

ФАКУЛТЕТ СПОРТА И ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА

Број захтева:

Датум: 20.10.2010

УНИВЕРЗИТЕТ У БЕОГРАДУ

Веће научних области друштвено-хуманистичких наука

(Назив већа научних области коме се захтев упућује)

ЗАХТЕВ

за давање сагласности на предлог теме докторске дисертације

Молимо да, сходно члану 46. ст. 5. тач. 3. Статута Универзитета у Београду („Гласник Универзитета“, бр. 131/06), дате сагласност на предлог теме докторске дисертације:

ЕФИКАСНОСТ ЛЕТЊЕГ И ЗИМСКОГ МОДЕЛА ФИЗИЧКИХ АКТИВНОСТИ НА ТЕЛЕСНУ КОМПОЗИЦИЈУ И ФИЗИЧКЕ СПОСОБНОСТИ КОД ГОЈАЗНЕ ДЕЦЕ У ПРОГРАМУ "ЧИГОТИЦА"

(пун назив предложене теме докторске дисертације)

НАУЧНА ОБЛАСТ

ФИЗИЧКО ВАСПИТАЊЕ И СПОРТ

ПОДАЦИ О КАНДИДАТУ:

1. Име, име једног од родитеља и презиме кандидата:

ЈЕЛЕНА, СЛОБОДАН, ШЕФКУШИЋ

2. Назив и седиште факултета на коме је стекао високо образовање:

ФАКУЛТЕТ ФИЗИЧКЕ КУЛТУРЕ

3. Година дипломирања: 1993. године

4. Назив магистарске тезе кандидата: ЕФЕКТИ РАЗЛИЧИТИХ ПРОГРАМА ФИЗИЧКИХ ВЕЖБАЊА У РЕДУКЦИЈИ ТЕЛЕСНЕ МАСЕ

5. Назив факултета на коме је магистарска теза одбрањена: ФАКУЛТЕТ СПОРТА И ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА

6. Година одбране магистарске тезе: 2007. године

Обавештавамо вас да је НАСТАВНО-НАУЧНО ВЕЋЕ ФАКУЛТЕТА

(назив надлежног тела факултета)

на седници одржаној 13.9.2010. године размотрило предложену тему и закључило да је тема

подобна за израду докторске дисертације.

ДЕКАН ФАКУЛТЕТА

Ред. проф. др Душан Митић

Прилог: 1. Предлог теме докторске дисертације са образложењем.

2. Акт надлежног тела факултета о подобности теме за израду докторске дисертације.

NASTAVNO-NAUČNOM VEĆU FAKULTETA SPORTA I FIZIČKOG VASPITANJA

Odlukom Nastavno-naučnog veća Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja Univerziteta u Beogradu, br. 02-1663-3 od 4. juna 2010. godine, određena je Komisija za pregled projekta doktorske teze mr Jelene Šefkušić.

Komisija u sastavu:

1. prof. dr Dušan Mitić
2. doc. dr Marija Macura
3. doc. dr Saša Pantelić, FSFV Univerzitet u Nišu

pregledala je projekat doktorske disertacije pod naslovom: EFIKASNOST LETNJEG I ZIMSKOG MODELA FIZIČKIH AKTIVNOSTI U REDUKCIJI TELESNE MASE KOD GOJAZNE DECE U PROGRAMU "ČIGOTICA" i podnosi Nastavno-naučnom veću sledeći

R E F E R A T

1. BIOGRAFSKI PODACI KANDIDATA

⇒ Kandidat Jelena Šefkušić je rođena 1968. u Užicu.

OBRAZOVANJE

1987. – Srednja pedagoška škola, Užice

- o 1992. – Diplomirani profesor fizičke kulture – Fakultet za fizičku kulturu, Beograd, tema: Realizacija programa "Čigota" i njegovi efekti;
- o 2007. – Magistar sporta i fizičkog vaspitanja – Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja Univerziteta u Beogradu. Tema magistarskog rada: "Efekti različitih programa fizičkih vežbanja u redukciji telesne mase."

