

ZBORNİK SAŽETAKA

ZNANSTVENI KOLOKVIJ „TJELESNO VJEŽBANJE, DRUŠTVO I ZDRAVLJE“



KINEZIOLŠKI FAKULTET OSIJEK
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU



Osijek, 24. svibnja 2021.

ORGANIZATOR: KINEZIOLOŠKI FAKULTET OSIJEK
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

NAKLADNIK: KINEZIOLOŠKI FAKULTET OSIJEK
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU
Drinska 15a, 31000 Osijek
Tel: +385 31 559 300; Fax: +385 31 559 301
e-mail: ured@kifos.hr
web: <http://www.kifos.hr>

ZA NAKLADNIKA: prof. dr. sc. Vesnica Mlinarević, privremena dekanica Kineziološkog fakulteta Osijek

RECENZENTI: prof. dr. sc. Josip Lepeš, Ferenc Gál University, Szeged, Dóm tér,
Mađarska
izv. prof. dr. sc. Biljana Trajkovski, Učiteljski fakultet, Sveučilište u
Rijeci

UREDNICI: prof. dr. sc. Vesnica Mlinarević, izv. prof. Zvonimir Tomac,
doc. dr. sc. Iva Šklempa Kokić

P R E D G O V O R

Pred vama je Zbornik sažetaka Znanstvenog kolokvija „Tjelesno vježbanje, društvo i zdravlje“ održanog povodom 1. Dana Kineziološkog fakulteta Osijek 24. svibnja 2021. godine. Cilj održavanja ovog znanstvenog kolokvija bio je razmjena iskustva, suradnja i poticaj nastavnicima i studentima Kineziološkog fakulteta Osijek na znanstveno-istraživački rad. Ovo je prvi znanstveni kolokvij koji smo organizirali te se nadamo da će on vrlo brzo prerasti u znanstvenu konferenciju koju ćemo organizirati svake godine. Kolokvij je pozdravnim govorom otvorila privremena dekanica prof. dr. sc. Vesnica Mlinarević, a moderirali su ga izv. prof. dr. sc. Zvonimir Tomac i doc. dr. sc. Iva Šklempe Kokić. Zbog epidemioloških prilika održan je virtualno.

Zbornik započinje sažecima pozvanih predavanja koja su se bavila vrlo zanimljivim i aktualnim temama – utjecajem pandemije Covid-19 na mlade i sport te bioetikom sporta. Ugostili smo tri fantastična pozvana predavača. Prof. dr. sc. Rado Pišot sa Znanstveno-raziskovalnog središća Koper, Republika Slovenija, održao je izuzetno interesantno predavanje na temu utjecaja pandemije Covid-19 na sport i mlade u kojem je istaknuo neke prilično devastirajuće efekte neaktivnosti koji su posljedica restrikcija uvedenih u sklopu protuepidemijskih mjera. Na njega se nadovezao prof. dr. sc. Damir Sekulić, dekan Kineziološkog fakulteta u Splitu, sa svojim predavanjem o provedenim istraživanjima o navikama tjelesnog vježbanja kod adolescenata u doba pandemije Covid-19 gdje je također utvrđen zabrinjavajući pad razine tjelesne aktivnosti. Treće predavanje, koje je održao doc. dr. sc. Matija Mato Škerbić s Hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu, bilo je na temu bioetike u sportu te otvorilo niz aktualnih etičkih pitanja iz područja sporta.

Drugi dio znanstvenog kolokvija bio je rezerviran za izlaganja studenata i nastavnika Kineziološkog fakulteta Osijek. Naši studenti i nastavnici održali su četiri zanimljiva izlaganja iz tema sporta i rekreacije, od ozljeda u nogometu, razlika u afinitetima prema sportskim i rekreacijskim aktivnostima kod populacije studenata do tjelesnog fitnessa djece i povezanosti dobi i spola s napretkom u testu za procjenu kardiorespiratornog fitnessa. Održana predavanja još jednom su potvrdila kako je kineziologija profesija budućnosti, a kineziolozi stručnjaci koji svojim profesionalnim i znanstvenim radom mogu izuzetno pozitivno utjecati na zdravlje i kvalitetu života pojedinca i društva u cjelini.

