

## РЕЛАЦИЈЕ ФИЗИЧКОГ СЕЛФ-КОНЦЕПТА И ФИЗИЧКОГ ВЕЖБАЊА УЧЕНИКА ОСНОВНЕ ШКОЛЕ

Душанка Лазаревић\*  
Снежана Радисављевић  
Ивана Милановић

Факултет спорта и физичког васпитања, Београд

*Апстракт.* Рад представља приказ резултата истраживања релација физичког селф-концепта и физичког вежбања ученика основне школе. Полази се од мултидимензионалног модела физичког селф-концепта Марша и сарадника. Циљ истраживања био је да се испитају карактеристике физичког селф-концепта ученика основне школе, с обзиром на степен ангажовања у физичком вежбању и спорту. Такође је испитивано да ли се испољавају полне разлике у карактеристикама физичког селф-концепта ученика, као и релације физичког селф-концепта и физичког вежбања унутар полних група, с обзиром на степен ангажовања у физичком вежбању и спорту. Истраживање је реализовано на узорку од 469 ученика основне школе (225 дечака и 244 девојчице), од VI до VIII разреда, просечне старости 13;6 година. Примењен је Упитник физичког самоописивања (PSDQ) Марша и сарадника. Резултати указују на постојање статистички значајних разлика у карактеристикама физичког селф-концепта у корист групе ученика која је, поред наставе физичког васпитања, додатно ангажована у физичком вежбању и спорту. Испољиле су се разлике у појединим карактеристикама физичког селф-концепта између дечака и девојчица, а резултати такође указују на веће разлике у карактеристикама физичког селф-концепта у узорку девојчица, него код дечака, када се посматра степен њиховог ангажовања у физичком вежбању и спорту.

*Кључне речи:* физички селф-концепт, физичко вежбање, ученици.

Селф-концепт, схваћен као хипотетички конструкт који је потенцијално користан за објашњење и предикцију понашања појединца у многим областима, све више је предмет истраживања у области физичког вежбања и спорта, као и у домену физичког васпитања (Fox, 2002; Gašić-Pavišić *et al.*, 2006; Lazarević, 2003; Marsh, 2001; Marsh *et al.*, 2002; Marsh & Craven, 2006; Schneider *et al.*, 2008). Овај појам се може дефинисати као самоопажања особе, која су настала кроз сопствено искуство и на основу евалуација од стране других, посебно значајних одраслих из окружења у коме појединац живи, а која укључују и осећања са-

\* E-mail: dusanka.lazarevic@dif.bg.ac.yu

моуверености, самоцењења, самоприхватања, компетентности и способности (Marsh, 2007).

Позитивни селф-концепт је веома важан за укупни развој појединца, а истраживања су показала да учествовање у физичком вежбању и у спорту може да допринесе његовом развоју (Klomsten *et al.*, 2004; Marsh *et al.*, 2006). Домен селф-концепта, који се доста истражује у вези са физичким вежбањем и спортом, јесте физички селф-концепт који се сматра веома битним за добро психофизичко стање и ефикасност у функционисању појединца (Marsh, 1998, 2001; Marsh *et al.*, 2002; Marsh & Craven, 2006; Marsh *et al.*, 2006; Moreno *et al.*, 2007; Moreno & Cervelló, 2005).

Највећи број радова посвећен је испитивању карактеристика физичког селф-концепта деце и адолесцената. Истражују се релације физичког селф-концепта и физичког вежбања код деце и код адолесцената који су у различитом степену и на различите начине укључени у физичко вежбање и бављење спортом. При томе, пажња истраживача је усмерена и на полне разлике у физичком селф-концепту деце и адолесцената (Klomsten, 2002; Klomsten *et al.*, 2004, Marsh, 1989; Marsh *et al.*, 2007; Moreno & Cervelló, 2005).

Већина новијих истраживања физичког селф-концепта полази од хијерархијског, мултидимензионалног модела селф-концепта Марша и сарадника (Marsh *et al.*, 1994; Marsh *et al.*, 2006). Ова концепција селф-концепта настала је на основу схватања Шавелсона и сарадника (према: Marsh *et al.*, 1994) по којима се структура селф-концепта може разумети само ако га посматрамо као мултидимензионални конструкт. Говорећи о структури селф-концепта, Шавелсон и сарадници износе схватање (према: Marsh *et al.*, 1994) да се општи селф-концепт налази на врху хијерархијског модела селф-концепта, а на нивоу фактора другог реда налазе се академски и неакадемски селф-концепт. Академски селф-концепт обухвата специфичне селф-концепте који се односе на школске предмете (математика, језик, историја...). Неакадемски селф-концепт обухвата социјални, емоционални и физички-селф концепт. Физички селф-концепт, у овом моделу, чине две компоненте: физичка способност и физички изглед.

Марш и сарадници (Marsh *et al.*, 1994; Marsh, 1996, 1998) су разрадили Шавелсонов модел селф-концепта, са посебном пажњом усмереном на физички селф-концепт и конструисали су одговарајући инструмент за његову процену. Следећи концепцију мултидимензионалности селф-концепта, Марш предлаже и мултидимензионални приступ структури физичког селф-концепта. У складу с тим конструисан је инстру-

мент Упитник физичког самоописивања (Physical Self Description Questionnaire (PSDQ) (Marsh *et al.*, 1994), који одражава тако схваћену природу физичког селф-концепта. По схватању Марша и сарадника (Marsh, 1994; Marsh *et al.*, 1994), мултидимензионална структура физичког селф-концепта одражава се у једанаест скала PSDQ инструмента, од којих се девет односи на специфичне димензије/компоненте физичког селф-концепта (Здравље, Координација, Физичка активност, Телесна дебљина, Спортска компетентност, Изглед, Снага, Флексибилност, Издржљивост) а две на опште (Општи физички селф-концепт и Самоцењење). Бројна истраживања у којима је примењиван PSDQ, како самог Марша, тако и других истраживача, дала су потврду мултидимензионалној природи физичког селф-концепта (Marsh *et al.*, 1994; Marsh, 1996, 1998; Marsh & Craven, 2006; Klomsten, 2002; Nigg *et al.*, 2001).

Аутори који полазе од мултидимензионалног схватања физичког селф-концепта испитују везу између карактеристика физичког селф-концепта и бављења физичким вежбањем и спортом (Chanal *et al.*, 2005; Fox, 2002; Klomsten *et al.*, 2004; Marsh, 2001; Marsh *et al.*, 2006; Peart *et al.*, 2005). Ова истраживања указују на улогу и значај физичког вежбања за развој позитивног физичког селф-концепта деце и адолесцената. Такође, указује се да је за утицај физичког вежбања на развој позитивног физичког селф-концепта, поред самог укључивања у физичко вежбање, битан и квалитет овог вежбања. Другим речима, битно је ангажовање у физичком вежбању које би довело до побољшања у одређеним сегментима физичке компетентности (Schneider *et al.*, 2008). Овим се посебна пажња усмерава на наставу физичког васпитања којом се у систематско физичко вежбање укључује укупна популација младих који су обухваћени формалним образовањем. Истражују се поједини аспекти наставе физичког васпитања у функцији развоја позитивног физичког селф-концепта ученика. Као пример, могу се навести истраживања ефеката кооперативне насупрот компетитивној настави на формирање физичког селф-концепта ученика (Marsh & Craven, 2006), као и ефекти просечног постигнућа групе са којом се дете пореди (одељење или спортска група) на формирање његовог физичког селф-концепта, што треба имати у виду, како у редовној настави, тако и при организовању рада са даровитима у области спорта и физичког вежбања (Chanal *et al.*, 2005).

