

SOCIAL SUPPORT AND PHYSICAL ACTIVITY LEVEL OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

Živan N. Milošević¹, Tatjana Tubić²

¹University of Novi Sad, Faculty of Sport and Physical Educatio, student DAS, Serbia

²University of Novi Sad, Faculty of Sport and Physical Educatio, Serbia

Abstract

The aim of this research was to determine whether differences among elementary school students of both genders in levels of physical activity in relation to their individual perception of different social support domains are present. 165 fifth graders participated in this research (88 girls and 77 boys). Social Support Scale for Children, SSSC (Harter, 1985) which consists of four subscales: 1. social support of parents; 2. social support of peers; 3. social support of teachers; and 4. social support of close friends, was administered and used. Evaluation of the level of physical activity has been assessed via the questionnaire method which was based on self-evaluation and self-perception of levels of physical activity by applying the International Physical Activity Questionnaire (Craig et al., 2003). Results of multiple regression analysis show that the system of prediction variables of specific domain of social support has a statistically significant influence on strenuous physical activity levels of boys. Social support of close friends has displayed itself as the absolute best predictor on their strenuous and total physical activity. Statistically significant influence of system of prediction variables on any type and level of physical activity hasn't been noticed among girls. By observing the influence of certain variables of social support social support from parents has the strongest influence on moderate level of physical activity among girls. This research paper contributes to the identification of factors which influence the participation level of students in physical activity programs. The goal of this research paper was to contribute to the development of fruitful strategies and interventions which will ensure motivation and enjoyment in physical activity participation.

Key words: SOCIAL INFLUENCE/SOCIAL PERCEPTION/TYPES OF PHYSICAL ACTIVITY

INTRODUCTION

The literature shows that social support correlates well with positive social and emotional outcomes in youth. These outcomes are as follows: self-confidence, self-concept, social skills and relationship with parents, teachers and their peers (Demaray, Malecki, Davidson, Hodgson, & Rebus, 2005). Social support is connected with lowers levels of troublesome behavior, drug abuse, bullying, insults and violence (Davidson & Demaray, 2007). Great number of research points out to the fact that support from parents and peers is positively correlated with higher levels of physical activity among youth (Gustafson, & Rhodes, 2006; Hohepa, Scragg, Schofield, Kolt, & Schaaf, 2007; Pugliese, & Tinsley, 2008; Heit; Woolger, & Power, 1993; Weiss & Hayashi 1995; Woolger & Power 1993; Brustad, 1996; Dowda, Dishman, Pfeiffer, Pate, 2007;

Brustad, 1993; Eccles & Harold, 1991; Weiss & Hayashi, 1995), while on the other side of the spectrum, negative attitudes and behavior of parents has a negative correlation with the child's level of enjoyment and feelings of pleasure in physical activity participation. (Omundssen & Vaglum 1991; Scanlan & Lethwaite 1988; Anderssen, & Wold, 1992).

According to the results of one research study (Horst, Paw, Twisk & Mechelen, 2007), inter-relationship between social support and the level of participation in physical activity is strongly influenced by the age of the student. For example, research studies point out that among 4 to 12 year olds, factor that most strongly influences the level of physical activity participation is the social support of parents. In 13 to 18 years old adolescents, factor that most strongly influences the level of physical activity participation is the social support of friends and family (Allender,

Cowburn, & Foster, 2006). This is confirmed by other authors, which indicate that children mature, spend more and more time with friends in relation to their family, and become more and more importantly their social support of their peers and friends (Beets, Vogel, Forlaw, Pitetti, & Cardinal, 2006; Voorhees, Murray, Welk, Birnbaum, Ribisl, Johnson, Pfeiffer, Saksvig & Jobe, 2005).

A better understanding of physical activity determinants could lead to the development of more efficient strategies in promoting physical activity, and such efforts could potentially lead to an improvement of current and future health status of the youth. Therefore, the main purpose of this research was to determine which specific domains of social support pose the strongest influence on different levels of physical activity among participants of both genders. Taking into consideration the results of previous research studies, as well as the goals of this research paper, a fundamental hypothesis has been set, according to which a prediction of different types of physical activity levels of elementary school students based on specific domains of observed social support is possible, and in addition that it is possible to stimulate them with a specifically geared influence of "significant others"

METHOD

Sample of participants consisted of n=165 fifth graders of elementary school, out of which n=77 were boys and n=88 girls. From the total number of participants (n=165), n=97 students were attending primary school "Prva Vojvodjanska Brigada", and n=68 students were attending primary school "Dositej Obradovic". Both school are located in the city of Novi Sad, Serbia.

Data of overall physical activity levels was obtained via the questionnaire method, which is based on self-evaluation and self-perception of the level of physical activity via the application of International Physical Activity Questionnaire (IPAQ, Craig et al., 2003). This questionnaire contains 7 questions about specific types of physical activity, while using the last 7 days as a reference period. The following specific physical activity types were estimated are walking, moderate physical activity, strenuous physical activity as well as sedentary activity. Total score, that is the total level of physical activity is calculated based on the

first three variables (except sedentary). For each type of activity participants entered data which are related to physical activity duration (expressed in minutes) and the number of days per week when they were active, after that depending on the level of physical activity, each physical activity type was awarded with an appropriate MET (metabolic equivalent) number. This way the scores were obtained for walking, moderate and vigorous physical activity which were expressed in MET/min/week.

For the evaluation of social support, the Social Support Scale for Children, (SSSC) (Harter, 1985) was used. This instrument consists of four subscales; each subscale further consists of six claims. Each claim is formulated as a complex, bipolar sentence. The examinee has to determine whether a left or right part of the sentence better describes him or her; concurrently the examinee should evaluate whether that description fully relates and describes him or her or just partially in a certain part of the sentence. The score on each subscale represents an arithmetic average of the response on individual claims which are scored on a four level scale, where number 1 represents the lowest level of observed social support, and 4 represents the highest. The applied measurement instrument is designed and intended for evaluation of four distinct and separate specific levels of observed social support. Therefore SSSC consists of the following subscales:

Social support of parents – refers to the degree in which parents understand their children, have a desire to hear their problems, take care of their feelings and emotions, treat them as important and valuable people (e.g. *certain children have parents which do not have a desire to listen to their children's problems, but other children have parents that are willing to listen to their problems*).

Social support of classmates – refers to the degree of interpersonal relationship and acceptance of the child from his or her classmates (e.g. *certain children have friends in a class with whom they can be friends with, but other children do not have any friends in the class with whom they can be friends with*).

Social support of teachers – refers to the degree in which teachers help children when they are upset, how they motivate them to give their maximal effort, how they take care of them and treat them as valuable, and equally important people (e.g. *certain children have a teacher that treats them as an individual valuable person, but other children do not have a teacher which treats them as an individual valuable person*).

Social support of close friends – refers to the fact whether a child has close friends with whom he or she can have a conversation about his or her problems, which truly understand them, whom they can complain to about things which are bothering them, and which truly listen to what they have to say (e.g. *certain children do not have close friends that truly listen to what they have to say, but other children have close friends which listen to what they have to say*).

