KOMISIJA ZA PREGLED I OCENU
TEME DOKTORSKE DISRTACIJE

NASTAVNO-NAUČNOM VEĆU FAKULTETA SPORTA I FIZIČKOG VASPITANJA

Predmet: Izveštaj o pregledu i oceni teme doktorske disertacije Miloša Obradoviča, studenta sa programa doktorskih studija.

Na 02. sednici Nastavno-naučnog veća Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja održanoj 11.10. 2018. godine, u skladu sa čl. 42. Statuta Fakulteta, doneta je Odluka o formiranju Komisije za pregled i ocenu teme doktorske disertacije Miloša Obradovića, pod naslovom: "ŽIVOTNE NAVIKE STUDENATA UNIVERZITETA U BEOGRADU" (akt-02-br.2270/18-3 od 12.10.2018). Komisija je formirana u sastavu:

- Dr Goran Nešić, redovni profesor, Univerzitet u Beogradu - Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Beograd, predsednik komisije
- Dr Aleksandra Popović, docent, Univerzitet u Beogradu - Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Beograd, član
- Dr Sergej Ostojić, redovni profesor, Univerzitet u Novom Sadu - Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, Novi Sad, član i
- Dr Predrag Božić, naučni saradnik, Zavod za sport i medicinu sporta Republike Srbije, Beograd, član.

Nakon pregleda dostavljenog materijala Komisija podnosi Nastavno-naučnom veću sledeći

I Z V E Š T A J:

Biografija

Miloš Obradović je rođen 18.03.1988. Osnovnu i srednju školu je završio u Užicu, a 2007 godine se upisuje na Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja Univerziteta u Beogradu. Akademske studije završava 2011. godine sa prosečnom ocenom 9,88 (ocena završnog rada – 10). Master studije upisuje 2011. na Fakultetu sporta i fizičkog vaspitanja Univerziteta u Beogradu i završava 2012. godine sa prosečnom ocenom 9,00 i ocenom 10 na završnom master radu. Doktorske akademske studije upisuje 2012. godine. Master studije na Fakultetu organizacionih nauka upisuje 2015.

Angažovanje Miloša Obradovića u toku studiranja:

- Student prorektor, Studentski parlament (SP), Univerzitet u Beogradu 2013 - mart 2015;
- Potpredsednik Studentske Konferencije Univerziteta Srbije (Skonus) 2012-2013;

- Predsednik za sport Studentske Konferencije Univerziteta Srbije (Skonus) 2012-2013;
- Potpredsednik SP Univerziteta u Beogradu (2011-2013);
- Predsednik za sport SP Univerziteta u Beogradu (2012-2013);
- Član Senata Univerziteta u Beogradu (2011-2015);
- Član Saveta FSFV- a (2012 - danas);
- Predsednik komisije za nastavu i reformu, SP Univerziteta u Beogradu (2011/2012.);
- Student prodekan FSFV- a (2010/11. i 2011/2012.);
- Organizator „Univerzitetsko prihvatilište DIF“ (za vreme poplava u Obrenovcu);
- Predsednik Nastavi Tradiciju/Spirit of Youth (2010 - danas);
- Odbojkaški trener u Školi odbojke „DIF“ (2011- 2014);
- Pomoćni trener u odbojkaškoj Univerzit. Reprezentaciji Beograda (EP- srebro 2011);
- Evropsko prventsvo u kajaku i kanuu 2011. (koordinator- volonter);
- Član tima SIGMUS projekta (volonter), 2011-2013;
- Humanitarna manifestacija za nezbrinutu decu Srbije 2011 i 2012 (volonter);
- Univerzijada 2009. (koordinator za bazene- volonter);
- Evrovizija 2008. (koordinator press- volonter);
- Demonstrator na predmetu odbojka na FSFV- u (2007-2012);
- Odbojkaški trener na državnim kampovima OSS (2007-2009);
- Odbojkaški trener u Crvenoj zvezdi, Vizuri, Radnički Nis Petrol (2007-2010);
- Predavač na studentskom kongresu Kopaonik (2011-2014);
- Predavač na studentskom kongresu Zlatibor (2011-2013).