Zahvaljujemo se svih autorima i koautorima koji su aktivno sudjelovali i uveličali ovogodišnji Znanstveni kolokvij, posebice pozvanim predavačima. Nadalje, zahvaljujemo se i svima onima koji su nas počastili svojim virtualnim prisustvom u ulozi slušatelja te otvarali zanimljive rasprave. Također, zahvaljujemo se svima koji su na bilo koji način doprinijeli održavanju ovog Znanstvenog kolokvija te objavi Zbornika sažetaka.

U Osijeku, svibanj 2021. godine

Urednici Zbornika sažetaka:

prof. dr. sc. Vesnica Mlinarević,

privremena dekanica Kineziološkog fakulteta Osijek

izv. prof. dr. sc. Zvonimir Tomac

doc. dr. sc. Iva Šklempe Kokić

SADRŽAJ

PREDGOVOR	3
Pozdravni govor privremene dekanice Kineziološkog fakulteta Osijek prof. dr. sc. Vesnice Mlinarević.....	7
POZVANA PREDAVANJA	
prof. dr. sc. Rado Pišot, Znanstveno-raziskovalno središće Koper, Slovenija: „UTJECAJ PANDEMIJE COVID-19 NA SPORT I MLADE“.....	9
prof. dr. sc. Damir Sekulić, dekan Kineziološkog fakulteta u Splitu: „TJELESNO VJEŽBANJE U DOBA PANDEMIJE COVID-19“.....	12
doc. dr. sc. Matija Mato Škerbić, Fakultet hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu: „BIOETIKA SPORTA NA KINEZIOLOŠKOM FAKULTETIMA - O POTREBI INTERDISCIPLINARNOG KURIKULA ZA SUVREMENI SPORT“.....	14
IZLAGANJA NASTAVNIKA I STUDENATA KINEZIOLOŠKOG FAKULTETA OSIJEK	
doc. dr. sc. Josip Cvenić, Ena Crnoja: „SPOLNE I RODNE RAZLIKE STUDENATA U AFINITETIMA PREMA SPORTSKIM I REKREACIJSKIM AKTIVNOSTIMA“.....	15
Melisa Babić, dr. sc. Hrvoje Ajman: „ETIOLOGIJA, UČESTALOST I NAJČEŠĆE METODE LIJEČENJA OZLJEDA MIŠIĆA STRAŽNJE STRANE NATKOLJENICE U NOGOMETU“.....	16
Lucija Zrno, izv. prof. dr. sc. Zvonimir Tomac: „RAZVIJENOST TJELESNOG FITNESSA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI“.....	17

dr. sc. Ivana Klaričić:

„POVEZANOST SPOLA I DOBI S NAPRETKOM U TESTU ZA PROCJENU
KARDIORESPIRATORNOG FITNESA“ 18

PROGRAM ZNANSTVENOG KOLOKVIJA..... 19

Pozdravni govor privremene dekanice Kineziološkog fakulteta Osijek prof. dr. sc.

Vesnice Mlinarević

Uvaženi pozvani predavači, poštovane kolegice i kolege, dragi studenti, osobita mi je čast i zadovoljstvo pozdraviti Vas na početku Prvog znanstvenog kolokvija pod nazivom „Tjelesno vježbanje, društvo i zdravlje“ u okviru 1. Dana Kineziološkog fakulteta Osijek 2021. godine.

Unatrag godinu dana se uslijed pandemije Covida-19 značajno promijenio način života i funkcioniranja, tako i u visokom školstvu, svi smo svjedoci i akteri. Zasižno ima utjecaj na život, kretanje, rad, zabavu, svakako i na društvo te se i naš prvi znanstveni kolokvij temama usmjerava i prema tim izazovima i problemima, a održava se virtualno.

Nedostatak fizičke aktivnosti uništava dobro stanje svakog ljudskog bića, dok ga pokret i metodička tjelovježba štede i čuvaju, riječi su još i Platona, grčkog filozofa i prosvjetitelja. Tjelesno vježbanje utječe na zdravlje, podiže kvalitetu života pojedinca i društva u cjelini, Osim zdravstvenih dobiti tjelesne aktivnosti na individualnoj razini, znanstveni dokazi kazuju o dobitima tjelesne aktivnosti u širem društveno-ekonomskom kontekstu.