Međunarodni učitelj skijanja ISIA licenca (2007, 2008, 2009, 2010)

RADNO I RELEVANTNO ISKUSTVO

1990. – Kao student treće godine fakulteta za fizičku kulturu počinje sezonski da radi na tek osnovanom programu »Čigota« (program za redukciju telesne mase) u Institutu za tiroidnu žlezdu i metabolizam na Zlatiboru i učestvuje u njegovom osmišljavanju.

1992. – Po diplomiranju ostaje do danas u ovoj Ustanovi.

- Pet godina radi kao koordinator celog programa, učestvuje na promocijama u zemlji i inostranstvu.

- Osmišljava, sprovodi i organizuje program za kardiovaskularne bolesnike u Rehabilitacionom centru za kardiovaskularne bolesti na Zlataru.
 - Osmišljava programe za rekreaciju i animaciju dece u hotelu Zlatibor na Zlatiboru, kao i programe za odrasle i decu u hotelu 14.jul u Bečićima i hotelu Miločer na Svetom Stefanu.
 - Vodila više rekreativnih nastava u različitim odmaralištima i hotelima
 - Mentorski rad sa studentima Fakulteta i Više škole za rekreaciju i animaciju iz Beograda kao 2006. god.
 - MS Office, Internet
 - Certifikat Upravljanje u zdravstvenom turizmu
 - Certifikat za animatora, Beogradska škola za animatore u turizmu
 - Poznavanje ruskog jezika, engleskog jezika (certifikat srednji 2 nivo) italijanskog (certifikat početni nivo)
- 1995.** – Inicira osnivanje plivačkog kluba „Čigota” i popularizuje plivački sport u ovom regionu. Postiže uspehe na državnom nivou sa mlađim takmičarskim kategorijama, uspešno sprovodi i vodi školu plivanja. Organizator tradicionalnog 14-godišnjeg plivačkog takmičenja „Čigota kup”, kao i tradicionalnog Međunarodnog plivačkog kampa (pod vođstvom proslavljenog plivačkog asa Boruta Petriča).
- 2002.** – Učesnik 1.kongresa sportskih nauka i medicine sporta sa radom „Uticaj uvođenja programa vežbi u bazenu na redukciju telesne mase u programu Čigota”.
- 2008.** – Učestvuje u radu tima koji osmišlja novi program fizičkih aktivnosti za gojaznu decu (12-18 god.) u okviru projekta „Čigotica” koji finansira Ministarstvo zdravlja, radi kao koordinator za fizičke aktivnosti, organizuje i realizuje prezentacije na temu „Gojaznost kod dece i adolescenata” na teritoriji cele Srbije.
- 2010.** – Postaje šef „Čigota” programa.

Spisak objavljenih radova:

- o Ševkušić, J., (2003) Uticaj uvođenja programa vežbi u bazenu na redukciju telesne mase u programu "Čigota", Sportska medicina, zbornik sažetaka 1. kongres sportskih nauka i medicine sporta, Beograd;
- o Ševkušić, J., (2004) Svaka rekreacija je korisna (program Čigota), Zdrav život, časopis br 7, NIP Beograd

- o Ševkušić, J., (2007) Uticaj organizovanih fizičkih aktivnosti u redukciji telesne mase, "Međunarodna naučna konferencija Fizička aktivnost i zdravlje", zbornik sažetaka, Beograd;
- o Mitić, D., Ševkušić, J.,(2008) Cooperation of health sistem and sports in solving problems of youth obesity ages 12 to 18 years, Sport and Health: From theory to practice, Sport for all kongress, Barselona;

Projekat je napisan na 65 strana po uobičajenoj metodologiji.

2. PREDMET ISTRAŽIVANJA

Predmet ovog istraživanja su promene telesne kompozicije i fizičkih sposobnosti kod gojazne dece (97 percentila i više), uzrasta 12-18 godina, u letnjem i zimskom programu fizičkih aktivnosti, primenom multidisciplinarnog tronedelnog programa „Čigotica”.