Objavljeni radovi:

- Vuković, A., Obradović, M., Đurić, S., & Mudrić, M. (2013). Morphological and motor status of young karate athletes. *Godišnjak Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja*, (19), 66-80.
- Nešić, G., Obradović, M., Sikimić, M., Ilić, V., Majstorović, N., & Đurić, S. (2012). Komparativna analiza određenih morfoloških karakteristika i motoričkih sposobnosti odbojkašica kadetskog uzrasta reprezentacija Srbije i Crne Gore. *Faculty of Sport and Physical Education, University of Belgrade.* Proceedings, 143-148.
- Obradović, M., & Bugarski, S. (2013). Model of anthropometric characteristics and motor skills of women's junior Serbian national volleyball team. *Research in Kinesiology, 41*(2).
- Marković, S., Sekulić, Ž., Obradović, M., & Bugarski, S. (2012). Correlation between the speed and jumping ability in football. University of Banja Luka. Proceedings, (4), ISSN1986-8146.

Predlog teme doktorske disertacije

Miloš Obradović je za izradu doktorske disertacije predložio temu: “ŽIVOTNE NAVIKE STUDENATA UNIVERZITETA U BEOGRADU“. U skladu sa internim pravilima doktorskih studija, decembra 2017. godine, pred nastavnicima i studentima doktorskih studija

održana je javna prezentacija Predloga projekta doktorske disertacije. Na osnovu prezentacije predlog teme i projekta istraživanja za izradu doktorske disertacije pozitivno je ocenjen.

Obrazloženje teme

U obrazloženju teme autor se, pre svega poziva na definiciju „navike“. Smatra se da navike imaju odlučujuću ulogu u kreiranju ponašanja (James, 1891; Triandis, 1977; Watson, 1913). Iako se u svakodnevnom govoru koriste za učestalo, uporno ili uobičajeno ponašanje, u okviru zdravstvene psihologije „navika“ je definisana kao fenomen u kojem se ponašanje automatski podstiče situacijskim znacima, kao rezultat naučenih ponašanja na asocijacije (Wood & Neal, 2009). Navike se formiraju kroz ponavljanje ponašanja u određenom kontekstu (Lally, Van Jaarsveld, Potts, & Wardle, 2010). Koliko je sam pojam „navika“ važan, svedoči i studija koja proučava u kojim se sve slučajevima pojam „navika“ koristi u kontekstu ponašanja vezanih za zdravlje (Gardner, 2015). Definicija u kojoj je navika proces kojim stimulus stvara impuls da deluje kao rezultat naučene stimulus-odgovor asocijacije. Impulsi nastali kao rezultat navika, mogu se porediti ili kombinovati sa impulsima nastalim iz nekih drugih izvora, uključujući svesno donošenje odluka, kako bi uticali na odgovore i potrebe, a ne moraju generisati ponašanje.

Stil, odnosno način života, determiniše životne navike koje su ukorenjene prilikom svakodnevnih aktivnosti pojedinca. Pomenute životne navike mogu biti loše ili dobre sa aspekta zdravlja čoveka. U dostupnoj literaturi postoji mnogo naučnih članaka koji se bave ovom tematikom. Tako su Danej i saradnici (Danaei et al., 2009) istraživali kako određene loše životne navike mogu uticati na smrtnost u Sjedinjenim Američkim Državama. Naime, cilj studije je bio proceniti efekte smrtnosti sledećih modifikovanih dijetetskih i životnih stilova, kao i metaboličkih faktora u SAD-u, koristeći dosledne i uporedive metode: visok nivo glukoze u krvi, holesterol lipoproteina niske gustine i krvni pritisak; prekomerna gojaznost, visok unos dijetske trans masne kiseline i soli; slab unos polinezasićene masne kiseline, omega-3 masne kiseline (morski plodovi) i voće i povrće; fizička aktivnost; upotreba alkohola; i pušenje duvana. Dobijeni su etiološki efekti faktora rizika na bolesno-specifični mortalitet, prema starosnoj dobi, iz sistematskih pregleda i meta-analiza sprovedenih epidemioloških studija. Autori su procenili broj smrtnih slučajeva specifičnih za bolesti, koji se mogu pripisati svim neoptimalnim nivoima izloženostima faktorima rizika, prema starosti i polu. Prekomerna telesna težina (216.000) i fizička neaktivnost (191.000) su odgovorni za 1 od 10 smrtnih slučajeva. Visoka dijetalna so (102.000), niske omega-3 masne kiseline (84.000) i visoke prehrambene trans-masne kiseline (82.000) su bili faktori rizika u ishrani sa najvećim efektima smrtnosti. Iako je 26.000 smrtnih slučajeva od ishemijske bolesti srca, ishemijskog udara i dijabetesa sprečeno upotrebom