Cilj održavanja ovog znanstvenog kolokvija je svakako razmjena iskustva, suradnja i poticaj nama i našim studentima na znanstveno-istraživački rad, na znanstveno-istraživačke projekte koje možemo aplicirati od rujna ove godine, promišljanje o budućem pokretanju znanstveno-stručnog časopisa Kineziološkog fakulteta i naravno buduće Konferencije našeg Fakulteta.

Osobito pozdravljam još jednom posebno naše pozvane predavače:

- uvaženog prof. dr. sc. Radu Pišota sa Znanstveno raziskovalnog središća Koper iz Slovenije;
- prijatelja koji nam je davao podršku prof. dr. sc. Damir Sekulić, Dekana Kineziološkog fakulteta u Splitu i
- poštovanog doc. dr. sc. Matiju Matu Škerbića sa Hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu.

Drago nam je da ste s nama, zahvaljujem što se se odazvali, dajete izniman doprinos prvom znanstvenom kolokviju za prvu godišnjicu Kineziološkog fakulteta Osijek.

Otvaram znanstveni kolokvij „Tjelesno vježbanje, društvo i zdravlje“. Želim vama, našim nastavnicima i studentima uspješan rad s temom znanstvenog kolokvija posvećenog izazovima, ali i novim mogućnostima zdravlja te vjerujem kako će se potaknuti rasprava i donijeti vrijedni zaključci.

UTJECAJ PANDEMIJE COVID-19 NA SPORT I MLADE

prof. dr. Rado Pišot

Znanstveno-raziskovalno središče Koper, Inštitut za kineziološke raziskave, Slovenija

Večina držav je v času prvega in drugega vala epidemije COVID-19, od marca do oktobra 2020 sprejela vrsto ukrepov, namenjenih zaježitvi širjenja okužb. Med ukrepi so bili nekateri še posebej obremenjujoči za ustaljeno delovanje in običajne življenjske prakse naše družbe, kot so omejitve gibanja na prostem, omejitve izhoda od doma, fizična in socialna distanca, nošenje mask. Zaradi hude grožnje zdravju in ohranjanja golega življenja se je morala naša družba v kratkem času odpovedati številnim dejavnosti in s tem tudi razlogom, ki življenju dajejo smisel.

Med sprejetimi ukrepi za zaježitev okužbe s koronavirusno boleznijo so tako bili ob prejšnjih sprejetih tudi ukrepi kot so zaprtje šol, telovadnic, prepoved organizirane športne vadbe, treningov, prepoved uporabe igrišč in združevanja na javnih prostorih. Ukrepi, ki ob omejevanju gibanja na splošno, dodatno onemogočajo gibanje in športno vadbo - tudi nadzirano in organizirano. Strokovna analiza sprejetih ukrepov z gotovostjo potrjuje, da se v želji po zaježitvi okužbe - ki je grožnja zdravju - s takimi ukrepi posredno žal dosega ravno vzvode, ki zdravje neposredno še dodatno ogrožajo!?

Ena hujših groženj zdravju v sodobni družbi in eden najpomembnejši dejavnikov pojavnosti kroničnih nenalezljivih bolezni (KNB) je namreč ravno pomanjkanje gibalne aktivnosti. **Gibalna neaktivnost/sedentarnost** se hitro prebija v sam vrh dejavnikov KNB in vsesplošne umrljivosti (trenutno je že med drugim in tretjim mestom za kajenjem in nezdravo prehrano), krivih za okoli 70 % vseh smrti na svetovni ravni (v SLO 88 % - 17700; CRO 92% - 47600 smrti letno po SZO, 2020 <https://www.who.int/publications/i/item/ncd-progress-monitor-2020>). **Sociologija sedentarnosti** (1, 2) se ukvarja s problemi, ki jih naša družba živi v zadnjih dveh desetletjih še posebej intenzivno. V današnjih okoliščinah, sledeč vladnim ukrepom, ko je gibanje zaradi varnostnih razlogov, povezanih z boleznijo COVID19 še dodatno omejeno, je celotna populacija gibalni neaktivnosti še toliko bolj izpostavljena in so posledice pri najranljivejših skupinah s slabo telesno kondicijo, starejših in kroničnih bolnikov še toliko večja. Raziskave kažejo, da so negativne posledice pod vplivom sprememb, ko tako rekoč čez noč postanemo skoraj popolnoma gibalno neaktivni, zelo hude, mehanizmi propadanja določenih sistemov organizma pa zelo hitri (3, 4).

