

Сандра Р. Милановић  
Универзитет у Крагујевцу  
Факултет педагошких наука у Јагодини  
Катедра за дидактичко-методичке науке

Наташа Т. Ђорић  
Дом здравља Јагодина

УДК 616.98:578.834]:796-057.875-055.2  
378.6:37(497.113 Јагодина)  
DOI 10.46793/Uzdanica20.1.201M  
Оригинални научни рад  
Примљен: 24. фебруар 2023.  
Прихваћен: 2. јун 2023.

## УТИЦАЈ ПАНДЕМИЈЕ КОВИДА 19 НА ФИЗИЧКУ АКТИВНОСТ СТУДЕНТКИЊА ФАКУЛТЕТА ПЕДАГОШКИХ НАУКА У ЈАГОДИНИ<sup>1</sup>

*Айстиракџи:* Циљ рада је био да се истраже ставови студенткиња Факултета педагошких наука у Јагодини и утврде статистички значајне разлике у односу на утицај пандемије ковида 19 на њихову физичку активност. Истраживање је било трансверзалног карактера и спроведено је школске 2022/23. године на Факултету педагошких наука у Јагодини. У истраживању су учествовале студенткиње треће и четврте године са основних студија смера Учитељ и треће године смера Предшколски васпитач. Биле су подељене у два субузорка на основу прележаног ковида 19 и то: субузорок од 43 студенткиње које су прележале ковид 19 и субузорок од 57 студенткиња које нису прележале ковид 19. Као инструмент истраживања примењен је упитник са 10 питања у форми Ликертове петостепене скале. Добијени резултати су обрађени програмом SPSS, а за истраживање статистички значајне разлике коришћен је  $\chi^2$  тест. Добијени резултати су приказани табеларно. Резултати истраживања су показали да између студенткиња које су прележале и студенткиња које нису прележале ковид 19 постоје статистички значајне разлике у односу на став о утицају пандемије ковида 19. Студенткиње које су прележале ковид 19 тврде да је пандемија утицала на смањење њихове физичке активности, што је било праћено болом у грудном кошу приликом дисања, кратким дахом, болом у зглобовима и костима, аритмијом срца, брзим замарањем, осећајем малаксалости и губитка снаге, тешким враћањем у физичку форму, као и повећањем телесне тежине.

*Кључне речи:* пандемија ковида 19, физичка активност, студенти, ставови.

### УВОД

Пандемија ковид 19 вируса је обележила 2020. годину и потпуно променила цео свет, посебно у првој половини године. Свет се суочио са јед-

---

<sup>1</sup> Рад је настао као резултат истраживања у оквиру билатералног пројекта „Кризе, изазови и савремени образовни систем“, који реализују Факултет педагошких наука Универзитета у Крагујевцу (Србија) и Филозофски факултет Универзитета Црне Горе (Црна Гора) (2021–2023).

ном од најопаснијих и најраспрострањенијих пандемија икад забележених у историји човечанства. Проглашење пандемије на територији наше земље, осим увођења ванредног стања, пратило је увођење различитих мера у циљу сузбијања ширења вируса. Током трајања ванредног стања, Влада Републике Србије је усвајала мере којима се спречавало ширење пандемије. Потпуно је измењен контекст живота, образовања, кретања, рада, понашања, организовања слободног времена, упражњавања физичке активности, спорта и рекреације.

Услед пандемије дошло је и до промене у реализације наставе у свим васпитно-образовним установама, вртићима, основним и средњим школама и факултетима. Одређене земље су у сврху иновирања процеса учења и поучавања, као и учења на даљину, у актуелним друштвеним околностима (Елис и др. 2020; Хуанг и др. 2020; Сепулведа-Ескобар, Морисон 2020) употребиле искуства стечена у новонасталој ситуацији за презентовање и реализацију примера добре праксе, представљање смерница и издавање практикума ради отклањања недостатака који су виђени у реализацији наставе.