In addition to the basic indicators of descriptive statistics, a series of regression analyzes were used to obtain data of which specific domains of observed so-

cial support pose the greatest influence on different types of physical activity among participants of both genders. All of the data was analyzed with a statistics package Statistical Package for Social Sciences (v.19.0, SPSS Inc., Chicago, IL, USA).

RESULTS

Basic descriptive determinants of the level of social support of children of both genders can be seen in Table 1.

Table 1. Social support of students of both genders (values of descriptive statistics and t-test for independent sample)

Support source	Boys		Girs		t	p
	M	SD	M	SD		
Parents	3.48	.45	3.66	.33	-2.88	.00
Classmates	3.14	.59	3.27	.50	-1.48	.14
Teachers	2.92	.59	3.12	.51	-2.34	.02
Close friends	3.36	.53	3.55	.50	-2.37	.02

It can be seen from Table 1 that girls show a more favorable observation of the social support in all domains compared to boys. Girls rate social support of parents with the highest scores, after that social support from close friends follow, after which social support from classmates comes, whilst the lowest level of social support which girls remark to as important is the social support of teachers. In boys the most important source of social support comes from their parents, social support from close friends falls into second place, after which social support from class-

mates and teachers follow. Results of the t-test for independent sample in an observed level of social support from parents, teachers and close friends outside of school show statistically relevant differences between genders in favor of girls.

Results of regression analysis are presented in the next section with an objective to questions to the total and individual influence of system of predictive variables on different physical activity types for boys (Table 2) and girls (Table 3)

Table 2. Influence of different domains of social support on different types of physical activity among boys

Support source	Walking		Sedentary physical activity		Moderate physical activity		Strenuous physical activity		Total physical activity	
	β	p	β	p	β	p	β	p	β	p
Parents	.24	.06	-.05	.66	-.07	.58	.00	.99	.03	.81
Classmates	.11	.35	.08	.52	.12	.31	-.19	.10	-.01	.90
Teachers	.01	.91	.18	.16	-.12	.36	-.32	.01	-.26	.05
Close friends	-.05	.74	-.05	.70	.24	.09	.27	.04	.29	.04
	R = .27, R ² = .07, p = .22		R = .19, R ² = .04, p = .62		R = .25, R ² = .06, p = .31		R = .34, R ² = .11, p = .05		R = .28, R ² = .08, p = .21	

By measuring the influence of specific domains of observed social support of student as predictors of different activity types, the predictor system has showed as statistically significant in relation to strenuous physical activity ($R=.34$; $p=.05$).

By observing the individual influence of each domain of observed social support, the most significant influence among girls on strenuous physical activity the observed social support of close friends had the greatest influence ($\beta = .27$, $p = .04$) and teachers ($\beta = -.32$, $p = .01$), while the observed social support of

teachers has a negative influence on strenuous physical activity of boys. By observing the total level of physical activity, teachers ($\beta = -.26$, $p = .05$) and close friends ($\beta = .29$, $p = .04$) also have a statistically significant influence. Obtained results point out to the fact that all analyzed domains of social support among boys explain only 7% of variance in walking variable, 4% of variance in variable sedentary physical activity, 6% of variance in moderate physical activity, 11% of variance in strenuous physical activity and 8% of variance in total physical activity.

Table 3. Influence of different domains of social support on different types of physical activity among girls

Social source	Walking		Sedentary physical activity		Moderate physical activity		Strenuous physical activity		Total physical activity	
	β	p	β	p	β	p	β	p	β	p
Parents	.22	.07	.19	.11	.28	.02	-.28	.06	.07	.58
Classmates	.01	.89	.11	.38	-.11	.39	.09	.47	.00	.96
Teachers	.00	.97	.02	.82	.15	.21	.18	.14	.19	.14
Close friends	.06	.66	-.23	.10	-.09	.50	.08	.56	.02	.88
	R = .26, R ² = .07, p = .19		R = .23, R ² = .05, p = .32		R = .32, R ² = .10, p = .06		R = .27, R ² = .07, p = .17		R = .24, R ² = .06, p = .27	

By observing the influence of specific domains of observed social support of girls on different types of physical activity (Table 3), it can be seen that the system of predictive variables hasn't showed as statistically significant in any of the physical activity types. Taking into consideration the isolated influence of different domains of observed social support, the observed social support of parents has showed as statistically significant predictor of moderate physical activity levels among girls ($\beta = .28$, $p = .02$). Obtained results point out to the fact that all analyzed domains of social support among girls explain only 7% of variance in walking variable, 5% of variance in variable sedentary physical activity, 10% of variance in moderate physical activity, 7% of variance in strenuous physical activity and 6% of variance in total physical activity

DISCUSSION

Based on previous research studies that have documented the levels of importance that social support plays in total physical activity levels, present study had the goal to examine relations between certain

types of physical activity and specific domains of social support in youth population (12 year olds). Specific domains of social support were the following: social support of parents, social support of classmates, social support of teachers, and social support of close friends.

In relation to gender, the results of this research indicate that girls show a better observation of special support in all domains compared to boys, which is in congruence with previous research (Bokhorst, Sumter & Westenberg, 2010). In connection with that, it has been proven that in the initial childhood period, girls show a tendency of developing more intimate peer relationships which are based on trust (Belle, 1989; Maccoby, 1966; Wheeler & Nezlek, 1977), whilst boys show a tendency to base their friendships on mutual interests including physical activity (Ervin, 1985). Researchers also point out that females have a better social support perception in general during all life periods (Demaray & Malecki, 2002; Frey & Rothlisberger, 1996; Jackson & Warren, 2000; Malecki & Demaray, 2003). Obtained data are in congruence with the results of previous research studies which also confirm the presence of gender differences in relationship

with parents during adolescence. Girls generally report higher levels of social support as compared to (Armsden & Greenberg, 1987; Furman & Buhrmester, 1992) boys. Girls have less or less intense contacts, while boys develop an extensive social network, which is in great part based on superficial relationships (Bryant, 1994; Vondra & Garbarino, 1988).

Previous research confirms that females evaluate themselves in an unfavorable fashion when it comes to physical self-concept in comparison to boys, that is, when talking about physical appearance and the competency to play and participate in sports (Ommundsen, & Vaglum, 1991; Weiss, & Chaumeton, 1992). Boys show a more favorable perception of oneself when self-worth is taken into consideration, and especially when they estimate their own physical appearance and competency to play sports. Therefore, it can be concluded that boys show a lower expression of needs in comparison to girls for social support from family, school, teachers, coaches, etc. (Harter, 2001). Among boys, social support stimulates involvement in sports more compared to girls. It is expected from boys to be strong and active, and are therefore directed towards playing sports, in which they form and perfect their motor abilities (Neisen, Braun, & Shepherd, 2007)

Longitudinal studies that were carried out in United States of America also show that a lower level of observed family social support for physical activity participation among elementary school student was connected with a sudden decrease of level of physical activity during high school period of education (Dowda, Dishman, Pfeiffer, Pate, 2007). This points out to a conclusion that boys have a better self-perception and self-estimation of themselves in physical domain, which further leads to their greater participation in physical activity programs.

