

Jasna Bogdanović-Čurić
Dijana Ivanišević

UDK 159.947.5 :379.84-057.874 (497.6 Mostar)

MOTIVACIJA I ZADOVOLJSTVO UČENIKA U REKREATIVNOM BAVLJENJU SPORTOM

Izvorni naučni rad

Sažetak

Sport je univerzalan jezik koji ima sposobnost privući i okupiti ljude (posjetioce, pristalice i navijače) bez obzira na njihovo porijeklo, vjerska uvjerenja ili ekonomski status. Postoji nekoliko vrsta sporta, a jedna od njih je rekreativni sport, koji predstavlja spontani izraz čovjekove želje da zadovolji svoju potrebu za aktivnostima, ali na dobrovoljan način i po sopstvenom izboru, u svrhu odmora i razonode. Osnovni cilj istraživanja bio je da se ispitaju relacije između motivacije za rekreativno bavljenje sportom i zadovoljstva bavljenjem sportom kod 228 učenika osnovnih škola na području grada Mostara. Rezultati su pokazali da između muških i ženskih ispitanika ne postoji statistički značajna razlika u rekreativnom bavljenju sportom, dok između muških i ženskih ispitanika postoji značajna razlika u motivima za rekreativno bavljenje sportom. Naime, pokazalo se da je kod djevojčica najčešće prisutan motiv za poboljšanjem zdravstvenog stanja, dok su kod dječaka najprisutnija dva motiva – motiv za poboljšanjem fizičkih sposobnosti i motiv za reduciranjem tjelesne težine.

Ključne riječi: motivacija, zadovoljstvo, rekreativni sport

MOTIVATION AND PLEASURE OF THE PUPILS INVOLVED IN RECREATIONAL SPORTING

Scientific work

Abstract

Sport is an universal means of communication capable of attracting and gathering people (visitors, sympathizers fans) regardless of their origin, confession or economic status. There are different kinds of sport and one of them is a recreational sport practising as a spontaneous expression of man's desire to meet his urge for activities on voluntary basis and self choice and in the purpose of leisure and entertainment. In order to determine the relation between recreational sporting related motivation and sport practising resulting pleasure among 228 pupils of primary schools at the region of Mostar was the main objective of the research. The results of the research indicated that there was no statistically significant difference in recreational sport practising among the girls and boys included but there is a significant difference in motives involved in recreational sport practicing.. Namely, the girls often expressed a health improving issue as a motive to involve in sport while boys had the two most frequent motives – physical fitness strengthening and weight loss.

Keywords: motivation, pleasure, recreational sporting.

1. UVOD

Sport kao društvena i lična vrijednost i kao komponenta načina života veoma je interesantan za istraživanja. Naime, može se definirati kao organiziran sistem tjelesnog vježbanja, koji teži usavršavanju tijela zbog postizanja maksimalnih sportskih rezultata u određenoj sportskoj djelatnosti ili grani (Dunderović, 2004). Sport ima fizičku i psihološku komponentu. Pri tome, fizička komponenta se odnosi na njegovanje fizičkih i fizioloških osobina pojedinca i djeluje kao korektiv (u smislu popravljivanja nekih fizičkih nedostataka), što utječe na povećanje radne sposobnosti i produktivnosti, te smanjivanje povreda na radu, dok se psihološki učinak odnosi na jačanje volje i istrajnosti, te stjecanje i razvijanje kontrole sopstvenih postupaka (Koković, 2000). Postoji nekoliko vrsta sporta: rekreativni, amaterski, vrhunski i profesionalni sport (Šoše, 2004).

