

Број: 520/26

Датум: 7.4.2026 год.

Одлуком Наставно-научног вијећа Факултета физичког васпитања и спорта Универзитета у Источном Сарајеву, број 422/26 од 13. 03. 2026. године, именована је Комисија за оцјену и одбрану урађене докторске дисертације кандидата Данијела Божића, ма под насловом „Ефекти програма рукомета на пијеску на моторичке способности младих рукометаша у прелазном периоду“ (у даљем тексту: Комисија¹ у сљедећем саставу:

1. **Др Борислав Цицовић, редовни професор** за ужу научну област Спортске и рехабилитационе науке на Факултету физичког васпитања и спорта Пале Универзитета у Источном Сарајеву
предсједник
2. **Др Верољуб Станковић, редовни професор** за ужу научну област Научне дисциплине у физичком васпитању и спорту (еквивалент ужа научна област Спортске и рехабилитационе науке) Факултет за спорт и физичко васпитање Универзитет у Приштини са привременим сједиштем у Косовској Митровици - **члан**
3. **Др Дејан Ђеремицић, редовни професор** за ужу научну област Спортске и рехабилитационе науке на Факултету физичког васпитања и спорта Пале Универзитета у Источном Сарајеву
члан

Комисија је прегледала и оцијенила докторску дисертацију и о томе подноси Наставно - научном вијећу Факултету физичког васпитања и спорта Пале Универзитета у Источном Сарајеву, сљедећи

ИЗВЈЕШТАЈ **о оцјени урађене докторске** **дисертације**

1. Значај и допринос докторске дисертације са становишта актуелног стања у одређеној научној области

Докторска дисертација, кандидата Данијела Божића, под насловом „Ефекти програма рукомета на пијеску на моторичке способности младих рукометаша у прелазном периоду“ представља оригиналан и научно заснован допринос у оквиру уже научне области спортских и рехабилитационих наука. Савремена истраживања, у области теорије и методике спортског тренинга у рукомету, углавном су усмјерена на анализу ефеката различитих модела кондиционе припреме у припремном и такмичарском периоду, док је прелазни период остао релативно недовољно истражен, иако има значајну улогу у очувању моторичког статуса и спречавању опадања способности рукометаша.

Посебно је уочљив недостатак студија које систематски испитују улогу рукомета на пијеску као структурално планираног и контролисаног облика активног одмора у периоду паузе између такмичарских сезона. Иако рукомет на пијеску, као дисциплина под окриљем Међународне

рукометне асоцијације (*IHF - International Handball Federation*), биљежи интензиван развој и све већу интеграцију у тренажну праксу, његова научна верификација у контексту систематске кондиционе припреме младих рукометаша није у довољној мјери разрађена. Ова дисертација даје одговоре на питања која се нису могла пронаћи у досадашњој литератури, јер први пут у полуконтролисаним условима испитује ефекте шестонедјељног програма рукомета на пијеску у прелазном периоду код популације младих рукометаша узраста 15-17 година. Примјена експерименталног дизајна са контролном групом, иницијалним и финалним мјерењем, као и употреба валидних и поузданих тестова за процјену антропометријских карактеристика и моторичких способности, уз адекватну статистичку обраду података, омогућили су добијање релевантних и научно утемељених резултата.

Емпиријски налази указују на статистички значајна побољшања у параметрима брзине, агилности, равнотеже и редукацији процента масног ткива код испитаника експерименталне групе, док контролна група није показала значајне промјене, чиме је потврђена ефикасност примјењеног програма. На тај начин рукомет на пијеску се позиционира, не само као такмичарска дисциплина, већ и као функционалан и научно оправдан модел рада у систему годишњег циклуса припреме спортиста.

Теоријски значај рада огледа се у проширивању сазнања о улози алтернативних облика тренинга у очувању и унапређењу моторичких способности током прелазног периода, док је његов практични допринос посебно значајан за тренере и спортске стручњаке, јер нуди конкретан и примјењив модел програмирања тренажног процеса који може допринијети одржавању нивоа физичке припремљености и смањењу ризика од повреда при уласку у нови припремни циклус.

2. Оцјена да је урађена докторска дисертација резултат оригиналног научног рада кандидата у одговарајућој научној области

Докторска дисертација представља оригиналан и самосталан научни рад кандидата, који је методолошки прецизно постављен, теоријски утемељен и практично примјењив. Кандидат је самостално спровео експерименталне процедуре, прикупио и обрадио податке, те на основу њих формулисао закључке који доносе нова сазнања у области методике тренинга у рукомету. Резултати дисертације дају значајан допринос даљем развоју тренинг метода на пјешчаној подлози у периодима између двије такмичарске сезоне, односно у прелазном периоду, као и научном разумијевању ефеката оваквог типа тренинга на антропометријске и моторичке способности спортиста.