Пандемијска дешавања, почевши од 2020. године, унела су измене у наставу оријентисану у оба правца, пре свега променивши сам наставни процес, а потом и положај и улогу учесника у настави. Измењено окружење захтевало је универзитетског професора који „није више само оцењивач и преносилац информација, већ постаје управљач и регулатор тока информација, организатор и водитељ целокупног процеса усвајања знања“ (Богичевић 2009: 49)

Универзитетско окружење није остало недодирљиво, те се у једном периоду у потпуности променио концепт реализације наставе за све предмете. Контретно, за наставу физичког васпитања из физкултурних сала прешло се у *camere*. Нови услови рада су изискивали преобликовање дотадашње институционалне структуре, брзу трансформацију окружења и наставу која ће бити усмерена на студента (Бошкић, Хаускнехт 2021).

Недостатак кретања, упражњавања физичке активности, спорта и рекреације код студената је довело до пада физичких, функционалних, емотивних, кретних и моторичких способности. Ограничени само на физичку активност код куће привременом обуставом рада образовних установа и препорукама за рад од куће, привременом мером ограниченог изласка, ограничене су рутинске активности, укључујући и физичку. Сузбијање ширења пандемије је приоритет за јавно здравље, али не постоји довољно јавно-здравствених смерница и савета за јавност шта старији људи, деца и омладина могу или треба да ураде у погледу одржавања својих свакодневних навика вежбања или физичке активности. Продужени боравак у кући доводи до појачаног седентарног понашања, пошто се велики део времена проводи седећи и лежећи (гледање телевизије, играње игрица, онлајн-настава, коришћење мобилних телефона) и до смањења редовне физичке активности. Такво понашање у

дужем временском периоду доводи и до бројних нежељених појава: повећане телесне масе, лоше циркулације, опуштања мишића и губитка тонуса, губитка кондиције, анксиозности, поремећаја сна, депресије, повећања крвног притиска и шећера у крви, као и потенцијалног погоршања већ постојећих болести.

Постоји снажна основа за наставак физичке активности у кућним условима. Спровођење редовних физичких активности и рутинског вежбања у кућном окружењу важна је стратегија одржавања здравог живота током кризе корона вируса. Међутим, и поред жеље, воље и потребе студената, физичка активност није била у потпуности реализована и упражњена као у нормалним условима живота, било да се ради о настави физичког васпитања, спорту, тренингу или рекреацији. Посебно се утицај корона вируса негативно одразио на физичку способност студената који су га прележали. Истраживања показују да је утицај ковида оставио последице на опште здравље студената, посебно на емотивном и психичком пољу.

Према истраживању студената друге године Факултета политичких наука у Београду (смера Социјална политика и социјални рад) на тему „Ставови студената о пост ковид 19 периоду”, 92% њих је истакло да је пандемија углавном у великој мери или делимично утицала на раст степена анксиозности и депресије код младих особа, као последица мање учесталог дружења и саме социјализације.

Велики број студената није био привржен спортским активностима, нити им је пандемија представљала неки вид мотивације да се њима окрену, али је истраживање показало да је мањи број студената ипак проналазио разне начине да одржава своју физичку активност у дозвољеним условима.

Две петине испитаника изнели су став да пандемија није утицала на то да се осећају неактивније у односу на период пре пандемије, али да се 40% њих окренуло вежбању у кућним условима у неком виду.

Последице прележаног ковида на опште стање организма биле су подстицај за спровођење истраживања код студената, као покушај да се да одговор на питање у којој је мери пандемија утицала на њихову физичку активност.

## МЕТОДОЛОГИЈА ИСТРАЖИВАЊА

Истраживање је трансверзалног карактера, реализовано у другом семестру школске 2022/23. године на Факултету педагошких наука у Јагодина. Предмет истраживања је утицај пандемије ковида 19 на физичку активност студенткиња. У оквиру предмета истраживања циљ је био да се утврде евентуалне статистички значајне разлике у односу на утицај пандемије ковида 19 на физичку активност студенткиња.

У сврху истраживања формулисани су следећи истраживачки задаци: 1) сачинити инструмент истраживања; 2) спровести истраживање на планираном узорку; 3) утврдити које студенткиње су прележале пандемију, а које нису; 4) испитати ставове студенткиња о утицају пандемије ковида 19 на физичку активност; 5) добијене резултате статистички обрадити и приказати табеларно.

