

***Doc. dr Drago Milošević***  
*Filozofski fakultet – Nikšić*

## **PLIVANJE KAO DIO OPŠTE DRUŠTVENE KINEZIOLOŠKE AKTIVNOSTI**

### **1. UVOD**

Plivanje je bazični sport i sport od velikog značaja u pedagoškom, biološkom i praktičnom smislu. Srećemo ga u nastavnim programima fizičkog vaspitanja RCG tek (i samo) u 3. razredu osnovne škole kao neobaveznu nastavu. Još je nepovoljnija situacija sa programima rekreacije, sporta i kineziterapije. Međutim, ako uzmemo u obzir ontološki argument da je čovjek u svojoj samobitnosti igrač, takmičar, sportista (čitaj plivač), da živi sa stalnom nostalgijom, urođenim nagonom kojemu ne može da odoli da bude uz vodu i u vodi, bilo sam, u krugu porodice, organizovane interesne grupe ili institucije, dolazimo do saznanja da čovjekova potreba za plivanjem kvalitativno posreduje u zadovoljavanju i pronalaženju u plivanju i igru i zadovoljstvo i takmičenje, slast pobjede i ličnu i kolektivnu nadmoćnost.

Činjenica je da je plivanje danas u svijetu veoma popularno. Plivanjem se bavi ogroman broj ljudi, bilo neposredno ili posredno. Posvećuje mu se izuzetna medijska pažnja, bilo da je riječ o pojedincima ili velikim plivačkim spektaklima, a proizvođači plivačke opreme svoje izume dovode do savršenstva. (Dokaz su OI u Atini 2004. godine, zastupljenost plivanja u svim medijima, sportski rezultati, glorifikacija pobjednika, broj gledalaca ...).

Autor se pita: Šta to plivanje čini tako popularnim i zbog toga pogodnim medijem društvenog uključivanja? Kojim to posebnostima, specifičnostima, sadržajima i strukturnim pokretima plivanje privlači, motiviše i zaokuplja veliki broj ljudi različitih socijalnih, kulturnih i uzrasnih karakteristika? Dakle, plivanje možemo smatrati opšte društvenom prihvaćenom kineziološkom aktivnošću. Prihvatili su ga pojedinci, porodica, srodne – interesne grupe, učenici, studenti, omladina, sportisti, naučni radnici, ljudi trećeg doba. Svi.

Ovdje treba imati u vidu i to, da sve ove kategorije ljudi, u vrijeme **plivačkih sezona – bumova**, formiraju specifične inter i intra odnose, koji imaju odlučujuću ulogu na plivača kao subjekta plivanja i plivanje kao otvorenu strukturu kineziološkog kretanja, u kojoj se dešava neprekidna razmjena na relaciji pojedinac – društvo – plivanje.

Na osnovu predstavljenog razmišljanja, autor će pokušati dati odgovor na postavljena pitanja, analizirajući plivanje sa nivoa pet strukturnih komponenti plivanja kao društvenog fenomena, i to:

1. Plivanje kao kretna aktivnost.
2. Plivanje kao igra i takmičenje.
3. Socio – psihološka analiza relacija motiva za plivanje.
4. Interdisciplinarnost plivanja kao društvene i sportske aktivnosti.
5. Mjesto i uloga plivanja u plivačkim organizacijama.

## 2. PLIVANJE KAO KRETNA AKTIVNOST

Plivanje je monostrukturno kretanje cikličkog tipa koje se odvija u specifičnoj sredini, tako da je učenje te aktivnosti dodatno uslovljeno svojstvima vode. Plivač ostvaruje svoj cilj, tj. pliva u okvirima i uz ograničavanja koja su determinisana **plivačkim pravilima**, biomehaničkim zakonitostima ispoljavanja tehnike i njegovim antropološkim karakteristikama. Suština plivanja je da plivač pokušava da konkretnu dionicu (dužinu staze), konkretnom tehnikom, ispliva za manje vrijeme od protivnika. Postizanje ovog cilja zahtijeva rješavanje niza zadataka, kao što su:

**Složenost plivačkih tehnika** podrazumijeva skup svih pokreta i koordiniranost pokreta koji se izvode u toku plivačke aktivnosti. Uobičajeni naziv za skup svih kretanja u plivanju je tehnika. Visok stupanj složenosti plivačke tehnike povećava se samom činjenicom da se svi ti pokreti realizuju u sasvim novoj, netipičnoj sredini za čovjeka – vodi. Da bi plivač došao do cilja – da pobjeđuje, mora da nauči plivati, da ovlada plivačkom tehnikom. Za to mu je potrebno da savlada više složenih radnji kao što su: da savlada vodu sa svim svojim specifičnostima, da prilagodi položaj tijela u vodi konkretnim plivačkim sportskim tehnikama i disciplinama, da ovlada radom ruku, nogu i disanjem. Elementi tehnike plivanja, funkcionalnom analizom pokreta, mogu se reducirati u jednostavni sklop standardne tehnike, sa velikim brojem odstupanja zasnovanim na individualnostima plivača. Osnovne plivačke tehnike, bilo da je riječ o četiri standardna stila plivanja ili o startovima i okretima, realizuju se u visokoj integraciji i sinhronizaciji pokreta, koji zajedno čine jednu cjelovitu kretnu aktivnost. Sinhronizacija kretnih aktivnosti koja čini jedinstvo između zaveslaja, disanja i udara, osnovnih kretnih aktivnosti u plivanju, zahtijeva i dodatnu, suptilniju sinhronizaciju ponavljanja i povezivanja tih kretnih aktivnosti. Zbog toga je plivanje aktivnost koja je po strukturi veoma složena. Kada o plivanju govorimo na ovaj način, uglavnom se misli na plivanje kao sport, kao takmičenje. Ako se plivači ne takmiče, plivačka struktura se može pojed-

