

СПОРТ И БИЗНИС

Научни часопис
Број 3.



Београд
фебруар, 2017.

▪ Fullwood, D. (1986). Australian norms for hand and . nger strength of boys and girls aged 5–12 years. *Aust Occup Ther J*, 33. Pp. 26-36.

▪ Hanley, A. J. G., Harris, S. B., Gittelsohn, J., Wolever, T. M. S., Saksvig, B., Zinman, B. (2000). Overweight among children and adolescent s in a Native Canadian community: prevalenc e and associated factors. *Am J Clin Nutr*, 71. Pp. 693-700.

▪ Mathiowetz, V., Wiemer, D. M., Federman, S. M. (1986). Grip and pinch strength: norms for 6- to 19-year-olds . *Am J Occup Ther*, 40. Pp. 705-711.

▪ Moliner, Urdiales, D., Ruiz, J., Ortega, F. B., et al. (2010). Secular trends in health-related physical fit- ness in Spanish adolescents: the AVENA and HELENA studies. *J Sci Med Sport*, 13. Pp. 584-588.

▪ Monpetit, R. R., Montoye, H. J., Laeding, L. (1967). Grip strength of school children, Saginaw Michigan: 1899 and 1964. *Res Q*, 38. Pp. 231-240.

▪ Morey, M. C., Pieper, C. F., Cornoni, Huntley, J. (1998). Physical fitness and functional limitations in commu- nity-dwelling older adults. *Med Sci Sports Exerc* 30(5). Pp. 715-723.

▪ Newman, D. G., Pearn, J., Barnes, A., Young, C. M., Kehoe, M. (1984). Newman J. Norms for hand grip strength. *Arch Dis Child*, 59. Pp. 453-459.

▪ Nyberg, G. A., Nordenfelt, A. M., Ekelund, U., Marcus, C. (2009). Physical activity patterns measured by ac- celerometry in 6- to 10-yr-old children. *Med Sci Sports Exerc*. 41. Pp. 1842-1848.

▪ Ortega, F. B., Silventoinen, K., Tynelius, P., Rasmussen, F. (2012). Muscular strength in male adolescents and premature death: cohort study of one million partici- pants. *BMJ*, 345. Pp. 7279.

▪ Полић, Б., Шепа, М., Стојановић, М., Радмили, В., Хорват, В. (1962). *Физички развита к и физичке способности школске омладине СФРЈ*. Свеска 1. Београд: Југословенски завод за физичку културу.

▪ Prensky, M. (2001). Digital Natives, Digital Immigrants Part 1. *On the Horizon*, 9(5). Pp. 1-6.

▪ Takken, T., Elst, E., Spermon, N., Helders, P. J., Prakken, A. B., Van der Net, J. (2003). The physiological and physical determinants of functional ability measures in children with juvenile dermatomyositis. *Rheuma- tology (Oxford)* 42(4). Pp. 591-595.

▪ Tapscott, D. (2008). *Grown up digital: How the net generation is changing your world* НС. McGraw-Hill.

РАЗЛОЗИ ОКОНЧАЊА ВРХУНСКЕ СПОРТСКЕ КАРИЈЕРЕ ЖЕНА У СПОРТУ

PERCEPTION ABOUT CAREER TERMINITION AMONG FEMALE ATHLETES

ЈЕЛЕНА АРСИЋ

Универзитет „АЛФА БК“, Факултет за менаџмент у спорту, Београд, arsic.jelena85@gmail.com

Сажетак: Свака транзиција у каријери врхунских спортиста може донети олакшање, депресију, радост или друге сличне психолошке осећаје или комбинацију неких од њих, у зависности од нечије индивидуалне перцепције ситуације. Све спортисте очекује да једног дана напусте спортско подручје високих перформанси и да пронађу нове изазове и нови начин живота. Дакле, прекид спортске каријере може се окарактерисати као неизбежан догађај који ће се десити пре или касније у животу сваког спортисте. Спортисти завршавају своју спортску каријеру због више разлога, укључујући старост, повреде, опадање њихових спортских перформанси, постепене промене у спортском статусу, проблеми са спортском заједницом или зарад неких других интереса. То је оно у чему нема разлике између спортиста и спортисткиња. Фактори који долазе из спортског окружења су исте или сличне природе. Међутим, основну разлику у разлозима окончања спортске каријере спортисткиња у односу на спортисте, чине мало другачији разлози, који нису директно у вези са спортом. Обично су у питању проблеми личне природе, проблеми у породици, могућност избора новог занимања и, као најзначајнији, природна потреба за формирањем своје породице и остваривањем улоге мајке.