Problem ovog istraživanja je gojaznost kao pojava, fenomen ili bolest, kako pojedinaca – članova – društva, tako kao i pojava u savremenom društvu.

Predmet stalnog istraživanja u programu za redukciju telesne mase "Čigota," osim istraživanja načina, vrste i količine unete hrane je izučavanje kompletnog primenjenog fizičkog opterećenja sa ciljem da se dostigne što optimalniji i efikasniji tretman, kao i istraživanje kvaliteta novih programa. Pored programa za redukciju telesne mase za odrasle od skoro je započet i novi program namenjen gojaznoj deci.

Ovaj rad će utvrdi u kojoj meri će u toku dvadesetjednodnevnog tretmana redukovane ishrane i povećanih fizičkih aktivnosti deca uzrasta 12-18 godina sa povećanom telesnom masom BM index preko 97 percentila, prouzrokovati promene u telesnom sastavu i fizičkim sposobnostima.

Kandidat planira da prati rezultate telesne kompozicije i fizičkih sposobnosti dece koja borave u programu "Čigotica" dvadesetjedan dan u periodu letnjih aktivnosti i dece koja će učestvovati u zimskom programu aktivnosti.

Istraživanje će se sprovoditi oko godinu dana sa raspoloživim brojem ispitanika, zatim će se izvršiti odabir odgovarajućih grupa (zimski i letnji) i izvršiti adekvatnu statističku obradu podataka iz čijih se numeričkih vrednosti mogu izvesti egzaktni zaključci.

Svi odabrani oblici fizičkih aktivnosti sprovodiće se korektno uz poštovanje osnovnih bioloških parametara, uz stručni nadzor profesora fizičke kulture, vodeći računa o eventualnim kontraindikacijama i uz saradnju sa nadležnim stručnjacima, najpre lekarima - pedijatrima.

Ishrana će biti niskokalorična, uz specijalni odabir namirnica, sa dovoljnom zastupljenosti svih hranjivih sastojaka koji su potrebni deci u procesu rasta i razvoja. Odabir, način pripreme i raspoređenost kalorijskog unosa po obrocima će propisati dijetetičari-nutricionisti.

Tim psihologa kontroliše i koriguje prihvatanje programa, funkcionisanje unutar grupe, međusobne odnose i prihvatanje sebe kao ličnosti.

Od velikog je značaja ne samo prihvatanje programa, već svest o postojanju problema i prihvatanje promene u navikama u ponašanju prema ishrani i fizičkim aktivnostima po povratku kući. Obrazovni deo programa će da omogući polaznicima, kroz niz predavanja, iz oblasti medicine, fizičkih aktivnosti, psihologije i načina ishrane da steknu znanja i primene ih u svakodnevnom životu, kod svojih kuća. Trajna promena ponašanja je rešenje problema.

Stacionarni program zahteva od polaznika ovog programa da se prilagode novom načinu života, što podrazumeva odvajanje od roditelja, funkcionisanje u grupi po novim principima ishrane i doziranja fizičkih aktivnosti. Za brže prevazilaženje problema, bitna je pozitivna atmosfera, a nju će da dobiju kroz animaciju, podsticanje na druženje i bolju komunikaciju unutar grupe. Animatori usmeravaju njihovu pažnju na zabavu kroz druženje i igru.

3. CILJ ISTRAŽIVANJA

Cilj ovog istraživanja je da utvrdimo da li će i koliko multidisciplinarni pristup problemu gojaznosti u dečjem i adolescentskom dobu uz specijalno odabrane i dozirane fizičke aktivnosti, redukovanu ishranu i psihološku podršku, u trajanju od tri nedelje, dovesti do promena fizičkih sposobnosti i do promena u telesnoj kompoziciji gojazne dece uzrasta 12-18 godina.

