

Sergio de Privitello

KINEZILOŠKA AKTIVNOST I SAMOPROCJENA KVALITETE ŽIVOTA STUDENATA PREMA PODRUČJU ZNANOSTI

SAŽETAK DOKTORSKOG RADA

Uvod: U kontekstu ovog istraživanja, koncept kvalitete života je krovni pojam koji supsumira kineziološku aktivnost, prehrambene navike, samoprocjenu zdravlja i zadovoljstva životom. Studenti su informirani o pozitivnim utjecajima tjelesne aktivnosti na zdravlje i kvalitetu života, no prema rezultatima istraživanja, veći postotak studenata osim obvezne nastave tjelesne i zdravstvene kulture prve dvije godine studija ne sudjeluje redovito u programima tjelesnog vježbanja izvan nastave, te je utvrđen trend pada razine tjelesne aktivnosti na višim godina studija.

Cilj istraživanja bio je utvrditi povezanost kinezioloških aktivnosti i kvalitete života studenata prema znanstvenim i umjetničkim područjima znanosti.

Metoda: U istraživanju je sudjelovalo 1170 studenata preddiplomskih i diplomskih studija Sveučilišta u Rijeci upisanih u akademskoj godini 2017./2018. Angažman u kineziološkim aktivnostima i samoprocjena pojedinih domena kvalitete života utvrđena je putem anonimnog upitnika dizajniranog od kompilacije mjernih instrumenata - upitnika koji se primjenjuju u empirijskim istraživanjima za populaciju studenata.

Rezultati: Rezultati ovog istraživanja potvrdili su dosadašnje znanstvene spoznaje o studentskoj populaciji; nezadovoljavajuća razina angažmana u kineziološkim aktivnostima te značajna razlika u angažmanu kineziološkim aktivnostima prema spolu i prema području znanosti. Utvrđeno je da su studenti u kineziološkim aktivnostima prosječno angažirani 4 sata, a studentice 2 sata tjedno. Utvrđene su statistički značajne razlike u angažmanu u kineziološkim aktivnostima prema području znanosti za studente tehničkog i biotehničkog područja znanosti. U uzorku studenata najvažniji faktor pri odabiru hrane bila je njezina senzorna privlačnost vezana uz izgled, cijenu i dostupnost hrane. Studenti koji su više angažirani u kineziološkim aktivnostima pokazuju višu razinu pozitivnih emocionalnih stanja, ne percipiraju opće zadovoljstvo životom i vlastitim postignućem više od drugih.

Diskusija: Prva hipoteza istraživanja je potvrđena te je utvrđeno kako su studenti tehničkog i biotehničkog područja više angažirani u kineziološkim aktivnostima od studenata ostalih

područja znanosti. Druga hipoteza nije potvrđena jer nije utvrđena razlika u angažmanu u kineziološkim aktivnostima između studenata preddiplomskih i diplomskih studija. Treća hipoteza prema kojoj studenti biomedicinskog područja znanosti imaju višu razinu motivacije za izbor zdrave hrane od studenata ostalih područja znanosti nije potvrđena. Četvrta hipoteza o povezanosti angažmana u kineziološkim aktivnostima i kvaliteti života studenata djelomično je potvrđena budući da studenti angažirani u kineziološkim aktivnostima doživljavaju više pozitivnih raspoloženja i emocija, no to nema značajan utjecaj na njihovu percepciju općeg zadovoljstva životom i vlastitim postignućima.

Zaključak: U istraživanju je utvrđena statistički značajna povezanost između područja znanosti i broja sati koje studenti provedu u kineziološkim aktivnostima tijekom tjedna. Ovim istraživanjem potvrđeni su rezultati prethodnih istraživanja u kojima su studenti tehničkih, a u ovom istraživanju i studenti biotehničkih područja znanosti, prosječno više angažirani u kineziološkim aktivnostima nego studenti iz drugih područja znanosti. Analizirajući ukupni interes studenata za pojedine kineziološke aktivnosti prema području znanosti utvrđujemo najveći interes studenata za sportove s loptom, atletiku i sportove u prirodi, te se ovi rezultati mogu koristiti u kreiranju nastavnog plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture na Sveučilištu u Rijeci. Analizom rezultata povezanosti zadovoljstva životom s područjem znanosti, studenti tehničkog područja znanosti izrazili su veću razinu pozitivnih afektivnih stanja i nižu razinu negativnih stanja od studenata iz drugih znanstvenih područja. Uzevši u obzir da su studenti tehničkog područja znanosti najviše angažirani u kineziološkim aktivnostima, možemo utvrditi kako se radi o konzistentnom rezultatu koji ide u prilog dosadašnjima rezultatima prema kojima studenti više angažirani u kineziološkim aktivnostima pokazuju veće svakodnevno zadovoljstvo životom.

Ključne riječi: studenti, kvaliteta života, područje znanosti