Посебну пажњу завређују новија истраживања о реципрочној повезаности физичког селф-концепта и физичког вежбања која се базирају на примени »модела реципрочних ефеката« (Reciprocal effects model – REM) који је примарно постављен у домену академског селф-концепта. По овом моделу, каузална веза одређеног аспекта селф-концепта и

постигнућа у одговарајућем домену активности може се посматрати као динамичка и реципрочна (Marsh & Craven, 2006; Marsh *et al.*, 2006). Дакле, »модел реципрочних ефеката« примењен на физички домен указује да се физички селф-концепт може посматрати и као узрок и као ефекат физичког вежбања и достигнућа на том пољу.

У истраживањима која полазе од мултидимензионалног схватања физичког селф-концепта младих, применом PSDQ инструмента, пол је варијабла која заузима значајно место (Klomsten *et al.*, 2004; Lazarević *i sar.* 2007; Marsh, 2001; Marsh *et al.*, 2007; Schneider, 2008). Истражују се полне разлике у карактеристикама физичког селф-концепта младих који су у различитом степену ангажовани у физичком вежбању и спорту, од ангажовања у настави физичког васпитања и различитих видова додатног бављења спортом, до ранга елитних спортиста. Иако у резултатима ових истраживања постоје извесне разлике у погледу броја и компоненти физичког селф-концепта по којима се разликују припадници женског и мушког пола, може се извести закључак да се извесне разлике у карактеристикама физичког селф-концепта испољавају, пре свега, у корист мушког пола. Основне изворе разлика у општем самопоимању младих различитог пола већи број аутора види у полним стереотипима одређеним културом чији се утицај остварује кроз процес социјализације, што се испољава и у специфичном домену селф-концепта као што је физички селф-концепт (Janjetović, 1996; Klomsten *et al.*, 2004; Орачић, 1995). Такође, истраживања су показала да постоји тенденција смањивања разлика међу половима у погледу карактеристика физичког-селф концепта у популацији младих који се баве спортом и физичким вежбањем, као и да се испољавају донекле различити ефекти физичког вежбања на развој појединих карактеристика физичког селф-концепта у зависности од пола (Klomsten *et al.*, 2004; Lazarević *i sar.*, 2007; Marsh, 2001; Marsh *et al.*, 2007; Moreno & Cervelló, 2005).

Резултати истраживања физичког селф-концепта упућују на потребу даљег испитивања природе његове повезаности са физичким вежбањем код младих различитог узраста. У нашој средини почело се са тим истраживањима на старијем адолесцентном узрасту, тј. са младима који су на почетку универзитетског нивоа образовања (Lazarević *i sar.*, 2007). Резултати су потврдили постојање позитивне везе између карактеристика физичког селф-концепта и ангажовања у физичком вежбању и спорту. С обзиром на то да истраживања о развоју физичког селф-концепта говоре да са узрастом долази до промена у физичком селф-концепту и да физичко вежбање може да допринесе природи тих промена (Klomsten *et al.*, 2004; Schneider *et al.*, 2008), јавила се потреба да

се и у нашим условима, у којима је настава физичког васпитања обавезна, систематичније истражи веза између физичког вежбања и развоја физичког селф-концепта, почевши од млађих узраста.

У овом раду предстаљамо резултате експлоративног истраживања у коме смо испитивали *повезаност карактеристика физичког селф-концепта и физичког вежбања ученике основне школе*. Основношколски узраст, посебно старији узраст који укључује децу од 12 до 14/15 година, је доба у развоју детета када селф-концепт постаје све више диференциран (Klomsten *et al.*, 2004; Marsh *et al.*, 2007) пратећи динамику укупног психофизичког развоја детета. Старији основношколски узраст карактеришу телесне промене у склопу почетних пубертетских развојних промена, као и специфичне психолошке реакције детета/адолесцента и његовог окружења на те промене. У склопу тога одвија се и развој физичког селф-концепта, као значајне компоненте укупног самопоимања младог човека.

Основни *циљ истраживања* био је да се испитају карактеристике физичког селф-концепта ученика с обзиром на степен ангажовања у физичком вежбању и у спорту. Желели смо, такође, да испитамо да ли се испољавају разлике у карактеристикама физичког селф-концепта између дечака и девојчица, са посебним акцентом на испитивање релација између физичког селф-концепта и различитог степена ангажовања у физичком вежбању и у спорту унутар узорка дечака и унутар узорка девојчица. Упориште за истраживање релација физичког селф-концепта и физичког вежбања унутар полних група нашли смо у схватању да у развоју самопоимања дечака и девојчица постоје одређене специфичности, за које се сматра да добрим делом произлазе из културом одређених образаца процеса социјализације припадника једног, односно другог пола (Орајић, 1995). Сматрамо да је истраживање релација физичког вежбања и физичког селф-концепта унутар полних група од посебног значаја када се имају у виду потенцијалне педагошке импликације истраживања ове проблематике, посебно у области креирања наставе оријентисане на ученика и његове развојне и образовне потребе.

На основу резултата досадашњих истраживања о карактеристикама физичког селф-концепта младих и утицаја физичког вежбања на физички селф-концепт (Chanal *et al.*, 2005; Klomsten *et al.*, 2004; Lazarević *i sar.*, 2007; Marsh, 1998; Marsh *et al.*, 2006; Marsh & Craven, 2006), може се претпоставити да ће се испољити разлике у карактеристикама физичког селф-концепта у корист оних ученика који су, поред редовне наставе физичког васпитања, додатно ангажовани у физичком вежбању и у спорту, у односу на оне који немају то додатно ангажовање.

На основу резултата досадашњих истраживања физичког селф-концепта према полу као и ефеката физичког вежбања на развој физичког селф-концепта дечака и девојчица (Klomsten *et al.*, 2004; Marsh, 1998, 2001; Schneider *et al.*, 2008), може се претпоставити да ће се испољити разлике у појединим карактеристикама физичког селф-концепта између дечака и девојчица и то у корист дечака. Такође се може претпоставити да ће се унутар узорка девојчица испољити веће разлике у карактеристикама физичког селф-концепта с обзиром на идентификовани степен ангажовања у физичком вежбању и спортским активностима, него унутар узорка дечака.

## Метод

### *Узорак испитаника*

У овом истраживању узорак је чинило 469 ученика VI, VII и VIII разреда једне основне школе у Београду, просечног узраста 13;7 година ( $SD = .943$ ). Према полној структури узорак је чинило 225 дечака (48%) и 244 девојчице (52%). Сви ученици су имали три часа недељно редовне наставе физичког васпитања која се реализује у одговарајућим условима. Осим учествовања у настави физичког васпитања, 283 ученика (60.34%) било је додатно ангажовано у физичком вежбању и спорту у слободном времену (68% дечака и 52% девојчица).