nostaviti, dogovorno prilagoditi plivačima, pri čemu treba voditi računa da se ne odstupa značajno od standardne tehnike ni jedne sportske tehnike.

**Plivačka pravila** su vrlo složena. U zadnjih 20 – ak godina pretrpjela su značajne promjene. Promjene se dešavaju zbog praćenja usavršavanja plivačkih tehnika i tendencije što egzaktnijeg praćenja rezultata takmičara i ostalih aktivnosti koje prate plivački sport. Pravila su jedinstvena za svako takmičenje koje je u nadležnosti FINA – e, dok nacionalni savezi mogu primjenjivati pravila po uzrasnim kategorijama.

Nezavisno da li se radi o takmičarskom ili rekreativnom plivanju, plivanje zahtijeva određeni nivo **motoričkih sposobnosti**. Taj nivo je neophodan da plivač nauči i realizuje elemente plivanja u okvirima standardne tehnike i plivačkih pravila. Kako je plivanje aktivnost složene strukture, to zahtijeva i složeniju strukturu motoričkih sposobnosti. Za plivača je neophodan visok nivo sposobnosti koordinacije, pogotovu sposobnost orijentacije, diferencijacije, stabilizacije i racionalizacije plivačkih pokreta. Motoričke sposobnosti snaga, brzina, pokretljivost i izdržljivost, neophodne su za usvajanje plivačkih tehnika, ali i za mogućnost ispoljavanja tih tehnika u konkretnim situacijama.

### 3. PLIVANJE KAO IGRA I KAO TAKMIČENJE

Polazeći od učenja holandskog historičara kulture Johana Huizinge (1938.) da „svaka ustanova u civilizaciji vodi porijeklo od prastarih rituala igre i to od sudnice do škole,... a da bi dostigla najviši nivo stilske kvaliteta i dostojanstva, (igra) mora da prihvati komponente zabave“. (Huizinga, 1970.). Huizinga dalje smatra da se i kultura rađa kroz igru, jer joj igra obezbjeđuje „impuls, slobodu, pronalazački duh, maštu i disciplinu u isto vrijeme“.

Ako tražimo polazište u iznijetim stavovima, može se, sa puno realnosti reći, da i plivanje, kao sastavni dio civilizovanog društva i segment kulture, takođe vodi porijeklo od prastarih rituala igre u vodi. Nastalo je iz potrebe za ostvarivanjem različitih životnih funkcija, kao što su: ekonomske (trgovina, transport), egzistencijalne (ratovanje, ribolov, lov), biološke (lična higijena, piće), obrazovno – kulturološke (bogatstvo pokreta, umjetničko izražavanje pokreta, uživanje, razonoda, socijalizacija, takmičenje, itd.).

Ako plivanje posmatramo kao sportsku disciplinu u čijoj je biti igra, onda možemo zaključiti da se njegova koncepcija odnosi na ontološko – antropološko svojstvo čovjeka da se igra. Čovjek se sam, po sopstvenom izboru vođen ličnim željama, odlučuje kako će se, kada, gdje, sa kim i koliko igrati. Sloboda plivača, raznovrsnost aktivnosti u specifičnoj sredini, sloboda improvizacije i nalaženje sebe u nekoj bitnoj, novoj ulozi, dijelom objašnjavaju zado-

voljstvo koje plivanje pruža. Slobodna i dobrovoljna aktivnost čovjeka u vodi postaje izvor rasonode i radosti do ushićenja. Čovjek joj se predaje čitavim bićem i da bi se udaljio od sopstvenih briga i problema svakodnevice.

Čovjek se u vodi, nekad samoinicijativno, a nekad **zbog društva**, prilagođava i pokorava odgovarajućim pravilima. Pliva u ograničenom prostoru, određeno vrijeme, određenom tehnikom, uz pomoć pomagala, ali se igra. Izvodi aktivnosti u vodi koje ga ograničavaju utvrđenim, a nerijetko i dogovorenim pravilima.

Inicijativnost, sloboda izražavanja i improvizacija plivača, čini plivanje neizvjesnom aktivnošću u smislu početka, toka i krajnjeg ishoda. Raznovrsnost plivačkih pokreta, omogućava nepresušan izvor za smišljanje i obnavljanje situacija koje su nove, nepredvidive i zanimljive.

