. *Health Education Research*, 21(6), 826–35.
2. Arnett, J. J. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. *American psychologist*, 54(5), 317.
3. Bačanac, Lj., Petrović, N., i Manojlović, N. (2009). *Priručnik za roditelje mladih sportista*. Beograd: Republički zavod za sport. <http://www.rzsport.gov.rs/download/file/prirucnik%20za%20roditelje.pdf>
4. Bratić, M. (2016). Sport i obrazovanje. U V. Šiljak, M. Nikolić, I. Parčina (Ur.), *Zbornik radova*, 12. *Međunarodna naučna konferencija Obrazovanje u sportu*. Beograd: Alfa BK Univerzitet, Fakultet za menadžment u sportu. (str. 6-11). <https://alfa.edu.rs/wp-content/uploads/2022/02/RADOVI2016drugodopunjenoizdanje.pdf>
5. CeSID. (2019). *Položaj i potrebe mladih u Republici Srbiji (IV ciklus): Terensko kvantitativno istraživanje*. <https://www.mos.gov.rs/public/documents/upload/sport/inspekcija/Polozaj%20i%20potrebe%20mladih%20u%20Republici%20Srbiji%202019.pdf>
6. Daljevac, K. (2020). *Kako konzumira medije Generacija Z?* Diplomski rad. Pula: Sveučilište Jurja Dobriće, Fakultet ekonomije i turizma „Dr Mijo Mirković“. <https://repozitorij.unipu.hr/islandora/object/unipu-%3A5061/datastream/PDF/view>
7. Đurđević, N. (2010). *Međunarodno pravni aspekti odnosa sporta i zdravlja*. Pravni fakultet Univerziteta u Kragujevcu. <http://www.jura.kg.ac.rs/gp/3/1/clanci/djurdjevic.htm>
8. Kako Reši Lako. (2022). *Kako igrati kao najbolji Fortnite Battle Royale igrači – 2022*. <https://kakoresilako.com/kako-postati-bolji-igrac-u-fortnite-battle-royale/>
9. Konatarević, P. (2021). *Kako je nastala najpopularnija fudbalska igrice na svetu?* Moje dete: Informativni magazin za decu i roditelje. <https://www.mojedete.info/kako-je-nastala-najpopularnija-fudbalska-igrice-na-svetu/>
10. Kuzmanović, D., Pavlović, Z., Popadić, D., i Milošević T. (2019). *Korišćenje interneta i digitalnih tehnologija kod dece i mladih u Srbiji: Rezultati istraživanja "Deca Evrope na internetu"*. Beograd: Institut za psihologiju Filozofskog fakulteta u Beogradu. https://www.unicef.org/serbia/media/12511/file/korisce-nje_interneta_i_digitalne_tehnologije_kod_dece_i_mladih_u_Srbiji.pdf

11. Markov Čikić, I., & Ivanovski, A. (2021). Importance of internet in physical exercise of modern man. *Physical education and sport through the centuries*, 8(1), 80-93. <https://scindeks-clanci.ceon.rs/data/pdf/2335-0598/2021/2335-05982101080M.pdf>
12. Matić, M. (2018). *Generacija Z će biti najuticajniji trendsetter tehnoloških promena*. Media Marketing. <https://www.media-marketing.com/intervju/marija-matic-generacija-z-ce-bit-najuticajniji-trendsetter-tehnoloskih-promena/>
13. Mazić, D. (2019). Oblikovanje kulturnog i političkog identiteta kroz video-igre. *Genero*, (23), 175-195.
14. Petry, N. M., Rehbein, F., Gentile, D. A., Lemmens, J. S., Rumpf, H.-J., Möble, T., Bischof, G., Tao, R., Fung, D. S. S., Borges, G., Auriacombe, M., González Ibáñez, A., Tam, P., & O'Brien, C. P. (2014). An international consensus for assessing internet gaming disorder using the new DSM-5 approach. *Addiction*, 109(9), 1399-1406. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/add.12457>
15. Simpkins, S. D., Ripke, M., Huston, A., & Eccles, J. S. (2005). Predicting participation and outcomes in out-of-school activities: similarities and differences across social ecologies. *New Directions for Youth Development*, 105, 51–69.
16. Vorobjev. (n.d). *Zavisnost od video-igara*. Dr Vorobjev. <https://lečenjezavisnosti.rs/zavisnost-od-video-igara/>
17. Williams, K. C., Page, R. A., & Petrosky, A. (2010). *Multi-Generational Marketing: Descriptions, Characteristics, Lifestyles and Attitudes*. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/264877591_Multi-Generational_Marketing_Descriptions_Characteristics_Lifestyles_and_Attitudes
18. Zorić, M. (2021). *Igranje video-igara postaje profitabilni posao, ali vreba opasnost zavisnosti*. 021. <https://www.021.rs/story/Info/Srbija/267389/Igranje-video-igara-postaje-profitabilan-posao-ali-vreba-opasnost-zavisnosti.html>



SPORT – NAUKA I PRAKSA

UPUTSTVO ZA AUTORE

Naučni časopis SPORT – NAUKA I PRAKSA, zvanična publikacija Visoke sportske i zdravstvene škole iz Beograda, osnovan je 2009. godine i objavljuje originalne naučne radove, pregledne i stručne članke iz oblasti korespondentnih sportu i zdravlju (<http://sportnaukaipraksa.vss.edu.rs/>).