### *Узорак варијабли*

Предикторске варијабле су:

- Ангажовање у физичком вежбању: ангажовање током наставе физичког васпитања и додатно ангажовање у слободном времену (минимално 2 до 3 пута недељно по 45 мин).
- Пол ученика

Критеријумске варијабле су:

- Димензије физичког селф-концепта испитиване инструментом Упитник физичког самоописивања (Physical Self Description Questionnaire–PSDQ) Марша и сарадника (Marsh *et al.*, 1994): (1) Здравље; (2) Координација; (3) Физичка активност; (4) Телесна дебљина; (5) Спортска компетентност; (6) Изглед; (7) Снага; (8) Флексибилност; (9) Издржљивост; (10) Општи физички селф-концепт; (11) Самоцењење.

### Инструмент

За испитивање карактеристика мултидимензионалног физичког селф-концепта коришћен је Упитник физичког самоописивања (Physical Self Description Questionnaire – у даљем тексту PSDQ), Марша и сарадника (Marsh *et al.*, 1994; Marsh, 1994, 1996).

Инструментом PSDQ мери се 11 димензија/компоненти физичког селф-концепта. Садржи 9 скала за специфичне компоненте физичког селф-концепта и 2 опште скале за процену физичког селф-концепта. PSDQ садржи 70 ајтема који се процењују шестостепеним скалама Ликертовог типа (1 - нетачно, 2 - углавном нетачно, 3 - више нетачно него тачно, 4 - више тачно него нетачно, 5 - углавном тачно, 6 - тачно). Инструмент има веома добре метријске карактеристике (Marsh *et al.*, 1994; Marsh, 1994, 1996). Применљив је на широку област истраживања у физичком вежбању и у спорту, и то на узрасту од 12 до 18 година, а по препоруци аутора може се примењивати и на старијим узрастима (Marsh *et al.*, 1994). Примењиван је у истраживањима, пре свега у Аустралији, али и другим земљама (Klomsten, 2002; Lazarević *et al.*, 2007; Marsh *et al.*, 2002; Marsh *et al.*, 2007; Nigg *et al.*, 2001). Инструмент PSDQ је преведен на српски језик и прилагођен за примену на нашој популацији.\* У нашем истраживању проверавали смо поузданост инструмента и добијене вредности Кромбах  $\alpha$  коефицијента, за сваку од 11 скала, указују на добру поузданост овог инструмента (вредности се крећу у распону од 0.75 до 0.91).

Пре одговарања на питања која се односе на физички селф-концепт у PSDQ инструменту (Упитник физичког самоописивања), ученици су уносили подаке о полу, разреду, школи и о додатном ангажовању у физичком вежбању, односно у спорту (у даљем тексту *физичко вежбање и спорт*).

### Статистичка обрада података

Поред дескриптивне статистике, за обраду података коришћени су *t*-тест и каноничка дискриминативна анализа (у даљем тексту КДА). Подаци су обрађени у статистичком програму SPSS 12.0.

\* Сажет опис сваке од 11 скала инструмента PSDQ које се односе на димензије физичког селф-концепта дат је у Lazarević *et al.* (2007).

### Резултати истраживања и дискусија

*Карактеристике физичког селф-концепта ученика основне школе с обзиром на степен ангажовања у физичком вежбању и у спорту*

Просечне вредности на 11 скала инструмента PSDQ (Табела 1) добијене у подузорку ученика који се физичким вежбањем и спортом баве само у оквиру часова наставе физичког васпитања, крећу се у распону од 3.80 (Изддржљивост) до 5.18 (Самоцењење), а у подузорку ученика који се додатно баве физичким вежбањем и спортом, те вредности се крећу у распону од 4.45 (Изддржљивост) до 5.34 (Самоцењење). Дакле, у обе групе ученика, димензије које заузимају најнижу и највишу позицију према просечној вредности су исте, али се њихове нумеричке вредности разликују у корист додатно ангажованих ученика.

*Табела 1: Дескриптивни статистички (M и SD) и значајност разлика између група ученика у погледу димензија физичког селф-концепта (PSDQ) с обзиром на степен ангажовања у физичком вежбању и у спорту*