The answer to a research question on how the analyzed domains of observed social support influence the different types of physical activity of participants was obtained by the application of multiple regression analysis. Obtained results of this research point out to the fact that analyzed domains of observed social support have a statistically significant influence on strenuous physical activity among boys. By observing the isolated influence of each of domains of observed social support, the observed social support of close friends had the greatest influence on strenuous physical activity among boys. Positive influence of close friends on strenuous physical activity of boys can

be explained by the fact da boys have a greater tendency to form friendships based on mutual interests, including physical activity, in contrast to girls which form even closer and more intimate friendships that are based on trust (Erwin, 1985). Perhaps during participation in different activities, competitive relationships with peers are more important to boys, while girls tend to develop more intimate relationships, group interaction and communication, and therefore social support and understanding of parents and friends is more important to them (Brajša, Žganec, Raboteg, Šarić, & Franc, 2000).

Observed social support of teachers has a negative effect on strenuous physical activity of boys. This negative effect of observed social support of teachers can be explained by the fact that physical education classes are usually geared toward program standards of achievement and comparison of boys-girls based on achieved results in pedagogical activities, and not on offering positive feedback and creation of everyday environment which will allow the children to feel motivated, to be confident and to enjoy in physical activity participation (Weiss, 2000).

Observing the influence of specific domains of observed social support of girls on different types of physical activity, no statistically significant influence on any of the physical activity types has been observed. Taking into consideration the isolated influence of different domains of observed social support, the observed social support of parents has a positive influence on moderate physical activity participation among girls. Parental support can be especially important for girls because it was shown that parental encouragement and participation in physical activity influence the patterns of activity to a greater degree in girls as compared to boys (Fogelholm, Nuutinen, Pasanen, Myohanen, & Saatela, 1999; Myers, Strickmiller, Webber & Berenson, 1996; Trost, Pate, Saunders, Ward, Dowda, & Felton, 1997). Longitudinal studies carried out in United States of America, also point out that the lower level of observed social support of the family for physical activity participation among girls of elementary school was connected with a sudden and dramatic drop of physical activity participation during their high school education period (Dowda, Dishman, Pfeiffer, & Pate, 2007). Obtained results of this research have refuted the hypothesis that observed domains of social support have a significant influence on different types of physical activity among participants.

As far as the possible limitations of this research paper are concerned, characteristics of the measuring device for physical activity participation could be brought into question. It is possible that with the application of certain more objective parameters, a more authentic evaluation of everyday physical activity, such as pedometers in combination with monitoring, more relevant data could be obtained in relation to different physical activity types, which could further give a different picture of relation of observed social support and physical activity among students. In other words, physiologic scope could portray a slight different image of relations between perceived social support and the level of physical activity of students. Considering that the data obtained for this research was gathered by only examining a single age group, comparing it with results of other research papers which contained a sample of different age groups

might present a good direction in future research of similar problems.

Benefits of continuous, regular physical activity participation in its broadest sense represents an underutilized potential of enhancing psycho-social functioning of the youth. Active children become active adolescents and adults, and therefore they represent the target group which should be motivated to participate in physical activity. Identification of factors and special needs that influence participation levels of children in physical activity program present a key factor for developing strategies and interventions with a goal of creating everyday environment which will potentiate motivation, self-confidence and enjoyment in physical activity. It is these positive perceptions and emotions which present the key for resolving problems of children's motivation for physical activity participation.

REFERENCES

1. Allender, S., Cowburn, G., & Foster, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. *Health education research, 21*(6), 826-835.
2. Anderssen, N., & Wold, B. (1992). Parental and peer influences on leisure-time physical activity in young adolescents. *Research quarterly for exercise and sport, 63*(4), 341-348.
3. Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth Adolescence, 16* (1), 427-454.
4. Beets, M. W., Vogel, R., Forlaw, L., Pitetti, K. H., & Cardinal, B. J. (2006). Social support and youth physical activity: the role of provider and type. *American Journal of Health Behavior, 30*(3), 278-289.
5. Belle, D. (1989). Gender Differences in Children's Social Networks and Supports. *Children's Social Networks and Social Supports, 136*, 173.
6. Bokhorst, C.C., Sunter, S.R., & Westenberg, P.M. (2010). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 years: Who is perceived as most supportive? *Social Development, 19*(2), 417-426.
7. Brustad, R. J. (1993). Who will go out and play? Parental and psychological influences on children's attraction to physical activity, *Pediatric Exercise Science, 5*(3), 210 - 223.
8. Brustad, R. J. (1996). Attraction to physical activity in urban schoolchildren: Parental socialization and gender influences, *Research quarterly for exercise and sport, 67*(3), 316-323.
9. Bryant, B. K. (1994). How does social support function in childhood. *Social networks and social support in childhood and adolescence, 23-35*.
10. Craig, C.L., Marshall, A. L., Sjostrom, M., Bauman, A.E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., Pratt, M., Ekelund, U., Yngve, A., Sallis, J. F., & Oja P. (2003). International Physical Activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Medicine and Science in Sports and Exercise, 35*(8), 1381-1396.
11. Davidson, L. M., & Demaray, M. K. (2007). Social support as a moderator between victimization and internalizing-externalizing distress from bullying, *School Psychology Review, 36*(3), 383-405
12. Demaray, M. K., & Malecki, C. K. (2002). Critical levels of social support associated with student adjustment. *School Psychology Quarterly, 17*(3), 213-241.

