

Примљено: 23.10.2025.			
Орг.јед.	Број	Повод	Вредност
02-	898/25-3	25-5	

КОМИСИЈА ЗА ОЦЕНУ НАУЧНЕ ЗАСНОВАНОСТИ ДОКТОРСКЕ ДИСЕРТАЦИЈЕ

НАСТАВНО-НАУЧНОМ ВЕЋУ ФАКУЛТЕТА СПОРТА И ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА

Предмет: Извештај о прегледу и оцени докторске дисертације Катарине Милановић, студента са програма докторских студија.

На четрнаестој седници одржаној 04. септембра 2025. године Наставно-научно веће Факултета спорта и физичког васпитања, у складу са чл. 40 Правилника о докторским академским студијама – пречишћен текст (02-бр. 532/22-4 од 09. новембра 2022. године) и чланом 41-43 Статута Универзитета у Београду – Факултета спорта и физичког васпитања – пречишћен текст (02-бр. 151/24-8 од 19. децембра 2024. године), на предлог Већа докторских академских студија (02-бр. 898/25-3 од 23. јула 2025. године), донело је Одлуку о формирању Комисије за оцену докторске дисертације кандидаткиње Катарине Милановић, под насловом: „ЕФЕКТИ ДЕСЕТОДНЕВНИХ АКТИВНОСТИ У ПРИРОДИ НА МОРФОЛОШКЕ И ПСИХОЛОШКЕ КАРАКТЕРИСТИКЕ СТУДЕНАТА“ (02-бр. 898/25-4 од 8. септембра 2025. године). Комисија је формирана у саставу:

- Др Ана Орлић, редовни професор, Универзитет у Београду – Факултет спорта и физичког васпитања, председник комисије;
- Др Жељко Рајковић, ванредни професор, Универзитет у Београду – Факултет спорта и физичког васпитања, члан;
- Др Марија Мацура, редовни професор, Универзитет у Београду – Факултет спорта и физичког васпитања, члан;
- Др Сандра Раденовић, редовни професор, Универзитет у Београду – Факултет спорта и физичког васпитања, члан;
- Др Игор Илић, доцент, Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици – Факултет за спорт и физичко васпитање, члан.

Докторска дисертација је урађена под менторством др Владимира Милетића, ванредног професора на Универзитету у Београду – Факултету спорта и физичког васпитања и др Владимира Илића, редовног професора на Универзитету у Београду – Факултету спорта и физичког васпитања.

Након прегледа достављеног материјала Комисија подноси Наставно-научном већу следећи

РЕФЕРАТ

О ПРЕГЛЕДУ И ОЦЕНИ ДОКТОРСKE ДИСЕРТАЦИЈЕ

Кандидаткиња Катарина Милановић је архиви Факултета предала завршну верзију докторске дисертације под називом „ЕФЕКТИ ДЕСЕТОДНЕВНИХ АКТИВНОСТИ У ПРИРОДИ НА МОРФОЛОШКЕ И ПСИХОЛОШКЕ КАРАКТЕРИСТИКЕ СТУДЕНАТА“. Завршна верзија предата је у тврдом повезу са укупним обимом од 88 страна. У оквиру докторске дисертације објављен је оригиналан научни рад у индексираном научном часопису категорије M21:

Milanović, K., Stojanović, N., Miletić, V., Rajković, Ž., Stojanović, D., Ilić, V., Filipović, M., Durlević, S., Orlić, A. & Ilić, I. (2025). Short-Term, Significant Gains from a 10-Day Field-Based Multi-Modal Outdoor Activity Camp with Time-Restricted Feeding Dissipate at Three-Month Follow-Up. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 10(2), 229. <https://doi.org/10.3390/jfmk10020229>