Димензије физичког селф-концепта	Ангажовање у физичком вежбању и спорту	N	M	SD	t	P																																																																																																											
Здравље	У току наставе	186	4.73	0.94	2.65	<b>.008</b>																																																																																																											
	<b>Додатно</b>	283	<b>4.95</b>	0.82			Координација	У току наставе	186	4.37	1.16	4.65	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.85</b>	0.95	Физичка активност	У току наставе	186	3.94	1.34	8.12	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.87</b>	0.10	Телесна дебљина	У току наставе	186	5.03	1.17	2.69	<b>.007</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.31</b>	0.98	Спортска компетентност	У току наставе	186	4.32	1.32	5.02	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.91</b>	1.10	Изглед	У току наставе	186	4.91	1.00	2.46	<b>.014</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.13</b>	0.80	Снага	У току наставе	186	4.44	1.09	3.25	<b>.001</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.78</b>	1.10	Флексибилност	У току наставе	186	4.20	1.29	5.12	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.77</b>	1.05	Изддржљивост	У току наставе	186	3.80	1.28	5.56	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.45</b>	1.17	Општи физички селф-концепт	У току наставе	186	4.97	1.06	3.99	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.33</b>	0.78	Самоцењење	У току наставе	186	5.18	0.84	2.17	<b>.031</b>	<b>Додатно</b>
Координација	У току наставе	186	4.37	1.16	4.65	<b>.000</b>																																																																																																											
	<b>Додатно</b>	283	<b>4.85</b>	0.95			Физичка активност	У току наставе	186	3.94	1.34	8.12	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.87</b>	0.10	Телесна дебљина	У току наставе	186	5.03	1.17	2.69	<b>.007</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.31</b>	0.98	Спортска компетентност	У току наставе	186	4.32	1.32	5.02	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.91</b>	1.10	Изглед	У току наставе	186	4.91	1.00	2.46	<b>.014</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.13</b>	0.80	Снага	У току наставе	186	4.44	1.09	3.25	<b>.001</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.78</b>	1.10	Флексибилност	У току наставе	186	4.20	1.29	5.12	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.77</b>	1.05	Изддржљивост	У току наставе	186	3.80	1.28	5.56	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.45</b>	1.17	Општи физички селф-концепт	У току наставе	186	4.97	1.06	3.99	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.33</b>	0.78	Самоцењење	У току наставе	186	5.18	0.84	2.17	<b>.031</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.34</b>	0.68								
Физичка активност	У току наставе	186	3.94	1.34	8.12	<b>.000</b>																																																																																																											
	<b>Додатно</b>	283	<b>4.87</b>	0.10			Телесна дебљина	У току наставе	186	5.03	1.17	2.69	<b>.007</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.31</b>	0.98	Спортска компетентност	У току наставе	186	4.32	1.32	5.02	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.91</b>	1.10	Изглед	У току наставе	186	4.91	1.00	2.46	<b>.014</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.13</b>	0.80	Снага	У току наставе	186	4.44	1.09	3.25	<b>.001</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.78</b>	1.10	Флексибилност	У току наставе	186	4.20	1.29	5.12	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.77</b>	1.05	Изддржљивост	У току наставе	186	3.80	1.28	5.56	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.45</b>	1.17	Општи физички селф-концепт	У току наставе	186	4.97	1.06	3.99	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.33</b>	0.78	Самоцењење	У току наставе	186	5.18	0.84	2.17	<b>.031</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.34</b>	0.68																			
Телесна дебљина	У току наставе	186	5.03	1.17	2.69	<b>.007</b>																																																																																																											
	<b>Додатно</b>	283	<b>5.31</b>	0.98			Спортска компетентност	У току наставе	186	4.32	1.32	5.02	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.91</b>	1.10	Изглед	У току наставе	186	4.91	1.00	2.46	<b>.014</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.13</b>	0.80	Снага	У току наставе	186	4.44	1.09	3.25	<b>.001</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.78</b>	1.10	Флексибилност	У току наставе	186	4.20	1.29	5.12	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.77</b>	1.05	Изддржљивост	У току наставе	186	3.80	1.28	5.56	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.45</b>	1.17	Општи физички селф-концепт	У току наставе	186	4.97	1.06	3.99	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.33</b>	0.78	Самоцењење	У току наставе	186	5.18	0.84	2.17	<b>.031</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.34</b>	0.68																														
Спортска компетентност	У току наставе	186	4.32	1.32	5.02	<b>.000</b>																																																																																																											
	<b>Додатно</b>	283	<b>4.91</b>	1.10			Изглед	У току наставе	186	4.91	1.00	2.46	<b>.014</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.13</b>	0.80	Снага	У току наставе	186	4.44	1.09	3.25	<b>.001</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.78</b>	1.10	Флексибилност	У току наставе	186	4.20	1.29	5.12	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.77</b>	1.05	Изддржљивост	У току наставе	186	3.80	1.28	5.56	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.45</b>	1.17	Општи физички селф-концепт	У току наставе	186	4.97	1.06	3.99	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.33</b>	0.78	Самоцењење	У току наставе	186	5.18	0.84	2.17	<b>.031</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.34</b>	0.68																																									
Изглед	У току наставе	186	4.91	1.00	2.46	<b>.014</b>																																																																																																											
	<b>Додатно</b>	283	<b>5.13</b>	0.80			Снага	У току наставе	186	4.44	1.09	3.25	<b>.001</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.78</b>	1.10	Флексибилност	У току наставе	186	4.20	1.29	5.12	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.77</b>	1.05	Изддржљивост	У току наставе	186	3.80	1.28	5.56	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.45</b>	1.17	Општи физички селф-концепт	У току наставе	186	4.97	1.06	3.99	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.33</b>	0.78	Самоцењење	У току наставе	186	5.18	0.84	2.17	<b>.031</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.34</b>	0.68																																																				
Снага	У току наставе	186	4.44	1.09	3.25	<b>.001</b>																																																																																																											
	<b>Додатно</b>	283	<b>4.78</b>	1.10			Флексибилност	У току наставе	186	4.20	1.29	5.12	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.77</b>	1.05	Изддржљивост	У току наставе	186	3.80	1.28	5.56	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.45</b>	1.17	Општи физички селф-концепт	У току наставе	186	4.97	1.06	3.99	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.33</b>	0.78	Самоцењење	У току наставе	186	5.18	0.84	2.17	<b>.031</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.34</b>	0.68																																																															
Флексибилност	У току наставе	186	4.20	1.29	5.12	<b>.000</b>																																																																																																											
	<b>Додатно</b>	283	<b>4.77</b>	1.05			Изддржљивост	У току наставе	186	3.80	1.28	5.56	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>4.45</b>	1.17	Општи физички селф-концепт	У току наставе	186	4.97	1.06	3.99	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.33</b>	0.78	Самоцењење	У току наставе	186	5.18	0.84	2.17	<b>.031</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.34</b>	0.68																																																																										
Изддржљивост	У току наставе	186	3.80	1.28	5.56	<b>.000</b>																																																																																																											
	<b>Додатно</b>	283	<b>4.45</b>	1.17			Општи физички селф-концепт	У току наставе	186	4.97	1.06	3.99	<b>.000</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.33</b>	0.78	Самоцењење	У току наставе	186	5.18	0.84	2.17	<b>.031</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.34</b>	0.68																																																																																					
Општи физички селф-концепт	У току наставе	186	4.97	1.06	3.99	<b>.000</b>																																																																																																											
	<b>Додатно</b>	283	<b>5.33</b>	0.78			Самоцењење	У току наставе	186	5.18	0.84	2.17	<b>.031</b>	<b>Додатно</b>	283	<b>5.34</b>	0.68																																																																																																
Самоцењење	У току наставе	186	5.18	0.84	2.17	<b>.031</b>																																																																																																											
	<b>Додатно</b>	283	<b>5.34</b>	0.68																																																																																																													



Просечне вредности на свих 11 скала инструмента PSDQ веће су у подзорку ученика који се додатно баве физичким вежбањем и спортом. На свих 11 скала упитника PSDQ, испољиле су се статистички значајне разлике у погледу просечних вредности (*t*-тест), у корист ученика који су додатно ангажовани у физичком вежбању и у спорту (Табела 1), што је потврдило наша очекивања. Ови резултати нашег истраживања су у сагласности са резултатима других истраживања која указују да постоје разлике у карактеристикама физичког селф-концепта, испитивано, инструментом PSDQ, између младих који су више ангажовани у физичком вежбању и у спорту и оних који се не баве, или се мање баве овим активностима (Chanal *et al.*, 2005; Lazarević *i sar.* 2007; Marsh, 2001). Додатну потврду о повезаности ангажовања у физичком вежбању и карактеристика физичког селф-концепта пружају резултати и оних истраживања која полазе од нешто другачијег одређења мултидимензионалне структуре физичког селф-концепта, користећи друге инструменте мерења (Moreno & Cervelló, 2005; Moreno *et al.*, 2007).

Табела 2: Карактеристична вредност, каноничка корелација и значајност изоловане дискриминативне функције

Функција	Каракт. вредност	% варијансе	Кумул. %	Каноничка корелација (Rc)	Wilks' Lambda	$\chi^2$	Df	P
1	.190	100	100	.399	.840	80.230	11	.000

Табела 3а: Приказ склопа и структуре дискриминативне функције (додатно ангажовање у физичком вежбању и у спорту/без додатног ангажовања у физичком вежбању и у спорту)

Димензије физичког селф концепта	Функција 1	
	Стандардни коефицијент	Структура
<b>Физичка активност</b>	.849	<b>.916</b>
<b>Изддржљивост</b>	.084	<b>.602</b>
<b>Флексибилност</b>	.293	<b>.567</b>
<b>Спортека компетентност</b>	.050	<b>.554</b>
<b>Координација</b>	-.160	<b>.514</b>
<b>Општи физички селф-концепт</b>	.074	<b>.451</b>
<b>Снага</b>	.000	<b>.345</b>
Телесна дебљина	.108	.297
Здравље	.216	.290
Изглед	.006	.274
Самоцењење	-.291	.240

Даље разматрање природе добијених разлика, у нашем истраживању, у погледу физичког селф-концепта ученика који су у различитом степену

ангажовани у физичком вежбању и спорту спроведено је применом КДА (Табеле 2, 3а и 3б) која је потврдила да се ученици који су у различитом степену ангажовани у физичком вежбању и спорту разликују у погледу физичког селф-концепта ( $R_c=0.399$ ;  $p=0.000$ ) и да је разлика у корист додатно ангажованих ученика (0.889 SD). Показало се да дискриминативној функцији (Табела 3а), највише доприносе коефицијент са скале Физичка активност, а затим са скала: Издржљивост, Флексибилност, Спортска компетентност, Координација и Општи физички селф-концепт. Са нешто мањим коефицијентом, дискриминативној функцији доприноси и коефицијент са скале Снага. Мали је допринос дискриминативној функцији коефицијената са преостале три скале које се односе на специфичне димензије физичког селф-концепта (Телесна дебљина, Здравље и Изглед), као и са скале Самоцењење која се односи на другу општу димензију.