13. Demaray, M. K., Malecki, C. K., Davidson, L. M., Hodgson, K. K., & Rebus, P. J. (2005). The relationship between social support and student adjustment: A longitudinal analysis. *Psychology in the Schools*, 42(7), 691.
14. Dowda, M., Dishman, R. K., Pfeiffer, K. A., & Pate, R. R. (2007). Family support for physical activity in girls from 8th to 12th grade in South Carolina. *Preventive Medicine*, 44(2), 153-159.
15. Eccles, J. S., & Harold, R. D. (1991) Gender differences in sport involvement: Applying the Eccles expectancy – value model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3(1), 7-35.
16. Erwin, P. G. (1985). Similarity of attitudes and constructs in children's friendships. *Journal of Experimental Child Psychology*, 40(3), 470-485.
17. Fogelholm, M., Nuutinen, O., Pasanen, M., Myöhänen, E., & Säätelä, T. (1999). Parent-child relationship of physical activity patterns and obesity. *International Journal of Obesity & Related Metabolic Disorders*, 23(12), 1262-1268.
18. Frey, C. U., & Röthlisberger, C. (1996). Social support in healthy adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 25(1), 17-31.
19. Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development*, 63(1), 103-115.
20. Gustafson, S. L., & Rhodes, R. E. (2006). Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports Medicine*, 36(1), 79-97.
21. Harter, S. (1985). *Manual for the Self-perception Profile for Children: (Revision of the Perceived Competence Scale for Children)*. University of Denver.
22. Harter, S. (2001). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guilford Publications.
23. Hohepa, M., Scragg, R., Schofield, G., Kolt, G. S., & Schaaf, D. (2007). Social support for youth physical activity: Importance of siblings, parents, friends and school support across a segmented school day. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4(1), 54.
24. Jackson, Y., & Warren, J. S. (2000). Appraisal, Social Support, and Life Events: Predicting Outcome Behavior in School-Age Children. *Child development*, 71(5), 1441-1457.
25. Maccoby, E. E., & D'Andrade, R. G. (1966). *The development of sex differences*. Stanford University Press.
26. Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2003). What Type of Support Do They Need? Investigating Student Adjustment as Related to Emotional, Informational, Appraisal, and Instrumental Support. *School Psychology Quarterly*, 18(3), 231-252.
27. Myers, L., Strikmiller, P. K., Webber, L. S., & Berenson, G. S. (1996). Physical and sedentary activity in school children grades 5-8: the Bogalusa Heart Study. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 28(7), 852-859.
28. Neisen, M., Braun, C. A., & Shepherd, L. (2007). A school-based physical activity program tailored to adolescent girls. *Journal of Education and Human Development*, 1(1).
29. Ommundsen, Y., & Vaglum, P. (1991). The influence of low perceived soccer and social competence on later dropout from soccer: A prospective study of young boys. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 1(3), 180-188.
30. Power, T. G., & Woolger, C. (1994). Parenting practices and age-group swimming: A correlational study. *Research quarterly for exercise and sport*, 65(1), 59-66.
31. Pugliese, J., & Tinsley, B. (2007) Parental socialization of child and adolescent physical activity: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 331-431.
32. Scanlan, T. K., & Lewthwaite, R. (1988). From stress to enjoyment: Parental and coach influences on young participants. *Competitive sports for children and youth: An overview of research and issues*, 47-58.
33. Trost, S. G., Pate, R. R., Saunders, R., Ward, D. S., Dowda, M., & Felton, G. (1997). A prospective study of the determinants of physical activity in rural fifth-grade children. *Preventive Medicine*, 26(2), 257-263.
34. Van der Horst, K., Paw, M. J. C. A., Twisk, J. W., & Van Mechelen, W. (2007). A brief review on correlates of physical activity and sedentariness in youth. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 39(8), 1241-1250.
35. Vondra, J., & Garbarino, J. (1988). Social influences on adolescent behavior problems. *Social networks of children, adolescents, and college students*, 195 - 224.
36. Voorhees, C. C., Murray, D., Welk, G., Birnbaum, A., Ribisl, K. M., Johnson, C. C., Pfeiffer, K. A., Saksvig, B. & Jobe, J. B. (2005). The role of peer social network factors and physical activity in

- adolescent girls. *American Journal of Health Behavior*, 29(2), 183 - 190.
37. Weiss, M. R., & Hayashi, C. T. (1995). All in the family: Parent-child influences in competitive youth gymnastics. *Pediatric Exercise Science*, 7(1), 36 - 48.
38. Weiss, M. R. & Chaumeton, N. (1992). Motivational orientations in sport. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in Sport Psychology* (pp. 61–99). Champaign, IL: Human Kinetics.
39. Weiss, M. R. (2000). Motivating kids in physical activity. *President's Council on Physical Fitness and Sports. Research Digest*, 3(11), 1-8.
40. Wheeler, L., & Nezlek, J. (1977). Sex differences in social participation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(10), 742-754.

APOYO SOCIAL Y LA ACTIVIDAD FÍSICA DE LOS ALUMNOS DE LA ESCUELA PRIMARIA

Resumen

El objetivo del presente trabajo es analizar si existen las diferencias en el nivel de la actividad física de alumnos y alumnas en dependencia de su percepción de distintos alcances del apoyo social. En la investigación participaron en total 165 alumnos del quinto grado de la escuela primaria, y de ellos 88 alumnas y 77 alumnos. Se aplicó la Escala de Apoyo Social para Niños (Social Support Scale for Children, SSSC; Harter, 1985) que contiene cuatro sub-escalas que son: el apoyo social de los padres, apoyo social de los compañeros del aula, apoyo social de los enseñadores y el apoyo social de los amigos cercanos. Los datos sobre la actividad física de los alumnos se obtuvieron aplicando el Cuestionario Internacional de Actividad Física (International Physical Activity Questionnaire, IPAQ; Craig et al., 2003), basado en autoevaluación de la actividad física. Los resultados del análisis de regresión múltiple indican que el sistema de variables predictoras de dominios específicos del apoyo social notado tiene estadísticamente una influencia importante sobre la actividad física intensa de los alumnos varones. El apoyo social de los amigos cercanos se ha mostrado como el factor que influye más en su actividad física intensa y total. En las alumnas no se ha notado una influencia estadísticamente importante del sistema de variables predictoras sobre ninguno de los tipos de actividad física. Observando la influencia de algunos variables de apoyo social, el apoyo social de los padres tiene la mayor influencia en una actividad física moderada de las alumnas. El presente trabajo representa una contribución a la identificación de los factores que influyen en la participación de los niños en la actividad física con el fin de desarrollar unas estrategias e intervenciones efectivas que posibilitarán la motivación y disfrute en la actividad física.

Palabras claves: INFLUENCIA SOCIAL / PERCEPCIÓN SOCIAL / TIPOS DE ACTIVIDAD FÍSICA

Received: 23. 01. 2018

Accepted: 13. 02. 2018

СОЦИЈАЛНА ПОДРШКА И ФИЗИЧКА АКТИВНОСТ УЧЕНИКА ОСНОВНЕ ШКОЛЕ

Живан Н. Милошевић¹, Татјана Тудић²

¹Универзитет у Новом Саду, Факултет спорта и физичког васпитања, студент ДАС

²Универзитет у Новом Саду, Факултет спорта и физичког васпитања

Сажетак

Циљ овог рада је да испита да ли постоје разлике у нивоу физичке активности ученика и ученица у зависности од њихове перцепције различитих домена социјалне подршке. У истраживању је учествовало укупно 165 ученика петог разреда основне школе, од тога 88 ученица и 77 ученика. Примењена је Скала социјалне подршке за децу (Social Support Scale for Children, SSSC; Harter, 1985) која садржи четири субскеале, а то су социјална подршка родитеља, социјална подршка другова из разреда, социјална подршка наставника и социјална подршка блиских пријатеља. Подаци о физичкој активности ученика добијени су применом Међународног упитника о физичкој активности (International Physical Activity Questionnaire, IPAQ; Craig et al., 2003), заснованом на самопроцени физичке активности. Резултати мултипле регресионе анализе указују да систем предикторских варијабли специфичних домена опажене социјалне подршке има статистички значајан утицај на интензивну физичку активност ученика мушког пола. Социјална подршка блиских пријатеља показала се као фактор који највише утиче на њихову интензивну и укупну физичку активност. Код ученица није уочен статистички значајан утицај система предикторских варијабли ни на један од типова физичке активности. Посматрајући утицај појединих варијабли социјалне подршке, социјална подршка родитеља има највећи утицај на умерену физичку активност ученица. Овај рад представља прилог идентификацији фактора који утичу на учешће деце у физичкој активности, а у циљу развијања делотворних стратегија и интервенција које ће омогућити мотивисаност и уживање у физичкој активности.