Časopis izlazi online, dva puta godišnje, u junu i decembru, na srpskom i engleskom jeziku. Na listi Ministarstva prosveta, nauke i tehnološkog razvoja Republike Srbije, nalazi se u kategoriji **nacionalnih časopisa – M53** (<https://mpn.gov.rs/nauka/nauka-i-istrazivanje-u-srbiji/kategorizacija-naucnih-casopisa/>).

Časopis se takođe nalazi u Srpskom citatnom indeksu (SCIndeks), u kategoriji **C3** (<https://scindeks.ceon.rs/journaldetails.aspx?issn=1821-2077>).

Prilikom pisanja i izdavanja radova, autori su u obavezi da poštuju naučne i etičke principe, u skladu sa međunarodnim i akademskim standardima.

Svi rukopisi se dostavljaju elektronskim putem, preko sistema za onlajn uređivanje i publikovanje časopisa – ASISTENT (<https://aseestant.ceon.rs/index.php/snp/>). U izuzetnim slučajevima, rukopis se može dostaviti na e-mail adresu: redakcija@vss.edu.rs.

Rukopis ne sme biti prethodno objavljen (izuzetak su apstrakti sa naučno-stručnih konferencija, predavanja i akademske teze), niti paralelno pod recenzijom u nekom drugom časopisu. Kada se rukopis prihvati za publikovanje, ne sme biti objavljen u drugom časopisu na srpskom, engleskom, ili bilo kom drugom jeziku. **Svi rukopisi se, odmah po dostavljanju, proveravaju na plagijarizam.**

Uz rukopis se dostavlja propratno pismo. Svrha propratnog pisma je da ukratko predstavi autore i ukaže na suštinu, značaj i originalni naučni i stručni doprinos rada. U propratnom pismu navodi se puno ime i prezime svakog autora, godina rođenja, afilijacija, akademsko zvanje i pozicija autora, elektronska adresa (poželjno službena) i broj telefona. **Rad može imati najviše tri koautora**, a u slučaju originalnih naučnih radova koji uključuju kolektivna terenska istraživanja, dopušteno je pet koautora.

Posle čitanja rukopisa, uredništvo donosi odluku o daljem postupku. Rukopis se prosleđuje recenzentima, ili uz sugestije uredništva vraća autoru na doradu, ili se odbija. Radovi se odbijaju ukoliko ne ispunjavaju standarde časopisa, ako tema koja se obrađuje u radu nije relevantna, ili ukoliko je u časopisu već objavljen rad sa sličnom temom.

Svi rukopisi podležu recenziji. Identitet recenzenata i autora je međusobno nepoznat (*double-blind review*). Za svaki rukopis predviđena su dva recenzenta iz relevantne naučne oblasti. Nakon recenzije rukopisi se prihvataju za publikovanje ili odbijaju, ili se vraćaju autorima na doradu uz sugestije recenzenata. Da bi rad bio prihvaćen za objavljivanje, obe recenzije moraju biti pozitivne. U slučajevima potpuno suprotstavljenih stavova recenzenata, može biti angažovan i treći recenzent.

Autori su u obavezi da, nakon dobijanja pozitivne recenzije i uobličavanja konačne verzije rada na srpskom jeziku, dostave i verziju na engleskom jeziku, koja mora da bude verna originalu. Stoga je neophodno dostavljati kvalitetne i profesionalno urađene prevode; u suprotnom, prevod će biti vraćen na doradu.

Za pisanje rada obavezno se koristi *MS Word* tekst procesor, latinični font *Times New Roman*, 12pt. Obim rada ne sme da prelazi 15 stranica A4 formata, uključujući sve tabele, grafičke ilustracije i popis literature. Prilikom pisanja teksta, koristi se jednostruki prored između redova, a sve četiri margine (gornja, donja, leva i desna) iznose po 2,54 cm.

STIL I STRUKTURA TEKSTA

Za pisanje originalnih naučnih radova koristi se sledeći model: UVOD, METOD, REZULTATI, DISKUSIJA, ZAKLJUČAK, LITERATURA.