#### УЗОРАК ИСПИТАНИКА

Истраживање је реализовано на узорку од 100 испитаница, студенткиња треће и четврте године на основним студијама смера Учитељ и треће године смера Предшколски васпитач, које наставу похађају на Факултету педагошких наука у Јагодини. Узорак је подељен на два субузорка у односу на прележану болест: први субузорак од 43 испитанице чиниле су студенткиње које нису прележале ковид 19, а други субузорак од 57 испитаница чиниле су студенткиње које су прележале ковид 19.

#### УЗОРАК ВАРИЈАБЛИ

У сврху овог истраживања примењен је упитник који је садржао 10 питања на које су испитанице давале своје одговоре путем Ликертове скале. Употребљена је Ликертова петостепена скала, где су испитанице исказивале своје слагање или неслагање са изнетим тврдњама. За попуњавање упитника испитанице су добиле упутства и упитник су попуњавале на редовним часовима наставе физичког васпитања.

#### СТАТИСТИЧКА ОБРАДА ПОДАТАКА

Добијени резултати представљени су табеларно и процентуално, а обрађени су статистичким пакетом SPSS for Windows. За утврђивање евентуалне статистичке разлике у односу на утицај пандемије ковида 19 на физичку активност студенткиња коришћен је  $\chi^2$  тест.

#### РЕЗУЛТАТИ ИСТРАЖИВАЊА СА ДИСКУСИЈОМ

Резултати истраживања биће приказани процентуално и табеларно уз дискусију добијених резултата.

Табела 1. Демографски подаци о испитаницама

Пол иститаника	Женски
Број испитаника	100
Учитељ	67
Предшколски васпитач	33

У истраживању је учествовало 100 испитаница са Факултета педагошких наука у Јагодини, 67 студенткиња на основним академским студијама смера Учитељ и 33 на основним академским студијама смера Предшколски васпитач.

Табела 2. Бројчана (n) и процентуална (%) заступљеност студенткиња које су прележале ковид и студенткиња које нису у односу на клиничку слику

		Моја клиничка слика болести док сам имала ковид					Укупно
		Нисам имала симптоме.	Имала сам благе симптоме.	Имала сам средње тешку клиничку слику.	Имала сам тешку клиничку слику.	Имала сам веома тешку клиничку слику.	
Студенткиње које су прележале ковид	n	8	11	14	7	3	43 %
	%	18,6 %	25,58 %	32,56 %	16,28 %	6,98 %	100 %
Студенткиње које нису прележале ковид	n	0	0	0	0	0	57 %
	%	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %
Укупно	n	8	11	14	7	3	100
	%	8 %	11 %	14 %	7 %	3 %	43 %

Табела 2 показује да је од 100 испитаница 43% прележало ковид, док 57% није. Од испитаница које су прележале ковид, 8 студенткиња (18,6%) је одговорило да нису имале симптоме, 11 је одговорило да је имало благе симптоме (25,58%), 14 студенткиња је одговорило да је имало средње тешку клиничку слику (32,56%), 7 студенткиња је потврдило да је имало тешку клиничку слику (16,28%), а само њих 3 да су имале веома тешку клиничку слику (6,98%). Студенткиње које нису прележале ковид 19 нису одговарале ни на једну тврдњу везану за клиничку слику болести.

Табела 3. Вредност Хи-квадрат теста у односу на тврдњу Моја клиничка слика болести док сам имала ковид

$\chi^2$	df	p
39,45	9	0,0000955

Легенда:  $\chi^2$  – хи-квадратна расподела; df – степен слободе; p – статистичка значајност

Како Табела 3 показује, израчуната вредност  $\chi^2$  износи 39,46 уз df (9) већа је од граничних вредности 16,93 и 21,68, те можемо констатовати да **постоји** статистички значајна разлика између студенткиња које су прележале и које нису прележале ковид 19 у односу на тежину болести, на нивоу значајности 0,05 и 0,01. Вредност вероватноће  $p$  је 0,0000955 због тога што једна група студенткиња није прележала ковид.