Najbolj zaskrbljujuće so spremembe, ki smo jim priča na populaciji otrok . Podatki nakazujejo, da gre za najhujšo krizo telesnega in gibalnega razvoja otrok v Sloveniji vseh časov (5). Že do sedaj ugotovljenega negativnega učinka ne bo mogoče izničiti z dosedanjim načinom omejevanja šolske športne vzgoje, športnih programov otrok in mladine ter tekmovalnega športa. Če pa se ti ukrepi nadaljujejo bodo posledice katastrofalne. Ne le na tej populaciji otrok temveč po sistemu snežne kepe se bodo ti kazalci iz generacije v generacijo še slabšali.

Daleč premalo pa se tudi zavedamo sprememb življenjskega sloga in vsakodnevnih življenjskih praks, ki so jih populacije odraslih in starejših počasi toda intenzivno in ekstremno spremenile v prid sedentarnemu življenju (6, 7). Tem spremembam pa niso bili kos niti športniki. Še več, v obdobju COVID-19 epidemije je zaradi omejitvenih ukrepov in zmanjšanih zmožnosti trenajnega procesa prišlo tudi do dokazane ogroženosti samih športnikov in večje pojavnosti poškodb (8).

Reference:

1. Pišot, S., Pišot, R. Decline in motor competences in contemporary society: time for a sociology of sedentarism? V: VOLMUT, Tadeja (ur.), KOREN, Katja (ur.). Assuring an active environment for a healthy child and adolescent: the book of abstracts. The 10th International Scientific and Professional Conference A Child in Motion, [Portorož, 7-9 October 2019]. Science and Research Centre Koper, Annales ZRS, 2019. Str. 94-95. ISBN 978-961-7058-28-4. https://www.zrs-kp.si/wp-content/uploads/2019/11/OVG_ZBORNIK_2019_spletna_izdaja.pdf.
2. Bull FC, Al-Ansari SS, Biddle S, Borodulin K, Buman MP, Cardon G, et al. World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *Br J Sports Med.* [Internet] 2020; 54(24):1451–62. Available from: <https://bjsm.bmj.com/lookup/doi/10.1136/bjsports-2020-102955>
3. Pišot R, Marušič U, Biolo G, Mazzucco S, Lazzer S, Grassi B, et al. Greater loss in muscle mass and function but smaller metabolic alterations in older compared with younger men following 2 wk of bed rest and recovery. *J Appl Physiol.* 2016;
4. Sarto F, Monti E, Simunič B, Pišot R, Narici MV, Franchi MV, Changes in biceps femoris long head fascicle length after 10 days of bed rest assessed with different ultrasound methodologies, *Medicine and Science in Sports and Exercise* – ahead of print, 2021.

5. Starc G, Strel J, Kovač M, Leskošek B, Sorić M, Jurak G. Poročilo o Telesnem in Gibalnem Razvoju Otrok in Mladine v Šolskem Letu 2019/20. Ljubljana; 2020. https://www.slofit.org/Portals/0/Letna-porocila/Poročilo_2020_splet.pdf?ver=2021-02-22-112743-263.
6. Ammar A, Brach M, Trabelsi K, Chtourou H, Boukhris O, Masmoudi L, Pišot et al. Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: Results of the ECLB-COVID19 international online survey. *Nutrients* 2020;
7. Pišot S, Milovanović I, Šimunič B, Gentile A, Bosnar K, Prot F, et al. Maintaining everyday life praxis in the time of COVID-19 pandemic measures (ELP-COVID-19 survey). *Eur J Public Health*. [Internet] 2020;30(6):1181–6. Available from: <https://academic.oup.com/eurpub/article/30/6/1181/5880552>
8. Armin H. Paravlić, Boštjan Šimunič, Sasa Pišot, Matej Kleva, Kaja Teraž, Matjaž Vogrin, Uroš Marušič, Rado Pišot. Lower-limb muscle contractile properties, explosive power and subjective response in elite soccer players to COVID-19 lockdown. *Frontiers in Psychology* – in review, 2021.