Кључне речи: СОЦИЈАЛНИ УТИЦАЈ/ СОЦИЈАЛНА ПЕРЦЕПЦИЈА/ ТИПОВИ ФИЗИЧКЕ АКТИВНОСТИ

УВОД

Истраживања показују да је социјална подршка у корелацији са позитивним социјалним и емоционалним исходима код младих, као што су самопоуздање, селф-концепт, социјалне вештине и односи са родитељима, наставницима и вршњацима (Demaray, Malecki, Davidson, Hodgson, & Rebus, 2005). Социјална подршка у вези је са нижим нивоима проблематичног понашања, употребе дроге, малтретирања, упућивања увреда и насиља (Davidson, & Demaray, 2007). Већи број истраживања указује на то да је подршка родитеља и вршњака у позитивној корелацији са вишим нивоима физичке активности међу младима (Gustafson, & Rhodes, 2006; Hohepa, Scragg, Schofield, Kolt, & Schaaf, 2007; Pugliese, & Tinsley,

2008; Heit, Power, & Woolger, 1994; Weiss, & Hayashi 1995; Woolger, & Power, 1993; Brustad, 1996; Dowda, Dishman, Pfeiffer, & Pate, 2007; Brustad, 1993; Eccles, & Harold, 1991; Weiss, & Hayashi, 1995), док негативни ставови и понашања родитеља корелирају негативно са дечијим уживањем у физичким активностима (Omundssen, & Vaglum 1991; Scanlan, & Lethwaite 1988; Anderssen, & Wold, 1992).

Према резултатима истраживања (Horst, Paw, Twisk, & Mechelen, 2007), међузависност социјалне подршке и учествовања у физичкој активности условљена је узрастом ученика. Тако истраживања указују да код деце од 4 до 12 година, као фактор који има позитивну везу са физичком активношћу појављује се родитељска подршка. Код адолесцената узраста 13 до 18 година, пак, као фактор који доприноси вишем нивоу физичке

активности појављује се подршка пријатеља и породице (Allender, Cowburn, & Foster, 2006). Ове наводе потврђују и други аутори, који указују на то, да како деца сазревају, све више времена проводе са пријатељима у односу на породицу и све значајнија им постаје социјална подршка вршњака и пријатеља (Beets, Vogel, Forlaw, Pitetti, & Cardinal, 2006; Voorhees, Murray, Welk, Birnbaum, Ribisl, Johnson, Pfeiffer, Saksvig, & Jobe, 2005).

Боље разумевање детерминанти физичке активности може водити развијању ефикаснијих интервенција за промоцију физичке активности, а такви напори би довели до побољшања садашњег и будућег здравља младих. Стога се основни циљ рада односи на утврђивање специфичних домена социјалне подршке који имају најснажнији утицај на различите нивое физичке активности међу испитаницима оба пола. Имајући у виду резултате досадашњих истраживања, као и циљеве овог рада, постављена је основна хипотеза да је на основу специфичних домена опажене социјалне подршке могуће предвидети различите типове физичке активности ученика основне школе, али и подстицати их усмереним утицајем „значајних других“.

МЕТОД

Узорак испитаника сачињавало је 165 ученика петог разреда основне школе, од тога 77 дечака и 88 девојчица. Од укупног броја испитаника, 97 ученика је из Основне школе „Прва војвођанска бригада“, а 68 ученика из Основне школе „Доситеј Обрадовић“ из Новог Сада.

Подаци о укупној физичкој активности испитаника добијени су применом Међународног упитника о физичкој активности (International Physical Activity Questionnaire, IPAQ; Craig et al., 2003) заснованог на самопроцени физичке активности. Овај упитник садржи седам питања о специфичним типовима физичке активности, користећи последњих седам дана као референтни период. Специфични типови физичке активности који су процењивани јесу: шетња, умерена физичка активност, интензивна физичка активност, као и седентарна активност. На основу прве три варијабле физичке активности (осим седентарне), израчунава се укупни скор, односно укупна физичка активност. За сваки тип активно-

сти испитаници уносе податке који се односе на трајање физичке активности (у минутима) и број дана у недељи када су активни, а затим се сваки тип физичке активности пондерише одговарајућим бројем МЕТ-а (метаболички еквивалент), у зависности од интензитета активности. На тај начин се за ходање, умерену и интензивну физичку активност добијају скорови изражени у МЕТ/минутама/недељно.

За испитивање социјалне подршке примењена је Скала социјалне подршке (Social Support Scale for Children, SSSC; Harter, 1985). Инструмент садржи четири субскеале; свака субскеала се састоји од шест тврдњи. Свака тврдња је формулисана као сложена, биполарна реченица. Испитаник треба да се определи да ли га боље описује леви или десни део реченице; истовремено, у одабраном делу реченице треба да се процени да ли се тај опис у потпуности односи на њега или само делимично. За сваку тврдњу треба, дакле да се обележи (знаком X) само једно од четири понуђена поља. Скор на свакој субскеали представља аритметичку средину одговора на појединачне тврдње, које се бодују на четворостепеној скали, при чему 1 значи најмањи ниво опажене социјалне подршке, а 4 највећи. Примењени мерни инструмент намењен је процењивању четири одвојена, специфична нивоа опажене социјалне подршке, те се Скала социјалне подршке за децу састоји из следећих субскеала:

Социјална подршка родитеља – односи се на степен у којем родитељи разумеју своју децу, желе да чују њихове проблеме, брину о њиховим осећањима, третирају их као важне особе (Нпр. *Нека деца имају родитеље који не желе да саслушају проблеме своје деце, али Друџа деца имају родитеље који желе да саслушају проблеме своје деце*).

Социјална подршка другова из разреда – односи се на степен интерперсоналних односа и прихваћености детета од стране вршњака из разреда (Нпр. *Нека деца имају другове у разреду са којима могу да се сјријашеље, али Друџа деца немају другове у разреду са којима могу да се сјријашеље*).

Социјална подршка наставника – оцењује степен у којем наставници помажу деци када су узрујана, подстичу их да дају максимум, брину о њима и третирају их као битне личности (Нпр. *Нека деца имају наставника који их шрешира као личности, али Друџа деца немају наставника који их шрешира као личности*).

Социјална подршка блиских пријатеља – оцењује да ли дете има блиског пријатеља са којим може разговарати о својим проблемима, који их стварно разуме, коме се могу жалити на ствари које им сметају, и који стварно слуша шта они кажу (Нпр. *Нека деца немају блиског пријатеља који их заиста слуша оно што говоре, али Друга деца имају блиског пријатеља који слуша што желе да кажу*).

Уз основне показатеље дескриптивне статистике, примењен је низ регресионих анализа за добијање података о томе који специфични доме-

ни опажене социјалне подршке представљају предикторе различитих типова физичке активности испитаника оба пола. Сви подаци су обрађени статистичким пакетом Statistical Package for Social Sciences (v19.0, SPSS Inc., Chicago, IL, USA).