*Табела 3б: Приказ групних центроида (ученици додатно ангажовани у физичком вежбању и у спорту/ученици без додатног ангажовања у физичком вежбању и у спорту)*

Центроиди	Функција 1
Ученици додатно ангажовани у физичком вежбању и у спорту	.353
Ученици без додатног ангажовања у физичком вежбању и у спорту	-.536

Резултати упућују на закључак да се разлике највише испољавају у оним доменама физичког самопоимања ученика за које се може сматрати да своја изворишта имају пре свега у самом физичком вежбању. У истраживању које је реализовано на узорку младих касног адолесцентног доба који се баве, односно не баве спортом, уз примену инструмента PSDQ (Lazarević i sar. 2007) добијени су резултати који су у складу са резултатима овог истраживања. Међутим, разлике између група у погледу физичког селф-концепта су на старијем узрасту израженије, а карактеристика »спортска компетентност« на овом узрасту највише доприноси разликовању физичког селф-концепта разматраних група. Ове разлике у резултатима могу се објаснити чињеницом да су у истраживању са испитаницима на старијем узрасту млади, који су сврстани у групу спортски ангажованих, опредељени за вишегодишње активно бављење одређеним спортом. За разлику од тога, у овом истраживања групе су разликоване само с обзиром на степен ангажовања ученика у физичком вежбању и спорту (учешће у настави физичког васпитања и додатно ангажовање у физичком вежбању и у спорту).

*Карактеристике физичког селф-концепта ученика с обзиром на пол*

Резултати показују (Табела 4) да су се између дечака и девојчица испољиле статистички значајне разлике (*t*-тест) на пет скала инструмента PSDQ, и то у корист дечака. То су скале: Издржљивост, Спортска компетентност, Физичка активност, Снага и Координација. На граници статистичке значајности (ниво 0.005) је вредност на скали Здравље, такође у корист дечака. Резултати у нашем истраживању упућују на закључак да су у телесном самопоимању дечака, у односу на девојчице, истакнутије оне карактеристике које се односе на тело и физичку активност, а у складу су са карактеристикама које се и иначе, од стране социјалне средине, позитивно вреднују у вези са мушким полом. Дакле, у складу са стереотипом везаним за мушки пол (Janjetović, 1996; Klomsten *et al.*, 2004; Орачић, 1995).

Табела 4. Дескриптивни статистички и значајност разлика међу половима у погледу димензија физичког селф-концепта

Димензије физичког селф-концепта	Ангажовање у физичком вежбању и спорту	N	M	SD	t	P
Здравље	Дечаци	225	4.95	0.80	1.96	.051
	Девојчице	244	4.79	0.94		
Координација	Дечаци	225	4.76	1.00	2.07	.039
	Девојчице	244	4.56	1.11		
Физичка активност	Дечаци	225	4.73	1.07	4.05	.000
	Девојчице	244	4.28	1.33		
Телесна дебљина	Дечаци	225	5.21	1.12	0.26	.794
	Девојчице	244	5.19	1.03		
Спортска компетентност	Дечаци	225	4.96	1.06	4.96	.000
	Девојчице	244	4.41	1.31		
Изглед	Дечаци	225	5.02	0.85	-0.39	.694
	Девојчице	244	5.06	0.93		
Снага	Дечаци	225	4.84	1.02	3.69	.000
	Девојчице	244	4.47	1.15		
Флексибилност	Дечаци	225	4.59	1.11	0.76	.447
	Девојчице	244	4.51	1.24		
Издржљивост	Дечаци	225	4.61	1.14	7.33	.000
	Девојчице	244	3.81	1.23		
Општи физички селф-концепт	Дечаци	225	5.22	0.87	0.71	.476
	Девојчице	244	5.16	0.96		
Самоцењење	Дечаци	225	5.24	0.79	-1.00	.316
	Девојчице	244	5.31	0.71		

Такође, може се закључити да су то компоненте физичког селф-концепта које свој ослонац најдиректније имају управо у физичкој активности која се на дечјем узрасту највише остварује кроз физичко вежбање и

кроз спортове, у чему су дечаци ангажованији од девојчица. Релативно мали број димензија физичког селф-концепта, по којима се дечаци разликују од девојчица у нашем узорку (5 од 11), може се објаснити и тиме што наши ученици потичу из исте школе у којој од почетка школовања имају уједначене (добре) услове у којима се одвија настава физичког васпитања. Такође, у обе полне групе је приближан проценат ученика (68% дечака и 52% девојчица) који се додатно баве физичким вежбањем и спортом.

Резултати досадашњих истраживања о полним разликама у карактеристикама физичког селф-концепта (Klomsten, 2002; Klomsten *et al.*, 2004; Lazarević *i sar.* 2007; Marsh, 1989, 2001; Marsh *et al.*, 2007; Moreno & Cervelló, 2005; Schneider *et al.*, 2008), указали су да те разлике постоје и да су пре свега у корист мушког пола, у складу са чим су и резултати нашег истраживања. Међутим, у резултатима досадашњих истраживања испољила се разноврсност у погледу броја и компоненти физичког селф-концепта по којима се полне групе разликују. Тако, на пример, на узорку деце и адолесцената из Норвешке (Klomsten *et al.*, 2004) испољиле су се разлике у корист дечака на свим скалама осим на скали Флексибилност. Постоје и истраживања у којима су утврђене разлике у погледу мањег броја димензија физичког селф-концепта него што је то утврђено у нашем истраживању. На пример, у истраживању на узорку кинеске деце из Хонг Конга (Marsh *et al.*, 2007) дечаци су постигли више скорове у односу на девојчице само на четири скале (Снага, Спортска компетентност, Издржљивост и Општи физички селф-концепт). Извор ових различитости у резултатима може се наћи у карактеристикама узорака који су се разликовали с обзиром на узраст, у погледу степена и врсте ангажовања у физичком вежбању и спорту, као и у погледу културног контекста.

У анализи која следи усмерили смо се на испитивање релација физичког селф-концепта и физичког вежбања и спорта посматрано унутар полних група, што је такође релевантан приступ у испитивању полних разлика, на који указују теоритичари у овој области имајући у виду и одређене специфичности у развоју селф-концепта дечака и девојчица (Klomsten *et al.*, 2004; Орачић, 1995).

#### *Релације физичког селф-концепта и физичког вежбања у узорку дечака*

КДА је показала (Табеле 5, 6а и 6б) да се подузорок дечака који су додатно ангажовани у физичком вежбању и спорту по профилу физичког селф-концепта значајно разликује од подузорока оних дечака који нису

додатно ангажовани, и да је та разлика у корист додатно ангажованих дечака (0.704 SD), с тим да је коефицијент каноничке корелације умерене вредности ( $P_c=0.311$ ;  $p < 0.05$ ).