Дана 25.06.2025. године извршена је провера оригиналности докторске дисертације коришћењем програма iThenticate у Универзитетској библиотеци Светозар Марковић у Београду. На основу достављеног извештаја о оригиналности докторске дисертације може се видети да утврђен ниво индекса сличности (Similarity index) износи 7%, односно да је код 38679 постојећих речи у дисертацији пронађено 232 случајева поклапања из 126 извора. Анализом преклапања текста дисертације са одговарајућим изворима које је коришћени програм препознао као оригиналне, утврђено је да ни са једним извором не постоји поклапање веће од 1%, као и да је препознати текст део стандардних формулација и фраза које се користе у научним истраживањима генерално, као и формулација и фраза које се користе у области наука о спорту. Све наведено је у складу са чланом 9 Правилника поступку провере оригиналности докторских дисертација које се бране на Универзитету у Београду. 0 На основу свега изнетог, а у складу са чланом 8. став 2. Правилника о поступку провере оригиналности докторских дисертација које се бране на Универзитету у Београду, може се закључити да извештај указује да је докторска дисертација кандидаткиње Катарине Милановић оригинално научно дело, те да се прописани поступак припреме за њену одбрану може наставити.

Биографија

Катарина Милановић (рођ. Мановски), рођена 11.12.1992. у Кикинди, завршила је гимназију „Душан Васиљев“, а затим Факултет спорта и физичког васпитања у Београду, где је дипломирала 2016. године са темом „Припрема и освајање планинског врха Матерхорн“. Мастер студије је окончала 2018. године радом на тему „Анализа такмичарске

активности пењача на леду“ и исте године уписала докторске студије на матичном факултету.

Као истраживач и практичар, бави се физичком активношћу у природи, спортским и ледним пењањем, као и алпинизмом. Била је врхунски спортиста у алпинизму (2013–2023), представник Србије на међународним скуповима и председница Комисије за драј тулинг и такмичарско пењање у леду при Планинарском савезу Србије. Са истраживачким интересовањем за еколошке и психофизичке ефекте боравка у природи, учествовала је у међународном пројекту „Hiking for Health and Longevity – Erasmus+ Sport“.

Активна је као тренер и инструктор у спортском пењању, алпинизму и планинарству. Учесница је више стручних и научних скупова, као и преводилац дела стручне литературе планинарства и пењања. Живи у Ужицу. Удата је и мајка двоје деце.

ОСНОВНИ ПОДАЦИ О ДОКТОРСКОЈ ДИСЕРТАЦИЈИ

Завршна верзија докторске дисертације написана је на 88 страница формата А4, ћириличним писмом и садржи 18 табела, 1 слику, 7 графикана и списак од 238 библиографских јединица. На почетку дисертације су дате информације о менторима и члановима комисије, изјава захвалности, резиме са кључним речима на два језика: српском и енглеском, садржај и листа коришћених скраћеница. На крају дисертације је дат попис литературе, биографија и 5 прилога укључујући: сагласност етичког комитета Факултета спорта и физичког васпитања за сповођење истраживања, доказ о објављеном научном раду, изјаву о ауторству, изјаву о истоветности штампане и електронске верзије докторског рада и изјаву о коришћењу. Главни део дисертације обухвата 9 поглавља са потпоглављима, чији ће садржај бити приказан у даљем тексту реферата.

У оквиру кратког **увода (Поглавље 1: Увод)**, ауторка указује на комплексност дефиниције саме природе. Такође наводи специфичност савременог тумачења термина боравка у природи који се разматра као повремена активност обзиром на глобалну урбанизацију планете. Ауторка истиче да 75% становништва на европском континенту живи у градовима и урбаним окружењима, погођени хипокинезијом, под утицајем различитих негативних фактора урбане средине (загађен ваздух, лош квалитет воде, бука, претерано осветљење, електромагнетно зрачење и др.) који имају штетне ефекте на здравље људи, па је због тога врло важно поново изградити везу са природом. Савремени изазови, попут климатских промена и губитка биодиверзитета, додатно наглашавају ургентност поновног успостављања везе између човека и природе.

Ауторка наводи различите научне студије које дефинишу бројне користи пасивног и активног боравка у природи за ментално и физичко здравље. Посебне добробити доносе активности у природи, као што су шетња, планинарење, кајакаштво, веслање или бициклизам, могу побољшати физичку кондицију и смањити ризик од хроничних болести.