3. Преглед остварених резултата рада кандидата у одређеној научној области

Као што је већ поменуто, кандидат Данијел Божић је спроведеним истраживањем добио значајне и оригиналне резултате. На основу добијених резултата, утврђена је ефикасност примјењеног модела тренинга на брзину, агилност, равнотежу као и редукацију масног ткива испитаника. Такође, докторска дисертација кандидата доноси значајан допринос развоју методике тренинга у рукомету, са посебним освртом на тренинг на пјешчаној подлози у прелазном периоду између двије такмичарске сезоне. Кандидат је самостално дефинисао циљеве и поставио методолошки прецизан експеримент, при чему је примјенио савремене теоријске и практичне приступе у анализи моторичких способности. Рад обухвата систематско праћење експлозивне снаге, брзине, равнотеже, агилности и издржљивости спортиста, као и антропометријских параметара, што омогућава објективну процјену ефеката интервенције. Прикупљени подаци су анализирани и показују статистички значајан напредак код одређених параметара, укључујући BMI, проценат масног ткива, брзине, агилности и равнотеже. Дисертација садржи оригиналне закључке о утицају тренинга на пјешчаној подлози на моторичке способности, што представља ново сазнање у области спортских наука. С тим у вези, кандидат је развио практичне препоруке за планирање и реализацију тренинга у прелазном периоду, које могу бити од користи рукометним тренерима, а уједно и спортистима. Резултати рада представљају међусобну повезаност теоријског знања и практичне примјене, доприносећи бољем разумијевању адаптационих процеса

рукометаша. Све наведено, потврђује да је дисертација резултат самосталног и оригиналног научног рада, са видљивим научним и практичним утицајем у области спортских и рехабилитационих наука.

4. Оцјена о испуњености обима и квалитета у односу на пријављену тему (по поглављима)²

Кандидат је у потпуности испоштовао прописану структуру и садржај докторске дисертације.

Увод

Кроз поглавље Увод, кандидат је представио дефиницију и историјски развој рукометне игре у дворани и на пијеску. Такође, кандидат је јасно саопштио које су то заједничке спортске и техничко - тактичке појединости у ове двије игре, те како једна другу могу надопунити. Кроз ово поглавље, упознали смо се са коришћеним методама у досадашњим истраживањима, те истакнут недостатак литературе са сличном темом који би могао дати одговор на питање да ли и у којој мјери рукомет на пијеску утиче на опадање или побољшање моторичких способности током прелазног периода.

Циљеви

Циљеви истраживања су јасно дефинисани и у потпуности усклађени са пријављеном темом дисертације. Кандидат је прецизно формулисао општи циљ, као и појединачне истраживачке задатке који произилазе из постављеног проблема. На основу дефинисаних циљева формулисане су и истраживачке хипотезе, које представљају основу за даљи ток научног истраживања.

Методе

У поглављу Методе, кандидат је примјенио научно утемљен и систематичан приступ истраживању. Представљена је и описана организација мјерења, узорак испитаника, експериментални поступак, примјенљиве процедуре за прикупљање и статистичку обраду података. Избор метода је адекватан и у складу са постављеним циљевима и хипотезама истраживања, што омогућава поуздану и објективну интерпретацију добијених резултата.

Резултати

У дијелу рада који се односи на резултате кандидат систематично и прегледно приказује добијене податке, уз примјену одговарајућих статистичких поступака обраде. Резултати су представљени на јасан и методолошки исправан начин, што омогућава лако праћење и разумијевање добијених налаза. Посебан квалитет овог дијела рада представљају табеларни прикази и графикони, који додатно илуструју и појашњавају изнесене резултате, омогућавајући њихову прегледност и лакшу интерпретацију. Осам табела и пет графикана је функционално уклопљено у текст и представљају важну допуну аналитичком приказу резултата.

Дискусија

У оквиру дискусије кандидат критички анализира добијене резултате и доводи их у везу са постављеним циљевима и хипотезама истраживања. Добијени налази се упоређују са резултатима ранијих истраживања из релевантне научне области, чиме се омогућава њихово научно утемељено тумачење и шири контекстуални увид. На основу проведене анализе кандидат аргументовано потврђује или одбацује постављене хипотезе, те указује на научни и практични значај добијених резултата.

Литература

Коришћена литература у овој докторској дисертацији је релевантна, савремена и усклађена са тематиком истраживања. Кандидат је користио значајан број домаћих и иностраних научних извора, који су правилно цитирани и наведени према АРА стандардима. На тај начин обезбијеђена је адекватна теоријска основа и научна утемељеност рада.

5. Научни резултати докторске дисертације

У овој докторској дисертацији, по први пут се долази до сазнања о примјени рукомета на

пијеску као методу одржавања и побољшања моторичких способности младих рукометаша током прелазног периода. Поред тога, резултати истраживања проширују постојећа сазнања из области спортског тренинга, те пружају нове смјернице за планирање и програмирање тренажног процеса. Добијени закључци могу послужити будућим истраживачима и спортским радницима при одабиру најоптималнијих модела за одржавање моторичког статуса спортисте., што представља значајан научни допринос ове докторске дисертације.

