

MIRSAD MUJIĆ
Jugoslavenski zavod za fizičku kulturu i
medicinu sporta

Stručni članak
UDC 796.067.3:159.955
Priljeno 05. 02. 1987.

STAVOVI PREMA SPORTSKOJ RE- KREACIJI PRE I POSLE DOPUN- SKOG I AKTIVNOG ODMORA

/socijalni stavovi / odrasli / rekreativci / aktivni odmor, dopunski / ispitivanje /

Rezultati merenja stavova na 245 radnika pre i posle dopunskog aktivnog odmora su pokazali da, bez obzira na vrlo pozitivne stavove pri dolasku, radnici imaju još pozitivnije stavove prema sportskoj rekreaciji na kraju odmora. Najpozitivnije promene, s obzirom na stanje pri dolasku usledile su u stavu prema učestvovanju u sportsko-rekreativnim aktivnostima, stavu prema vrednostima bavljenja sportskom rekreacijom, stavu prema vrednostima odmora uz sportsko-rekreativne aktivnosti, stavu prema učestvovanju u sportsko-rekreativnim aktivnostima za vreme rada i drugima.

Stavove kao neutralnu i mentalnu spremnost da se pozitivno ili negativno reaguje prema nekim pojavama, objektima ili osobama, prema Rotu¹, određuje dispozicioni karakter, stečenost na osnovu iskustva, delovanje na ponašanje i doslednost ponašanja, kao i njihova složenost.

Složenost stava proizlazi iz tri komponente: kognitivne, emocionalne i konativne. Kognitivna komponenta stava sadrži shvatanja, znanja, vrednosne sudove i vrednovanje pojave ili objekta, te utiče na procenu da li je nešto dobro ili loše, vredno ili bezvredno, poželjno ili nepoželjno za nosioca stava. Emocionalna komponenta stava uključuje osećanja u vezi sa pojavom ili objektom prema čemu postoji stav, odnosno da li je objekt stava prijatan ili neprijatan, pozitivan ili negativan. Konativna komponenta stava odražava tendenciju nosioca stava da stupi u akciju u vezi sa stavom, a može biti pozitivna ili negativna, odnosno tendencija može biti da se približi ili udalji od pojave ili objekta. Ove komponente stava, prema Djuriću², uzajamno su povezane, a "pri tome, komponente se odvojeno proučavaju samo radi efikasnije analize, a ne što su stvarno nezavisne ili odvojene. Isto tako, tri komponente, kao i stavovi, mogu biti (u različitom stepenu) istaknute, prikrivene, otvorene, čvrste itd."

Istraživanje stavova prema sportskoj rekreaciji sprovedeno je sa radnicima Industrije "Ivo Lola Ribar" - Beograd, koji su boravili na sedmodnevnom dopunskom aktivnom odmoru u Vrdniku.

Stavovi su ispitivani pre i posle dopunskog aktivnog odmora, da bi se utvrdile eventualne promene u intenzitetu i direkciji stava, jer se predpostavljalo da zamor, zdravstveno stanje i predrasude da su sport i rekreacija samo za zdrave i mlade osobe, vrše negativan uticaj na stavove prema sportskoj rekreaciji.

Uzorkom ispitanika obuhvaćeno je 245 radnika, koji su, tokom 10 smena, bili upućivani na sedmodnevni dopunski aktivan odmor. Program sportsko-rekreativnih aktivnosti bio je sastavljen tako da, pored usmerenosti na postizanje pozitivnih efekata na opšte stanje organizma, svojim aktivnim učestvovanjem radnici bolje spoznaju vrednosti bavljenja sadržajima sportske rekreacije, što bi rezultiralo i promenama stavova prema sportskoj rekreaciji.

Stavovi su praćeni na petostepenim skalama numeričko-deskriptivnog tipa³, gdje vrednosti označavaju: 1. potpuno slaganje sa iznetom tvrdnjom: 2. slaganje sa iznetom tvrdnjom, ali ne u potpunosti: 3. neutralan odgovor koji ne odražava ni slaganje ni neslaganje mišljenja: 4. neslaganje sa iznetom tvrdnjom, ali ne u potpunosti: 5. potpuno neslaganje. Na skalama logičkog kontinuuma³, gdje minimalne vrednosti označavaju potpuno (maksimalno) prihvatanje sportske rekreacije, a maksimalne vrednosti potpuno odbijanje. Primena skala omogućila je praćenje promena intenziteta stavova.