4. ZADACI ISTRAŽIVANJA

Na osnovu cilja istraživanja postavlja se sledeći **zadaci istraživanja**:

1. Utvrditi da li će i u kojoj meri dvadesetjednodnevni program redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti koje se sprovode, dovesti do značajnih promena komponenti telesne kompozicije (telesna masa, BMI, procenat masti, obimi na grudima, struku, kuku, butini);
2. Utvrditi da li će i u kojoj meri dvadesetjednodnevni program redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti koje se sprovode, dovesti do značajnijih promena merenih fizičkih sposobnosti;
3. Utvrditi koji će od dva programa redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti u većoj meri prouzrokovati smanjenje komponenti telesne kompozicije (telesna masa, BMI, procenat masti, obimi na grudima, struku, kuku, butini) i
4. Utvrditi koji će od dva programa redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti u većoj meri prouzrokovati promene merenih fizičkih sposobnosti.

5. HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA

Na osnovu definisanog predmeta, cilja i zadataka istraživanja postavljene su **opšta, posebne i pojedinačne hipoteze** istraživanja:

5.1. Opšta hipoteza istraživanja

Ho – Primenjeni programi redukcije telesne mase u odnosu na različite uslove realizacije, prouzrokovće određene promene relevantnih pokazatelja telesnog sastava i fizičkih sposobnosti gojazne dece.

5.2. Posebne hipoteze istraživanja:

H1 – Dvadesetjednodnevni program redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti koje se sprovode, dovešće do značajne promene telesnog sastava (telesna masa, BMI, procenat masti, obimi na grudima, struku, kuku, butini) ,

H2 – Dvadesetjednodnevni program redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti koje se sprovode, dovešće do značajnih promena fizičkih sposobnosti.

5.3. Pojedinačne hipoteze istraživanja:

- H1 – Dvadesetjednodnevni program redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti koje se sprovode po letnjem programu rada, dovešće do značajne promene telesnog sastava (telesna masa, BMI, procenat masti, obimi na grudima, struku, kuku, butini);
- H2 – Dvadesetjednodnevni program redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti koje se sprovode po zimskom režimu rada, dovešće do značajne promene telesnog sastava (telesna masa, BMI, procenat masti, obimi na grudima, struku, kuku, butini);
- H3 – Dvadesetjednodnevni program redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti koje se sprovode po letnjem programu rada, dovešće do značajnih promena fizičkih sposobnosti;
- H4 – Dvadesetjednodnevni program redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti koje se sprovode po zimskom režimu rada, dovešće do značajnih promena fizičkih sposobnosti;
- H5 – Dvadesetjednodnevni program redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti koje se sprovode u letnjem programu u odnosu na zimski, dovešće do značajne promene telesnog sastava (telesna masa, BMI, procenat masti, obimi na grudima, struku, kuku, butini) i
- H6 – Dvadesetjednodnevni program redukovane ishrane i posebnih fizičkih aktivnosti koje se sprovode u letnjem programu u odnosu na zimski, dovešće do značajnih promena fizičkih sposobnosti.

6. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA

Kod istraživanja efikasnosti programa redukovane ishrane i fizičkih aktivnosti kod dece i adolescenata uzrasta 12-18 godina, sa 97 percentila i višim stepenom uhranjenosti, će biti korišćen eksperimentalni metod rada sa dve paralelne grupe.

Eksperimentalni faktori će u našem slučaju da budu dva programa u letnjem i zimskom režimu fizičkih aktivnosti.

Istraživanje će da bude sprovedeno u Specijalnoj bolnici za tiroidnu žlezdu i bolesti metabolizma na Zlatiboru. Svi ispitanici će da borave tri nedelje na programu za prevenciju i lečenje gojaznosti kod dece i adolescenata. Svakog dana će da se sprovode organizovane fizičke aktivnosti koje će da budu izvođene pod vođstvom stručnih lica u ovoj oblasti, profesora fizičke kulture. Aktivnosti će trajati 45-60 minuta tri puta u toku dana.