Табела 5: Карактеристична вредност, каноничка корелација и значајност изоловане дискриминативне функције

Функција	Карактер. вредност	% варијансе	Кумул. %	Каноничка корелација ( $P_c$ )	Wilks' Lambda	$\chi^2$	df	P
1	.107	100	100	.311	.903	22.119	11	.023

Структура дискриминативне функције (Табела 6а) показује да дискриминативној функцији највише доприносе коефицијенти са скала: Физичка активност и Издржљивост, а затим следе Флексибилност и Координација. Треба рећи да дискриминативној функцији, са нешто мањим коефицијентом, доприноси и скала Снага. Дакле, у профилу физичког селф-концепта дечака који се додатно баве физичким вежбањем и спортом, у односу на оне који се овим активностима не баве додатно, доминирају, пре свега, оне карактеристике које се везују за кретање и за врсте покрета релевантне за успешно физичко вежбање (доживљавају себе као физички активне и издржљиве, флексибилније и са добром координацијом), што је праћено и позитивним доживљајем сопствене снаге.

Табела 6а: Приказ склопа и структуре дискриминативне функције (дечаки додатно ангажовани у физичком вежбању и у спорту/дечаки без додатног ангажовања у физичком вежбању и у спорту)

Димензије физичког селф-концепта	Функција 1	
	Стандардизовани коефицијент	Структура
<b>Физичка активност</b>	.718	<b>.678</b>
<b>Издржљивост</b>	.581	<b>.630</b>
<b>Флексибилност</b>	.440	<b>.568</b>
<b>Координација</b>	-.311	<b>.409</b>
<b>Снага</b>	.195	<b>.316</b>
Општи физички селф-концепт	-.139	.287
Здравље	.391	.276
Изглед	.061	.218
Спортска компетентност	-.412	.169
Самоцењење	-.336	.138
Телесна дебљина	-.109	.077

Податак да Спортска компетентност, као димензија селф-концепта која је највише базирана на спортској активности појединца, није статистич-

ки значајније изражена код дечака који се додатно баве физичким вежбањем и спортом, може да буде изненађујући. Ипак, ако се узме у обзир да је највећи део игре у слободном времену већине дечака, посебно старијег основношколског узраста, испуњен управо спортским играма, може се разумети да обе групе дечака имају приближан просечни скор на овој скали, односно да и једни и други себе, у високом степену, доживљавају способним у домену спорта. С обзиром на то да резултати других истраживања (Klomsten *et al.*, 2004) говоре о постојању израженијих разлика у погледу већег броја димензија физичког селф-концепта између дечака који се баве, односно који се не баве спортом, него што је то добијено у нашем истраживању, потребна су даља истраживања уз прецизнију контролу варијабле »бављење спортом« и уз уважавање културног контекста.

Табела 6б: Приказ групних центроида (дечаки додатно ангажовани у физичком вежбању и у спорту/ дечаки без додатног ангажовања у физичком вежбању и у спорту)

Центроиди	Функција 1
Дечаки додатно ангажовани у физичком вежбању и у спорту	.219
Дечаки без додатног ангажовања у физичком вежбању и у спорту	-.485

*Релације физичког селф-концепта и физичког вежбања у узорку девојчица*

КДА је показала (Табеле 7, 8а и 8б) да се субузорак девојчица које су додатно ангажоване у физичком вежбању по профилу физичког селф-концепта разликује од субузорка девојчица које нису додатно ангажоване у физичком вежбању ( $P_c=0.478$ ;  $p=0.000$ ), са разликама у корист додатно ангажованих девојчица (1.087 SD).

Табела 7: Карактеристична вредност, каноничка корелација и значајност изоловане дискриминативне функције

Функција	Карактер. вредност	% варијансе	Кумул. %	Каноничка корелација ( $P_c$ )	Wilks' Lambda	$\chi^2$	df	P
1	.297	100	100	.478	.771	61.480	11	.000

Структура дискриминативне функције и групни центроиди (Табела 8а) показују да дискриминативној функцији највише доприноси коефицијент са скале Физичка активност, а затим следе Спортска компетентност, Флексибилност, Општи физички селф-концепт, Координација, Телесна дебљина и Издржљивост.

Табела 8а: Приказ склопа и структуре дискриминативне функције (девојчице додатно ангажоване у физичком вежбању и спорту/девојчице без додатног ангажовања у физичком вежбању и у спорту)

Димензије физичког селф концепта	Функција 1	
	Стандардизовани коефицијент	Структура
Физичка активност	.847	<b>.910</b>
Спортска компетентност	.287	<b>.597</b>
Флексибилност	.265	<b>.534</b>
Општи физички селф-концепт	.125	<b>.512</b>
Координација	-.084	<b>.500</b>
Телесна дебљина	.218	<b>.423</b>
Издржљивост	-.394	<b>.421</b>
Самоцењење	-.138	<b>.335</b>
Изглед	-.036	.306
Снага	-.030	.260
Здравље	.143	.233

Табела 8б: Приказ групних центроида (девојчице додатно ангажоване у физичком васпитању и у спорту/девојчице без додатног ангажовања у физичком васпитању и у спорту)

Центроиди	Функција 1
Девојчице додатно ангажоване у физичком вежбању и у спорту	.517
Девојчице без додатног ангажовања у физичком вежбању и у спорту	-.570

И коефицијенти са скала Самоцењење и Изглед, иако нешто мањих вредности, такође доприносе разликовању профила физичког селф-концепта две разматране групе девојчица. Дакле, оно што пре свега »боји« профил физичког селф-концепта девојчица, које се додатно баве физичким вежбањем у односу на профил оних које немају то ангажовање, јесу карактеристике које се везују за кретање и за врсте покрета релевантне за спорт, као и позитивнији општи доживљај свога тела што је подржано одговарајућим доживљајем телесне дебљине и издржљивости. Опште самоцењење и задовољство сопственим изгледом, такође доприносе њиховом позитивном самопоимању. Доживљај сопствене снаге и здравственог стања су димензије физичког селф-концепта у погледу којих се профили ових двеју група девојчица најмање разликују. Ако се има у виду чињеница да у већини спортова, којима се девојчице баве, снага није доминантан елемент (на пример, ритмичка гимнастика, аеробик, одбојка...), добијени резултат у вези са овом компонентом физичког селф-концепта могао се очекивати. Даља истраживања до-

живљаја сопственог здравља како на дечјем, тако и на наредним узрастима, дала би потпунија објашњења потенцијалних ефекта физичког вежбања на ову компоненту у профилу физичког селф-концепта.

*Резиме о карактеристикама физичког селф-концепта с обзиром на степен ангажовања у физичком вежбању и спорту унутар полних група*

На основу анализе унутарполних разлика у карактеристикама физичког селф-концепта, с обзиром на степен ангажовања у физичком вежбању и спорту, може се закључити да су ове разлике израженије у подзорку девојчица, него у подзорку дечака. То се манифестује већом вредношћу коефицијента каноничке корелације за узорак девојчица, као и разликама на групним центроидима и већим бројем димензија физичког селф-концепта који значајније доприносе дискриминативној функцији. Код дечака разлику у профилу физичког селф концепта »бојек« пре свега оне компоненте које своје извориште доминатно имају у физичком вежбању и бављењу спортом и односе се на специфичне димензије физичког селф-концепта. Код девојчица дијапазон карактеристика по којима се разликују у физичком селф-концепту, посматрано према степену ангажовања у физичком вежбању и спорту, је шири. Разлике су изражене како у погледу већег броја специфичних димензија, тако и у погледу једне опште димензије физичког селф-концепта (Општи физички селф-концепт), али и у погледу и друге опште димензије (Самоцењење), иако нешто мање. У узорку дечака, ниједна општа димензија не доприноси значајније дискриминативној функцији.