Кључне речи: Каријера у спорту, жене у спорту, окончање спортске каријере

Abstract: Each transition in elite sport career can bring relief, depression, joy or other similar psychological feelings, or a combination of some of them, depending on one's individual perception of the situation. All athletes are expected to leave the field of high sport performance and to find new challenges and a new way of life, one day. So, termination of sport career can be described as an inevitable event that will happen in the life of every athlete sooner or later. Athletes end their sports career for several reasons, including age, injury, the decline of their sports performance, gradual changes in the status of the sport, the problems with the sports community and institutions, or for the sake of some other interests. This is where there is no difference between male and female athletes. Factors that come from the sports environment are the same or similar nature. However, the basic difference in the reasons for termination of sports career male athletes compared to female athletes, make a slightly different reasons, which are not directly related to the sport. Usually it comes to issues of a personal nature, problems within the family, the ability to choose a new profession and as the most important and common, natural need to form their own families and establishing the role of the mother.

Keywords: Sport careers, Women in Sports, Athlete career termination

1. УВОД

Сама спортска каријера није хомогеног ентитета, већ се састоји из неколико фаза. Свака фаза, укључујући и последњу која подразумева прилагођавање на живот после спорта, састоји се из више специфичних захтева којима се спортиста прилагођава, и стога се те фазе развоја каријере кроз које спортиста пролази схватају и дефинишу као транзиција.

На основу модела људског прилагођавања транзицији, предложеног од стране Schlossberg-а и сарадника, „транзиција је догађај или не-догађај који утиче на промену самосвести, начина на који доживљавамо себе и свет и стога утиче и захтева промену у понашању и односима“ [1].

Све спортисте очекује да једног дана напусте спортско подручје високих перформанси и да пронађу нове изазове и нови начин живота. Дакле, прекид спортске каријере може се окарактерисати као неизбежан догађај који ће се десити пре или касније у животу сваког спортисте.

Свака промена, без обзира да ли је добровољна или не, може створити притисак на појединца. Промене које настају приликом окончања врхунске спортске каријере су физичке, социолошке и психолошке природе. Неки спортисти ће крај своје каријере видети као нову могућност за даље самонапредовање, док ће други доживети негативне емоције, посебно ако су неспремно дочекали њен крај.

2. ПОЛОЖАЈ ЖЕНА У СПОРТУ У СРБИЈИ

Када се говори о женском спорту и положају које оне имају, не само у спорту, него још увек у друштву, некако се примећује да као да постоји традиција да је неравноправни положај жена нормална ствар. Тај традиционални угао гледања, не само да лимитира сам социјални развој једног друштва (посебно ако се то друшво карактерише као савремено), већ и лимитира сам развој спорта.

Питање жена у спорту код нас није законски регулисано, ако се изузме пар помена о важности улоге жена у спорту, које су обухваћене претходним

Date of admission: 16.10.2016.
Date of acceptance: 30.12.2016.

важећим Акционим плановима за Стратегију развоја спорта, где се опет тај значај изједначавања улоге само и наводи, на жалост.

Ако желимо да се уклопимо у развојне процесе савременог света, дужни смо да се придржавамо стандарда које су поставиле или постављају земље, не само у региону, већ и много веће и значајније земље од наше, јер је управо спорт наша предност, а можда чак и једини квалитет којим можемо да се у свету равноправно такмичимо, да меримо своју снагу, истичемо свој значај и вредност. Управо један од таквих стандарда би требало бити остваривање равноправности полова.

3. РАЗЛИКЕ У КАРИЈЕРИ И ОКОНЧАЊУ СПОРТСКЕ КАРИЈЕРЕ ИЗМЕЂУ ЖЕНА И МУШКАРАЦА

Готово свако истраживање о положају жена у спорту и току њихове активне спортске каријере, претпоставља формулисање неких тенденција које су карактеристичне и видљиве у развоју саме спортске каријере:

- Каријера жена спортиста је краткотрајна (активно бављење спортом завршава се у просеку још у двадесетим годинама-према тридесетој);
- Запажа се да жене мало раније у детињству крећу да се баве спортом, око 10. године живота;
- Такође, примећује се веома високо мишљење жена спортиста о позитивном утицају бављења спортом на њихово здравље, физички изглед и женственост;
- Примећује се и повећање еманципације спорта и усвајање од стране жена нових нетрадиционалних спортова, који су се раније третирали и убрајали у типично мушке спортове (нпр. фудбал, борилачки спортисти, као и неке атлетске дисциплине, нпр. бацање кугле, диска и сл.);
- Жене које се много година посвећују спорту, сматрају све више да је то био њихов правилан избор и пут;
- Такође, запажа се, како се и само друштво повезује са неком општом тенденцијом феминизације, па тако у данашње (савремено) доба, код жена које бирају спорт као своју професију, не доминирају само мотиви здравља и социјализације, већ и достигнуће високих спортских резултата.