Neproduktivnost plivanja kao igre ogleđa se u njegovoj samosvrhovitosti. Tada plivačka aktivnost nema drugi smisao osim pokreta i onog što se produkuje tim pokretom. Plivačka aktivnost se ogleđa u izvođenju jednostavnih, poznatih elemenata koji mu omogućavaju kretanje u vodi, bez želje da se u tom načinu kretanja bilo šta mijenja.

Suštinsku odrednicu igre čine još i „precizna, izmišljena i neopoziva pravila“ (Kajoa, 1979.) koja se moraju prihvatati takva kakva jesu, koja su institucionalizovana i, kao takva, diktiraju početak, tok i završetak igre. Kada pravilo u igri postane samo sebi cilj, onda igra poprima karakter fiktivnog.

„Igra je radnja ili dobrovoljna aktivnost, koja se vrši u izvjesnim određenim granicama vremena i mjesta, prema slobodno prihvaćenim ali i potpuno dominirajućim pravilima“. (Huizinga, 1938.). Kada se u igri potenciraju i favorizuju pravila koja su društveno i institucionalno prihvaćena, što podrazumijeva posebno doziran trening i posebne ciljeve, drugačije motive zbog kojih se pojedinci u njih uključuju, onda ona prestaje biti slobodna i voluntaristička aktivnost. Postaje takmičenje, borba, težnja za prestižom, dobijanja priznanja, statusa u društvu, i sl. Od aktera se tada traži sposobnost koja se ispoljava u maksimalnim granicama, nezavisno da li se radi o igri u kojoj učestvuju pojedinci, ekipe ili velike grupe takmičara.

Na osnovu ovakvog posmatranja igre, igre kao slobodne kretne aktivnosti (**čiste igre**) i igre kao takmičenje, postavlja se pitanje gdje su to granice **slobodnog i takmičarskog** u plivanju. S obzirom na specifičnosti plivanja kao aktivnosti koja se odvija u (na) vodi, ono zahtijeva i odgovarajuće uslove, precizirane plivačkim pravilima. Međutim, plivanje se odvija i u brzacima, potocima, rijekama, jezerima i moru, tj. na mjestima koja ni iz bliza ne pružaju uslove kakve nude moderni plivački bazeni. Ali se i na takvim mjestima odvija

igra, organizuju se spontane manifestacije iz raznovrsne porodice plivačkih disciplina. U takvoj igri se radost izražava neposrednim plivačkim aktivnostima.

U Crnoj Gori postoji znatan broj bazena koji ne odgovaraju standardima plivačkih pravila. Oni su otvoreni i napravljeni su u sklopu turističko – ugostiteljskih objekata, posebno na našem primorju. Međutim, njihov oblik (kvadrat, pravougaonik, krug, srce, bubreg, i sl.) i veličina, ne smanjuju interes da se u njima pliva i igra. I u takvim objektima se ostvaruje samoregulacija inteziteta i trajanja igre, izbor sadržaja i realizacija plivanja „pravilno“, u duhu sa pravilima. Ovi objekti pružaju mogućnost realizacije raznovrsnih plivačkih aktivnosti, tjelesnog i intelektualnog angažovanja, povećanje nivoa zanosa i predanosti igri, različitim uzrasnim kategorijama korisnika. Posebna vrijednost ovakvih objekata je u tome što se na relativno malom prostoru istovremeno igraju razne igre i stvara mogućnost neposrednog učešća u igrama spontano. Spontanost, zadovoljstvo i zanos u igri, igru prave ljudskom i humanom, proširujući joj skalu ljudskih sloboda. Plivanje tada više nije samo zabava, već postaje veoma važan dio stvaralačkog procesa čovjeka.

Kada se plivanje determiniše konkretnim pravilima, počinje gubiti snagu samosvjesnosti i spontanosti zbog čega igra gubi svojstva **čiste igre** i postaje takmičenje. Iako se i tada može smatrati igrom, „igrači“ teže nekim drugim ciljevima, javljaju im se drugi motivi, što je vezano za bolji rezultat, priznanje, materijalna dobra i viši status u društvu.

Plivanje jeste sportska aktivnost, ali je, takođe, i socio – kulturna aktivnost, nezavisno da li je samosvjesna, slobodna aktivnost – **čista igra**, ili je, pak, izdvojena aktivnost, determinisana preciznim pravilima. Struktura plivanja omogućava veliki broj različitih kombinacija, koje, uređene nekad i internim pravilima, mogu da angažuju veliki broj učesnika u **čistoj igri** i takmičenju. Od toga „ko će bolje, ljepše ili brže“ preplivati neki vir u Tari kod Kolašina, od samo nekoliko metara dužine i kritično male dubine, pa do otvorenog plivačkog maratona „Sutomore – Bar“, plivanje u Crnoj Gori može da angažuje ogroman broj ljudi svih uzrasnih kategorija i vrlo heterogenih znanja plivačkih sportskih tehnika.