1) Rot, N.: "Osnovi socijalne psihologije. Zavod za udžbenike i nastavna sredstva, Beograd, 1972.

2) Đurić, Đ.: "Psihološka struktura etničkih stavova mladih. OC "Jovan Vukanović", Novi Sad, 1980.

3) Zvonarević, M.: Socijalna psihologija. Školska knjiga, Zagreb, 1976. str.164-166.

Tvrđnje, prema kojima su radnici iskazivali svojoj stav, odabrane su tako da u većoj mjeri odražavaju neku od komponenti stava (kognitivnu, emocionalnu ili konativnu):

1. STAV PREMA SPORTSKO-REKREATIVNIM AKTIVNOSTIMA KAO KORISNOM NAČINU SPROVOĐENJA SLOBODNOG VREMENA

Tvrđnja: Učestvovanje u sportsko-rekreativnim aktivnostima je koristan način sprovođenja slobodnog vremena za sve uzrasne kategorije:

1. potpuno se slažem
2. slažem se
3. ne mogu se odlučiti
4. ne slažem se
5. uopšte se ne slažem

2. STAV PREMA VREDNOSTIMA BAVLJENJA SPORTSKOM REKREACIJOM

Tvrđnja: Vaše stanje može poboljšati:

1. redovno bavljenje sportskom rekreacijom vođenom od strane stručnjaka
2. povremeno bavljenje sport. rekreacijom
3. odmor uz ležanje i spavanje
4. smanjenje alkohola, cigareta i kafe
5. samo lekar

3. STAV PREMA VREDNOSTIMA ODMORA UZ SPORTSKO-REKREATIVNE AKTIVNOSTI

Tvrđnja: Odmor uz sportsko-rekreativne aktivnosti može uticati na poboljšanje radnih i fizičkih sposobnosti:

1. potpuno se slažem
2. slažem se
3. ne mogu se odlučiti
4. ne slažem se
5. uopšte se ne slažem

4. STAV PREMA STRUČNOM RADU U SPORTSKOJ REKREACIJI

Tvrđnja: Aktivnosti u sportskoj rekreaciji treba voditi stručno lice, jer jedino tako u potpunosti opravdavaju svoju namenu:

1. potpuno se slažem
2. slažem se
3. ne mogu se odlučiti
4. ne slažem se
5. uopšte se ne slažem

5. STAV PREMA EMOCIONALNIM VREDNOSTIMA SPORTSKE REKREACIJE

Tvrđnja: Sportsko-rekreativne aktivnosti doprinose boljem raspoloženju, zabavi i razonodi:

1. potpuno se slažem
2. slažem se
3. ne mogu se odlučiti
4. ne slažem se
5. uopšte se ne slažem

6. STAV PREMA SOCIJALNIM ODNOSIMA U SPORTSKOJ REKREACIJI

Tvrđnja: Učestvovanje u sportsko-rekreativnim aktivnostima doprinosi boljem upoznavanju, razvijanju drugarstva i osećaja za pripadnost kolektivu:

1. potpuno se slažem
2. slažem se
3. ne mogu se odlučiti
4. ne slažem se
5. uopšte se ne slažem

7. STAV PREMA SPORTSKOJ REKREACIJI KAO RELAKSIRAJUĆIM SADRŽAJIMA

Tvrđnja: Životne poteškoće izgledaju manje značajne kada se čovek opusti uz sportsko-rekreativne aktivnosti:

1. potpuno se slažem
2. slažem se
3. ne mogu se odlučiti
4. ne slažem se
5. uopšte se ne slažem

8. STAV PREMA UČESTVOVANJU U SPORTSKO-REKREATIVNIM AKTIVNOSTIMA

Tvrđnja: Kada bi imali uslove u aktivnostima sportske rekreacije učestvovali bi:

1. uvek i na svakom mestu
2. redovno 1 - 3 puta nedeljno
3. za vreme godišnjeg i preventivnog odmora
4. ponekad u toku godine
5. uopšte ne bi učestvovao

9. STAV PREMA UČESTVOVANJU U SPORTSKO-REKREATIVNIM AKTIVNOSTIMA U TOKU RADNOG VREMENA

Tvrđnja: Da li bi se bavili sportsko-rekreativnim aktivnostima u toku radnog vremena kada bi vam za to bila omogućena posebna pauza:

