

# UTICAJ INTENZIVIRANJE IZBORNO-REKREATIVNE NASTAVE IZ ODBOJKE NA FUNKCIONALNE SPOSOBNOSTI STUDENATA

Dr Miloš Nikolić<sup>1</sup>, Dr Toplica Stojanović<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Medicinski fakultet, Niš; <sup>2</sup>Fakultet fizičkog vaspitanja i sporta, Banja Luka.

## SAŽETAK

Cilj istraživanja je bio da se utvrde efekti rekreativne nastave sa sadržajima iz odbojke na funkcionalne sposobnosti studenata niškog Univerziteta. U okviru izborna-fakultativne nastave na uzorku od 242 studenta, obavljeno je istraživanje koje je trajalo jedan semestar, ili 45 nastavnih časova. Uzorak je bio podeljen na eksperimentalnu i kontrolnu grupu, pri čemu je eksperimentalna sprovodila kontinuirano rekreativni program iz odbojke, a kontrolna je bila izuzeta od fizičke aktivnosti. Vrednosti funkcionalnih sposobnosti su praćene kroz bateriju testova, koja sadrži šest varijabli. Primenom multivarijantne analize kovarijanse istraživanog funkcionalnog prostora, sa neutralizacijom razlika na inicijalnom merenju, utvrđene su statistički značajne razlike na finalnom merenju između grupa u svim ispitivanim varijablama, gde je konstatovano da je bolje rezultate postigla eksperimentalna grupa. U zaključcima se potvrđuje pretpostavka da će eksperimentalni program rekreativne nastave sa sadržajima iz odbojke dati značajne efekte na funkcionalne sposobnosti studenata i da se preporučuje njegova primena u programu studija na Univerzitetima.

**Ključne reči:** rekreativne aktivnosti, odbojka, funkcionalne sposobnosti, multivarijantna analiza razlika.