Табела 4. Бројчана (n) и процентуална (%) заступљеност студенткиња које су прележале ковид и студенткиња које нису у односу на физичку активност

		Колико често упражњавате физичку активност					Укупно
		никада	веома ретко	ретко	често	веома често	
Студенткиње које су прележале ковид	n	1	7	8	13	14	43
	%	2,32%	16,28%	18,61%	30,23%	32,56%	100%
Студенткиње које нису прележале ковид	n	5	7	13	16	16	57
	%	8,77%	12,28%	22,81%	28,07%	28,07%	100%
Укупно	n	6	14	21	29	30	100
	%	6%	14%	21%	29%	30%	100%

Табела 4 показује да од укупног броја испитаница, без обзира на то да ли су прележале ковид или нису, 59% има физичку активност, 21% ретко има физичку активност, а 6% нема никакву физичку активност. Када се узме у обзир да 6% студенткиња нема никакву физичку активност и да 14% веома ретко користи било који вид физичке активности, то је веома мали проценат у односу на 80% студенткиња које користе неки вид физичке активности.

Табела 5. Вредност Хи-квадрат теста у односу на физичку активност

$\chi^2$	df	p
2,91	4	0,583

Легенда:  $\chi^2$  – хи-квадратна расподела; df – степен слободе; p – статистичка значајност

Како је израчуната вредност  $\chi^2(2,91)$  уз df (4) мања од граничних вредности 9,48 на нивоу значајности 0.05 и 13,27 на нивоу значајности 0.01, потврђује се да **не постоји** статистички значајна разлика између студенткиња које су прележале и студенткиња које нису прележале ковид у односу на учесталост физичке активности. Разлика у учесталости упражњавања физичке активности између студенткиња које су прележале и студенткиња које нису прележале ковид статистички је значајна, са нивоом значајности  $p = 0,583$ .

Табела 6. Процентуална заступљеност и анализа разлика између студенткиња које су прележале ковид и студенткиња које нису у односу на остале тврдње

Тврдње	Студенткиње	Не слажем се	Делимично се не слажем	Неодлучна сам	Делимично се слажем	Потпуно се слажем	$\chi^2$	df	p
1. За време пандемије имала сам редовну физичку активност	Које су прележале	35,48%	27,31%	17,41%	12,40%	7,4%	2,84	4	0,0589
	Које нису прележале	40,20%	27,12%	11,85%	5,68%	15,15%			
2. За време пандемије додала сам телесну тежину	Које су прележале	29,01%	10,80%	8,33%	31,87%	20,79%	6,63	4	0,159
	Које нису прележале	26,31%	11,15%	4,32%	33,12%	25,10%			
3. После пандемије нисам у физичкој форми као раније	Које су прележале	30,16%	8,15%	7,25%	24,14%	30,30%	12,92	4	0,013
	Које нису прележале	25,36%	10,33%	5,51%	29,28%	29,52%			
4. Требало ми је доста времена да се вратим у форму	Које су прележале	18,41%	15,10%	5,33%	26,63%	34,53%	2,38	4	0,669
	Које нису прележале	16,11%	13,09%	6,56%	26,58%	37,66%			
5. После прележаног ковида имала сам осећај кратког даха	Које су прележале	20,94%	14,3%	17,93%	15,97%	30,86%	35,75	9	0,00004423
	Које нису прележале	0%	0%	0%	0%	0%			
6. За време пандемије изгубила сам снагу и била сам малаксала	Које су прележале	12,00%	20,88%	10,70%	20,65%	35,77%	10,33	4	0,037
	Које нису прележале	30,10%	26,7%	7,77%	15,11%	20,32%			
7. Пандемија је оставила последице на моје физичке активности	Које су прележале	53,48%	4,65%	11,62%	16,27%	13,95%	10,94	4	0,028
	Које нису прележале	52,63%	26,31%	8,77%	7,01%	5,26%			
8. Пандемија је оставила последице на моје здравље	Које су прележале	50,35%	16,27%	4,97%	8,10%	20,31%	8,44	4	0,077
	Које нису прележале	71,97%	5,28%	10,52%	5,22%	7,01%			