Sve aktivnosti će da imaju karakter organizovane, s ciljem usmerene, strogo dozirane aktivnosti. Po učestalosti, obimu, intezitetu i odabiru vrste aktivnosti, možemo ih svrstati u terapeutsko fizičko vežbanje. Glavni cilj ovih aktivnosti će da bude ubrzavanje metaboličkih procesa kako u aktivnosti tako i nakon završetka aktivnosti.

Svi polaznici će da budu na redukovanoj ishrani od 1500 kcal raspoređenoj u pet obroka, sa posebnim naglaskom na odabir i pripremu namirnica koje se konzumiraju.

Neposredno pred početak tretmana svi ispitanici će da budu, takođe podvrgnuti lekarskom pregledu, uradiće se laboratorijske analize, a zatim će da se izvrši antropometrijsko merenje i nakon tronedelnog programa, kontrolno merenje.

6.2. Populacija

Populaciju na koju će da se odnose zaključci i predložene mere na osnovu rezultata istraživanja čine gojazna deca uzrasta 12-18 godina. Prema podacima Ministarstva zdravlja u Srbiji je u 2006. godini bilo 11,6% umereno gojazne i 6,4% gojazne dece i adolescenata.

6.3. Uzorak ispitanika

Ovo je sistematski uzorak nastao na osnovu percentilne procene pedijataru koji decu šalju na lečenje u ovu ustanovu.

Za ovo istraživanje uzorak će da čini ukupan broj dece oba pola, uzrasta od 12-18 godina (očekuje se više od šezdeset učesnika programa) koji će da borave na programu „Čigotica” u narednih godinu dana.

Jednu grupu činiće minimum tridesetoro dece oba pola uzrasta od 12-18 godina sa prekomernom telesnom težinom i gojazna, koja su na programu „Čigotica” boravila u letnjem režimu fizičkih aktivnosti.

Drugu grupu će da čini minimum tridesetoro dece oba pola uzrasta od 12-18 godina sa prekomernom telesnom težinom i gojazna, koja su na programu „Čigotica” boravili u zimskom režimu fizičkih aktivnosti.

Istraživanje će da bude sprovedeno u Specijalnoj bolnici za tiroidnu žlezdu i bolesti metabolizma na Zlatiboru. Svi ispitanici će da borave tri nedelje na programu za prevenciju i lečenje gojaznosti kod dece i adolescenata. Svakog dana će da se sprovede organizovane fizičke aktivnosti koje će da budu izvođene pod vođstvom stručnih lica u ovoj oblasti, profesora fizičke kulture. Aktivnosti će trajati 45-60 minuta tri puta u toku dana.

Sve aktivnosti će da imaju karakter organizovane, s ciljem usmerene, strogo dozirane aktivnosti. Po učestalosti, obimu, intenzitetu i odabiru vrste aktivnosti, možemo ih svrstati u terapeutsko fizičko vežbanje. Glavni cilj ovih aktivnosti će da bude ubrzavanje metaboličkih procesa kako u aktivnosti tako i nakon završetka aktivnosti.

Svi polaznici će da budu na redukovanoj ishrani od 1500 kcal raspoređenoj u pet obroka, sa posebnim naglaskom na odabir i pripremu namirnica koje se konzumiraju.

Neposredno pred početak tretmana svi ispitanici će da budu, takođe podvrgnuti lekarskom pregledu, uradiće se laboratorijske analize, a zatim će da se izvrši antropometrijsko merenje i nakon tronedeljnog programa, kontrolno merenje.

Na početku programa svim polaznicima testiraće se fizičke sposobnosti uz pomoć EUROFIT baterije testova, namenjenim deci, kojima se procenjuje: aerobni fitnes, mišićna snaga i izdržljivost, pokretljivost, ravnoteža i mišićni fitnes, a po završetku tronedeljnog programa uradiće se i kontrolno merenje.