1. da, jer mi koristi zdravlju i pričinjava mi zadovoljstvo
2. da, jer smatram da mi vežbanje koristi
3. da, ako bi morao
4. da, ako bi učestvovali i drugi
5. uopšte ne bi učestvovali

10. STAV PREMA DOPUNSKOM AKTIVNOM ODMORU KAO STALNOJ PREVENTIVI

Tvrđnja: Dopunski aktivni odmor treba omogućiti radnicima sa otežanim uslovima rada i višegodišnjim radnim stažom:

1. redovno svake godine
2. svake treće godine
3. svake pete godine
4. svakih deset godina
5. uopšte ga ne treba organizovati

/Tvrđnje su odabrane i formulisane tako da budu primerene radnicima, odnosno njihovim saznanjima o sportskoj rekreaciji/.

Tabela 1.

REZULTATI MERENJA STAVOVA PREMA SPORTSKOJ REKREACIJI PRE I POSLE DOPUNSKOG AKTIVNOG ODMORA

STAV	SREDNJA VREDNOST pre DAO	SREDNJA VREDNOST POSLE DAO	SRED. RAZ. ZNAČAJ.	DOBIJENI I TABL. Hi-KVADRAT
1.	1.60	1.40	0.20 p 0.001	$\chi^2 = 12.71$ $\chi^2_{.05} = 5.99$
2.	2.11	1.69	0.42 p 0.001	$\chi^2 = 24.12$ $\chi^2_{.05} = 9.49$
3.	1.68	1.36	0.36 p 0.001	$\chi^2 = 5.96$ $\chi^2_{.1} = 4.61$
4.	1.60	1.42	0.18 p 0.005	$\chi^2 = 8.39$ $\chi^2_{.05} = 5.99$
5.	1.58	1.35	0.23 p 0.001	$\chi^2 = 19.26$ $\chi^2_{.05} = 5.99$
6.	1.51	1.36	0.15 p 0.005	$\chi^2 = 11.18$ $\chi^2_{.05} = 5.99$
7.	1.62	1.50	0.12 p 0.05	$\chi^2 = 5.23$ $\chi^2_{.05} = 5.99$
8.	2.26	1.83	0.43 p 0.001	$\chi^2 = 20.27$ $\chi^2_{.05} = 7.81$
9.	2.10	1.84	0.26 p 0.01	$\chi^2 = 8.06$ $\chi^2_{.1} = 7.78$
10.	1.07	1.07	0.00 p 0.05	-

S obzirom da su u merenju stavova prema sportskoj rekreaciji primenjene intervalne skale numeričko-deskriptivnog tipa i logičkog kontinuma, gdje su verbalne procene zamenjene brojevima na osnovu logičnog rezonovanja istraživača i poznavanja problema, a da bi obrada rezultata bila pristupačna najširoj publici i istaklo se ono što se želi, primenjena je kvantitativna analiza podataka. Utvrđivanje razlike između stavova radnika pre i posle dopunskog aktivnog odmora vršeno je t-testom, da bi se utvrdila razlike u intenzitetu stava prema sportskoj rekreaciji. Ovakve analize vršene su u istraživanjima Krečfilda⁴, Beogradusa i Uhrbrocka⁵.

Radi uporednog prikaza, isti rezultati obrađeni su i metodom za analizu neparametrijskih podataka (Hi-kvadrat test), a utvrđene su gotovo identične razlike.

Analizirajući rezultate merenja stavova (tabela 1), utvrđene su značajne razlike između stavova pre i posle dopunskog aktivnog odmora u 8 od 10 iznetih tvrdnji.

Pri dolasku na dopunski aktivni odmor radnici su iskazali vrlo pozitivni stav prema sportskoj rekreaciji, a ne tako pozitivni prema aktivnom odmoru. To ukazuje na to da su oni koji se odnose na akcionu spremnost za učestvovanje u sportsko-rekreativnim aktivnostima (2,26), učestvovanje u sportsko-rekreativnim aktivnostima za vreme rada (2,10) i stavu prema vrednostima bavljenja sportskom rekreacijom (2,11). Ovakvo pozitivni stavovi proizišli su kao rezultat dobre pripreme i obaveštenosti radnika pred odlazak na dopunski aktivni odmor. Rada stručne službe koja razvija i podstiče veliki broj sportsko-rekreativnih aktivnosti u kojima učestvuju i veliki broj radnika obuhvaćenih istraživanjima, informacija u fabričkom listu i aktivnog delovanja organizacije sindikata.