#### 4. SOCIO – PSIHOLOŠKA ANALIZA RELACIJA MOTIVA ZA PLIVANJE

Zbog čega veliki broj ljudi u svijetu pliva, ulaže ogromne napore različitog tipa da bi se bavio plivanjem od najranije mladosti do pozne starosti? Odgovoriti se može na vrlo jednostavan način – **plivanje je potreba**. Universalnost ontološke potrebe čovjeka za plivanjem i ukupnost činilaca koje prate

fenomen njegovog ispoljavanja, produkuje zadovoljstvo, rasonodu, igru, takmičenje, profesiju, zdravlje, upoznavanje novih ljudi i prirodnih ljepota, itd.

Potreba za plivanjem i svijest o njemu, nastaju kao produkt individualnog i društvenog, unutrašnjeg i spoljašnjeg specifiteta motiva i motivisanosti. Ova je konstatacija posebno aktuelna za savremeno društvo i mentalitet koji je proizvod savremenog društva. **Plivačke potrebe** određuju **plivačku potrošnju**, a ona **plivačku ponudu**. Ovakav redosljed činilaca, bilo da je riječ o individui ili društvu u cjelini, moguće je ostvarivati u društvenoj zajednici sa svim svojim specifičnostima po pitanju društvenih okolnosti, strukture interesa i smjeru uticaja. Plivanje je, dakle, društveni fenomen u kome individua zadovoljava i lične motive.

Motivi koje možemo vezati za **plivačku potražnju** su specifični i istovremeno kompleksni, kako sa stanovišta individue, tako i na društvenom planu. Plivanje čovjek ne upražnjava samo da bi od njega nešto dobio, već i da se nečega oslobodi, ili da dâ neki doprinos plivanju i društvenoj zajednici. Čovjek ako dođe na plivanje sa psihičkom napetošću koja je proizvod monotonije življenja u porodici, školi, na radnom mjestu ili urbanoj sredini, želi da se od svega toga oslobodi, ili u najgorem slučaju, u izvjesnoj mjeri, rastereti. Boravak u vodi, plivanje ili neke druge aktivnosti, to mu u znatnoj mjeri omogućavaju.

S obzirom da se plivanje odvija u različitim sredinama i prostorima, u (na) potocima, brzacima, jezerima, moru i u namjenskim plivačkim objektima, plivača dovodi u stanje potpune predanosti tim aktivnostima, zahtijevajući od njega maksimalnu angažovanost, pri kojoj on zanemaruje sve ostalo. To znači, da i kada je plivač potpuno obuzet plivačkom aktivnošću, njegova subjektivna slika sebe, jeste svojevrsno izvorište unutrašnjih motiva. Kada čovjek pliva radi opuštanja, igre, zabave ili rekreativnog takmičenja, plivanje postaje samo sebi cilj, aktivnost u kome nema razmišljanja o eventualnim priznanjima, nagradama i materijalnim dobrima.

U plivačkim aktivnostima mogu učestvovati različite uzrasne i polne kategorije ljudi, interesne grupe, pa i čitave porodice. Ove činjenice omogućavaju da zadovoljstvo plivača kulminira i prerasta u druženje, pomaganje, saradnju, savjetovanje, upoznavanje u specifičnim situacijama koje su uzrokovane interesima pojedinaca i grupe. U ovakvim situacijama lični motivi postaju kolektivni, pa se na taj način motivi oplemenjuju, produbljuju i učvršćuju. Tada cilj plivanja obuhvata zanos, igru, namjere, vjeru u uspjeh, dostignuće, psihičko stanje, pobjedu i poraz. Motivisanost plivača u grupi može da dostigne visok emocionalni nivo kada se, pojavom nesklada motiva, stvori značajna razlika između namjeravanog i ostvarenog i nenamjeravanog a ostvarenog.

Ako plivanje posmatramo kao proces koji sintetizuje nužnost i mogućnost promjena kod plivača, onda možemo zaključiti da su te promjene, takođe, izvor različitih motiva. U zavisnosti od toga kakva je suština potreba za plivanjem, kojim pravcem usmjeravati promjene, koje se prepreke javljaju na putu ka promjenama, kojim se tempom promjene dešavaju, kakva je veza ovih promjena sa promjenama nastalim pod uticajem drugih aktivnosti i da li promjene imaju kontinuitet, javljaju se i motivi postignuća i pobjede, što uzrokuje da plivanje od igre preraste u sport.

U sportskom plivanju, učenje, uvježbavanje i usavršavanje svih elemenata plivačkih sportskih tehnika, postaje ozbiljan, planski, sistematizovan, programiran i naporan posao, kome je osnovni cilj pobjeda i rekord. Tada, u punom smislu, plivanje zahtijeva komplementarnost sa drugim sportskim i naučnim disciplinama, medijima, publikom, proizvođačima sportske opreme, itd. Zadovoljavajući lične i društvene motive, plivač uz pomoć društva pretvara plivanje u društveni fenomen par exelans, spektakl i instituciju zabave i biznisa.