РЕЗУЛТАТИ

Основни дескриптивни показатељи нивоа опажене социјалне подршке ученика и ученица представљени су у Табели 1.

Табела 1. Социјална подршка ученика и ученица (вредности дескриптивне статистике и т-теста за независне узорке)

	Ученици		Ученице		t	p
	M	SD	M	SD		
Извор подршке						
Родитељи	3.48	.45	3.66	.33	-2.88	.00
Другови из разреда	3.14	.59	3.27	.50	-1.48	.14
Наставници	2.92	.59	3.12	.51	-2.34	.02
Блиски пријатељи	3.36	.53	3.55	.50	-2.37	.02

Из Табеле 1 приметно је да ученице повољније опажу социјалну подршку од ученика у свим доменама. Ученице највишим скоровима оцењују социјалну подршку родитеља, након тога следи подршка блиских пријатеља, те другова из разреда, док најнижу социјалну подршку ученице опажу од стране наставника. Код ученика мушког пола, као најважнији извор социјалне подршке, јављају се родитељи, док су на другом месту блиски пријатељи, за њима следи социјална подршка

другова из разреда и наставника. Резултати т-теста за независне узорке показују статистички значајне полне разлике у корист ученица у опаженом нивоу социјалне подршке родитеља, наставника и блиских пријатеља ван школског окружења. У табелама 2 и 3 су дати резултати регресионе анализе са циљем да се испита укупни и појединачни утицај система предикторских варијабли на различите типове физичке активности за испитанике мушког (Табела 2) и женског пола (Табела 3).

Табела 2. Утицај различитих домена опажене социјалне подршке на различите типове физичке активности ученика

Извор подршке	Ходање		Седентарна физичка активност		Умерена физичка активност		Интензивна физичка активност		Укупна физичка активност	
	β	p	β	p	β	p	β	p	β	p
Родитељи	.24	.06	-.05	.66	-.07	.58	.00	.99	.03	.81
Другови из разреда	.11	.35	.08	.52	.12	.31	-.19	.10	-.01	.90
Наставници	.01	.91	.18	.16	-.12	.36	-.32	.01	-.26	.05
Блиски пријатељи	-.05	.74	-.05	.70	.24	.09	.27	.04	.29	.04
	R = .27, R ² = .07, p = .22		R = .19, R ² = .04, p = .62		R = .25, R ² = .06, p = .31		R = .34, R ² = .11, p = .05		R = .28, R ² = .08, p = .21	

Табела 3. Утицај различитих домена опажене социјалне подршке на различите типове физичке активности ученица

Извор подршке	Ходање		Седентарна физичка активност		Умерена физичка активност		Интензивна физичка активност		Укупна физичка активност	
	β	p	β	p	β	p	β	p	β	p
Родитељи	.22	.07	.19	.11	.28	.02	-.28	.06	.07	.58
Другови из разреда	.01	.89	.11	.38	-.11	.39	.09	.47	.00	.96
Наставници	.00	.97	.02	.82	.15	.21	.18	.14	.19	.14
Блиски пријатељи	.06	.66	-.23	.10	-.09	.50	.08	.56	.02	.88
	R = .26, R ² = .07, p = .19		R = .23, R ² = .05, p = .32		R = .32, R ² = .10, p = .06		R = .27, R ² = .07, p = .17		R = .24, R ² = .06, p = .27	

Мерењем утицаја специфичних домена опажене социјалне подршке ученика као предиктора различитих типова физичке активности, систем предиктора показао се статистички значајан у односу на интензивну физичку активност (R=.34; p=.05)

Посматрајући појединачни утицај сваког од домена опажене социјалне подршке, код ученика најзначајнији утицај на интензивну физичку активност има опажена социјална подршка блиских пријатеља ($\beta = .27$, $p = .04$) и наставника ($\beta = -.32$, $p = .01$), с тим да опажена социјална подршка наставника има негативан утицај на интензивну физичку активност ученика. Посматрајући укупну физичку активност, наставници ($\beta = -.26$, $p = .05$) и блиски пријатељи ($\beta = .29$, $p = .04$) такође имају статистички значајан утицај. Добијени резултати указују на то да сви анализирани домени опажене социјалне подршке код ученика објашњавају свега 7% варијансе у варијабли ходање, 4% варијансе у седентарној физичкој активности, 6% варијансе у умереној физичкој активности, 11% варијансе у интензивној физичкој активности и 8% варијансе у укупној физичкој активности.

Посматрајући утицај специфичних домена опажене социјалне подршке ученица на различите типове физичке активности (Табела 3), уочава се да се систем предикторских варијабли није показао статистички значајан ни у једном од типова физичких активности. Узимајући у обзир изоловани утицај различитих домена опажене социјалне подршке, опажена социјална подршка родитеља показала се као статистички значајан предиктор умерене физичке активности код ученица ($\beta = .28$, $p = .02$). Добијени резултати указују на то да сви анализирани домени опажене со-

цијалне подршке код ученица објашњавају свега 7% варијансе у варијабли ходање, 5% варијансе у седентарној физичкој активности, 10% варијансе у умереној физичкој активности, 7% варијансе у интензивној физичкој активности и 6% варијансе у укупној физичкој активности.

ДИСКУСИЈА

На основу резултата претходних истраживања у којима се документује важност социјалне подршке за бављење физичком активношћу, ова студија имала је за циљ да испита релације специфичних домена социјалне подршке и појединих типова физичке активности код младих узраста од 12 година. Специфични домени социјалне подршке укључивали су подршку родитеља, другова из разреда, наставника и блиских пријатеља.

У погледу полне припадности резултати овог истраживања указују да ученице повољније опажу социјалну подршку у свим доменима у односу на ученике, што је у сагласности са претходним истраживањем (Bokhorst, Sumter, & Westenberg, 2010). Наиме, утврђено је да почетком детињства девојчице имају тенденцију да развијају интимније вршњачке односе засноване на поверењу (Belle, 1989; Maccoby, 1966; Wheeler, & Nezlek, 1977), док дечаки имају тенденцију да базирају пријатељства на заједничким интересовањима, укључујући и физичку активност (Ervin, 1985). Истраживачи такође указују да особе женског пола имају генерално повољнију перцепцију социјалне подршке током свих периода живота (Demaray, & Malecki, 2002; Frey, & Rothlisberger, 1996; Jackson, & Warren, 2000; Malecki, & Demaray,

2003). Добијени подаци су у складу са резултатима претходних истраживања која такође потврђују постојање полних разлика током периода адолесценције у односима са родитељима, ученице пријављују генерално више нивое социјалне подршке од ученика (Armsden, & Greenberg, 1987; Furman, & Buhrmester, 1992). Ученице имају мање али интензивније контакте, док ученици развијају широку социјалну мрежу која се у великој мери заснива на површним односима (Bryant, 1994; Vondra, & Garbarino, 1988).