6.4. Uzorak varijabili i način njihovog merenja

Pre i po završetku dvadesetjednodnevnog programa redukcije telesne mase sva merenja će da budu obavljena u jutarnjim časovima u kabinetu za antropometrijska merenja Specijalne bolnice za tiroidnu žlezdu i bolesti metabolizma na Zlatiboru (po Durnin-u; Womersley).

Telesna kompozicija u ovom radu meriće se metodom *bioelektrične impedanse*, danas, jedna od najpopularnijih metoda za određivanje telesnog sastava. To je neinvazivna, brza i jeftina metoda, primenljiva i u kućnim uslovima. Kroz ljudski organizam se propušta struja male snage, koja prolazi kroz mišić bez otpora (jer su dobro vaskularizovani, tj. bogati vodom, koja je dobar provodnik), dok određeni otpor postoji pri prolasku kroz masno tkivo (koje je slabo vaskularizovano, tj. siromašno vodom). Ovaj otpor zove se bioelektrična impedansa i meriće se vagom marke „Tanita” (*monitorim telesnog sastava*).

Telesna visina (u centimetrima) meriće se visinometrom, prilikom dolaska i na kraju boravka dece u ovoj Ustanovi.

Obimi će se meriti santimetarskom pantljkicom na sledećim delovima tela:

- Nadlaktat (obim nadlaktak),

- Grudi (obim grudnog koša),
- Sruk (obim struka),
- Kukovi (obim kukova) i
- Butina (obim butine).

Vrednosti krvnog pritiska meri će se aparatom za merenje krvnog pritiska sa živinim stubom i posebnim manžetnama namenjenim gojaznim osobama.

Vrednosti pulsa meri će se palpatornom metodom na radijalnoj arteriji u toku 15 sekundi u stanju mirovanja, a zatim dobijenu vrednost pomnožiti sa četiri i dobićemo vrednost pulsa u jednom minutu. Na osnovu ovog rezultata odredićemo i radno opterećenje po Karvonenovoj metodi 50–70 % od maksimalnog pulsa.

Na početku programa svim polaznicima testiraće se fizičke sposobnosti uz pomoć EUROFIT baterije testova, namenjenim deci, kojima se procenjuje: aerobni fitnes, mišićna snaga i izdržljivost, pokretljivost, ravnoteža i mišićni fitnes, a po završetku tronedelnog programa uradiće se i kontrolno merenje:

1. Aerobni fitnes: "Shuttle run 20 m" višestepeno progresivno opterećenje na 20 m
2. Mišićna snaga i izdržljivost: Za merenje *dinamičke izdržljivosti u snazi* koristiće se test ležanje-sed za 30 sekundi.
3. Pokretljivost (pretklon u sedu)
4. Ravnoteža (stajanje na jednoj nozi):
5. Taping rukom (*Plate tapping*)
6. Mišićni fitnes:
 - a) Skok udalj iz mesta (Standing broad jump):
 - b) Izdržaj u zgibu (Bent arm hang)

U statističkoj obradi podataka biće korišćen računarski program SPSS, a metodama deskriptivna statistika i komparativna analiza korišćenjem t-testa za utvrđivanje statistički značajnih razlika.

Kandidat daje detaljan pregled, ishrane, programa fizičkih aktivnosti po danima, pregled sadržaja psiholoških radionica i programa edukacije dece i roditelja kao i planirani program društvenih aktivnosti u cilju formiranja grupe i bolje socijalne podrške.

7. NAUČNA OPRAVDANOST

Rezultati istraživanja trebalo bi da budu značajni kako za teoriju tako i za praksu fizičke kulture. Usled problema koji gojaznost kod dece stvara kako u dečjem tako i kasnije u odrasloj dobi ozbiljno se moramo baviti ovim problemom koji je i u našoj zemlji uzeo maha. Zadatak nauke je da pronađe što uspešniji put u sprečavanju i lečenju gojaznosti kod dece. Deo buduće Nacionalne strategije svakako je prevencija gojaznosti u što mlađem uzrastu.