## 5. INTERDISCIPLINARNOST PLIVANJA KAO DRUŠTVENE I SPORTSKE AKTIVNOSTI

Čovjekova potreba za plivanjem, u svojoj višedimenzionalnosti, predstavlja svojevrsan fenomen potreba aktuelnih i potencijalnih plivača svih nivoa, društva u cjelini i plivačkih asocijacija i institucija. Pojava, razvoj i zadovoljenje potreba za plivanjem, kao i čitava društvena interaktivnost koja to prati, predstavljaju specifičan društveni (kulturni) fenomen koji treba da izučava **nauka o plivanju**. Kako se plivačka kretna aktivnost realizuje u (na) različitim vodenim površinama i iz različitih motiva, specifičnost plivanja je uslovljena strukturnom heterogenošću, koju ipak možemo identifikovati kao jedinstvenu cjelinu.

Cjelovitost plivačke aktivnosti ne može se objasniti sa nivoa posebnosti, ili pak, zbira svih posebnosti. To može ostvariti samo nauka o plivanju kao nauka o posebnostima i cjelovitosti plivanja kao društvenog fenomena. Nauka tretira plivača pojedinca, članove društva i njihove aktivnosti u interesnim grupama, bilo da u plivanju učestvuju kao realizatori kretne aktivnosti ili su promotori koncepcije razvoja plivanja (tehnika, trening, selekcija, takmičenje, asocijacije, kadar, menadžment itd.) i implementacije plivanja u sve strukture društva.

Plivanje, dakle, kao podstruktura sporta, ima svoju autonomiju, sopstveni ciklus egzistiranja kao zasebna cjelina, što mu omogućava da ispolji svoje specifičnosti i mogućnosti i da adekvatno odgovori ciljevima i zadacima. Me-

đutim, plivanje je i otvorena struktura. Održava se, unapređuje i osavremenjava neprekidnim razmjenama sa društvenom cjelinom, uklapa se u društvenu strukturu kao podsistem, uspostavljajući interaktivne odnose sa drugim podsistemima društva.

Dakle, plivanje uspostavlja naučnu saradnju sa drugim sportskim disciplinama, sa drugim naučnim disciplinama. Izdvajaju se kao najbitnije: medicinske nauke, nauke obrazovno – vaspitnog područja, sociološke, ekonomske, ekološke, etnološke, istorijske, tehnološke, arhitektura, menadžment, itd. Rezultati saradnje plivanja sa drugim naučnim disciplinama ističu u prvi plan aspekt plivanja kao kretnosti, sa posebnim akcentom na specifičnost u tumačenju i razumijevanju plivanja kao društvenog fenomena.

Interdisciplinarnost plivanja zahvata formalnu i neformalnu strukturu ovog društvenog fenomena, na čijim osnovama možemo naučno tumačiti, razumjeti i objasniti njegovu cjelovitost, čiju bi ontološku bit, reduciranjem bilo koje komplementarne naučne discipline ili pojedinosti, ne samo osiromašili, nego i umanjili istinski smisao plivanja.

## 6. MJESTO I ULOGA PLIVANJA U PLIVAČKIM ORGANIZACIJAMA

Zakonom o sportu u RCG (2004.) utvrđen je i uređen djelokrug poslova u „djelatnosti od javnog interesa“. Djelatnost sporta je usmjerena na sportsku obuku, trening i takmičenje sportista, sportsku rekreaciju, organizovanje van-nastavnih učeničkih i studentskih sportskih aktivnosti, organizovanje i vođenje takmičenja i organizovanje sportske aktivnosti invalida. Sportske djelatnosti obavljaju amaterski i profesionalni klubovi, sportski savezi, savez sportova i Crnogorski olimpijski komitet. Organizovani oblici sporta su i sport u školi, studentski sport, sportska rekreacija i sport invalida. Što je od posebnog interesa za građane Crne Gore, oni svoje potrebe i interese mogu zadovoljavati i samo članstvom u klubovima, bez aktivnog rada bilo koje vrste. Prema statutima klubova, pripadnost klubu im omogućava manje ili više prednosti u odnosu na nečlanove. (Klub navijača, organizovana rekreativna takmičenja, korišćenje objekata i opreme pod povoljnijim uslovima, itd.)

Plivanje je sport koji je na nivou države proglašen kao **bazični sport**. Međutim, plivanje se ne može pohvaliti visokim nivoom društvene institucionalizacije po svim segmentima. Plivanje treba tako organizovati da u njemu ljudi trajno zadovoljavaju svoje potrebe, nezavisno od toga šta traže i koliko su spremni da daju plivanju. Ovo je moguće postići samo dobro planiranom organizacijom od administrativno – pravnih procedura, preko pratećih stručnih