COVID-19 PANDEMIJA I TJELESNA AKTIVNOST; PROMJENE I FAKTORI UTJECAJA KOD ADOLESCENATA IZ HRVATSKE I BOSNE I HERCEGOVINE

prof. dr. sc. Damir Sekulić

Kineziološki fakultet Split, Sveučilište u Splitu

Razina tjelesne aktivnosti (RTA) važna je odrednica zdravstvenog statusa. Svjetska zdravstvena organizacija upozorava kako je preko 80% adolescenata nedovoljno tjelesno aktivno. Pandemija bolesti COVID-19 i mjere socijalnog distanciranja i karantene dodatno su smanjile RTA kod svih dobnih skupina, a očekivalo se kako je posebno narušena RTA kod djece i adolescenata. S tim u vezi potrebno je utvrditi promjene u RTA, ali i identificirati faktore koji su povezani s promjenama RTA pod utjecajem mjera uvjetovanih pandemijom COVID-19.

Istraživanja koja su provedena u Hrvatskoj i Bosni i Hercegovini nažalost su potvrdila očekivanja da je RTA kod adolescenata, a pod utjecaj mjera uvjetovanih pandemijom u značajnom padu. Ono što međutim dodatno zabrinjava jest činjenica da ove promjene nisu jednoznačno određene i podjednake za različite skupine adolescenata. Studije provedene u Hrvatskoj utvrdile su da je pad RTA značajan kod dječaka, ali ne i kod djevojčica. Ovaj izostanak promjena kod djevojčica nije ni malo ohrabrujući, jer je stanje uvjetovano izuzetno niskom RTA kod djevojčica prije pandemije. Kada se promatra životna sredina, adolescenti iz urbanih sredina bilježe značajan pad RTA, a promjene nisu značajne kod adolescenata iz ruralnih sredina. I u ovom slučaju radi se zapravo o tome da je RTA kod adolescenata iz ruralnih sredina toliko niska i u normalnim okolnostima da ju niti mjere socijalnog distanciranja nije uspjela značajno smanjiti.

Osim spola i životne sredine evidentirani su i drugi faktori koji definiraju promjene u RTA adolescenata. Tako se bolji tjelesni fitnes pokazao kao protektivan u smislu sprječavanja pada RTA uslijed pandemije. Očito je dakle da su adolescenti boljeg tjelesnog fitnesa našli načina biti tjelesno aktivni čak i u uvjetima nametnutog socijalnog distanciranja. Ovaj podatak logično se nadopunjava podatkom o većoj RTA za vrijeme pandemije kod onih adolescenata koji su prije pandemije bili aktivno angažirani u sportu. Nadalje, obrazovanje roditelja pokazalo se kao faktor koji definira veću RTA i prije i za vrijeme pandemije, ali bez utjecaja socio-ekonomskog statusa na RTA. Ovo je naročito evidentno kod onih adolescenata koji ne

prijavljuju sukob s roditeljima/obitelji. Manja RTA utvrđena je kod adolescenata koji puše cigarete, ali su adolescenti koji konzumiraju alkohol imali veću RTA prije pandemije. Premda izgleda iznenađujuće, zadnji nalaz logična je posljedica naglašenijeg konzumiranja alkohola u sportskom okruženju, a što se nažalost prenosi i na mlađe sportaše.