1.1. Suština i cilj sportske rekreacije

Jedna od tekovina modernih društava i savremenog načina života jeste rekreativno bavljenje sportom u cilju očuvanja zdravlja i bolje radne sposobnosti. Naime, za razliku od tradicionalnog sporta, koji predstavlja specijaliziranu, visoko utreniranu djelatnost usmjerenu na takmičenje, rekreativno bavljenje sportom je specifično usmjerena aktivnost motivirana najčešće potrebom za očuvanjem fizičke kondicije i vitalnosti, odnosno željom za očuvanjem zdravlja (Drenovac, 2007). Dakle, može se reći da je rekreativni sport slobodno izabrana, individualna ili organizirana društvena djelatnost, koja sredstvima fizičkog vježbanja i sportsko rekreativnim aktivnostima omogućava ljudima aktivan odmor i zdravu zabavu i razonodu, koja im pomaže održati dobro zdravlje, fizičku i radnu kondiciju i ispoljiti svoje stvaralaštvo, koje im je specijaliziranim radom u velikoj mjeri uskraćeno. Prema tome, rekreacija predstavlja sponu između razonode i zabave, razbibrige i dokolice (Đorđević, 2010), a njen osnovni cilj jeste omogućiti optimalne uvjete i mogućnosti savremenom čovjeku da kroz raznovrsne sportsko-rekreativne aktivnosti zadovoljava svoju bio-psiho-sociološku potrebu za kretanjem i igrom, da sadržajnije, korisnije i kreativnije provodi slobodno vreme te da čuva i unapređuje svoje zdravlje i održava životni i radni optimizam (Šoše, 2004). Savremeni način života od čovjeka zahtjeva sve manje naprezanja u procesu proizvodnje, te mu samim tim ostavlja i sve više slobodnog vremena. Stoga je u savremenim užurbanim uvjetima života jedan od osnovnih razloga društvene zainteresiranosti za rekreativno bavljenje sportom želja za eliminiranjem štetnih posljedica učenja i rada, najprije onih posljedica koje proizilaze iz dugotrajnog sjedenja, stajanja i specifičnih radnih opterećenja ograničenih dijelova tijela, u prvom redu kičme i lokomotornog sistema (Drenovac, 2007). Nažalost, postoji i opasnost od nekontrolirane rekreacije (preforsiranja), zbog čega treba biti oprezan, posebno kada su u pitanju djeca i mladi. Međutim, bavljenje rekreativnim sportom je ipak neophodno i veoma korisno, jer, za razliku od tradicionalnog sporta koji uključuje pobjedničko afirmiranje nad protivnikom, samim sobom, vremenom, prostorom i takmičarstvom duha, koje ne predstavlja istinsku aktuelizaciju i afirmiranje čovjekog bića, u rekreativnom sportu čovjek postiže kreativnost koja proističe iz nepotčinjenog, nestrukturiranog vremena oslobođenog svakog nametanja sa strane (Nenadić, 2005). Dakle, ako vjerujemo da je bavljenje fizičkom aktivnošću ontološka kategorija, a ne samo ljudska potreba, ako uvidimo da je vrijeme oslobođeno prinude obaveznog rada ono u kojem se rekreacija realizira, ako pretpostavimo da su pokret i akcija imanentni onome univerzalno ljudskom, tada ćemo naići na djelatnost koja se ne zasniva na stjecanju sredstava za život, nego na unutrašnjoj motivaciji i potrebi čovjeka da se izražava i samoaktualizira u određenom samoizabranom, materijalno nekorisnom i svrsishodno neusmjerenom djelovanju (Đorđević, 2010).