Може се, дакле, закључити да је потврђена наша претпоставка да ће се унутар узорка девојчица испољити веће разлике у карактеристикама физичког-селф концепта с обзиром на степен ангажовања у физичком вежбању и спорту, него унутар узорка дечака.

Ови резултати су од посебног значаја за педагошки рад са девојчицама у области физичког васпитања. Истраживања су показала да у периоду пубертета и уласка у адолесценцију, код девојчица долази до опадања позитивног доживљавања сопственог тела и физичких компетенција (Klomsten *et al.*, 2004). Резултати о позитивној вези између физичког вежбања и карактеристика физичког концепта код девојчица, до којих се дошло у овом истраживањем, могу бити значајан ослонац у превенцији настанка проблема у развоју телесног самопоимања. Сматрамо да школа може имати водећу улогу у укључивању што већег броја девојчица у физичко вежбање и бављење спортом, с обзиром да су



сви ученици укључени у наставу, а наставни процес воде стручни кадрови. Таква настава може да доводе до реалног напретка како у физичким способностима и вештинама, тако и у физичком селф-концепту (Marsh & Craven, 2006; Schneider *et al.*, 2008).

### Закључак

На основу анализе резултата експлоративног истраживања о релацијама физичког селф-концепта и физичког вежбања, у коме се полази од схватања Марша и сарадника (Marsh *et al.*, 1994) о мултидимензионалној природи физичког селф-концепта, применом PSDQ инструмента, а које је реализовано на узорку од 469 ученика оба пола старијих разреда основне школе, дошло се до основног закључка да између физичког селф-концепта и физичког вежбања и спорта постоји повезаност. Веће ангажовање у физичком вежбању и спорту повезано је са позитивнијим физичким селф-концептом ученика старијих разреда основне школе. Може се закључити, такође, да је пол ученика варијабла која доприноси природи повезаности физичког селф-концепта и физичког вежбања.

Централни налаз, добијен у нашем истраживању, а који иде у прилог закључку о позитивној повезаности између физичког вежбања и физичког селф-концепта ученика, јесте постојање статистички значајне разлике на свих једанаест скала инструмента PSDQ у корист ученика који су поред наставе физичког васпитања додатно ангажовани у физичком вежбању и спорту. Показало се да разликовању карактеристика физичког селф-концепта ове две групе ученика највише доприносе резултати на скалама: Физичка активност, Издржљивост, Флексибилност, Спортска компетентност, Координација и Општи физички селф-концепт. Мислимо да се више вредности које су ученици, додатно ангажовани у физичком вежбању и спорту, испољили на овим димензијама могу довести у непосреднију везу са степеном ангажовања, пре него што је то случај са остале четири димензије (Здравље, Телесна дебљина, Изглед и Самоцење) за које можемо претпоставити да свој извор, у значајнијем степену, имају у укупности функционисања појединца. Потпуније објашњење различите повезаности појединих компоненти физичког селф-концепта и физичког вежбања захтева даља емпијска истраживања у условима боље контроле степена и врсте додатног физичког вежбања, посматрано на испитаницима различитих узраста.

Наше истраживање је такође показало да се девојчице и дечаки разликују међу собом у погледу појединих карактеристика физичког селф-концепта и да су разлике у корист дечака, што је у сагласности са

результатима других истраживања. Разлике су се испољиле у погледу пет од једанаест компоненти физичког селф-концепта, мерено PSDQ инструментом. То су компоненте физичког селф-концепта које се односе на издржиљивост, спортску компетентност, физичку активност, доживљај снаге и координацију. Дакле, може се закључити да су компоненте које диференцирају дечаке и девојчице оне које иначе карактеришу особе више ангажоване у спорту и у физичком вежбању, али које се могу сматрати и пожељним атрибутима полног идентитета мушкараца који се усвајају социјализацијом у условима западне културе.

Резултати нашег истраживања који се односе на релације физичког селф-концепта и степена ангажовања у физичком вежбању и спорту, посматрано унутар полних група, показали су да се испољавају разлике у карактеристикама физичког селф-концепта унутар групе дечака и унутар групе девојчица. Разликама између подгрупа дечака у физичком селф-концепту доприноси мањи број специфичних компоненти, док је у узорку девојчица број компоненти које доприносе разлици већи и обухвата, поред специфичних, и оне које су по својој природи опште (Глобални физички селф-концепт и Опште самоцеђење). Резултати дозвољавају да се претпостави да се укључивањем девојчица у систематско додатно вежбање и бављење спортом могу остварити значајни позитивни ефекти на развој њиховог физичког селф-концепта.

Ако се усвоји схватање о реципрочним ефектима физичког селф-концепта и физичког вежбања (Marsh & Craven, 2006), може се претпоставити да ће позитивни физички селф-концепт ученика, развијен током основне школе, бити добар покретач даљег физичког вежбања и бављења спортом током адолесценције и да ће водити ка усвајању активног стила живота који се може сматрати једном од важних основа психофизичког здравља људи. Зато је важно на нивоу основне школе осмислити садржаје и поступке у настави физичког васпитања, као и шире на нивоу школе и њене сарадње са спортским организацијама, како би се што већи број младих, на квалитетан начин, укључио у различите облике физичког вежбања и бављења спортом, примерено њиховим особеностима и интересовањима. Потребна су даља истраживања у којима би се разматрала интеракција физичког вежбања, узраста и пола у развоју карактеристика физичког селф-концепта младих, посматрано у контексту културе у којој млади одрастају и образују се.

*Напомена.* Чланак представља резултат рада на пројекту »Психолошки проблеми у контексту друштвених промена«, број 149018Д (2006-2010), чију реализацију финансира Министарство науке Републике Србије.