alkohola, prevazilaze ih 90.000 umrlih od drugih kardiovaskularnih bolesti, karcinoma, ciroze jetre, pankreatitisa, prekomerne konzumacije alkohola, saobraćajnih nesreća i drugih povreda i nasilja. Autori zaključuju da su pušenje i visoki krvni pritisak, koji imaju efektivne intervncije, odgovorni za najveći broj smrtnih slučajeva u SAD. Drugi faktori rizika kao što su ishrana, životni stil i metabolički faktori rizika za hronične bolesti, takođe uzrokuju značajan broj smrti u SAD. I druge studije koje su se bavile glavnim uzrocima mortaliteta na području SAD ukazale su na slične rezultate (Mokdad, Marks, Stroup, & Gerberding, 2004).

Pored fizičkih aktivnosti i ishrane, određena ponašanja sa povećanim "riziko faktorom", kao što su konzumacija cigareta, alkohola, droge itd., mogu doprineti narušenom zdravstvenom statusu, pa čak i letalnom ishodu. (Danaei et al., 2009; Mokdad et al., 2004).

Kao što navike mogu imati negativan uticaj na zdravlje čoveka, tako mogu uticati i na pobošanje njegovog zdravstvenog statusa. Autori jednog američkog istraživanja zaključuju da ukoliko bi osobe koje vode sedentaran način života, promenile svoje životne navike i vodile malo aktivniji stil života, desio bi se enormno veliki benefit kako za javno zdravlje, tako i za blagostanje pomenutih pojedinaca. Pri tome, autori ističu da aktivni stil života ne zahteva intenzivan i težak program vežbanja. Nasuprot, male promene koje povećavaju dnevni nivo fizičkih aktivnosti, omogućiće pojedincima da smanje rizik od hroničnog oboljevanja i može doprineti poboljšanju kvaliteta življenja (Pate et al., 1995).

Da je formiranje dobrih životnih navika, poput redovne fizičke aktivnosti važno, govori u prilog i pregledna studija koja izučava povezanost fizičke aktivnosti i nekih aspekata psihičkog zdravlja (Bungić & Barić, 2009). Naime, autori naglašavaju da je fizičko vežbanje od rane mladosti do duboke starosti jedan od najvažnijih faktora koji veoma pozitivno utiču na nivo gustine kostiju, samim tim i na njihovo očuvanje, odlagajući negativne nuspojave kao što je osteoporoza kod žena i značajno umanjujući rizik od mogućih fraktura kostiju. Takođe, pozitivan uticaj fizičkog vežbanja raspodeljuju na fiziološke reakcije i dugoročne adaptacije na vežbanje, kao i na efekte vežbanja na zdravlje i bolest.

Koliko je važno formirati i očuvati dobre životne navike, pokazuje veoma zanimljiva i nesvakidašnja studija čiji se autori bave upotrebom savremenih tehnologija kao što su pametni telefoni i satovi kako bi se ustanovile životne navike čoveka (Shoaib, Bosch, Scholten, Havinga, & Incel, 2015). Od nedavno, sve je veće interesovanje istraživačke zajednice za korišćenje pametnih telefona i satova za prepoznavanje ljudskih aktivnosti, pošto su pomenuti uređaji opremljeni različitim senzorima kao što su akcelerometri i žiroskopi. U pomenutom istraživanju, upravo su ispitani kombinacija upotrebe pametnih satova (koji se nose na ruci) i pametnih telefona, za prepoznavanje ljudskih aktivnosti. Korišćena su tri klasifikatora za prepoznavanje 13 različitih aktivnosti kao što su: pušenje, jedenje, kucanje, pisanje, pijenje kafe, razgovor,

hodanje, trčanje, vožnja bicikle, hodanje uzbrdo, hodanje nizbrdo, sedenje i stajanje. Određene složene aktivnosti kao što su: pušenje, jedenje, ispijanje kafe, razgovor, pisanje i kucanje, ne mogu se prepoznati samo uz pomoć pametnog telefona koji se nalazi u džepu. Cilj studije je bio da se pokaže da upravo kombinacija pametnog telefona i sata, prepoznaje takve aktivnosti sa razumnom preciznošću. Kao najveću pozitivnu stranu i vrednost istraživanja, autori ističu da je prepoznavanje pomenutih kompleksnih aktivnosti veoma važno jer može omogućiti dobrobit primene za otkrivanje loših navika, kao što su pušenje, nedostatak obroka ili preveliko konzumiranje kafe (Shoaib et al., 2015).