Претходна истраживања указују да је код ученика који негативно самопроцењују властите физичке способности, присутно смањено учешће у физичкој активности (Ommundsen, & Vaglum, 1991; Weiss, & Chaumeton, 1992). Ученици повољније опажају себе када је у питању самовредновање, а посебно када се процењују физички изглед и спортска компетенција. Особе женског пола неповољније процењују себе у домену физичког селф-концепта у односу на ученике, посебно када се ради о физичком изгледу и спортској компетенцији (Harter, 2001). Социјална средина поткрепљује бављење спортом, више дечаке у односу на девојчице. Од дечака се очекује да буду јаки и активни, те се упућују на спорт, где формирају и усавршавају своје моторичке способности (Neisen, Braun, & Shepherd, 2007). То упућује на закључак да дечаци имају повољнију самопроцену себе у физичком домену, што утиче на њихово веће ангажовање у физичким активностима.

Одговор на истраживачко питање ове студије, како анализирани домени опажене социјалне подршке утичу на различите типове физичке активности испитаника, добијен је применом мултипле регресионе анализе. Добијени резултати истраживања указују на то да анализирани домени опажене социјалне подршке имају статистички значајан утицај на интензивну физичку активност код ученика. Посматрајући изоловани утицај сваког од домена опажене социјалне подршке, код ученика најзначајнији утицај на интензивну физичку активност има опажена социјална подршка блиских пријатеља. Позитиван утицај блиских пријатеља на интензивну физичку активност ученика може се објаснити чињеницом да ученици имају тенденцију да формирају пријатељства базирана на заједничким интересима, укључујући и физичку активност, на супрот ученицама које формирају блискија и интимнија пријатељства заснована на

поверењу (Erwin, 1985). Дечацима су можда важнији такмичарски односи са вршњацима током учешћа у различитим активностима, док девојчице више развијају интимне односе, групну интеракцију и комуникацију, те им је и битнија подршка и разумевање родитеља и пријатеља (Brajša, Žganec, Raboteg, Šarić, & Franc, 2000).

Опажена социјална подршка наставника негативно се одражава на интензивну физичку активност ученика. Негативан утицај опажене социјалне подршке наставника може се објаснити чињеницом да је школско физичко васпитање усмерено ка програмским стандардима постигнућа и поређењу ученика - ученица по основу постигнутих резултата у педагошким активностима, а не на пружању позитивних повратних информација и стварању подстицајног свакодневног окружења које би ученицима - ученицама подстицало мотивисаност, самопоуздање и уживање у физичким активностима (Weiss, 2000).

Посматрајући утицај специфичних домена опажене социјалне подршке ученица на различите типове физичке активности, није утврђен статистички значајан утицај ни на један од типова физичке активности. Узимајући у обзир изоловани утицај различитих домена опажене социјалне подршке, показало се да опажена социјална подршка родитеља има позитиван утицај на умерену физичку активност код ученица. Подршка родитеља може бити нарочито битна за ученице јер се показало да родитељско охрабрење и учешће у физичкој активности утиче на обрасце активности код девојчица у већој мери него код дечака (Fogelholm, Nuutinen, Pasanen, Myohanen, & Saatela, 1999; Myers, Strikmiller, Webber & Berenson, 1996; Trost, Pate, Saunders, Ward, Dowda, & Felton, 1997). Лонгитудиналне студије спроведене у Сједињеним Америчким Државама указују да је нижи ниво опажене породичне подршке за бављење физичком активношћу међу ученицама основне школе био повезан са наглим падом нивоа физичке активности током средњошколског образовања (Dowda, Dishman, Pfeiffer, & Pate, 2007). Добијени резултати овог истраживања оповргли су истраживачку хипотезу да опажени домени социјалне подршке имају значајан утицај на различите типове физичке активности испитаника.

Што се тиче могућих ограничења овог истраживања, она се односе на карактеристике

самог мерног инструмента за процену физичке активности. Могуће је да би се применом неких објективнијих параметара за аутентичну евалуацију свакодневне физичке активности, попут педометра у комбинацији са мониторингом срчане фреквенце, добили релевантнији подаци о различитим типовима физичке активности. Другим речима, физиолошки оквир би могао дати нешто другачију слику релације опажене социјалне подршке и физичке активности код ученика. Узимајући у обзир да су подаци за ово истраживање прикупљени само на једној узрасној групи, компарација са резултатима истраживања на узорку ученика других узрасних група можда би представљала добар правац у даљим истраживањима сличних проблема.

Бенефити редовне физичке активности у најширем смислу представљају недовољно искористићен потенцијал у побољшању психо-физичког функционисања младих. Активна деца постају активни адолесценти и одрасли, стога су они циљна популација коју треба мотивисати да се укључи у физичке активности. Идентификација фактора и специфичних потреба који утичу на учешће деце у физичкој активности од кључног је значаја за развој делотворних стратегија и интервенција у циљу стварања свакодневног окружења које ће деци омогућити мотивисаност, самопоуздање и уживање у физичким активностима. Управо такве позитивне перцепције и емоције су кључ за решавање проблема мотивисања деце за учешће у физичкој активности.

ЛИТЕРАТУРА

- Allender, S., Cowburn, G., & Foster, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. *Health education research, 21*(6), 826-835.
- Anderssen, N., & Wold, B. (1992). Parental and peer influences on leisure-time physical activity in young adolescents. *Research quarterly for exercise and sport, 63*(4), 341-348.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth Adolescence, 16* (1), 427-454.
- Beets, M. W., Vogel, R., Forlaw, L., Pitetti, K. H., & Cardinal, B. J. (2006). Social support and youth physical activity: the role of provider and type. *American Journal of Health Behavior, 30*(3), 278-289.
- Belle, D. (1989). Gender differences in children's social networks and supports. In D. Belle (Ed.), *Wiley series on personality processes. Children's social networks and social supports* (pp. 173-188). Oxford, England: John Wiley & Sons.
- Bokhorst, C.C., Sunter, S.R., & Westenberg, P.M. (2010). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 years: Who is perceived as most supportive? *Social Development, 19*(2), 417-426.
- Brustad, R. J. (1993). Who will go out and play? Parental and psychological influences on children's attraction to physical activity, *Pediatric Exercise Science, 5*(3), 210 – 223.
- Brustad, R. J. (1996). Attraction to physical activity in urban schoolchildren: Parental socialization and gender influences, *Research quarterly for exercise and sport, 67*(3), 316-323.
- Bryant, B. K. (1994). How does social support function in childhood? In Nestmann, F., and Hurrelmann, K. (eds.), *Social Networks and Social Support in Childhood and Adolescence* (pp. 23-35). De Gruyter, Berlin,
- Craig, C.L., Marshall, A. L., Sjostrom, M., Bauman, A.E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., Pratt, M., Ekelund, U., Yngve, A., Sallis, J. F., & Oja P. (2003). International Physical Activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Medicine and Science in Sports and Exercise, 35*(8), 1381-1396.
- Davidson, L. M., & Demaray, M. K. (2007). Social support as a moderator between victimization and internalizing-externalizing distress from bullying, *School Psychology Review, 36*(3), 383-405
- Demaray, M. K., & Malecki, C. K. (2002). Critical levels of social support associated with student adjustment. *School Psychology Quarterly, 17*(3), 213-241.
- Demaray, M. K., Malecki, C. K., Davidson, L. M., Hodgson, K. K., & Rebus, P. J. (2005). The relationship between social support and student