službi, opreme, objekata, do sportskog treninga. Plivačke organizacije mogu svoju djelatnost da usmjeravaju u dva pravca i ka dva nivoa. Prvo, svoje ciljeve razvoja usmjeriti ka uključivanju što većeg broja građana u organizovani oblik bavljenja plivanjem. (Predškolske ustanove, škole, studentska populacija, radnici, građani). Drugo, iz ovako široke populacije plivača, pravovremenom i osmišljenom selekcijom, stvoriti plivače nacionalnog i internacionalnog nivoa. Ove dvije postavke su međusobno tijesno povezane, jer „iz grmena velikoga lafu izać trudno nije“. (Njegoš). Veći broj ljudi uključenih u plivanje omogućava stvaranje većeg broja kvalitetnih plivača, povećava popularnost plivanja, što ponovo traži uključivanje većeg broja ljudi u plivanje. Tako se rađaju novi razvojni programi, složeniji, zahtjevniji, koji neminovno traže vezu sa sportovima koji imaju veću tradiciju i veću popularnost. Komplementarnost plivanja i vaterpola i u Crnoj Gori (može) mora biti valorizovana. Iskustvo, znanje, organizovanost, sportski rezultati i popularnost vaterpola u Crnoj Gori, najrealnije je da se prenesu na plivanje.

Svjetska plivačka organizacija, imajući u vidu popularnost plivanja i činjenicu da je plivanje univerzalan sport, ulaže velika materijalna sredstva u razvoj plivanja. Razvojni programi su širokog spektra, interdisciplinarni i dugoročni. Usavršava se stručni kadar na svim nivoima, izdavaju publikacije, časopisi i stručna literatura, organizuju takmičenja na svim nivoima, itd. Visok nivo organizovanosti FINA- e, svakako treba da našem nacionalnom savezu posluži kao uzor.

## 7. ZAKLJUČAK

Analizirajući plivanje sa nivoa pet strukturnih komponenti ovog društvenog fenomena, autor je pokušao dati odgovore na pitanja: Šta to plivanje čini tako popularnim i zbog toga pogodnim medijem društvenog uključivanja? Ko- jim to posebnostima, specifičnostima, sadržajima i strukturnim pokretima plivanje privlači, motiviše i zaokuplja veliki broj ljudi različitih socijalnih, kulturnih i uzrasnih karakteristika?

Plivanje je kineziološka aktivnost vrlo složene strukture. Za realizaciju plivačkih tehnika na svim nivoima, potreban je visok nivo motoričkih sposobnosti. Usvajanje tehnike, bilo da se to radi pojedinačno ili organizovano, u školama ili klubovima, zahtijeva posjedovanje snage, brzine, koordinacije, gipkosti i izdržljivosti.

Polazeći od suštinske definicije igre kao aktivnosti koja je slobodna, izdvojena, neizvjesna, neproaktivna, propisana i fiktivna (Kajoa, 1979.), možemo i plivanje, nezavisno da li je **čista igra** ili sport, svrstati pod pojam

igre. Plivanje se odvija kao **čista igra** na potocima, brzacima, rijekama, jezerima, moru i u namjenskim plivačkim objektima. Plivači, vođeni različitim ciljevima, uz maksimalno poštovanje pravila, sa naglaskom iskazivanja ličnih sposobnosti, preko spontane **čiste igre** ulaze u sferu takmičenja – plivanja kao sporta.

Ogroman broj ljudi u svijetu pliva, bavi se plivanjem direktno ili indirektno zato što je plivanje **potreba**. Čovjekovu potrebu za plivanjem udopunjuje i činjenica što mu plivanje omogućava zadovoljstvo, igru, takmičenje, zdraviji život, druženje, pomaganje, savjetovanje, učenje. Potreba za plivanjem se vezuje za čovjekove motive koji mogu biti unutrašnji i spoljašnji. Unutrašnji motivi su ustvari pokretači čovjeka ka plivačkoj aktivnosti zbog samog plivanja i uživanja u njemu, bez namjere da se nešto van toga ostvari. (Nagrada, priznanje, novac). Vanjski motivi su vezani za nagradu, uspjeh, status, bez obzira da li se radi o takmičarskom ili rekreativnom plivanju.

Čovjekova potreba za plivanjem, bilo da se radi o plivanju „iz zadovoljstva“ ili takmičenju, zahtijeva interdisciplinarni pristup izučavanju ovog društvenog fenomena. Interdisciplinarnost se odnosi na izučavanje kompleksne strukture plivačke tehnike, sa nivoa svojih posebnosti i generalno. Plivanje, sa svim svojim specifičnostima, jeste zasebna cjelina, ali istovremeno i otvorena struktura prema društvu u cjelini i njegovim podsistemima. Svojom otvorenom strukturom dava prostora za saradnju velikom broju naučnih disciplina, pri čemu zadržava svoje osnovne karakteristike.

Zakonom o sportu RCG definisane su opšte smjernice i odrednice vezane za institucionalizaciju sporta. Asocijacije u plivanju trebaju da se organizuju na širokom frontu, da bi okupile što veću populaciju plivača svih uzrasta. Polazeći od značaja i popularnosti plivanja, treba nastojati da se osmišljenim sistemom organizacionih, upravljačkih i stručnih službi plivanje postavi kao važan faktor opšte društvene kineziološke aktivnosti i promoter RCG na međunarodnom planu.