Podaci dobiveni u istraživanjima ukazuju na jasnu potrebu razvoja preventivne strategije u pogledu smanjenja opadanja RTA i sprječavanja posljedica opadanja RTA kod adolescenata uslijed pandemije COVID-19. Prepoznata je važnost tjelesne pismenosti kao faktora koji bi mogao izravno pozitivno djelovati na RTA u okolnostima sličnim pandemiji. Daljnjim istraživanjima trebalo bi obuhvatiti druge populacijske skupine kako bi se definiralo dinamiku promjena RTA uslijed pandemije COVID-19 i definirali faktori utjecaja na promjene RTA.

Reference:

1. Sekulić, D., Blažević, M., Gilić, B., Kvesić, I., & Zenić, N. (2020). Prospective analysis of levels and correlates of physical activity during COVID-19 pandemic and imposed rules of social distancing; gender specific study among adolescents from Southern Croatia. *Sustainability*, 12(10), 4072.
2. Zenić, N., Taiar, R., Gilić, B., Blažević, M., Marić, D., Pojskić, H., & Sekulić, D. (2020). Levels and changes of physical activity in adolescents during the COVID-19 pandemic: contextualizing urban vs. rural living environment. *Applied Sciences*, 10(11), 3997.
3. Gilić, B., Ostojić, L., Čorluka, M., Volarić, T., & Sekulić, D. (2020). Contextualizing Parental/Familial Influence on Physical Activity in Adolescents before and during COVID-19 Pandemic: A Prospective Analysis. *Children*, 7(9), 125.
4. Gilić, B., Zenić, N., Šeparović, V., & Sekulić, D. (2021). Evidencing the influence of pre-pandemic sports participation and substance misuse on physical activity during the COVID-19 lockdown: a prospective analysis among older adolescents. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*.

BIOETIKA SPORTA NA KINEZIOLOŠKIM FAKULTETIMA – O POTREBI INTERDISCIPLINARNOG KURIKULA ZA SUVREMENI SPORT

doc. dr. sc. Matija Mato Škerbić

Fakultet hrvatskih studija, Sveučilište u Zagrebu

Bioetika sporta jedno je od najmlađih područja filozofije sporta. Njezina se formalna povijest može pratiti od 1995. i prvih tekstova pod nazivom 'Bioetika sporta' u različitim izdanjima bioetičkih enciklopedija (Murray, 1995; Schneider, 2004, 2014; Miah, 2016), da bi svoje 'priznanje' doživjela u kapitalnom izdanju Routledge Handbook of the Philosophy of Sport (McNamee&Morgan, 2015), gdje je uvrštena među ostale grane filozofije sporta (Camporesi, 2015, 2018). Iako je u literaturi ponajviše razmatrana kroz vrlo usku prizmu 'nove medicinske etike', autor se svojim prijedlozima intenzivno zalaže za šire shvaćanje bioetike sporta (Škerbić&Radenović, 2018; Škerbić, 2019, 2020) promatrane iz perspektive globalne (Potter, 1988) i europske bioetike (Rinčić, 2011; Rinčić&Muzur, 2012; Muzur, 2017).

S jedne strane, autor će pokazati da je (tako shvaćena) bioetika sporta najpropulzivnija i najvibratnija grana filozofije sporta, unutar koje se razrješavaju njeni najkompleksniji slučajevi (O. Pistorius, M. Rhem, C. Semenya, COVID-19, genetika...). S druge strane, temeljeno na recentnim primjerima iz sporta, autor će argumentirati tezu o nužnosti i nezaobilaznosti interdisciplinarnog pristupa razrješavanju problema u današnjem bio-tehnologiziranom sportu te anticipiranja i promišljanja njegove budućnosti. Takav pristup traži i priziva uključivanje niza različitih pristupa i pogleda, znanosti i disciplina, kao što su: kineziologija, bio-medicina, biologija, kemija, pravo, ekonomija, filozofija i (bio)etika, psihologija, sociologija... Konačno, autor će iznijeti prijedlog ustroja interdisciplinarnog kurikula 'Bioetika (i) sport(a)' kao konkretnoga, proaktivnoga i progresivnog odgovora na suvremena i aktualna kretanja i razvoj sporta (i tehnologije).