1.2. Motivacija i zadovoljstvo

Motivacija je upravljački proces kojim se utječe na ponašanje ljudi na osnovu saznanja o tome šta izaziva određeno ljudsko ponašanje. Havelka (1981) kaže da su "motivi u užem i zato određenijem značenju, urođene ili stečene, trajne ili relativno trajne neuralne i/ili neuralno-mentalne dispozicije, tj. unutrašnji organski psihički uslovi za određene načine doživljavanja i ponašanja, kada se naruši jedan ili više aspekata organske ili unutrašnje ravnoteže". Također, motivi se definiraju i kao pobude koje čovjekovo djelovanje usmjeravaju prema određenom cilju, održavaju to djelovanje i pojačavaju njegov intezitet. U skladu s tim, proces motivacije se može definirati kao cjelokupni proces pokretanja aktivnosti i usmjeravanja te aktivnosti prema određenim ciljevima. Poslije postizanja određenog cilja dolazi do popuštanja tenzije koja je bila prisutna i javljanja zadovoljstva koje je veće ukoliko je i napor da se dođe do cilja bio veći. Prema tome, motivacija postoji u svakom procesu, pa tako i u rekreativnom bavljenju sportom. Tako Stojiljković (1995) iznosi svoja razmišljanja o sportistima rekreativcima: "Ako izuzmemo pojedince koji se profesionalno bave sportom, sport se javlja prvenstveno kao rekreativna komponenta samih uslova rada; glavno prisustvo sporta u životu radnih ljudi je uslovljeno njegovim prisustvom u socijalnim prostorima izvan radnog mesta, u situacijama u kojima pojedinac ima slobodu izbora i u kojima sam uobličava okolnosti pod kojima će zadovoljiti svoje istaknute potrebe". Pored motivacije i zadovoljstvo koje proizilazi iz bavljenja sportskim aktivnostima je veoma interesantno za proučavanje. Postoji više definicija, a jedna od njih je da je zadovoljstvo relativna kategorija individualnih pogleda na stvarnost koja se razlikuje u odnosu na sposobnosti, značenja, ambicije i ciljeve u životu (Bajraktarević, 2004). U ovom istraživanju usmjerili smo se na ispitivanje zadovoljstva rekreativnim bavljenjem sportom.

2. METOD RADA

Ovo istraživanje, sa vremenskog aspekta, predstavlja transverzalnu studiju, s ciljem da se ispituju relacije između motivacije učenika za rekreativno bavljenje sportom i zadovoljstva bavljenjem sportskim aktivnostima. Kao metode istraživanja korištene su empirijsko-neeksperimentalna (survey) metoda, metoda teorijske analize i statistička metoda.

2.1. Uzorak ispitanika

Istraživanje je realizirano na prigodnom uzorku, koji čini 228 učenika osnovnih škola sa područja grada Mostara. Riječ je o 125 muških i 103 ženska ispitanika.

2.2. Mjerni instrumenti

Za istraživanje je konstruiran anketni upitnik od 10 pitanja na koja su ispitanici odgovarali sa da ili ne. Drugi dio instrumenta sadrži tvrdnje koje se odnose na motive i zadovoljstvo bavljenjem sportom. Ispitanici su odgovarali u kojoj se mjeri slažu sa svakom od navedenih tvrdnji na skali Likertovog tipa, pri čemu su imali mogućnost da nivo slaganja sa tvrdnjama iskažu kroz jedan od 3 stepena, tj. od „uopšte se ne slažem“ i „svejedno mi je“ do „potpuno se slažem“. Relijabilnost ili pouzdanost ovog instrumenta utvrđena je pomoću Kronbah alfa koeficijenta i za kompletnu skalu, na uzorku od 228 ispitanika, iznosi ,89, te se navedena skala može smatrati pouzdanom.

2.3. Metode obrade podataka

Statistička obrada podataka izvršena je u programskom paketu SPSS 17.0 for Windows. Za predstavljanje odgovora na pojedine tvrdnje iz upitnika korišten je frekvencijski i procentualni prikaz, a za utvrđivanje statističke značajnosti između testiranih varijabli primijenjen je hi-kvadrat test.

3. REZULTATI I DISKUSIJA

Fizičko vježbanje i motorna aktivnost nisu isključivo biološki akt, već prije svega misaono svjesni akt koji baš po tome razlikuje čovjeka od životinje koju vode refleksi. Stoga je jako je važno znati da li je i u kojoj mjeri za sportsko angažiranje bitno prisustvo psiholoških procesa (npr. učenja i percepcije), kao i pojedinih dimenzija ličnosti (npr. motivacije). Ovaj rad predstavlja pokušaj utvrđivanja relacija između motivacije za rekreativno bavljenje sportom i zadovoljstva kod učenika koji se rekreativno bave sportskim aktivnostima. U Tabeli 1 dat je prikaz frekvencija i procenata odgovora na pitanje “Da li se rekreativno bavite sportom?”.