Када се упореде жене и мушкарци спортисти, мало је признатих разлика које се тичу свих транзиција које спорт повлачи за собом. Ипак, истраживања показују да жене спортисти генерално уђу на спортску сцену у млађем добу од мушкараца, тј. да њихова активна спортска каријера почиње раније, а такође и да се повлаче из активног бављења спортом раније него мушкарци.

Ако се изузме чињеница да је основна разлика у каријери између спортиста и спортисткиња она која се тиче захтева тржишта и спортске индустрије, а

подразумева и већу популарност и плаћеност мушког спорта у односу на женски, већа улагања у мушки спорт, значајне разлике у медијској пажњи и присутности у јавном животу, може се рећи да и спортска каријера и једних и других има готово идентичан ток са аспекта њеног развоја. Од почетне фазе, преко фазе диференцијације, све до фазе специјализације.

Тако је све до оног тренутка који се тиче окончања каријере и периода адаптације на пост спортску каријеру у нове улоге у животу, тј. фазу инволуције.

Тренутак у ком спортисти окончавају своју каријеру, на добровољној бази или не, подразумева да морају да се прилагоде новим условима и улогама у животу после спорта, пре свега променом њихових приоритета и слике коју имају о себи.

Фаза инволуције, тј. последња фаза пред окончање каријере и напуштање спорта као активне професионалне улоге, управо представља јасно видљиве разлике између спортиста и спортисткиња. Од разлике које се тичу година у којима једни и други завршавају своју активну каријеру, преко разлога за њено окончање до малих разлика које прате процес прилагођавања новим улогама у животу после спорта и избору нове професије.

Разлоге због којих врхунски спортисти окончавају своју активну спортску каријеру, можемо поделити на добровољне и недобровољне.

Недобровољни су најчешће физичке природе и тичу се спортских повреда и ситуација из неспортског окружења које су такође проузроковане повредама или неадекватним здравственим стањем спортисте.

Добровољни разлози тичу се најчешће унапред планираног тренутка у ком се спортиста повлачи из своје професионалне спортске улоге и креће да се прилагођава новим улогама у животу.

Код спортиста и спортисткиња, најчешћи разлози добровољног повлачења из спорта су:

- Када спортисти достигну одређену старосну границу и више нису у могућности да се такмиче на истом нивоу са млађим спортистима;
- Када спортски резултати и квалитет бављења спортом почињу да опадају;
- Када су остварили већину својих спортских циљева, што доводи до опадања мотивације за даље бављење спортом;
- Када почињу да буду уморни од спортског начина живота;
- Због проблема са тренерима, руководством клуба, менаџерима или саиграчима;
- Због добијања могућности избора нове професије.

Сви горе наведени разлози, добровољни и недобровољни, спадају у разлоге које у подједнакој мери наводе и спортисти и спортисткиње.

Разлози које спортисти ретко наводе, а који су са друге стране често навођени разлози окончања каријере спортисткиња су следећи:

- Недостатак подршке породице и пријатеља;
- Притисак партнера, породице и окружења да окончају каријеру;
- Могућност избора нове каријере, која је примамљивија од спортске;
- Биолошка старост и истрошеност код жена спортиста која наступа око и после 30. године, када више нису у могућности да се на равноправном нивоу такмиче са млађим спортисткињама;
- Губитак мотивације, пад осећаја уживања и испуњености коју су раније осећале приликом бављења спортом;
- Финансијски проблеми, јер спортско тржиште не мери на исти начин вредност спортске каријере жена и мушкараца;
- Утицај тока живота и промена које он за собом носи, јер жене подносе више жртава од мушкараца у том погледу и спремније су да мењају своје животне изборе (у овом случају професију), ако помисле да ће им одређене животне промене донети више среће у животу;
- И на крају, она основна биолошка потреба сваке жене (па и спортисткиње), жеља за оснивањем сопствене породице и рођење детета.

Иако је данас укључивање и мушкараца и жена у саме спортске активности на једнаком нивоу, такође и равноправна могућност избора самог спорта као професије, још увек су социолошка питања и социолошка схватања жене и њене улоге у друштву управо носиоци главног разлога зашто жене раније прекидају активну спортску каријеру.

Још увек се од мушкарца у данашњем друштву очекује каријера која доноси приход којим он остварује примарну улогу обезбеђивања породичне сигурности и стабилности, док се од жене очекују породичне дужности и емоционална подршка, пре свега.