GENDER DIFFERENCES IN UNIVERSITY STUDENTS PREFERENCES TOWARD SPORT AND RECREATIONAL ACTIVITIES

doc. dr. sc. Josip CveniĆ, Ena Crnoja

Kineziološki fakultet Osijek, Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Implementation of sport recreation activities in university curricula is an important issue considering its importance in creating a fully developed personality and its impact on participation in sport and physical activity during the entire life. Considering the fact that PE curricula in higher education is realized in accordance with students' interests and needs, we were interested in possible gender differences in student's preferences toward sport recreational activities.

The research was realized on a sample of 29 female and 18 male students of the second year of study (age= 19.83 ± 0.76 yrs) from the field of mathematics. Sport and recreation preferences of students was estimated with Questionnaire for Sport and Recreation Preferences (Jurakić, 2009). This study examined the gender differences using basic descriptive statistics parameters and one-way ANOVA. The results of this study demonstrated significant difference in obtained mean values between the genders ($p < 0.05$). The obtained results suggest on differences related to selection of current and preferred activities, number of workouts per week, amount of money willing to spend in sport and recreational activities. In accordance with the results of this study, obtained results suggest the directions and possibilities for future interventions in current subject and its design according to the students' interests and needs.

Keywords: university students, sport, recreation, preferences

ETIOLOGIJA, UČESTALOST I NAJČEŠĆE METODE LIJEČENJA OZLJEDA MIŠIĆA STRAŽNJE STRANE NATKOLJENICE U NOGOMETU

Melisa Babić, dr. sc. Hrvoje Ajman

Kineziološki fakultet Osijek, Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Primarni cilj ovog rada bio je objasniti kako i zbog čega te koliko često dolazi do ozljeda mišića stražnje strane natkoljenice u nogometu. Osim toga, pojašnjene su anatomske specifičnosti ovih mišića, mehanizmi i klasifikacija ozljeda do kojih dolazi te kineziterapijski postupci liječenja i metode prevencije istih. Ozljede mišića stražnje strane natkoljenice su najzastupljenije u nogometu. Najčešće se do ozljede dolazi u situacijama koje zahtijevaju sprinterske aktivnosti ili brze i nagle promjene smjera kretanja. Do ozljede dolazi jer se mišići stražnje strane natkoljenice tada nalaze u ekscentričnom (izduženom) položaju te su najaktivniji i proizvode najveću silu. Dva najčešća mehanizma nastanka ozljeda ovih mišića su istezajući i sprinterski tip ozljede. U nogometu se najčešće javlja sprinterski tip ozljede zbog velikog broja ubrzavanja i usporavanja te naglih i brzih promjena smjera kretanja. Načini liječenja ozljede mišića stražnje strane natkoljenice ovisit će o stupnju same ozljede. Razlikujemo kineziterapijske postupke koji su specifični za ozljede istegnuća, djelomične rupturi i potpune rupturi mišića. Kako bi se ozljede ovih mišića svele na minimum, potrebno se puno više posvetiti jačanju mišića te provoditi mjere prevencije koje bi trebale biti sastavni dio svakog treninga.

Ključne riječi: ekscentrična kontrakcija, kineziterapija, mišići, nogomet, ozljede

RAZVIJENOST TJELESNOG FITNESSA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI

Lucija Zrno, izv. prof. dr. sc. Zvonimir Tomac

Kineziološki fakultet Osijek, Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Tema rada je razvoj tjelesnog fitnessa djece predškolske dobi te način na koji se provodi procjena za mjerenje istog. Naglasak je na provođenju PREFIT testova u djece predškolske dobi kao pokazatelj važnosti razvijanja motoričkih, funkcionalnih sposobnosti i morfoloških karakteristika u razdoblju predškolske dobi. Istraživanja su pokazala da je PREFIT baterija testova pouzdana i dobro prihvaćena kod predškolske djece.