Ауторка наглашава и да студирање као посебно животно раздобље са собом носи низ промена и потенцијалних проблема. Почетак студирања је велика промена у животу младих људи. Из познатог окружења у ком су живели долазе у потпуно ново окружење, често мењајући место сталног боравка, са новим обавезама које им се намећу, а углавном обимнијим од оних на које су навикли. Студенти се у овом критичном периоду суочавају са

и прилагођавају новом стилу живота и рада који од њих захтева да више времена provedу седентарно (учећи), па у складу са тим формирају и одређене нове добре, али и потенцијално лоше навике.

Како је до сада истражено и познато из праксе сам боравак (пасиван боравак), заједно са одсуством загађивача у природи, позитивно утиче на здравље људи, али и физичке активности које се спроводе на отвореном зеленом простору у природи пружају више бенефита него вежбање на отвореним урбаним срединама. Ауторка истиче да у досадашњој литератури недостају радови који испитују ефекте краткотрајних, структурираних програма боравака у природи на студентској популацији, што она поставља као основну идеју ове докторске дисертације.

У наредном поглављу (**Поглавље 2. Теоријски оквир рада**) кандидаткиња се бави разрадом основних појмова и теоријских концепата коришћених у истраживању и приказом предходних истраживања. Ово поглавље се састоји од 4 потпоглавља.

У првом потпоглављу ауторка спецификује концепт активног, структурираног боравака у природи намењеног студентима кроз наставу логоровања која се реализује у оквиру предмета Активности на природи на Универзитету у Београду – Факултету спорта и физичког васпитања. Ауторка прецизно дефинише појам логоровања, детаљно описује циљеве и образовне исходе наставе логоровања и детаљно приказује њену структуру и организацију.

У потпоглављу **терминологија истраживаних феномена** приказане су дефиниције и објашњења морфолошких и психолошких карактеристика човека које су коришћене у даљем истраживању. Кандидаткиња наводи различите морфолошке карактеристике са нагласком на методу мерења биоелектричном импедансом, која се користи за процену телесног састава, посебно у анализи количине масти, мишића, воде и других компоненти у људском телу. Од психолошких карактеристика ауторка описује оне за које је емпиријски и теоријски показано да могу да буду повезане са бораваком у природи: емоције (позитивне и негативне, укључујући депресију, стрес и анксиозност), субјективно добробање, ставове према животној средини и доживљај повезаности са природом. Поред тога, због повећаних шанси за социјализацијом и заједничког извршавања радних задатака у раду је описан и концепт групне кохезивности.

Велики део теоријског оквира рада ауторка посвећује **досадашњим истраживањима** и то из области ефеката пасивног боравака у природи и одсуства загађивача на здравље људи, затим области ефеката активности у природи на морфолошке карактеристике и области ефеката активности у природи на психолошке карактеристике људи. У овом поглављу, ауторка наводи велики број релевантних и савремених истраживања која недвосмислено указују на благодети боравака у природи на физичко и ментално здравље људи.

Најпре, ауторка приказује и описује низ истраживања која су се бавила **пасивним** ефектом боравака у природи на физичко и ментално здравље људи различитог узраста. Из овог поглавља се може закључити да сам боравак у природи има бројне позитивне ефекте који се односе на велики број параметара физичког здравља (нпр. побољшање имуног одговора организма, смањење кардио-васкуларних сметњи, побољшање квалитета сна и др.) и менталног здравља људи (смањење негативних емоција, депресије, анксиозности, стресних реакција и сл.). На ове ефекте утичу одређене карактеристике природног окружења (квалитет воде, ваздуха, изложеност сунчевом зрачењу и др.), али и одсуство загађивача урбане средине (бука, неадекватно осветљење, електромагнетно зрачење, загађеност ваздуха и др.) .

Поред добробити пасивног боравака у природи, ауторка наводи и серију истраживања о добробитима **активног** боравака у природи на различите узрасне категорије. Из истраживања приказаних у овом поглављу може се закључити да различити програми активног боравака у природи имају снажне ефекте на физичко и ментално здравље деце и одраслих. Додатно, активности у природи имају позитиван утицај на развој и унапређење моторичких способности деце и одраслих, као и на развој социјалних компетенци и вештина. У раду су приказана бројна истраживања која описују како различити типови активности утичу на развој и унапређење моторички способности, као што су координација, агилност, кардио-респираторна издржљивост и др.