Rezultati merenja stavova prema dopunskom aktivnom odmoru su pokazali da bez obzira na vrlo pozitivne stavove pri dolasku, radnici imaju još pozitivnije stavove prema sportskoj rekreaciji. Najpozitivnije promene, s obzirom na stanje pri dolasku, usledile su u stavu prema učestvovanju u sportsko-rekreativnim aktivnostima (0.43), stavu prema vrednostima bavljenja sportskom rekreacijom (0.42), stavu prema vrednostima odmora uz sportsko-rekreativne aktivnosti (0.32), stavu prema učestvovanju u sportsko-rekreativnim aktivnostima za vreme rada (0.26) i dr., a značajne razlike nisu utvrđene jedino u stavu prema sportsko-rekreativnim aktivnostima kao relaksirajućim sadržajima i dopunskom aktivnom odmoru kao stalnoj preventivi, jer su ovi stavovi i pre odmora bili izrazito pozitivni.

Kao što je napomenuto, tvrdnje prema kojima su radnici ispoljavali svoje stavove odabrane su tako da po svojoj sadržini u većoj meri odražavaju neku od komponenti stava.

4) Kreč, Krečfild, Balami: Pojedinač u društvu. Zavod za udžbenike i nastavna sredstva SRS, Beograd, str. 146.

5) Supek, R.: Ispitivanje javnog mnenja. Naprijed, Zagreb, 1968. str. 273 - 286.

Za procenu kognitivne komponente odabrane su tvrdnje koje odražavaju opšta saznanja o korisnosti bavljenja sportskom rekreacijom u slobodno vreme, spoznaju o uticaju sportsko-rekreativnih aktivnosti na poboljšanje opšteg stanja, saznanje o uticaju aktivnog odmora na poboljšanje radnih i fizičkih sposobnosti i saznanje o vrednostima stručnog rada u sportskoj rekreaciji. Emocionalnu komponentu stava, u većoj meri, odražavaju tvrdnje koje se odnose na osećanja koja se javljaju uz bavljenje sportsko-rekreativnim aktivnostima: raspoloženje, zabava i razonoda, bolje upoznavanje, razvijanje drugarstva i osećaja za pripadnost kolektivu, te doprinos relaksaciji i opuštanju. Konativna komponenta stava u većoj meri je zastupljena u tvrdnjama koje se odnose na akcionu spremnost za učestvovanje u sportsko-rekreativnim aktivnostima i rekreativnoj pauzi u toku rada. Tvrdnja koja se odnosila na dopunski aktivni odmor kao stalnu preventivu podjednako odražava sve tri komponente stava prema sportskoj rekreaciji u celini.

Tabela 2.

STAVOVI PREMA SPORTSKOJ REKREACIJI S OBZIROM NA KOMPONENTE STAVA

STAV	SREDNJA VREDNOST PRE	VREDNOST POSLE	RAZLIKA
SRA korist.način u slob. vr.	60	1.40	0.20
Vrednosti sport. rekreacije	2.11	1.69	0.42
Odmor uz SRA	1.68	1.36	0.32
Vrednost stručnog rada u SR	1.60	1.42	0.18
KOGNITIVNA KOMPON.	1.75	1.47	0.28
Emocionalne vrednosti SRA	1.58	1.35	0.23
Socijalni odnosi u SR	1.51	1.36	0.15
Relaksacija uz SRA	1.62	1.50	0.12
EMOCIONALNA KOMPON.	1.57	1.40	0.17
Učestvovanje u SRA	2.26	1.83	0.43
Učestvovanje u SRA za vreme rada	2.10	1.84	0.26
KONATIVNA KOMPON.	2.18	1.83	0.35
UKUPAN STAV PREMA SPORT. REKREAC.	1.79	1.53	0.26

Rezultati (tabela 2) ukazuje da su najveće pozitivne promene, s obzirom na stanje pre dopunskog aktivnog odmora, usledile u stavovima koji u većoj meri odražavaju konativnu komponentu opšteg stava prema sportskoj rekreaciji, zatim kognitivnu, a najmanje promjene usledile su u stavovima koji odražavaju emocionalnu komponentu opšteg stava, jer su ovi stavovi već pri dolasku radnika na dopunski aktivni odmor bili izrazito pozitivni.