Sve ovo je važno kako bi se detektovale životne navike koje loše utiču na zdravlje čoveka. A kako loše životne navike pretvoriti u dobre, na vrlo jednostavan način, pokazali su autori studije koja je istraživala kako natpis na etiketi proizvoda može uticati na izbor namirnica koje potrošači konzumiraju(Masic, Christiansen, & Boyland, 2017). Naime, grupa autora je istraživala uticaj vrste etikete proizvoda na izbor hrane i pica. Naime, na jednoj vrsti etiketa bila je ispisana kalorijska vrednost namirnica, dok je na drugoj vrsti etiketa bila ispisana količina fizičke aktivnosti potrebne da se potroši uneta energija. Uzorak od 458 odraslih ispitanika Velike Britanije, bio je randomizovano podvrgnut jednom od četiri uslova (bez etikete, etiketa sa kalorijama, etiketa sa fizičkom aktivnošću i etiketa sa kalorijama i fizičkom aktivnošću zajedno). Ispitanici su imali zadatak da izaberu više namirnica visoke i niske kalorijske vrednosti. Rezultati su ukazali na to da je faktor vrste etikete značajno uticao na izbor namirnica niske i visoke kalorijske vrednosti i pica. Dalje, etiketa sa naznačenom fizičkom aktivnošću je uticala na izbor namirnica sa značajno manjim energetskim vrednostima od klasične etikete koja prikazuje kalorijsku vrednost namirnica. Dakle, autori su zaključili da bi dobijeni rezultati mogli pokrenuti debatu o potencijalnim zakonodavnim politikama kako bi omogućili zdraviji izbor prehrane na nivou čitave populacije u Velikoj Britaniji (Masic et al., 2017).

Studiranje kao posebno životno razdoblje sa sobom nosi niz promena i potencijalnih problema. Početak studiranja je velika promena u životu mladih ljudi. Iz poznatog okruženja u kojem su se nalazili, dolaze u potpuno novu sredinu, novo okruženje i obaveze koje ih očekuju, a koje su znatno veće od onih na koje su se navikli. Ako se na sve to doda veoma često i promena sredine življenja, dolazi se do zaključka da se u tom životnom razdoblju suočavaju sa novim načinom života i rada, što predstavlja određeni stres na organizam novog studenta.

Na neurofiziološkom nivou, period studiranja predstavlja period kada se stiču nasloženije kognitivne sposobnosti. Značajna poboljšanja su uočena pri izvršnim veštinama kao što su planiranje, rešavanje problema, radna memorija i inhibitorna kontrola u ovoj fazi

razvoja(Conklin, Luciana, Hooper, & Yarger, 2007; Luciana & Nelson, 2002; Luna, Padmanabhan, & O'Hearn, 2010; Rubia et al., 2000; Welsh, Pennington, & Groisser, 1991). Štaviše, uočeno je da je kognitivni razvoj tokom adolescencije povezan sa progresivno većom efikasnošću kognitivnih kapaciteta kontrole, koji izgleda zavise od sazrevanja prefrontalnog korteksa(Yurgelun-Todd, 2007). Ovo je strukturalno jedna od poslednjih kortikalnih regija koja postiže svoj potpuni razvoj (Blakemore & Choudhury, 2006; Gogtay et al., 2004; Sowell, Thompson, Tessner, & Toga, 2001). Posledično, period studiranja sa sobom nosi i razvijanje određenih dobrih i loših životnih navika. Upravo iz tih razloga, studentska populacija predstavlja veoma zanimljivu populaciju za istraživanje. Što se tiče fizičke aktivnosti studenata, veliki je broj studija koje su istraživale sadržaj, kvalitet i učestalost na različitim kontinentima. Prema fokusu istraživanja koja se bave ovom tematikom, studije se mogu svrstati u 2 kategorije. U prvu kategoriju spadaju deskriptivne studije, kao što su studije koje opisuju obrasce fizičkih aktivnosti studenata, faze promena fizičkih aktivnosti i njihove determinante (Buckworth, 2001; Buckworth & Nigg, 2004; K. Calfas, Sallis, Lovato, & Campbell, 1994; K. J. Calfas et al., 2000; Kelley & Kelley, 1994; Leslie, Fotheringham, Owen, & Veitch, 2000; Leslie et al., 1999; Nahas, Goldfine, & Collins, 2003; Pinto & Marcus, 1995; Sallis et al., 1999; Sparling & Snow, 2002; Sullum, Clark, & King, 2000; Wallace & Buckworth, 2001, 2003; Wallace, Buckworth, Kirby, & Sherman, 2000; Yoh, 2001). Trenutno, ova kategorija predstavlja većinu dosadašnjih istraživanja koja se bave ovom tematikom. Studije iz druge kategorije su fokusirane na programe intervencije za promociju fizičke aktivnosti među studentima(Buckworth, 2001; Leslie et al., 2000; Sallis et al., 1999).