Ова општа очекивања, као и биолошке разлике (нпр. трудноћа), објашњавају зашто жене имају већу стопу напуштања у ранијим фазама каријере и зашто много лакше и безболније прекидају везе са спортом, не би ли оствариле своје породичне улоге.

4. СМЕРНИЦЕ ЗА ПРИЛАГОЂАВАЊЕ СПОРТИСТКИЊА ЖИВОТУ ПОСЛЕ СПОРТА И НОВИМ УЛОГАМА

Да би жена која је била активни спортиста прекинула своју каријеру услед ових разлога, мора добро да припреми себе за напуштање спорта, не би ли кроз процес транзиције прошла без великих проблема.

Међународни Олимпијски комитет у својим програмима помоћи и сарадњи са бившим спортистима истиче велику важност припреме и добровољног окончања каријере. Најпре:

- Жена која је активни, врхунски спортиста, своју одлуку о окончању своје каријере требало би сама да донесе, без притиска партнера, породице и окружења;
- Мора бити унапред припремљена и свесна спољног притиска и реакције окружења који је очекује збод одлуке о окончању каријере, зарад других интереса;
- Да рано у својој каријери схвати значај образовања за тренутак када се активна спортска каријера завршава и испланира начин како да координира своју спортску каријеру са својим образовањем;
- Да се стручно усавршава, заједно са личним развојем себе као жене;
- Да разматра могућност остваривања породичне улоге и породичног живота, тек када види да је на путу или је већ постигла своје зацртане спортске циљеве;
- Да остави себи могућност да се врати спорту после трудноће.

5. ЗАКЉУЧАК

Ограничено учешће жена у спорту има најразличитије узроке, од традиције и доминације патријархалних образаца, конзервативне свести, до предрасуда и третирања жена као маргиналне групе, а спорта као „мушке делатности“.

Позитивна ствар ове приче је да се све више жена у данашње време укључује не само у спортске активности и рекреативно бављење спортом, већ све више и професионално, у смислу избора спорта као своје каријере.

Професионални женски спорт, услед захтева тржишта, слабијег интересовања публике и спонзора, располаже ограниченим финансијским могућностима, знатно нижим него мушки врхунски спорт. Женска спортска каријера се не вреднује на спортском тржишту као мушка, а подразумевана социјална улога жене, донекле и ограничава дужину трајања њихових врхунских спортских каријера.

Жене услед стања спортског тржишта и захтева социјалне средине који се пред њих намећу, брже губе мотивацију и интересовање за максимално искоришћавање својих професионално спортских карактеристика, у смислу дужине трајања њихових спортских каријера.

Утицај тока живота и промене са којима се жене суочавају на један другачији начин од мушкараца (којима је њихова свака каријера, па и спортска приоритет), утиче и на њихову одлуку о престанку бављења спортом и окончању каријере.

Затим, притисак породице, партнера, окружења, недовољни финансијски приходи од спорта и недовољно подршке, такође спадају у битне факторе

због којих се жене спортисти одлучују да можда и пре времена окончају своју врхунску спортску каријеру.

Мали проценат жена после 30. године остаје у професионалној улози спортисте. Сама биолошка зрелост жене наступа по природи раније, па тако и старост и истрошеност, у овом случају немогућност да се на истом нивоу такмиче са млађим спортисткињама.

Такође, ово је и период живота када код жена почиње да преовладава и она основна биолошка потреба за оснивањем сопствене породице и рађањем деце.

Добровољна одлука о окончању каријере, унапред испланирано право време за повлачење из врхунског спорта и схватање важности образовања и рад на њему, кључни су фактори у самопомоћи жена бивших врхунских спортиста, да се лакше прилагоде новој каријери после спорта и новим животним улогама које их очекују.

ЛИТЕРАТУРА

[1] Schlossberg, N. (1981). A Model of Analyzing Human Adaptation to Transition. *The Counseling Psychologist* 9:2. Преузето са: <http://pikespeaksymposium.pbworks.com/f/Schlossberg+Transition+Theory.pdf>