Tabela 1 - Frekvencije i procenti bavljenja sportom rekreativno

Rekreativno bavljenje sportom	Frekvencije	Procent
Ne bavim se	27	11.8 %
Povremeno se bavim	105	46.1 %
Često se bavim	30	13.2 %
Redovno se bavim	66	28.9 %
Ukupno	228	100.0 %

Dakle, u našem uzorku redovno i često se bavi sportom 42,1% ispitanika, dok se preko ½ povremeno bavi sportom ili se uopće ne bavi sportskim aktivnostima. U sljedećoj tabeli prezentirane su frekvencije i procenti odgovora koji se odnose na motive učenika za rekreativno bavljenja sportom.

Tabela 2 - Frekvencije i procenti motiva za rekreativno bavljenjem sportom

Motivi	Frekvencije	Procent
Zbog poboljšanja fizičkih sposobnosti	57	25.0 %
Zbog poboljšanja zdravstvenog stanja	99	43.4 %
Zbog reduciranja tjelesne težine	23	10.1 %
Zbog druženja	44	19.3 %
Zbog nečeg drugog	5	2.2 %
Ukupno	228	100.0 %

Vidimo da kao najčešći motiv za rekreativno bavljenje sportom ispitanici navode poboljšanje zdravstvenog stanja (43,4% ispitanika), dok kao čest motiv (25,0% ispitanika) navodi poboljšanje svojih fizičkih aktivnosti. U Tabeli 3 prikazane su frekvencije i procenti koje se odnose na učestalost sportskih aktivnosti ispitanika, dok su u Tabeli 4 prikazane frekvencije i procenti vremena koje učenici provedu u rekreativnom bavljenju sportom. Iz navedene tabele je evidentno da se najveći broj ispitanika rekreativno bavi fudbalom, i to 37,7%, zatim košarkom 28,1% ispitanika, dok se rukometom bavi 11,4% ispitanika. Iz Tabele 4 se vidi da se blizu 50% ispitanika bavi sportom 2 sata sedmično, dok se 10% ispitanika bavi sportom više od 20 sati sedmično. Pored toga, 8,8% ispitanika nikako ne upražnjava sportske aktivnosti u svom slobodnom vremenu.

Tabela 3 - Frekvencije i procenti sportskih aktivnosti ispitanika

Sport kojim se baviš	Frekvencije	Procent
Odbojka	1	.4 %
Fudbal	86	37.7 %
Košarka	64	28.1 %
Rukomet	26	11.4 %
Tenis	4	1.8 %
Atletika	3	1.3 %
Plesovi	13	5.7 %
Planinarenje	5	2.2 %
Biciklizam	2	.9 %
Gimnastika	1	.4 %
Karate	3	1.3 %
Džudo	10	4.4 %
Plivanje	2	.9 %
Streljaštvo	8	3.5 %
Ukupno	228	100 %

Tabela 4 - Frekvencije i procenti provedenog vremena u rekreativnom sportu sedmično

Vrijeme provedeno u rekreativnom sportu sedmično	Frekvencije	Procent
Nikoliko	20	8.8 %
2 sata	108	47.4 %
5 sati	47	20.6 %
10 sati	20	8.8 %
20 sati	10	4.4 %
Više od 20 sati	23	10.1 %
Ukupno	228	100 %

U narednoj tabeli prikazana je distribucija zadovoljstva stvarima i pojavama vezanim za sport.