Легенда:  $\chi^2$  – хи-квадратна расподела; df – степен слободе; p – статистичка значајност

На основу Табеле 6 можемо да констатујемо да је разлика у редовности и учесталости физичке активности за време пандемије између студенткиња које су прележале ковид и оних које нису условила статистички значајну разлику од  $p = 0,0589$ . Како је вредност хи-квадрат теста (2,84), уз степен слободе 4, мања од граничних вредности (9,48 и 13,27) констатује се да **не постоји** статистички значајна разлика између студенткиња. Кад анализирамо редовност на физичким активностима за време пандемије, на тренинзима, када их је било, 75,68% студенткиња није присуствовало, само 22,19% је

редовно одлазило на тренинге, док је 18,08% одлазило повремено. Разлог томе је вероватно страх од поновног заражавања.

Друга тврдња показује да је за време пандемије код обе групе испитаница дошло до повећања телесне тежине, услед недостатка физичке активности и ограничења кретања, као и продуженог боравка у кући (гледање телевизије, играње игрица, онлајн-настава, коришћење мобилних телефона). Како је израчуната вредност хи-квадрат теста (6,63) мања од граничних вредности, констатује се да **не постоји** статистички значајна разлика између студенткиња које су прележале ковид и оних које нису, што потврђује  $p$  са нивоом статистичке значајности од 0,159. Код тврдње *После њангемиие нисам у физичкој форми као раније* постоји корелација између испитаница, што доводи до разлике са нивоом статистичке значајности од  $p = 0,013$ . Вредност  $\chi^2 = 12,92$  потврђује да **постоји** статистички значајна разлика између испитаница. Обе групе испитаница, без обзира на то да ли су прележале ковид или нису, изјавиле су да после пандемије нису биле у истој физичкој форми као пре пандемије. Код следеће тврдње, *Требао ми је доста времена да се враћим у форму*, од 43 студенткиње које су прележале ковид 18,41% је изразило слагање, док је 20,43% изразило делимично и потпуно слагање. Студенткиње које нису прележале ковид, њих 57 (16,11%), на тврдњу су одговориле да им није било потребно доста времена да се врате у физичку форму, а 64,24% студенткиња се делимично или потпуно сложило са констатацијом, што доводи до разлике са нивоом статистичке значајности од  $p = 0,669$ . Како је вредност хи-квадрат теста 2,38, уз степен слободе 4, мања од граничних вредности, потврђује се да, када је у питању враћање у физичку форму после пандемије ковида 19, **постоји** статистички значајна разлика између студенткиња које су прележале ковид и оних које нису. Студенткиње које су прележале ковид теже и спорије су се враћале у форму од студенткиња које нису. Код пете тврдње, *После њрележаног ковида имала сам осећај крајкој даха*, можемо да констатујемо да **постоји** статистички значајна разлика између испитаница, што потврђује вредност  $p = 0,00004423$  јер су само студенткиње које су прележале ковид давале одговор на ову тврдњу. Од њих 43 колико је прележало ковид, 28% је имало средњу и тешку клиничку слику, што се поклапа и са процентом код ове тврдње да су физичке активности биле пропраћене потешкоћама у дисању, као последицом прележаног ковида. Како је вредност хи-квадрат теста од 35,75, уз  $(df) = 9$ , већа од граничних вредности, потврђује се констатација да **постоји** статистички значајна разлика између студенткиња које су прележале ковид и оних које нису у односу на осећај кратког даха. За следећу тврдњу добијена вредност  $\chi^2$  теста која износи 10,33 између граничних вредности, на нивоу значајности од 0,037 и степену слободе 4, констатује се да **постоји** статистички значајна разлика између студенткиња које су прележале ковид и оних које нису у односу на малаксалост и изгубљену снагу након пандемије. Обе групе испитаница су имале ове симптоме