Библиографија

- Раич, А., Лукман, Л., и др. (2005). *Жене у спорту Стратегија и фактори развоја*. Београд: Спортска академија.
- Раич, А., Лукман, Л., и др. (2002). *Заступљеност жена у спорту Србије*. Београд: Министарство просвете и спорта Управа за спорт.
- Арсић, Ј. (2007). *Управљање кошаркашком каријером у савременој спортској индустрији*. Дипломски рад. Универзитет „Алфа БК“.
- Patsourakou, E. (2010). *Perception about career termination among Greek female elite athlete*. Master’s thesis. Leicestershire, Loughborough University. Преузето са: <https://dspace.lboro.ac.uk/dspace-jspui/handle/2134/6253>
- Ceciћ Erpič, S. (2004). *The effect of athletic and non-athletic factors on the sports career termination process*. Psyhology of Sport and Exercise Science. University of Ljubljana. Преузето са: https://www.researchgate.net/profile/Sasa_Erpic/publication/222995196_The_effect_of_athletic_and_non-athletic_factors_on_the_sports_career_termination_process/links/553d888c0cf2c415bb0f72f7.pdf
- IOC Athletic Career Programme [sheet] Преузето са: <http://www.olympic.org/ioc-athlete-career-programme>

PECULIARITIES OF HEALTH EDUCATION OF CHILDREN WITH OVERWEIGHT AND OBESITY

КАРАКТЕРИСТИКЕ ЗДРАВСТВЕНОГ ОБРАЗОВАЊА ГОЈАЗНЕ И ДЕЦЕ СА ПРЕКОМЕРНОМ ТЕЖИНОМ

IVANKA TOSHEVA

Teacher’s faculty, National sports academy „Vasil Levski“, Sofia, Bulgaria, tosheva@mail.bg

PETYA DACOVA

Teacher’s faculty, National sports academy „Vasil Levski“, Sofia, Bulgaria, petq_dakova@abv.bg

Abstract: The major factors for practical realization of health education are family and school. Their activities include purposeful and persistent influence aimed at children’s obtaining knowledge, forming attitudes and practical skills for their health prevention. One of the most important problems of the modern health education is related to maintaining children’s healthy weight. The aim of the present study is to establish whether there are differences between the education influence of the families with children suffering from overweight and obesity and of the families with children with normal weight. The results show significant differences connected with nutrition and motor activity of the children.

Keywords: Health education, Children, Overweight, Obesity

Сажетак: Главни фактори за практичну реализацију здравственог образовања су породица и школа. Њихове активности укључују сврсисходан и упоран утицај у циљу стицање знања код деце, формирање ставова и практичних вештина за остваривање права на здравствену превенцију. Један од најважнијих проблема савременог здравственог образовања се односи на одржавање децје телесне тежине. Циљ овог истраживања је да се утврди да ли постоје разлике између утицаја образовања на породице са децом оболелом од гојазности и са прекомерном тежином и породица са децом са нормалном тежином. Резултати показују значајне разлике повезане са исхраном и моторним активностима деце.

Кључне речи: Здравствено образовање, деца, прекомерна тежина, гојазност

1. INTRODUCTION

Health is a crucial value for people. According to the definition in the Constitution of World Health Organization “Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity”[1].

Regardless health depends on genetic factors, it is also influenced by the way of life and everyday behavior of humans as regards their nutrition, physical activities, the use of psycho-active substances, personal hygiene, etc. In this sense, the prevention of children’s health is directly related to the education influence of the adults aimed at establishing an adequate type of steady behavior. The main factors for the practical realization of health education are the family and school. Their activities include purposeful and persistent actions which can provide the children with acquiring knowledge, building attitudes and practical skills for health prevention.

One of the major problems of the modern health education is connected with maintaining children’s healthy weight. Overweight and obesity among children and adolescents is getting bigger in the developed countries. This trend is characteristic of Bulgaria, which is among the first six countries in Europe along this index. The majority of

the population lives in the urban and technological area, where the natural relation “human-nature” is significantly distorted as regards both physical activities and nutrition. The results from a national exemplary survey, conducted in Bulgaria in 2010 – 2011, show that 30.2% of the pupils aged between 6 and 19 are overweight, and 12.7% suffer from obesity. An epidemic rise in abdominal fat has been registered in the recent years, especially among youngest children [2].

The children suffering from overweight and obesity face very serious challenges during their entire life. Obesity is the most commonly spread chronic disease with extremely serious long-term consequences. Nowadays weight is not only a physical characteristic at all. Its level is directly connected with the individual’s health and his overall wellbeing. “People who are overweight have a shorter life span. In this limited life span they should cope with much more health problems, ailments and diseases” [3]. Obesity is a premise for going into not of equal value social position. People who are overweight are also subject of discrimination – a term connected with race or ethnical belonging, i.e. with permanent individual characteristics. This is a form, which is manifested in connection with attributes and conditions, which have developed over time, as it is the case with excessive weight [4].

Датум пријема чланка: 21.05.2016.
Датум пријема коригованог чланка: 21.11.2016.
Датум прихватања чланка: 30.12.2016.