6. Примјењивост и корисност резултата у теорији и пракси³

Спроведено истраживање, за потребе ове докторске дисертације, има значајну примјењивост и научну вриједност како у теоријском, тако и у практичном смислу. Посматрајући са аспекта теорије, већ је поменуто да истраживање доприноси проширењу досадашњих сазнања из области спорта, тренажне технологије и методике рукомета, посебно код моделирања тренажног процеса у прелазном периоду. Такође, могућност примјене рукомета на пијеску као специфичног модела тренинга за очување и унапређење моторичких способности младих рукометаша, обогаћује се теоријска основа о оптималним облицима рада. У поређењу са постојећи теоријским и практичним методама, која се најчешће заснивају на општој физичкој припреми или у мањој мјери специфичним облицима активности, резултати овог истраживање указују на предности коришћења рукомета на пијеску као функционалног и мотивационо атрактивног начина рада. На овај начин задржава се специфичност рукометне игре, истовремено доприносећи развоју моторичких способности у условима различитих подлога и терена.

Практична примјењивост резултата огледа се у могућности њихове директне употребе у раду тренера, професора физичког васпитања и спортских стручњака који раде са младим рукометашима. Сазнања добијена у овом истраживању могу послужити као основа за креирање и унапређење програма тренинга у прелазном периоду, са циљем очувања оптималног нивоа моторичке припремљености рукометаша и смањења негативних ефеката смањеног тренажног обима и интензитета у том периоду.

7. Презентирање резултата научној јавности⁴

Кандидат је ддио резултата из ове докторске дисертације, научној и широј јавности, представио у облику објављивања научног рада у истакнутом међународном часопису (*International Journal of Morphology*).

Božić, D., Karišik, S., Pržulj, R., Joksimović, M., Muntean, R. I., Valentina, S. & Popović, A. (2025). The Effects of a Beach Handball Training Program on the Morphological Characteristics of Elite Youth Male Handball Players During the Off-Season Period. *International Journal of Morphology*, 43(5), 1771-1778.

8. ЗАКЉУЧАК И ПРИЈЕДЛОГ⁵

На основу детаљне апализе завршене докторске дисертације кандидата Данијела Божића, поднесене Факултету физичког васпитања и спорта Универзитета у Источном Сарајеву, Комисија је једногласно закључила да је кандидат изабрао научно актуелну и стручно релевантну тему истраживања. Истраживање је реализовано у складу са принципима научноистраживачког рада, уз примјену адекватних методолошких поступака, савремених метода мјерења и одговарајућих статистичких анализа, што је омогућило добијање поузданих и научно утемељених резултата.

Добијени резултати представљају значајан допринос научним сазнањима из области спорта и тренажне технологије у рукомету, посебно у сегменту примјене рукомета на пијеску као специфичног модела рада у прелазном периоду тренажног процеса. Истраживање указује на могућности очувања и унапређења моторичких способности младих рукометаша кроз примјену адекватно структурираних програмских садржаја, што има посебан значај како за научну област, тако и за практичну примјену у тренажном процесу.

На основу наведеног, Комисија предлаже Научно-наставном вијећу Факултета физичког васпитања и спорта Универзитета у Источном Сарајеву да прихвати извјештај о оцјени урађене докторске дисертације, кандидата Данијела Божића, и одобри њену јавну одбрану.

¹ Комисија мора бити именована у складу са чланом 40. Правилника о студирању на трећем циклусу студија на Универзитету у Источном Сарајеву

² Испуњеност обима и квалитета у односу на пријављену тему, нарочито, треба да садржи: аналитички и системски прилаз у оцјењивању истраживачког постављеног предмета, циља и задатака у истраживању; испуњеност научног прилаз у доказивања тврдњи или претпоставки у хипотезама, са обрадом података.

³ Истаћи посебно примјењивост и корисност у односу на постојећа рјешења теорије и праксе.

⁴ У складу са чланом 37. Правилника о студирању на трећем циклусу студија на Универзитету у Источном Сарајеву.

⁵ У закључку се, поред осталог, наводи и назив квалификације коју докторанд стиче одбраном тезе.

Мјесто: Пале

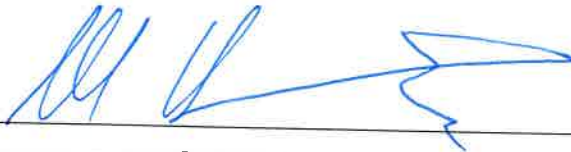
Датум:31.3.2026.

Комисија:

1. **Др Борислав Цицовић, редовни професор** за ужу научну област Спортске и рехабилитационе науке на Факултету физичког васпитања и спорта Пале Универзитета у Источном Сарајеву - **предсједник, с. п.**



2. **Др Верољуб Станковић, редовни професор** за ужу научну област Научне дисциплине у физичком васпитању и спорту (еквивалент ужа научна област Спортске и рехабилитационе науке) Факултет за спорт и физичко васпитање Универзитет у Приштини са привременим сједиштем у Косовској Митровици - **члан, с. п.**



3. **Др Дојан Ђермиџић, редовни професор** за ужу научну област Спортске и рехабилитационе науке на Факултету физичког васпитања и спорта Пале Универзитета у Источном Сарајеву - **члан, с. п.**