Ovaj rad bi trebao da doprinese značaju fizičke kulture u rešavanju ovog problema u odabiru, intezitetu i obimu primenjenih aktivnosti na gojaznu decu.

Teoretski značaj ovog naučnog istraživanja trebalo bi da bude primenjiv u rešavanju danas već ozbiljnog problema u dečjem i adolescentskom uzrastu, prikazom dobijenih rezultata u prvom organizovanom sistemu gde se rešava problem gojaznosti kod mladih. Ovim radom pokazaće se da problem nije ne rešiv, već da sistematskim radom uz multidisciplinarni pristup mogu da se postignu rezultati u rešavanju problema gojaznosti. Sama činjenica da zdravstveni fond finansira programa „Čigotica” je pokazatelj da se naše društvo ozbiljno bavi ovim problemom, a u radu ćemo da vidimo njegove krajnje efekte. Značaj ovog rada treba da bude i

podsticanje da se i druge struke, osim medicinske, pa i čitava zajednica, zainteresuju za rešavanje problema gojaznosti kod mladih i uzmu učešća u njegovom rešavanju.

U praktičnom smislu, ovaj rad treba da predstavlja savremen model edukacije za profesore fizičke kulture, njihove kolege u školama, roditelje gojazne dece kao i same dece koja su bila ili će da budu uključena u ovaj program. Praktičnom primenom metoda koje će da budu sprovedene u ovom istraživanju mogu se postići dugotrajni efekti u promeni postojećih navika kod dece u nutritivnim navikama, kao i u navikama o fizičkim aktivnostima. Ne treba zaboraviti da je prevencija uvek bolja od lečenja, pa se nadam da će ovaj rad doprineti i predupređenju problema gojaznosti. Problemi skoro nikad nisu nerešivi, samo treba primeniti saznanja i ostati dosledan, a ovaj rad će nam dati putokaz kako da se problem prepozna, način kako ga rešiti i nova saznanja kakvi su efekti ovako primenjenog programa.

7. LITERATURA

Literatura korišćenja za izradu podataka obuhvata 132 relevantnih bibliografskih jedinica koje se odnose pre svega na efekte primenjene fizičke aktivnosti, motoričke sposobnosti, a posebno je bogata literatura vezana za problema istraživanja kao i dosadašnja istraživanja regulisanja gojaznosti.

Literatura obuhvata fundamentalne radove i literaturu domaćih i stranih autora. Izabrana literatura je u funkciji projekcije istraživanja. Literarni izvori obuhvataju domaće izvore kao i Anglosaksonsko i Rusko govorno područje

8. ZAKLJUČAK KOMISIJE

Na osnovu projekta disertacije mr Jelene Šefkušić, kao i na bazi njenih dosadašnjih radova, komisija zaključuje da je u pitanju originalni istraživački projekat koji kandidat može da izvede i realizuje do kraja. S obzirom na aktuelnost teme, praćenja efekata programa dozirane fizičke aktivnosti za decu uzrasta 12 do 18 godina, gojaznu preko 97 percentilnog ranga, uz redukovanu ishranu i planiranu edukaciju, psihološke radionice i program društvenih aktivnosti, za rezultate doziranja fizičke aktivnosti će biti zainteresovana i stručna i šira društvena javnost

Komisija predlaže da konačni naziv rada bude **EFIKASNOST LETNJEG I ZIMSKOG MODELA FIZIČKIH AKTIVNOSTI NA TELESNU KOMPOZICIJU I FIZIČKE SPOSOBNOSTI KOD GOJAZNE DECE U PROGRAMU „ČIGOTICA“**. Komisija predlaže Nastavno-naučnom veću da, sa naznačenim izmenama u naslovu, prihvati projekat i uputi ga na dalju proceduru..

U Beogradu, 14. jun. 2010.

ČLANOVI KOMISIJE:

1. _____
prof. dr Dušan Mitić
2. _____
doc. dr Marija Macura
3. _____
doc. dr Saša Pantelić