

# Nevres Muminović, bachelor tjelesnog odgoja i sporta - Završni magistarski rad

Fakultet/Akademija	FAKULTET ZA TJELESNI ODGOJ I SPORT
Tip Rada	Završni magistarski rad
Kandidat, zvanje	Nevres Muminović, bachelor tjelesnog odgoja i sporta
Naziv Teme	Samoprocjena mentalnog i fizičkog zdravlja kao efekta rekreativnih aktivnosti žena
Rezime/Abstract	<p>Primarni cilj ovog istraživanja je analizirati samoprocjenu mentalnog i fizičkog zdravlja žena mlađe odrasle dobi kao efekata programiranih rekreativnih aktivnosti. Sekundarni cilj je istražiti da li su rekreativne aktivnosti uticale na samoprocjenu zdravlja u odnosu na hronološku dob žena. Uzorak ispitanika predstavljalo je 35 žena mlađe odrasle dobi (20 - 40 godina). Za uzorak varijabli u procjeni mentalnog i fizičkog zdravlja korišteni su standardizovani instrumenti i to: HAD skala - Hospital Anxiety and Depression Scale (za procjenu mentalnog zdravlja) i EQ termometar (za procjenu fizičkog zdravlja) U rezultatima ukupnog stanja svih učesnica u inicijalnom mjerenju 24 učesnice nemaju simptome depresije, 8 učesnica imaju granično stanje, i 3 učesnice boluju od depresije. U finalnom mjerenju 30 učesnica nemaju simptome depresije, 3 učesnice imaju granično stanje i 2 učesnice boluju od depresije. U samoprocjeni anksioznosti u inicijalnom mjerenju evidentirano je da 26 učesnica eksperimenta nema znakove anksioznosti, 6 učesnica imaju granično stanje anksioznosti dok 3 učesnice boluju od anksioznosti, od čega 2 učesnice nešto iznad graničnog stanja i jedna učesnica sa posebno visokim negativnim brojem bodova. U finalnom mjerenju 31 učesnica nakon eksperimenta nema znakove anksioznosti, 4 imaju granično stanje i 1 osoba sa anksioznom bolešću. U inicijalnom utvrđivanju fizičkog zdravlja jedna je ocijenila svoje fizičko zdravlje kao izuzetno loše a 3 osobe kao slabije zdravstveno stanje. Najveći broj učesnica prije eksperimenta, njih 16 ocijenio je svoje fizičko zdravlje nešto iznad prosjeka, odlično fizičko zdravlje ocijenilo je 10 žena i 5 žena ocijenilo je za sebe najbolje zamislivo fizičko zdravlje. U finalnom mjerenju slabije i prosječno vlastito zdravlje procijenile su samo 4 učesnice, iznadprosječno njih 6, 20 žena ustvrdilo je da ima odlično zdravlje i 5 učesnica eksperimenta kao najbolje zamislivo fizičko zdravlje. Ključne riječi: Žene, samoprocjena, depresija, anksioznost, fizičko zdravlje.</p>
Datum	21.02.2020
Predsjednik	dr. sci. Indira Jašarević, redovni profesor, Uža naučnu oblast „Teoretsko-metodičke osnove sporta“, Fakultet za tjelesni odgoj i sport Univerziteta u Tuzli
Mentor	dr. sci. Osman Lačić, redovni profesor, Uža naučnu oblast „Teoretsko-metodičke osnove sporta“, Fakultet za tjelesni odgoj i sport Univerziteta u Tuzli
Član komisije	dr. sci. Zehrudin Jašarević, redovni profesor, Uža naučnu oblast „Transformacioni procesi“, Fakultet za tjelesni odgoj i sport Univerziteta u Tuzli
Član komisije	-
Član komisije	-
Zamjenski član	-
Dodatni detalji i lokacija	dana 21.02.2020. godine u 13,30 sati u amfiteatru Fakulteta za tjelesni odgoj i sport Univerziteta u Tuzli
Zavrsne Odredbe	Pristup javnosti je slobodan. Rad se može pogledati u Sekretarijatu fakulteta radnim danom od 08 do 14 sati.