## 8. LITERATURA

1. Huizinga, J. (1970): Homo ludens. Matica Hrvatska, Zagreb.
2. Ilić, M. (1991): Sociologija kulture i umetnosti. Naučna knjiga, Beograd.
3. Kajoa, R. (1979): Igre i ljudi. Nolit, Beograd.
4. Milošević, D. (1986): Mogućnosti realizacije nastave plivanja u osnovnoj i srednjoj školi u Kolašinu. Nastava i vaspitanje br. 3, Beograd, (str. 17 – 26).
5. Službeni list RCG (24 – 2004): Zakon o sportu.
6. Stakić, Đ. (1996): Sociologija fizičke kulture. FFK, Beograd.
7. Zvonarević, M. (1981): Socijalna psihologija. Školska knjiga, Zagreb.

*Doc. dr Drago Milošević*

## THE SWIMMING AS THE PART OF THE GENERAL SOCIABLE KINESIOLOGY ACTION

### SUMMARY

Apart from the fact that the swimming is one of the basic sports, it is not in the suitable way presented through the school program, through the programs for the recreation, sport and kin therapy in Montenegro. The swimming, in its essence unites the different elements and levels of “game skillness” (homo ludens) and competitive spirit. The swimming demonstrated from the game and pleasure level, including the different levels of the competition, reaches the professional sport quality.

Nowadays, the swimming is recognized as a very popular sport. So the author asks himself: “What is the reason for its popularity, and why the swimming has become the suitable medium of the social involvement and engagement? With which specific features, facilities and structural movements the swimming attracts, justifies and occupies the numerous numbers of people from the different social, cultural and age categories? Author tries to answer the questions by using the analytic definitions of the anthropology and kinesiology swimming summary.

Analyzing the underlined problem, author concludes that the swimming as very important form of the social engagement must be researched in the interdisciplinary way. The existence of the swimming by itself on the brooklets, rapids, lakes, the sea or on the intended for the specific purpose swimming objects, the swimming practice for “the game and the pleasure”, including the possibility to satisfy the different purposes, followed by already “agreed” and the official rules, from the irrational and spontaneous to the agonal one where everything happens according to “the rules”, induced the author to process the mentioned problem in the following analytic way:

1. Swimming analysis as the movement activity
2. Swimming suitable for the game and competition.
3. Sociology - psychological analysis of the swimming motive relations.
4. Swimming interdisciplinary nature as the sociable and sport activity.
5. The position and role of the swimming in the swimming (and sport) organizations.

**Key words:** SWIMMING, KINESIOLOGY ANALYSIS, INTERDISCIPLINE NATURE, SOCIOLOGY – PSYCHOLOGICAL ANALYSIS, and THE INSTITUTIONAL ANALYSIS.

„Pobjedin sport”, 20. januar 2005.

## ПРЕД КОНГРЕС ЦРНОГОРСКЕ СПОРТСКЕ АКАДЕМИЈЕ

# Све више радова

Црногорска спортска академија ће почетком марта у Котору организовати први конгрес за који је већ пријављено преко 50 стручних радова од многих познатих домаћих и иностраних научних радника из области спорта и физичке културе. „Побједин спорт” наставља да објављује сажетке радова који су до сада пријављени, како би заинтересовани били ближе упознати са темама којеће се у Котору презентоваће.

**СТАВОРИ ВЈЕЖБАНА ПРЕМА ФИТНЕС АКТИВНОСТИМА** је тема коју је приложио проф. др **Ђорђе Нићин**, а у којој се каже: фитнес активности односно фитнес програми, постали су веома популарни како међу младима, тако и међу особама средњих, па и старијих година. Разлога за упажњавање некоег од фитнес програма има много, али према дефиницији фитнеса, основни би био бити у форми, добро функционисати у свакодневном животу и раду, бити здрав, бити добро расположен, живјети квалитетно, а путем вјежбања.

Како вјежбање доживљавају неке фитнес програме, због чега вјежбају у одређеном фитнес клубу, шта још, осим вјежбања, учине на здрав начин живота, да ли добијају још нека знања о фитнесу у току и послједице вјежбања и слично само су нека питања на која се траже одговори од вјежбача.

**РАЗЛИКЕ У НИВОО ИЗОМЕТРИСКОГ ПОТЕНЦИЈАЛА У ЗАВИСНОСТИ ОД УГЛА У СКОЧНОМ ЗГЛОБУ** је тема коју су приложили др **Катарина Херодек** и др **Ратко Станковић** са Факултета физичке културе у Нишу. Проблем овог истраживања је увођење разлика у нивоу изометриског мишићног потенцијала у зависности од угла у скочном зглобу. Различити услови извођења плантарне флексије су дефинисани углом између сегмената стопала и потколјенице. Узорац испитаника је извучен из популације студената Факултета физичке културе мушког пола старости око 20 година који су укључени у одређене физичке активности. Препоручује се да спортисти приликом тренинга за развој снаге мишића потколјенице обавезно користе подметач испод предњег дијела стопала.