Fizička aktivnost predstavlja glavnu zavisnu varijablu u dosadašnjim istraživanjima iz ove oblasti, nezavisno od kategorije kojoj studije pripadaju. Jedna od veoma važnih životnih navika koja direktno utiče na naše zdravlje, predstavlja izbor namirnica koje konzumiramo. Tranzicija mladih ljudi iz škole na univerzitete sa sobom nosi mnoge zdravstvene implikacije. To je period povećane odgovornosti za izbor i konzumaciju hrane (Colić Barić, Šatalić, & Lukešić, 2003). Određeni obrasci ishrane kao što su dijete, dovode do nekih nepoželjnih efekata, posebno za one koji žive van svog porodičnog doma (Kremmyda, Papadaki, Hondros, Kapsokefalou, & Scott, 2008).

Prevalenca rizičnih ponašanja je posebno alarmantna kod adolescenata i studenata (Fine, Philogene, Gramling, Coups, & Sinha, 2004; Pronk et al., 2004; Sanchez et al., 2007). Kod mladih koji upisuju fakultete, tranzicija na univerzitet predstavlja veoma važnu fazu. Promena socijalne mreže i okruženja, kao i povećani stepen slobode u odnosu na kontrolu roditelja, mogu imati veoma veliki efekat na ponašanja rizična po zdravlje (Borsari, Murphy, & Barnett, 2007)

koja se mogu razviti u ustaljene obrasce ponašanja(Škėmienė et al., 2006). Dosadašnja istraživanja pokazala su da veliki broj studenata puši duvan (Thompson et al., 2007), konzumira alkohol (Wechsler et al., 2002), ne jede dovoljne količine voća i povrća (Ünüsan, 2004)i ne vežba u dovoljnoj meri (Haase et al., 2004). Na žalost, ne vidi se pozitivan trend koji vodi ka poboljšanju postojećeg stanja (Steptoe, Wardle, Cui, Bellisle, et al., 2002). Veliki broj sociodemografskih faktora može imati uticaj na pomenuta ponašanja, kao što su npr. uslovi življenja (Shaikh & Deschamps, 2006) ili članstvo u određenim bratstvima (DeSimone, 2007).

Generalno stanje sa aspekta životnih navika studenata koje se ogledaju kroz fizičku aktivnost, ishranu, konzumaciju duvana, alkohola i drugih ilegalnih sredstava, kao i seksualno ponašanje, ukazuje nam da je trenutna situacija veoma zabrinjavajuća.

Iz pomenute perspektive, **problem istraživanja** ogleda se kroz nepostojanje studije koja je sveobuhvatno istražila pomenutu tematiku. Na taj način se nameće i neophodnost sprovođenja studije koja će uspostaviti analizu i presek stanja životnih navika studentske populacije u Srbiji. Reprezentativni uzorak bi svakako predstavljao uzorak studenata našeg najvećeg i najstarijeg Univerziteta u Beogradu.

Na osnovu uočenog problema, autor postavlja predmet, ciljeve, hipoteze i zadatke istraživanja.

Predmet istraživanja predstavljaju životne navike studenata Univerziteta u Beogradu. Životne navike su najpre istražene kroz prizmu navika studenata da se bave fizičkom aktivnošću, pre svega kroz vrstu i intenzitet fizičke aktivnosti koje upražnjavaju. Zatim, u istraživanju će se pratiti navike u ishrani kroz izbor namirnica, kao i učestalost njihove upotrebe. Konačno, israživanje izučava izloženost studenata određenim faktorima rizika, kao što su konzumacija duvana, alkohola, droge i sl.

