

KONTINUIRANA IZBORNO-REKREATIVNA NASTAVA IZ PLIVANJA KAO FAKTOR POBOLJŠANJA MOTORIČKIH I FUNKCIONALNIH SPOSOBNOSTI STUDENATA

Dr Miloš Nikolić¹, Dr Dejan Madić²

¹Medicinski fakultet, Niš; ²Fakultet fizičkog vaspitanja i sporta, Niš.

SAŽETAK

Izborna-rekreativna nastava iz plivanja trajala je 45 nastavna časa, 3 puta nedeljno pri čemu je svaki čas trajao 60 min. Uzorak za eksperiment je formiran od dva subzorka eksperimentalne grupe koja je brojala 126 studenata i kontrolne od 127 studenata. Motoričke i funkcionalne sposobnosti su praćene kroz adekvatne testove koji su proveravani u praksi u ranijim istraživanjima. Istraživanje je obuhvatilo praćenje osam motoričkih i šest funkcionalnih parametara. Efekti intenziviranja izborna-rekreativne nastave iz plivanja provereni su primenom multivarijantne i univarijantne analize kovarijansi. Analiza rezultata pokazuje da su studenti obuhvaćeni eksperimentom u vreme njegovog završetka dominantni u odnosu na studente kontrolne grupe koji nisu bili obuhvaćeni organizovanom nastavom. Pored mnogih unutrašnjih i spoljašnjih faktora, u svakom slučaju rezultate možemo u velikoj meri pripisati i sadržajima intenzivirane nastave plivanja.

Ključne reči: kontinuirana izborna-rekreativna nastava, plivanje, motoričke i funkcionalne sposobnosti, multivarijantna analiza razlika.