Tabela 5 - Distribucija zadovoljstva stvarima i pojavama vezanim za sport

Zadovoljstvo	Zadovoljan sam	Svejedno mi je	Uopće nisam zadovoljan	Ukupno
Odnosom roditelja prema sportu	198 86,84 %	23 10,08 %	5 2,19 %	228 100 %
Trenerom	164 71,93 %	20 8,77 %	44 19,30 %	228 100 %
Odnosom kolega prema tebi	203 97,88 %	16 15,79 %	9 3,95 %	228 100 %
Uvjetima treninga	109 47,81 %	23 10,08 %	96 42,10 %	228 100 %

Dakle, u našem uzorku ispitanici su u velikom broju zadovoljni odnosom kolega, trenerom i uvjetima u kojima treniraju. Također, preko 80% ispitanika je zadovoljno odnosom roditelja prema njihovom bavljenju sportom u slobodno vrijeme. U nastavku je sprovođenjem hi-kvadrat testa ispitana relacija između spola i rekreativnog bavljenja sportom, kao i relacija između spola i motiva za rekreativno bavljenje sportom. U Tabeli 6 prezentirani su rezultati ispitivanja relacije između spola i rekreativnog bavljenja sportom.

Tabela 6 - Razlike između muških i ženskih ispitanika u rekreativnom bavljenju sportom

Spol ispitanika	Bavljenje sportom rekreativno				Ukupno
	Ne bavim se sportom	Povremeno se bavim	Često se bavim	Redovno se bavim	
Muški	15	58	15	37	125
Ženski	12	47	15	29	103
Ukupno	27	105	30	66	228

$$\chi^2 (N = 228) = .336, df = 3, p = .954, C \text{ coeff.} = .038$$

Vidimo da se rekreativnim sportom redovno bavi 37 muških i 29 ženskih ispitanika, dok se rekreativnim sportom podjednako često bave i dječaci i djevojčice. Prema tome, rezultati hi-kvadrat testa ($\chi^2 = .336, p = .954$) ukazuju na to da između muških i ženskih ispitanika ne postoji statistički značajna razlika u rekreativnom bavljenju sportom.

Slijedi Tabela 7 u kojoj su prikazani rezultati testiranja relacije između spola i motivacije za rekreativno bavljenje sportom.

Tabela 7 - Razlike između muških i ženskih ispitanika u motivima za rekreativno bavljenje sportom

Spol	Motivi za rekreativno bavljenje sportom					Ukupno
	Zbog poboljšanja fizičkih sposobnosti	Zbog poboljšanja zdravstvenog stanja	Zbog reduciranja tjelesne težine	Zbog druženja	Zbog nečega drugog	
Muški	20	28	20	19	38	125
Ženski	25	44	20	6	8	103
Ukupno	45	72	40	25	46	228

$$\chi^2 (N = 228) = 27.224, df = 4, p = .000, C \text{ coeff.} = .330$$

Vidimo da između muških i ženskih ispitanika postoji statistički značajna razlika ($\chi^2 = 27, 224, p = .000$) u motivima za rekreativno bavljenje sportskim aktivnostima. Djevojčice se bave sportskim aktivnostima zbog poboljšanja zdravstvenog stanja, dok su kod dječaka motiv za poboljšanjem fizičkih sposobnosti i motiv za reduciranjem tjelesne težine približno ujednačeni. Interesantno je da je 38 ispitanika navelo da se rekreativno bavi sportom zbog nečega drugog, dok je taj razlog navelo samo 6 ispitanika iz našeg uzorka.