- adjustment: A longitudinal analysis. *Psychology in the Schools*, 42(7), 691.
14. Dowda, M., Dishman, R. K., Pfeiffer, K. A., & Pate, R. R. (2007). Family support for physical activity in girls from 8th to 12th grade in South Carolina. *Preventive Medicine*, 44(2), 153-159.
 15. Eccles, J. S., & Harold, R. D. (1991) Gender differences in sport involvement: Applying the Eccles expectancy – value model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3(1), 7-35.
 16. Erwin, P. G. (1985). Similarity of attitudes and constructs in children's friendships. *Journal of Experimental Child Psychology*, 40(3), 470-485.
 17. Fogelholm, M., Nuutinen, O., Pasanen, M., Myöhänen, E., & Säätelä, T. (1999). Parent-child relationship of physical activity patterns and obesity. *International Journal of Obesity & Related Metabolic Disorders*, 23(12), 1262-1268.
 18. Frey, C. U., & Röthlisberger, C. (1996). Social support in healthy adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 25(1), 17-31.
 19. Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child Development*, 63(1), 103-115.
 20. Gustafson, S. L., & Rhodes, R. E. (2006). Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports Medicine*, 36(1), 79-97.
 21. Harter, S. (1985). *Manual for the Self-perception Profile for Children: (Revision of the Perceived Competence Scale for Children)*. University of Denver.
 22. Harter, S. (2001). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guilford Publications.
 23. Hohepa, M., Scragg, R., Schofield, G., Kolt, G. S., & Schaaf, D. (2007). Social support for youth physical activity: Importance of siblings, parents, friends and school support across a segmented school day. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4(1), 54.
 24. Jackson, Y., & Warren, J. S. (2000). Appraisal, Social Support, and Life Events: Predicting Outcome Behavior in School-Age Children. *Child development*, 71(5), 1441-1457.
 25. Maccoby, E. E., & D'Andrade, R. G. (1966). *The development of sex differences*. Stanford University Press.
 26. Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2003). What Type of Support Do They Need? Investigating Student Adjustment as Related to Emotional, Informational, Appraisal, and Instrumental Support. *School Psychology Quarterly*, 18(3), 231-252.
 27. Myers, L., Strikmiller, P. K., Webber, L. S., & Berenson, G. S. (1996). Physical and sedentary activity in school children grades 5-8: the Bogalusa Heart Study. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 28(7), 852-859.
 28. Neisen, M., Braun, C. A., & Shepherd, L. (2007). A school-based physical activity program tailored to adolescent girls. *Journal of Education and Human Development*, 1(1).
 29. Ommundsen, Y., & Vaglum, P. (1991). The influence of low perceived soccer and social competence on later dropout from soccer: A prospective study of young boys. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 1(3), 180-188.
 30. Power, T. G., & Woolger, C. (1994). Parenting practices and age-group swimming: A correlational study. *Research quarterly for exercise and sport*, 65(1), 59-66.
 31. Pugliese, J., & Tinsley, B. (2007) Parental socialization of child and adolescent physical activity: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 331-431.
 32. Scanlan, T. K., & Lewthwaite, R. (1988). From stress to enjoyment: Parental and coach influences on young participants. *Competitive sports for children and youth: An overview of research and issues* (pp. 47-58). Champaign, IL: Human Kinetics
 33. Trost, S. G., Pate, R. R., Saunders, R., Ward, D. S., Dowda, M., & Felton, G. (1997). A prospective study of the determinants of physical activity in rural fifth-grade children. *Preventive Medicine*, 26(2), 257-263.
 34. Van der Horst, K., Paw, M. J. C. A., Twisk, J. W., & Van Mechelen, W. (2007). A brief review on correlates of physical activity and sedentariness in youth. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 39(8), 1241-1250.
 35. Vondra, J. , & Garbarino, J. (1988). Social influences on adolescent behavior problems. In S. Salzinger, J. Antrobus, & M. Hammer (Eds.), *Social networkv of children, adolescents, and college students* (pp. 195-224). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum
 36. Voorhees, C. C., Murray, D., Welk, G., Birnbaum, A., Ribisl, K. M., Johnson, C. C., Pfeiffer, K. A., Saksvig, B. & Jobe, J. B. (2005). The role of peer social network factors and physical activity in

- adolescent girls. *American Journal of Health Behavior*, 29(2), 183 - 190.
37. Weiss, M. R., & Hayashi, C. T. (1995). All in the family: Parent-child influences in competitive youth gymnastics. *Pediatric Exercise Science*, 7(1), 36 - 48.
38. Weiss, M. R. & Chaumeton, N. (1992). Motivational orientations in sport. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in Sport Psychology* (pp. 61–99). Champaign, IL: Human Kinetics.
39. Weiss, M. R. (2000). Motivating kids in physical activity. *President's Council on Physical Fitness and Sports. Research Digest*, 3(11), 1-8.
40. Wheeler, L., & Nezlek, J. (1977). Sex differences in social participation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(10), 742-754.

APOYO SOCIAL Y LA ACTIVIDAD FÍSICA DE LOS ALUMNOS DE LA ESCUELA PRIMARIA

Resumen

El objetivo del presente trabajo es analizar si existen las diferencias en el nivel de la actividad física de alumnos y alumnas en dependencia de su percepción de distintos alcances del apoyo social. En la investigación participaron en total 165 alumnos del quinto grado de la escuela primaria, y de ellos 88 alumnas y 77 alumnos. Se aplicó la Escala de Apoyo Social para Niños (Social Support Scale for Children, SSSC; Harter, 1985) que contiene cuatro sub-escalas que son: el apoyo social de los padres, apoyo social de los compañeros del aula, apoyo social de los enseñadores y el apoyo social de los amigos cercanos. Los datos sobre la actividad física de los alumnos se obtuvieron aplicando el Cuestionario Internacional de Actividad Física (International Physical Activity Questionnaire, IPAQ; Craig et al., 2003), basado en autoevaluación de la actividad física. Los resultados del análisis de regresión múltiple indican que el sistema de variables predictoras de dominios específicos del apoyo social notado tiene estadísticamente una influencia importante sobre la actividad física intensa de los alumnos varones. El apoyo social de los amigos cercanos se ha mostrado como el factor que influye más en su actividad física intensa y total. En las alumnas no se ha notado una influencia estadísticamente importante del sistema de variables predictoras sobre ninguno de los tipos de actividad física. Observando la influencia de algunos variables de apoyo social, el apoyo social de los padres tiene la mayor influencia en una actividad física moderada de las alumnas. El presente trabajo representa una contribución a la identificación de los factores que influyen en la participación de los niños en la actividad física con el fin de desarrollar unas estrategias e intervenciones efectivas que posibilitarán la motivación y disfrute en la actividad física.

Palabras claves: INFLUENCIA SOCIAL / PERCEPCIÓN SOCIAL / TIPOS DE ACTIVIDAD FÍSICA

Примљен: 23.01. 2018
Прихваћен: 13.02.2018