**ЕФЕКТИ УПРАВЉАЊА ТРЕНИНГОМ СНАГЕ** је тема коју је приложио проф. **Срђан Сарић** а у којој се каже: Врло често се приликом спровођења тренирачког процеса испољава његов позитиван биланс. Међутим, о успјешности, као ни о његовој сврсисходности, не може се закључивати само на основу биланса. Било који смисљен процес да би се окарактерисао као успјешан, осим позитивних резултата подразумева и рационализацију примјене средстава и метода, а када говоримо о спорту и тренирачком оптерећењу. Један од кључних проблема рационализације тренинга врхунских спортиста јесте управљање процесом, односно његово контролisanje и усмјеравање. Проблем које ово истраживање третира односи се на управљање тренингом снаге, као и на посљедице тог управљања.

**ЗАПАЖАЊА ДЈЕЦЕ О СПОРТСКО-РЕКРЕАТИВНИМ АКТИВНОСТИМА ОДРАСЛИХ** је тема доц. др **Будимира Бијељића** са Филозофског факултета у Никшићу. У спортој рекреацији (и физичкој култури као целини) интересантно је сазнати одговоре на многа питања која се односе на утицаје породице на физичку активност одраслих и младих.

Посебно је интересантно утврдити како породица утиче на младе да се опредељују и баве спортом, и индиректно, како породица и млади утичу на старије да се баве спорто-рекреативним активностима.

Овај проблем у нашој новијој пракси и стручној литератури није темељито изучаван. Посљедњих година су вршена партиципална истраживања у том циљу, која за почетак омогућавају „улазак” у проблем и стварање основе за вишегоди-

шње пројекте истраживања.

Подаци у овом истраживању добијени су од дјеце узраста од 11-13 година старости, оба пола, ученика В и VI разреда из шест градских основних школа у Никшићу. Овако одабран узорак представља несумњиво реалну основу за прихватање тачности добијених података.

Редовна недељна спорто-рекреативна активност родитеља, код овог узорка дјеце, није потпуно задовољавајућа јер се очеви у 31 одсто случајева (више повремено) баве неком спорто-рекреативном активношћу, док се мајке баве рекреацијом у 11,36 одсто случајева.

Сезонско спорто-рекреативна активност (љети и зими) родитеља, код овог узорка, знатно је повећанија. Када су на љетовању са породицом, очеви у 86,82 одсто случајева редовно пливају и баве се другим спорто-рекреативним активностима на води и поред воде. Такве активности мајке изводе у 78,63 одсто случајева. У зимским условима ситуација је знатно неповољна, јер 34,54 одсто очева и 10,45 одсто маји посјеђује ски опрему и баве се рекреативним скијањем, највише од осам-десет дана у сезони.

Ове и друге информације које проистичу из резултата једног оваког истраживања могу бити корисне за креирање реалније друштвене политике у организацијама спорто-рекреације и на тај начин индиректно стварања услова за ефикаснију утицај породице на редовно спорто-рекреативно вјежбање дјеце и родитеља (посебно и заједно).

За трајно и правилно усмјеравање дјеце према спорту и спортој рекреацији веома је важно да је макар један родитељ био спортиста или, још боље, да се редовно бави спорто-рекреацијом. Овим стога, редовно спорто-рекреативна активност старијих омогућава различите позитивне ефекте на њихово здравље и укупне способности организма.

**ПЛИВАЊЕ КАО ДИО ОПШТЕ - ДРУШТВЕНЕ КИНЕЗИОЛОШКЕ АКТИВНОСТИ** је наслов теме др **Драге Милошевића** из Колашине. Пливање, поред тога што један од базичних спортова, није на задовољавајући начин нашло своје мјесто у наставним програмима, програмима рекреације, спорта и кинезиотерапије у Црној Гори. Пливање у својој бити обједињује различите елементе и нивое „умијевача играња” и компетитивности. Испољава се од нивоа игре и задовољства, па преко различитих нивоа такмичења дожеже до професионалног спорта.

Чињеница је да је пливање данас у свијету веома популарно. Аутор се пита: Шта то пливање чини тако популарним и тиме погодним медијем друштвеног укључивања? Којим то посебностима, специфичностима, садржајима и структурним покретима пливања прилачли, мотивише и заокупља велики број људи различитих социјалних, културних и узрачних карактеристика? Одговоре на ова питања аутор покушава дати аналитичким одређењем антрополошких и кинезиолошких концепата пливања.

Анализирајући истакнути проблем, аутор закључује да се пливање, као веома значајном облику друштвеног укључивања, мора прићи интердисциплинарно. Егзистирање пливања у (на) потшима, брзацима, језерима, мору или намјенским пливачким објектима, упажњавање пливања за „игру и уживање”, преко задовољења различитих циљева и уз „договорена” и официјална правила, од ирационалног и спонтаног до оног ационалног у коме се дешава „по правилима”, навело је аутора да истакнути проблем обради аналитички, и то: 1. Интердисциплинарност пливања као друштвене и спорто-рекреативне активности. 2. Пливање као игра и такмичење. 3. Социо-психолошка анализа релација мотива за пливање. 4. Мјесто и улога пливања у пливачким (и спорто-рекреативним) организацијама. 5. Анализа пливања као кретне активности.