Ciljevi i **Hipoteze** istraživanja su sledeći:

Opšti cilj istraživanja je procena životnih navika studenata Univerziteta u Beogradu, odnosno nivoa fizičke aktivnosti, zdrave ishrane i faktora rizika za nastanak bolesti.

Cilj 1: Odrediti povezanost između stepena fizičkih aktivnosti i navika u ishrani studenata Univerziteta u Beogradu.

Hipoteza 1: Očekuje se visoka povezanost između stepena fizičkih aktivnosti i navika u ishrani studenata Univerziteta u Beogradu.

Cilj 2: Odrediti povezanost između stepena fizičkih aktivnosti i faktora rizika za nastanak bolesti studenata Univerziteta u Beogradu.

Hipoteza 2: Očekuje se visoka povezanost između stepena fizičkih aktivnosti i faktora rizika za nastanak bolesti studenata Univerziteta u Beogradu.

Cilj 3: Odrediti povezanost između navika u ishrani i faktora rizika za nastanak bolesti studenata Univerziteta u Beogradu.

Hipoteza 3: Očekuje se visoka povezanost između navika u ishrani i faktora rizika za nastanak bolesti studenata Univerziteta u Beogradu.

Zadaci koje bi trebalo sprovesti u cilju realizacije postavljenih ciljeva istraživanja su sledeći:

1. Sprovesti anketiranje studenata sa standardizovanim upitnicima;
2. Izvršiti statističku analizu dobijenih podataka;
3. Evaluirati i prikazati obim i intezitet fizičke aktivnosti reprezentativnog uzorka studenata Univerziteta u Beogradu;
4. Evaluirati i prikazati navike u ishrani reprezentativnog uzorka studenata Univerziteta u Beogradu;
5. Evaluirati i prikazati faktore rizika za nastanak bolesti reprezentativnog uzorka studenata Univerziteta u Beogradu.
6. Izvesti zaključke, odnosno interpretaciju dobijenih rezultata

Istraživanje životnih navika studenata Univerziteta u Beogradu predstavlja studiju preseka i biće sprovedeno u toku školske 2018/2019. godine metodom anketiranja (*Survey Research*). U studiju će biti obuhvaćeni studenti fakulteta svih naučnih grupacija Univerziteta u Beogradu.

Uzorak ispitanika će činiti oko 4000 studenata, što čini između 4 i 5 % od ukupnog broja studenata Univerziteta u Beogradu. Takođe, isti procenat (dakle između 4 i 5 %) studenata svakog fakulteta će učestvovati u istraživanju. Upitnike će popuniti studenti osnovnih akademskih studija svih fakulteta i to približno podjendnako studenti svih godina. Iz svega navedenog se može zaključiti da će uzorak ove studije biti slučajan stratifikovan uzorak.

Istraživanju neće biti podvrgnuti studenti Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja. Pomenuti fakultet je izuzet iz analize zbog prirode nastave, kao i studenata koji ga upisuju. Naime, praćenje upražnjavanja fizičkih aktivnosti, načina ishrane i faktora rizika kojima su studenti izloženi, bio bi delimično narušen praćenjem studenata sa Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja.

Ako izuzmemo činjenicu da studenti Fakulteta sporta i fizičkog vaspitanja neće biti uključeni u istraživanje, može se reći da veliki uzorak koji će biti obuhvaćen ovom studijom predstavlja reprezentativan uzorak populacije studenata Univerziteta u Beogradu.

Standardizovani upitnici koji će biti korišćeni za prikupljanje podataka predstavljaju osnovne instrumente ovog istraživanja. Pod pojmom standardizovani, podrazumeva se da su morali da zadovolje minimum dva kriterijuma: pouzdanost i validnost. Dakle, cela anketa će se sastojati iz tri standardizovana upitnika:

(1) Međunarodni upitnik o fizičkoj aktivnosti *(eng. International Physical Activity Questionnaire – IPAQ),*

(2) Upitnik o ishrani mladih i adolescenata *(eng. Youth/Adolescent Food Questionnaire - YAQ)*

(3) Upitnik o faktorima rizika *(Behavioral Risk Factor Surveillance System - BRFSS Questionnaire).*

Sva tri upitnika su standardizovana, tj. već su ranije korišćena u sličnim istraživanjima i zadovoljavaju sve navedene kriterijume.