Za pisanje preglednih članaka, osnovu predstavlja bibliografsko-spekulativni metod. Dozvoljeno je odstupanje od modela predloženog za pisanje originalnih naučnih radova, a autor strukturu prilagođava sadržaju pripremljenog materijala, vodeći računa o pravilnom obeležavanju celina (odeljaka i pododeljaka). Princip numerisanja je isti kao kod izvornih radova (1. XXXX, 2. YYYY, 2.1. Yyyy, 2.2. Yyyy....). Neophodno je svaku tvrdnju, novu klasifikaciju, ili sintezu saznanja, zasnovati na rezultatima dosadašnjih istraživanja.

NASLOV RADA

Naslov rada treba da sadrži sledeće informacije:

- precizan i informativan naslov koji ne sadrži skraćenice
- u slučaju empirijskih naučnih radova, u naslovu je potrebno specificovati varijable i prirodu njihove povezanosti
- ime i prezime svih autora bez titula i zvanja
- ispod imena svakog autora navodi se institucija u kojoj autor radi, grad i država
- u fusnoti se navodi elektronska adresa autora za korespondenciju

APSTRAKT I KLJUČNE REČI

Apstrakt treba da obuhvati opšti prikaz teme rada. Mora da sadrži precizno definisan predmet i cilj rada, najkraći opis primenjenog istraživačkog postupka, najbitnije rezultate i zaključak. Obim apstrakta treba da bude 150-250 reči.

Ispod apstrakta navodi se do 5 ključnih reči.

UVOD

Uvod treba da sadrži kraći prikaz relevantnih dosadašnjih istraživanja. **Svi korišćeni bibliografski izvori moraju biti navedeni u popisu literature na kraju članka**, a u tekstu rada se pominju kao prezime autora i godina izdanja u zagradi, npr. (Lazarević i Havelka, 1981). Korišćene bibliografske izvore NE NAVODITI u tekstu članka u vidu fusnote.

U uvodu se precizno definiše predmet i cilj istraživanja, kao i naučna aktuelnost i stručna relevantnost ispitivanog problema.

Da bi rad bio čitljiviji i manje upućenim čitaocima, preporuka uredništva je da se na kraju ovog segmenta rada da i kratko objašnjenje osnovnih pojmova.

METOD

Ovaj odeljak treba da sadrži detaljan opis metodološkog postupka koji bi omogućio drugim istraživačima da ponove ispitivanje.

Treba da sadrži sledeće podnaslove: Uzorak, Varijable, Tehnike za prikupljanje podataka, Procedure testiranja, Statistička analiza.

Svaki korišćeni instrument (anketni list, intervju, skalu, test i sl.) obavezno prikazati integralno, ili ilustrovati u skraćenoj verziji.

REZULTATI

U ovom odeljku potrebno je veoma koncizno prikazati najvažnije rezultate, uz kratka i jasna objašnjenja. Moguće je izdvojiti više odeljaka, u zavisnosti od prirode i složenosti podataka. Ukoliko se koriste manji odeljci, obavezno ih je precizno nasloviti.

Rezultati treba da budu prezentovani statistički obrađeni (ne sirovi podaci). U cilju veće preglednosti rezultata poželjno je koristiti tabele, grafikone i slike, ali pri tom ne ponavljati podatke analizirane u tekstu. **Svaka tabela, grafikon, ili slika moraju biti jasni, numerisani i pomenuti u tekstu.** Npr. Slika 1, Grafikon 1, Tabela 1, Tabela 2 itd.

Tabele, grafikon i slike, uvek se na isti način i dosledno numerišu. Integralni su deo teksta, a ne prilog. Numeracija i naziv tabele, grafikona, ili slike (naziv objašnjava šta sadrži), navode se **iznad date ilustracije**.

DISKUSIJA

U okviru diskusije potrebno je komentarisati rezultate istraživanja u odnosu na početna očekivanja i hipoteze postavljene u radu i u odnosu na relevantna istraživanja. Diskusija treba da bude stručna i zasnovana na podacima dobijenim u istraživanju.

ZAKLJUČAK

U zaključku se ukratko opisuje istraživanje, a zatim koncizno saopštavaju glavni rezultati. Ukazuje se na moguće dalje linije istraživanja i potencijalnu praktičnu primenu dobijenih rezultata.

LITERATURA

Popis korišćenih bibliografskih jedinica pomenutih u tekstu navodi se na kraju rada prema APA modelu referenciranja:

<https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/references/examples>

- Bibliografski izvori se navode po abecednom redu. Kriterijum za redosled navođenja je prezime prvoimenovanog autora.
- Svaki bibliografski izvor se numeríše.
- U spisku literature ne mogu se naći bibliografski izvori koji nisu pomenuti nigde u tekstu članka.