без обзира на то да ли су прележале ковид или нису. Неактивност, боравак код куће, а на првом месту прележана болест – све је то довело до пада физичких способности, посебно снаге, као и осећаја малаксалости и немоћи. На питање *Да ли је пандемија оставила последице на моје физичке активности* вредност хи-квадрат теста (10,94) потврђује да **постоји** статистички значајна разлика између студенткиња које су прележале ковид и оних које нису, са нивоом статистичке значајности од 0,028. Испитанице обе групе су у великој мери одговориле да пандемија није оставила последице на њихове физичке активности. То можемо да повежемо са налазом да је 80% њих имало неки вид физичке активности за време пандемије, где физичка активност није била редовна, али је ипак постојала. Када је у питању последња тврдња, велики је број испитаница које нису прележале ковид и које се не слажу са постављеном тврдњом да је пандемија оставила последице на њихово здравље. То можемо да повежемо са чињеницом да је већи број испитаница које нису прележале ковид а које су упражњавале неки вид физичке активности, као и оних које су прележале али нису имале тешку клиничку слику. Како је вредност хи-квадрат теста од 8,44, уз степен слободе 4, мања од граничних вредности, констатује се да **постоји** статистички значајна разлика између студенткиња које су прележале ковид и оних које нису у односу на ову тврдњу.

## ЗАКЉУЧАК

Пандемија ковида 19 довела је до драматичног губитка људских живота широм света и представљала изазов за цео свет.<sup>2</sup> Ковид 19 и његове последице довеле су до забринутости, страхова и стрепње међу појединцима широм света.<sup>3</sup> Због пандемије ковида 19 сви аспекти нашег живота су се драматично променили.<sup>4</sup> Свет је доживео изазов какав се не памти у скорој историји. Сви нивои функционисања друштва су претрпели промене. Највидљивије промене су погодиле здравство, економију, образовање и рад обичних људи у свим делатностима. Иако су млади иницијално били виђени као део друштва у мањем ризику од пандемије, данас не постоји сумња да је пандемија утицала и на њих. До проглашења ванредног стања, млади нису мислили да ће пандемија утицати на њихове животе и образовање. Са једне стране, затварањем васпитно-образовних установа, студенти су имали осећај „олакшаног” школовања, али, како је време пролазило, осетили су страх у вези са даљим образовањем. Како истичу, из дана у дан и из недеље у недељу ситуација у погледу образовања се негативно погоршавала (Стојановић,

<sup>2</sup> <https://www.who.int/news/item/13-10-2020-impact-of-covid-19-on-people%27s-livelihoods-their-health-and-our-foodsystems>

<sup>3</sup> Ахорсу и др. 2020: 1.

<sup>4</sup> Налетина 2021: 75.

Вуков 2020). Све студенткиње су истакле да је, иако су имале много више слободног времена, веома тешко било концентрисати се на учење због свега што се дешавало. Страх и осећај ванредног стања допринели су да услови за учење буду далеко од идеалних. Штавише, услови су били врло стресни – студенткиње су често проводиле дане слушајући вести, конференције кризног штаба и све то је само стварало додатне тензије. Након укидања ванредног стања студенткиње су сматрале да ће све полако да се врати у нормално стање и да све може да се надокнади и стабилизује (Стојановић, Вуков 2020).

Ово истраживање је спроведено после пандемије ковида 19 на популацији студенткиња Факултета педагошких наука у Јагодини. У истраживању је учествовало 100 испитаница, студенткиња треће и четврте године на основним академским студијама смера Учитељ и студенткиња треће године на основним академским студијама смера Предшколски васпитач. Биле су подељене на два субзорка у односу на прележану болест ковид 19. Субзорак од 43 студенткиње које су прележале ковид 19 и субзорак од 57 студенткиња које нису прележале ковид 19. У овом раду испитивали смо ставове студенткиња о утицају пандемије ковида 19 на физичку активност и констатовали да од десет тврдњи у три не постоји статистички значајна разлика између студенткиња које су прележале ковид и које нису, док у седам постоји. Статистички значајна разлика не постоји у следећим тврдњама. Када је у питању учесталост упражњавања физичке активности пре пандемије, између студенткиња које су прележале и студенткиња које нису прележале ковид 19, статистички значајна разлика је са нивоом значајности  $p = 0,583$ . Тврдња која се тиче редовности и учесталости физичке активности за време пандемије условила је статистичку разлику од  $p = 0,0589$  између студенткиња које су прележале ковид и оних које нису, што потврђује да не постоји статистички значајна разлика. Трећа тврдња показује да је за време пандемије код обе групе испитаница дошло до повећања телесне тежине, услед недостатка физичке активности и ограничења кретања, као и продуженог боравка у кући. Иако је констатовано повећање телесне тежине, то нема статистичку значајну разлику што потврђује  $p$  са нивоом статистичке значајности од 0,159. У осталим тврдњама (седам) постоји статистички значајна разлика између испитаница у односу на прележану болест.