Međunarodni upitnik o fizičkoj aktivnosti razvijen je kao instrument za međudržavno praćenje fizičke aktivnosti i neaktivnosti. Između 1997. i 1998. godine Međunarodna konsenzus grupa (*eng. International Consensus Group*) razvila je 4 duge i 4 kratke verzije *IPAQ* upitnika. Tokom 2000. godine 14 centara iz 12 zemalja prikupilo je podatke o pouzdanosti i validnosti *IPAQ* upitnika. Pokazano je da *IPAQ* upitnici imaju prihvatljive merne karakteristike, u najmanju ruku kao i ostali opšteprihvaćeni *self-report*-i. Uzimajući u obzir primenu upitnika na različitim uzorcima, pokazano je da ima razumne merne karakteristike za praćenje nivoa fizičke aktivnosti populacije starosti od 18 do 65 godina u različitim postavkama (Craig et al., 2003). *Međunarodni upitnik o fizičkoj aktivnosti* sadrži ukupno 7 pitanja i procenjuje ukupni nivo fizičke aktivnosti prikupljanjem informacija o broju dana i trajanju fizičke aktivnosti visokog, umerenog i malog intenziteta, kao i trajanje sedenja u toku radnih dana u poslednjih 7 dana (Finger et al., 2015).

Upitnik o ishrani mladih i adolescenata konstruisan je od strane Roketa i saradnika (1995). Naime, u odnosu na već standardizovani upitnik *Nurses'Health Study food frequency questionnaire*, navedena grupa autora je razvila novi upitnik koji će reflektovati navike u ishrani mladih i adolescenata (Rockett et al., 1995). Nakon toga je nekoliko studija istraživalo i potvrdilo visoku pouzdanost i validnost upitnika (Perks et al., 2000; Rockett et al., 1997).

Upitnik o ishrani mladih i adolescenata sadrži ukupno 28 pitanja i odnosi se na navike u ishrani (u vidu vrste i učestalosti konzumiranih namirnica) mladih i adolescenata u prethodnih 6 meseci.

Upitnik o faktorima rizika je konstruisan od strane najvažnijeg sistema zdravstvenih istraživanja "*The Behavioral Risk Factor Surveillance System*" osnovanog 1984. godine u 15 država SAD-a. Upitnik se sastoji iz 15 delova i 66 pitanja, koji se odnose na:

(1) Zdravstveni status (1 pitanje),
(2) Kvalitet života povezan sa zdravljem (3 pitanja),
(3) Pristup zdravstvenoj zaštiti (4 pitanja),
(4) Fizičku aktivnost (7 pitanja),
(5) Kvalitet spavanja (1 pitanje),
(6) Prisustvo hroničnih bolesti (2 pitanja i 12 potpitanja),
(7) Demografske podatke (20 pitanja),
(8) Visinu i masu tela (2 pitanja),
(9) Korišćenje duvana (4 pitanja),
(10) Konzumaciju alkohola (4 pitanja),
(11) Korišćenje i konzumaciju droga (7 pitanja),
(12) Bezbednost tokom vožnje (2 pitanja),
(13) HIV / AIDS (2 pitanja),
(14) Dijabetes (5 pitanja) i
(15) Podršku i zadovoljstvo životom (2 pitanja).

Upitnik o faktorima rizika je standardizovan - njegova pouzdanost i validnost su potvrđeni u velikom broju studija (pogledati preglednu studiju Pierannunzi, Hu, & Balluz, 2013).

Statistička analiza uključiće pre svega dekriptivnu statistiku u vidu izračunavanja prevalencije određenih životnih navika studenata poput učestalosti upražnjavanja fizičkih aktivnosti, korišćenja određene ishrane, odnosno, upotrebe određenih supstanci kao što su alkohol, cigarete ili droga. Za testiranje značajnosti razlike između atributivnih obeležja biće korišćen χ^2 test. Značajnost razlike između dobijenih numeričkih vrednosti između više grupa varijabli biće testirana analizom varijanse (ANOVA), uz Bonferonijevu korekciju. Za ispitivanje povezanosti između dve varijable biće upotrebljen Pirsonov koeficijent korelacije (r). Za definisanje prediktivnih faktora životnih navika studenata biće korišćena linearna regresiona analiza.