## Коришћена литература

- Chanal, J.P., H.W. Marsh, P.G. Sarrazin & J.E. Bois (2005): Big-fish-little-pond effects on gymnastic self concept in physical setting, *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27, 53-70.
- Fox, K. (2002): Self-perceptions and sport behavior; in T.S. Horn (ed.): *Advances in sport psychology* (83-99). Champaign: Human Kinetics Publishers.
- Gašić-Pavišić, S., S. Joksimović & D. Janjetović (2006): General self-esteem and locus of control of young sportsmen, *Zbornik Instituta za pedagoška istraživanja*, God. 38, br. 2 (385-400). Beograd: Institut za pedagoška istraživanja
- Janjetović, D. (1996): Polne razlike u osloncima generalnog koncepta o sebi adolescenata, *Psihologija*, 4, 487-498.
- Klomsten, A.T. (2002): Validation of physical self description questionnaire for use in Norwegian populations. *Paper presented at the International biennial conference: Self-concept Research: Driving International research Agendas*, Sydney, Australia, Retrieved April 2. 2007. from [http://self.uws.edu.au/Conferences/2002\\_CD\\_Klomsten.pdf](http://self.uws.edu.au/Conferences/2002_CD_Klomsten.pdf)
- Klomsten, A.T., E.M. Skaalvik & G.A. Espnes (2004): Physical self-concept and sports: do gender differences still exist, *Sex Roles*, 50, 119-127.
- Lazarević, D., S. Radisavljević i I. Milanović (2007): Karakteristike fizičkog self-koncepta mladih sportista. *Međunarodna naučna konferencija »Analitika i dijagnostika fizičke aktivnosti«*, *Zbornik radova* (304-349). Beograd: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja i Olimpijski komitet Srbije.
- Lazarević, Lj. (2003): *Psihološka priprema sportista*. Beograd: Viša škola za sportske trenere.
- Marsh, H.W. (1989): Age and sex effects in multiple dimensions of self-concept: preadolescence to early-childhood, *Journal of Educational Psychology*, 81, 417-430.
- Marsh, H.W. (1994): Using national longitudinal study of 1988 to evaluate theoretical models of self-concept the self-description questionnaire, *Journal of Educational Psychology*, 86, 439-456.
- Marsh, H.W. (1996): Physical self-description questionnaire: stability and discriminant validity, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 67, 249-264.
- Marsh, H.W. (1998): Top-down, bottom-up, and horizontal models the direction of causality in multidimensional, hierarchical self-concept models, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 75, No. 2, 509-527.
- Marsh, H.W. (2001): A multidimensional physical self-concept: a construct validity approach to theory, measurement and research. *10<sup>th</sup> World Congress of Sport Psychology*, Skiathos, Greece, 28 May – 2 June, 40-62.
- Marsh, H.W., T.I. Marco & Aþçý (2002): Cross-cultural validity of the physical self-description questionnaire: comparison of factor structure in Australian, Spain and Turkey, *Physical Education, Recreation and Dance*, 73, 257-270.
- Marsh, H.W. (2007): Physical self-concept in sport; in S. Jowett & D. Lavallee (eds.): *Social psychology in sport* (159-179). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Marsh, H.W. & P.G. Craven (2006): Reciprocal effects of self-concept and performance from multidimensional perspective, *Perspectives of Psychological Science*, 1, 133 - 163.
- Marsh, H.W., K.T. Hau, P.Y.T. Sung & C. W. Yu (2007): Childhood obesity, gender, actual-ideal body image discrepancies and physical self-concept in Hong-Kong children: cultural differences in the value of moderation, *Developmental Psychology*, 43, 647-662
- Marsh, H.W., A. Papaioannou & Y. Theodorakis (2006): Causal ordering of physical self-concept and exercise behavior: reciprocal effects model and the influence of physical education teachers, *Health Psychology*, 25, 316-328.
- Marsh, H.W., G.E. Richards, S. Johnson, L. Roche & P. Tremayne (1994): Physical self-description questionnaire: psychometric properties and a multitrait-multimethod analysis of relations to existing instruments, *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16, 270-305.

- Moreno, J.A. & E. Cervelló (2005): Physical self-perception in Spanish adolescents: effects of gender and involvement in physical activity, *Journal of Human Movement Studies*, 48, 291-311.
- Moreno, J.A., E. Cervelló, J.A. Vera & L.M. Ruiz (2007): Physical self-concept of Spanish schoolchildren: differences by gender, sport practice and levels of sport involvement, *Journal of Education and Human Development*, 1(2). Retrieved January 25, 2008 from the World Wide Web <http://www.scientificjournals.org/journals2007/articles/1180.pdf>
- Nigg, C.P., G.J. Norman, J.S. Rossi & S.V. Benisovich (2001): Examining the structure of physical self-description using an American university sample, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72, 78-83.
- Орачић, G. (1995): *Ličnost u socijalnom ogledalu*. Beograd: Institut za pedagoška istraživanja.
- Peart, N.D., H.W. Marsh & G.E. Richards (2005): The physical self-description questionnaire: furthering research linking physical self-concept, physical activity and physical education. Retrieved April 15, 2007 from the World Wide Web [www.aare.edu.au/05pap/pea05307.pdf](http://www.aare.edu.au/05pap/pea05307.pdf)
- Schneider, M., G.F. Dunton & D.M. Cooper (2008): Physical activity and physical self-concept among sedentary adolescent females: an intervention study, *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 1-14.

Примљено 05.05.2008; прихваћено за штампу 28.08.2008.

Dužanka Lazarević, Snežana Radisavljević & Ivana Milanović  
RELATIONS BETWEEN PHYSICAL SELF-CONCEPT  
AND PHYSICAL EXERCISE OF PRIMARY SCHOOL PUPILS

*Abstract*

This paper is a presentation of the results of the research of the relation between the physical self-concept and physical exercise of primary school pupils. The starting point is a multidimensional model of physical self-concept by Marsh and his associates. The aim of the research was to study the characteristics of physical self-concept of primary school pupils with regard to the degree of involvement in physical exercise and sports. It was also examined whether there are gender differences in the characteristics of the physical self-concept of pupils, as well as relations between physical self-concept and physical exercise within gender groups, with regard to the degree of involvement in physical exercise and sports. The research was conducted on the sample of 469 primary school pupils (225 boys and 244 girls), from the 6<sup>th</sup> to 8<sup>th</sup> grade, of average age of 13,6. The Physical Self-Description Questionnaire (PSDQ) of Marsh and associates was applied. The results indicate the existence of statistically significant differences in the characteristics of the physical self-concept in favour of the group of pupils who, besides physical education classes, are additionally involved in physical exercise and sports. Some differences were expressed in certain characteristics of physical self-concept between boys and girls, and the results also indicate larger differences in the characteristics of the physical self-concept in the sample of girls than boys, when the degree of their involvement in physical exercise and sports is observed.

*Key words:* physical self-concept, physical exercise, pupils.

Душанка Лазаревич, Снежана Радисавлевич и Ивана Миланович  
РЕЛЯЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО СЕЛЬФ-КОНЦЕПТА И ФИЗКУЛЬТУРНЫХ  
ЗАНЯТИЙ УЧАЩИХСЯ ВОСЬМИЛЕТНИХ ШКОЛ

*Резюме*

В работе излагаются результаты исследования реляций физического сельф-концепта и физкультурных занятий учащихся восьмилетних школ. Авторы исходят из мультидимензиональной модели сельф-концепта Марша и сотрудников. Цель исследования – выявить особенности физического сельф-концепта учащихся восьмилетней школы с учетом их степени участия в физкультурных занятиях и спорте. Интерес для исследователей представлял и вопрос о том, находят ли свое выражение в характеристике физического сельф-концепта учащихся половые отличия, а также реляции физического сельф-концепта и физкультурных занятий внутри половых групп, с учетом степени участия в занятиях физкультурой и спортом. Исследование проводилось на 469 учащихся восьмилетних школ (225 мальчиков и 244 девочки), с VI по VIII класс, в среднем возрасте 13;6 лет. Был применен Вопросник физического самоописания (PSDQ) Марша и сотрудников. Результаты указывают на наличие статистически значимых отличий в характеристиках физического сельф-концепта в пользу той группы учащихся, которая, помимо регулярных занятий по физическому воспитанию, участвовала в дополнительных занятиях физкультурой и спортом. Проявились отличия в отдельных характеристиках физического сельф-концепта между мальчиками и девочками, причем результаты также указывают на наличие больших различий в характеристиках физического сельф-концепта у девочек, чем у мальчиков, если учитывать степень их участия в занятиях физкультурой и спортом.

*Ключевые слова:* физический сельф-концепт, занятия физкультурой, учащиеся.