*Моја клиничка слика болесити док сам имала ковид.* Од укупног броја 43 студенткиње су прележале ковид 19. Осам студенткиња није имало никакве симптоме, 11 је имало благе симптоме, 14 је имало средње тешку клиничку слику, 7 тешку клиничку слику и само 3 веома тешку клиничку слику. У односу на цео узорак мали проценат је имао веома тешку клиничку слику.

*После пандемије нисам у физичкој форми као раније.* Студенткиње које су прележале ковид потпуно се слажу да нису у физичкој форми као раније због средње тешке клиничке слике. Студенткиње које нису прележале ковид

истог су мишљења, али сматрају да је због карантина изгубљен континуитет и жеља за физичком активношћу.

*Требао ми је гостиња времена да се враћим у форму.* Студенткиње које су прележале ковид имале су више потешкоћа да се врате у форму од студенткиња које нису прележале, због лошије клиничке слике, брзог замарања, кратког даха, малаксалости и изгубљене снаге током болести. Студенткиње које нису прележале ковид брже су се вратиле у форму.

*После прележаног ковида имала сам осећај крајњих даха.* Студенткиње које су прележале ковид се потпуно слажу са овом тврдњом јер је клиничка слика била средње тешка (32,56%), тешка (16,28%) и веома тешка (6,98%), док студенткиње које нису прележале ковид нису имале никаквих потешкоћа са дисањем.

*За време пандемије изгубила сам снагу и била сам малаксала.* Студенткиње које су прележале ковид потпуно се слажу да су изгубиле снагу и биле малаксале услед слабог имунитета и других симптома болести. Студенткиње које нису прележале ковид такође су имале потешкоћа, само слабијег интензитета.

*Пандемија је оставила последице на моје физичке активности.* Студенткиње које су прележале и које нису прележале ковид сматрају да њихова физичка активност није претрпела последице јер су кориговале вежбање и прилагодиле га извођењу у кућним условима (карантину). У односу на цео узорак велики је проценат студенткиња које су имале неки вид активности код куће и које су после пандемије наставиле са редовним тренинзима.

*Пандемија је оставила последице на моје здравље.* Обе групе студенткиња су изразиле неслагање са тврдњом да је пандемија оставила последице на њихово здравље. Студенткиње које нису прележале ковид нису имале проблема са здрављем, док су студенткиње које су прележале ковид имале углавном благе симптоме који нису оставили последице на њихово здравље. Једино су студенткиње које су имале веома тешку клиничку слику (мали проценат у односу на цео узорак – 6,98%) изјавиле да су имале временски дужи период опоравка, који је оставио последице на њихово здравље.

После пандемије живот се полако наставља, људи се враћају својим обавезама и пословима, ђаци и студенти школама и факултетима, спортисти и рекреативци тренинзима. Поред свих негативних утицаја и последица које је пандемија оставила, постоји и позитивна страна. Пандемија је освестила људе да размишљају о здрављу – да су вируси присутни и опасни, да је важна хигијена на јавним местима и у кући, да је физичко и ментално здравље стуб човека.

## ЛИТЕРАТУРА

Ахорсу и др. (2020): Ahorsu et al., The fear of COVID-19 scale: Development and initial validation, *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1, <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>.