Može se zaključiti da je sedmodnevni dopunski aktivni odmor pozitivno delovao na opšti stav radnika prema sportskoj rekreaciji, što predpostavlja da su radnici aktivnim učestvovanjem u sportsko-rekreativnim aktivnostima osetili korisnost uticaja fizičkog vežbanja i bolje spoznali vrednosti bavljenja sportskom rekreacijom, da su u aktivnostima osećali prijetnost, zadovoljstvo i opuštenost, što se rezultiralo i većom akcionom spremnošću za redovnim bavljenjem sadržajima sportske rekreacije.

Istraživanjem stavova prema sportskoj rekreaciji utvrđeno je da dopunski aktivni odmor uz sadržajan, stručno programiran i vođen program sportsko-rekreativnih aktivnosti, značajno deluje na bolju spoznaju o vrednostima sportske rekreacije, doprinosi zadovoljstvu i socijalnoj povezanosti radnika, kao i većoj akcionoj spremnosti za bavljenje sportskom rekreacijom, drugim rečima, pozitivan je uticaj dopunskog aktivnog odmora na intenzitet i direkciju stava prema sportskoj rekreaciji.

L I T E R A T U R A

1. Đurić, Đ.: Psihološka struktura etničkih stavova mladih. OC "Jovan Vukanović" Novi Sad, 1980.
2. Đurić, Đ.: Uticaj sistematskog telesnog vežbanja na neke konativne dimenzije i stavove studenata Novosadskog univerziteta, Novi Sad, 1981.
3. Kejn, Dž. E.: Psihologija i sport. Nolit, Beograd, 1984.
4. Kreč, Krečfild, Balani: Pojedinaac u društvu. Zavod za udžbenike i nastavna sredstva SRS.
5. Mujić, M.: Stavovi prema sportskoj rekreaciji radnika IM "Ivo Lola Ribar" Beograd pre i posle sedmodnevnog dopunskog aktivnog odmora. Magistrski rad, Fakultet fizičke kulture, Novi Sad, 1986.
6. Relac, M., Bartoluci, M., Bosanac, G. i dr.: Valorizacija medicinskih programiranih odmora u funkciji unapređenja zdravlja i humanizacije života i rada. Kineziologija, br. 6., 1984.
7. Rot, N.: Osnovi socijalne psihologije. Zavod za udžbenike i nastavna sredstva, Beograd, 1972.
8. Supek, R.: Ispitivanje javnog mišljenja. Naprijed, Zagreb, 1968.
9. Zvonarević, M.: Socijalna psihologija. Školska knjiga. Zagreb, 1976.

Mirsad Mujić

Yugoslav Institute for Physical Education and
sports medicine - Department of sports recre-
ation, Belgrade

Professional paper

UDC 796.067.3 : 159.955
Received February 5, 1987

ATTITUDES TOWARD SPORTS RECREATION BEFORE AND AFTER AN ADDITIONAL ACTIVE VACATION

The sample involved 245 workers, sent in 10 shifts on a seven-day additional active vacation. The program was designed in such a way as to achieve positive effects on the general condition of the organism and to enable the participants to better understand the values of sports recreation through their own participation and, hopefully, change their attitudes toward sports recreation. The attitudes were recorded on five-degree scales, before and after the vacation. The results have shown that regardless of very positive attitudes on arrival, the workers have shown even more positive attitudes towards sports recreation at the end of their vacation. The most positive changes had to do with the attitude toward participation in sports and recreational activities, the attitude toward values of going in for these activities, the values of active vacation and importance of sports and recreation during working hours, etc.

Mirsad Mujić

НИИ по физической культуре и медицине спорта СФРЮ - Отделение спорта и отдыха Београд
ОТНОШЕНИЕ К СПОРТИВНОМУ ОТДЫХУ ПЕРЕД И ПОСЛЕ ПРОВЕДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО АКТИВНОГО

В качестве испытуемых обследовано 245 рабочих, которые в 10 смен проводили дополнительный се дневной активный отдых. Программа спортивных занятий была составлена таким образом, чтобы, кроме улучшения общего состояния организма, рабочие лучше поняли ценности спортивных занятий, что, в свою очередь, может привести к изменению их отношения к спортивному отдыху. Взгляды рабочих оценивались при помощи пятибалльной шкалы перед началом и после окончания отдыха. Результаты анкеты показывают, что положительное отношение рабочих в начале становится еще более положительным в его конце. Самые положительные изменения взглядов рабочих относятся к необходимости участия в спортивных занятиях, к ценности спортивных занятий, ценности спортивного отдыха, необходимости спортивных занятий в течение работы и т.п.