Ključne riječi: motoričke sposobnosti, predškolska dob, tjelesni fitness

POVEZANOST SPOLA I DOBI S NAPRETKOM U DVA TESTA ZA PROCJENU KARDIORESPIRATORNOG FITNESA

dr. sc. Ivana Klaričić

Kineziološki fakultet Osijek, Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Svrha ovog istraživanja bila je utvrditi razlike u povezanosti dobi i spola učenika s postignutim napretkom između dva testa za procjenu aerobnih sposobnosti. Uzorak ispitanika je 145 učenika od 1. do 4. razreda srednje škole, 98 djevojaka i 47 mladića. Prosječna dob učenika je 16,6 godina. Učenicima su procjenjivane aerobne sposobnosti putem dva testa i to na početku i na kraju školske godine te im je izračunat postignuti napredak. Rezultati su pokazali da postoji povezanost i spola i dobi s napretkom u oba testa za procjenu aerobnih sposobnosti. Mladići i stariji učenici/učenice u usporedbi s djevojkama te mlađim učenicima/učenicama s podjednakim inicijalnim rezultatom postižu manji napredak u oba testa. Regresijska je analiza s interakcijama pokazala da razlike između testova u povezanosti spola s napretkom nisu statistički značajne. Razlike su između testova statistički značajne samo u povezanosti dobi učenika s njihovim napretkom u testu. Dob je više povezana s napretkom učenika u 20m shuttle run testu nego u trčanju 600 m. Dob objašnjava više varijance napretka u 20m shuttle run testu, čak 8,0 %, dok u trčanju 600 m objašnjava svega 1,4 %. Zaključak je da prilikom interpretacije rezultata trenutnog stanja i razvoja aerobnih sposobnosti putem 20m shuttle run testa, treba uzeti u obzir mogućnost ograničenja napretka zbog dobi. Razlog tome je kako se ne bi izveli krivi zaključci o uspješnosti transformacijskih procesa njegovih sudionika.

Ključne riječi: aerobne sposobnosti, mladež, 20 m shuttle run, trčanje 600m

KINEZILOŠKI FAKULTET OSIJEK



SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U
OSIJEKU



Znanstveni kolokvij „Tjelesno vježbanje, društvo i zdravlje“

24. svibnja 2021. godine, Osijek

PROGRAM ZNANSTVENOG KOLOKVIJA

24. svibanj 2021. godine, virtualno putem platforme Zoom

10:00	OTVARANJE ZNANSTVENOG KOLOKVIJA I POZDRAVNI GOVOR
POZVANA PREDAVANJA:	
10:05-10:35	prof. dr. sc. Rado Pišot, Znanstveno-raziskovalno središče Koper, Slovenija: „UTJECAJ PANDEMIJE COVID-19 NA SPORT I MLADE“
10:35-11:05	prof. dr. sc. Damir Sekulić, Dekan Kineziološkog fakulteta u Splitu: „TJELESNO VJEŽBANJE U DOBA PANDEMIJE COVID-19“
11:05-11:35	doc. dr. sc. Matija Mato Škerbić, Fakultet hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu: „BIOETIKA SPORTA NA KINEZILOŠKOM FAKULTETIMA - O POTREBI INTERDISCIPLINARNOG KURIKULA ZA SUVREMENI SPORT“
11:35-11:50	STANKA
IZLAGANJA NASTAVNIKA I STUDENATA KINEZILOŠKOG FAKULTETA OSIJEK:	
11:50-12:00	doc. dr. sc. Josip Cveniћ, Ena Crnoja: „SPOLNE I RODNE RAZLIKE STUDENATA U AFINITETIMA PREMA SPORTSKIM I REKREACIJSKIM AKTIVNOSTIMA“
12:00-12:10	Melisa Babić, dr. sc. Hrvoje Ajman: „ETIOLOGIJA, UČESTALOST I NAJČEŠĆE METODE LIJEČENJA OZLJEDA MIŠIĆA STRAŽNJE STRANE NATKOLJENICE U NOGOMETU“
12:10-12:20	Lucija Zrno, izv. prof. dr. sc. Zvonimir Tomac: „RAZVIJENOST TJELESNOG FITNESSA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI“
12:20-12:30	dr. sc. Ivana Klarić: „POVEZANOST SPOLA I DOBI S NAPRETKOM U TESTU ZA PROCJENU KARDIORESPIRATORNOG FITNESSA“
12:30	ZAKLJUČCI I ZATVARANJE ZNANSTVENOG KOLOKVIJA