4. ZAKLJUČAK

Rezultati istraživanja pokazuju da između muških i ženskih ispitanika ne postoji statistički značajna razlika u rekreativnom bavljenju sportom, dok između muških i ženskih ispitanika postoji statistički značajna razlika u motivima za rekreativno bavljenje sportom. Naime, rezultati istraživanja pokazuju da se djevojčice bave sportskim aktivnostima zbog poboljšanja zdravstvenog stanja, dok je kod dječaka najčešće prisutan motiv za poboljšanjem fizičkih sposobnosti, te motiv za reduciranjem tjelesne težine. Navedeni rezultati su u skladu sa saznanjima da tinejdžerke vode više računa o zdravlju, dok je za mlade tinejdžere tipično da se bave sportskim aktivnostima zbog formiranja muške muskulature. Dostupni podaci govore da se na teritoriji Bosne i Hercegovine poprilično mali broj djece i mladih rekreativno bavi sportom,

zbog čega bi roditelji, učitelji i nastavnici trebali što više podsticati djecu i mlade na rekreativno bavljenje sportom u slobodnom vremenu. No, pri tome ih je veoma bitno usmjeriti i pomoći im da u tim sportskim aktivnostima pronađu pravu mjeru, kako bi iskusili samo pozitivne efekte rekreacije. Pored toga, neophodan je i angažman države na organizaciji što većeg broja manifestacija koje imaju za cilj promociju sporta i zdravog načina života, kao i obezbjeđenju finansijskih sredstava za izgradnju što većeg broja otvorenih sportskih terena, trim staza, terena za košarku, odbojku, rukomet i sl. Također je potrebno da čitava zajednica pruži podršku programima koji se odnose na organizaciju takmičenja rekreativnog sporta i programima edukacije učenika, kako bi mogli izabrati onu sportsku disciplinu koja im najviše odgovara. Jer „pravilno odgajati djecu znači između ostalog odgajati ih za slobodno vrijeme, koje se najprije javlja kao vrijeme nerada ili besposlice, a tek onda i kao vrijeme za slobodne djelatnosti za koje se treba osposobiti. Ali da bi se dijete osposobilo za slobodnu djelatnost, za igru i stvaralaštvo, njegove stvaralačke moći treba podsticati i podržavati, a to je moguće samo u vremenu oslobođenom od prinude rada, tj. u slobodnom vremenu“ (Polić, 2003). Prema tome, ukoliko kod djece već u predškolskim, a kasnije i školskim ustanovama ne razvijemo primarne motive za rekreativno bavljenje sportom i ukoliko ih na vrijeme ne naučimo da stvore kvalitetan vlastiti svijet ispunjen radom i rekreacijom, moći će jedino proizvoditi i trošiti stvari na način koji im drugi odrede. Ako pri tome posegnu za nečim što svijet bar iluzorno može učiniti drugačijim, ne bi se trebalo tome čuditi, niti im braniti.

5. LITERATURA

1. Bajraktarević, J. (2004). *Tajne uspjeha u sportu: Psihološka priprema sportista*. Sarajevo: Arkapress.
2. Đorđević, A. (2010). Rekreacija kao način savremenog življenja. *Sportska medicina*, 5 (2), 54-77.
3. Drenovac, M. (2007). *Sportska psihologija*. Osijek: Filozofski fakultet.
4. Dunderović, R. (2004). *Osnovi psihologije menadžmenta*. Novi Sad: Fakultet za menadžment.
5. Havelka, N., Lazarević, Lj. (1981). *Sport i ličnost*. Beograd: Sportska knjiga.
6. Koković, D. (2006). *Sociologija sporta*. Beograd: Sportska akademija.
7. Nenadić, M. (1997). *Novi dah obrazovanja*. Beograd: Prosveta.
8. Polić, M. (2003). Odgoj i dokolica. *Metodički ogledi*, 2 (18), str. 25-37.
9. Stojiljković, S. (1995). *Programi rekreacije u sportsko-rekreativnim centrima Beograda i motivacija učesnika za vežbanje – Magistarski rad*. Beograd: Fakultet fizičke kulture.
10. Šoš, H. (2004). *Teorija sporta*. Fakultet sporta i tjelesnog odgoja: Sarajevo.

Korespondencija:

Dijana Ivanišević
 Nastavnički fakultet Mostar
 Tel.: 065/ 993- 573,
 E-mail: dijanaivkovic2@gmail.com