Primer za radove u periodičnim publikacijama (časopisima, biltenima...)

Autor, A.A., Autor, B.B., i Autor, C.C. (godina). Naslov rada. *Naziv časopisa*, volumen(broj), strane.

Amanović, Đ., Milošević, M., Dopsaj, M., & Peric, D. (2006). Modeling variability of the assigned level of force during isometric contractions of the arms extensor muscles in untrained males. *Facta universitatis – Series: Physical education and sport*, 4(1), 35-48.

Primer za neperiodične publikacije (udžbenike, monografije, skripta, knjige...)

Autor, A.A., Autor, B.B., i Autor, C.C. (godina). *Naslov rada*. Mesto izdavanja: Izdavač.

Koen, M., i Nejgel, E. (1982). *Uvod u logiku i naučni metod*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.

Primer za poglavlja u neperiodičnim publikacijama (udžbenicima, monografijama...)

Autor, A.A., Autor, B.B., & Autor, C.C. (godina). Naslov poglavlja. U: A. Urednik, B. Urednik, C. Urednik, *Ime knjige*. Mesto izdavanja: Izdavač (str. xxx-yyy).

Puczkó, L., & Rátz, T. (2007). Trailing Goethe, Humbert and Ulysses – Cultural Routes in Tourism. In: G. Richards, *Cultural Tourism – Global and Local Perspectives*. New York: The Haworth press, Binghamton (pp. 131-148).

Primer referenci objavljenih u zbornicima radova sa kongresa i simpozijuma

Autor, A.A., Autor, B.B., & Autor, C.C. (godina). Naslov poglavlja. U: A. Urednik, B. Urednik, C. Urednik (Ur.), *Naziv konferencije, kongresa ili simpozijuma* (str. xxx-yyy). Mesto izdavanja: Izdavač.

Perić, D. (2003). Factorial structure of modern basketball. In: A. Naumovski (Ed.), *International conference of sport and physical education* (pp. 256-260). Skopje: Faculty of physical culture.

Primer navođenja izvora sa Interneta

Vujičić, I. (2020, juli 21). *Kako pokreti ruku utiču na efikasnost trčanja?* Trčanje.rs. <https://www.trcanje.rs/trening/uticaj-kretanja-ruku-na-trcanje/>

Dizajniranje i obeležavanje tabela

- Tabele moraju biti jednostavne i pregledne.
- U tabelama ne bi trebalo ponavljati podatke analizirane u tekstu.
- U tekstu je neophodno pozvati se na podatke date u tabelama.
- Tabele je neophodno numerisati (na primer: Tabela 1, Tabela 2).
- Prilikom obeležavanja tabela, posle numeracije, neophodno je napisati koje podatke ona sadrži.
- Numeracija i naziv pišu se iznad tabele.
- Tabele se dosledno (uvek na isti način) numerišu i obeležavaju.
- Tabele predstavljaju sastavni deo teksta.

Dizajniranje i obeležavanje grafičkih ilustracija

- Tekst je poželjno opremiti prikladnim slikama, grafikonima, dijagramima i sl.
- U grafičkim ilustracijama ne bi trebalo ponavljati podatke analizirane u tekstu.
- U tekstu je neophodno pozvati se na podatke date u grafičkim ilustracijama.
- Grafičke ilustracije je neophodno numerisati (npr: Slika 1, Grafikon 1).
- Prilikom grafičkih ilustracija, posle numeracije neophodno je napisati koje podatke ona sadrži.
- Numeracija i naziv se pišu se iznad grafičke ilustracije.
- Grafičke ilustracije se dosledno (uvek na isti način) numerišu i obeležavaju.
- Grafičke ilustracije predstavljaju sastavni deo teksta.

PRIKAZ KNJIGE

U časopisu može biti objavljen i prikaz relevantne stručne literature iz oblasti korespondentnih sportu i zdravlju, koja je nedavno izašla iz štampe. U prikazu se na jasan i jezgrovit način ukazuje na značaj i aktuelnost knjige, daje se pregled najvažnijih celina i sadržaja. Naslov prikaza mora da sadrži informacije referencirane prema APA standardima, a to su prezime i inicijal imena autora, godina izdanja, naslov (*italic*), izdavač, mesto izdanja. Obavezni podaci koji se navode o knjizi su i broj stranica, ISBN i COBISS broj. Autor prikaza knjige potpisuje se na kraju teksta, uz obavezno navođenje afilijacije.

Primer naslova prikaza jedne knjige:

Prikaz knjige

Havelka N. i Lazarević Lj. (2011). *Psihologija menadžmenta u sportu*.

Izdavač: Visoka sportska i zdravstvena škola, Beograd, Srbija; 384 str; ISBN 978-83687-14-5;

COBISS.SR-ID 184385036