Богичевић (2009): Д. Богичевић, Интерактивна настава као иновативни модел универзитетског предавања, *Иновације у настави*, XXII/2, 42–52.

Бошкић, Хаускнехт (2021): N. Boskic, S. Hausknecht, Reshaping the educational landscape: During and after the COVID19 pandemic, *Иновације у настави*, XXXIV/4, 36–50. <https://doi.org/10.5937/inovacije2104036B>

Бранковић и др. (2005): Д. Бранковић и др., *Иновације у универзитетској настави*, Бања Лука: Филозофски факултет.

Елис, Стедмен, Мао (2020): V. Ellis, S. Steadman, Q. Mao, Come to a screeching halt: Can change in teacher education during the COVID-19 pandemic be seen as innovation?, *European Journal of Teacher Education*, 43(4), 559–572, <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02619768.2020.1821186>.

Налетина (2021): D. Naletina, Impact of disruption in the supply chain on flexible packaging industry during the COVID-19 pandemic, *Ekonomске идеје и пракса*, Vol. 42, 7, <https://doi.org/10.54318/eip.2021.dn.299>.

СЗО: World Health Organization, *Global recommendations on physical activity for health*, <https://www.who.int/publications-detail/global-recommendations-on-physical-activity-for-health>

Сепулведа-Ескобар, Морисон (2020): P. Sepulveda-Escobar, A. Morrison, Online teaching placement during the COVID-19 pandemic in Chile: challenges and opportunities, *European Journal of Teacher Education*, 43(4), 587–607, <https://doi.org/10.1080/02619768.2020.1820981>.

Стојановић, Вуков (2020): Б. Стојановић, Т. Вуков, *Животи младих у Србији: утицај ковид 19 пандемије*, Београд: Мисија ОЕБС-а у Србији: Кровна организација младих Србије.

Хуанг, Ли, Тлили, Књазева, Чанг, Жанг, Бургос, Џемни, Жанг, Жуанг, Холотеску (2020): R. Huang, D. Liu, A. Tlili, S. Knyazeva, T. W. Chang, X. Zhang, D. Burgos, M. Jemni, M. Zhang, R. Zhuang, C. Holotescu, *Guidance on Open Educational Practices during School Closures: Utilizing OER under COVID-19 Pandemic*, UNESCO.

<https://www.who.int/news/item/13-10-2020-impact-of-covid-19-on-people%27s-livelihoods-their-health-and-our-foodsystems>

Sandra R. Milanović

University of Kragujevac  
Faculty of Education in Jagodina  
Department of Didactics and Methodology

Nataša T. Đorić

Community Health Center  
Jagodina

## THE INFLUENCE OF THE COVID-19 PANDEMIC ON PHYSICAL ACTIVITY OF FEMALE STUDENTS OF THE FACULTY OF EDUCATION IN JAGODINA

*Summary:* The aim of this paper was to investigate and determine statistically significant differences in the attitudes of female students of the Faculty of Education in Jagodina in relation to the impact of the COVID-19 pandemic on their physical activity. The research was transversal and was conducted in the academic year 2022/2023 at the Faculty of Education in Jagodina. The participants of this research were female students of the third and fourth academic year of BA studies, department Class teacher education and the third year students of the department Preschool teacher education. They were divided into two subsamples based on the number of students who were infected with Coronavirus: a subsample of 43 female students who were infected with COVID-19 and a subsample of 57 female students who were not infected. The obtained results were processed with the SPSS program, and the Chi-square test was used to investigate statistically significant differences. The obtained results are presented in the form of a table. The results of the research show that there are statistically significant differences between female students who were infected and female students who were not infected with COVID-19 in relation to the attitude about the impact of the COVID-19 pandemic. Female students who were infected with COVID-19 claim that the pandemic caused the reduction of their physical activity, which was accompanied by pain in the chest when breathing, short breath, pain in the joints and bones, cardiac arrhythmia, rapid fatigue, feeling of weakness and loss of strength, difficulty to get back in shape as well as weight gain.

*Keywords:* COVID-19 pandemic, physical activity, students, attitudes.