Stanje naučnog područja u kome se radi doktorska disertacija

Predložena studija pripada onom delu antropoloških istraživanja, koja se bave fizičkom aktivnošću, ishranom i faktorima rizika, a ogleda se pre svega u dizajnu epidemiološkog istraživanja. U istraživanju je za uzorak izabran veoma važna i osetljiva grupa, kao što je

studentska populacija. Istraživanje sa dva aspekta upotpunjuje sliku navika studenata. Sa teorijskog aspekta, presek i analiza životnih navika i zdravstvenog stanja studentske populacije, kao buduće „akademske elite“, mogu doprineti novim saznanjima i postavljanju zlatnog standarda za sva buduća istraživanja iz ove oblasti. Sa praktičnog aspekta, trenutno stanje buduće „akademske elite“ može poslužiti i za formiranje i razvoj zdravstveno-preventivnih strategija u budućnosti.

Očekivani naučni doprinosi i njihova primena u praksi

Kada se steknu saznanja o učestalosti određenih loših životnih navika, može se dublje ući u razloge njihovog nastanka i na osnovu toga razviti strategija sprečavanja negativnih i podsticanja životnih navika koje pozitivno utiču na zdravlje studenata, pa i drugih populacija. Dalje, baza podataka koja će se dobiti sprovođenjem prethodno navedene studije, može poslužiti kao referentni sistem za sva buduća istraživanja koja će se sprovoditi na istu ili sličnu temu. Na taj način se i rezultati manjih istraživanja mogu uporediti sa zlatnim standardom koji će predstavljati rezultati ove studije. Veoma važna činjenica jeste da se ukazuje mogućnost longitudinalnog praćenja trenda životnih navika studentske populacije u budućnosti. Iz svega navedenog, rezultati predložene studije mogu biti i od nacionalnog značaja.

Predlog mentora, saglasnost mentora i spisak njegovih radova

S obzirom na prirodu problema kojim se kandidat bavi u obrazloženju teme doktorske disertacije, kao i s obzirom na saradanju u toku pripreme istraživanja, predlažemo da mentor u realizaciji projekta doktorske disertacije bude red. prof. dr Goran Nešić. Takođe, predlažemo da komentor ove doktorske disertacije bude doc. dr Aleksandra Popović.

Redovni profesor dr Goran Nešić ispunjava uslove predviđene Standardima za akreditaciju studijskih programa doktorskih studija i saglasan je da, po predloženoj temi, bude mentor u realizaciji doktorske disertacije Miloša Obradovića.

Mišljenje i predlog Komisije

Doktorska disertacija Miloša Obrenovića usmerena je na istraživanje životnih navika studenata Univerziteta u Beogradu. Tema je formulisana na osnovu pažljive analize obimnog bibliografskog materijala. Istraživanje ovog problema predviđeno je na osnovu standardizovanih upitnika, koje će popuniti oko 5 % od ukupnog broja studenata Univerziteta u Beogradu, svih grupacija.

Problem istraživanja detaljno je obrazložen, a cilj i hipoteze jasno su formulisani. Predviđene metode u istraživanju omogućavaju realizaciju postavljenog cilja istraživanja.

Istraživanje će omogućiti da se steknu saznanja o učestalosti određenih loših životnih navika i na osnovu toga razviti strategija sprečavanja negativnih i podsticanja životnih navika koje pozitivno utiču na zdravlje studenata, pa i drugih populacija. Takođe, važna činjenica jeste da se ukazuje mogućnost longitudinalnog praćenja trenda životnih navika studentske populacije u budućnosti. Rezultati predložene studije mogu biti i od nacionalnog značaja.

Predlažemo da Nastavno-naučno veće prihvati Izveštaj komisije i Veću naučnih oblasti društveno-humanističkih nauka uputi odluku, kojom se odobrava tema doktorske disertacije Miloša Obradovića, pod naslovom: " ŽIVOTNE NAVIKE STUDENATA UNIVERZITETA U BEOGRADU"

U Beogradu, 16.10.2018. godine

Članovi Komisije:

Red. prof. dr Goran Nešić
(Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja,
Univerzitet u Beogradu)

Doc. dr Aleksandra Popović
(Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja,
Univerzitet u Beogradu)

Red. prof. dr Sergej Ostojić
(Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja,
Univerzitet u Novom Sadu)

Dr Predrag Božić, naučni saradnik
(Zavod za sport i medicinu sporta, Beograd)