Посебну целину у овом сегменту рада кандидаткиња посвећује ефектима активног боравака у природи на психолошке и социјалне карактеристике људи различитог животног доба. Приказана истраживања указују да активни боравак деце у природи доприноси развоју когнитивних капацитета, капацитета за учење, развоју друштвених вештина и креативности, и социо-емоционалном развоју у целини. Када је у питању популација студената, истраживања су показала да организовани боравак у природи праћени различитим активностима утичу на повећање капацитета пажње, смањење стреса и повећање отпорности на стрес, смањење анксиозности, повећање осећаја друштвене повезаности, развој лидерских вештина и сл. Слична структура резултата се добија и када је у питању одрасла популација, као и популација која је у трећем животном добу.

У оквиру трећег поглавља, на основу досадашњих резултата истраживања дефинисани су проблем, циљ и задаци овог истраживања (**Поглавље 3. Проблем, циљ и задаци истраживања**). Кандидаткиња наводи да проблем овог истраживања представљају ефекти десетодневних организованих активности и боравака у природи на морфолошке и психолошке карактеристике студенатске популације. Циљ истраживања је да се испита какве ефекте има десетодневни боравак са организованим активностима у природи на морфолошке и психолошке карактеристике студената, и уколико ефекти постоје да ли су они трајни, односно да ли су присутни након одређеног временског периода. На основу дефинисаног проблема и циља, ауторка детаљно спецификује појединачне задатке, од прегледа литературе до интерпретације резултата.

У наредном поглављу кандидаткиња детаљно спецификује истраживачке претпоставке (**Поглавље 4: Хипотезе истраживања**). На основу проблема и циља, формулисане су следеће опште и специфичне хипотезе:

X1: Десетодневни боравак у природи са организованим активностима ће статистички значајно утицати на промену морфолошких карактеристика испитаника.

X1.1: Након десетодневног боравака у природи са организованим активностима ће се статистички значајно повећати мере циркуларне димензионалности скелета.

X2: Десетодневни боравак у природи са организованим активностима ће статистички значајно утицати на промену телесног састава испитаника.

X2.1: Након десетодневног боравака у природи са организованим активностима ће се статистички значајно смањити маса телесних масти испитаника.

X2.2: Након десетодневног боравака у природи са организованим активностима ће се статистички значајно повећати мишићна маса испитаника.

X3: Десетодневни боравак у природи са организованим активностима ће статистички значајно утицати на промену психолошких карактеристика испитаника.

Х3.1: Након десетодневног боравка у природи са организованим активностима ће се статистички значајно повећати интензитет позитивних, а смањити интензитет негативних емоција.

Х3.2: Након десетодневног боравка у природи са организованим активностима ће се статистички значајно смањити интензитет негативних емоционалних реакција (депресија, анксиозност, стрес).

Х3.3: Након десетодневног боравка у природи са организованим активностима ће се статистички значајно повећати психолошко добробање.

Х3.4: Након десетодневног боравка у природи са организованим активностима испитаници ће испољити статистички значајне промене у ставовима према природи (испитаници се више испољити екоцентричне, а мање антропоцентричне ставове).

Х3.5: Након десетодневног боравка у природи са организованим активностима испитаници ће испољити статистички значајно већу повезаност са природом.

Х3.6: Након десетодневног боравка у природи са организованим активностима испитаници ће испољити статистички значајно већу групну кохезивност.

У даљем тексту рада кандидаткиња се детаљно бави методолошким аспектима истраживањима (**Поглавље 5: Методе истраживања**). Узорак је обухватио 40 здравих студената II године интегрисаних академских студија Факултета спорта и физичког васпитања, женског и мушког пола, који су у оквиру обавезног предмета Активности у природи похађали летње логоровање у трајању од 10 дана.

У потпоглављу узорак варијабли ауторка даје детаљни опис варијабли са инструментима и протоколима за њихово мерење. Морфолошке варијабле обухваћене овим истраживањем мерене су по Интернационалном биолошком програму (ИБП). За процену морфолошког статуса коришћене су мере лонгитудиналне и циркуларне димензионалности скелета коришћењем нееластичне антопометријске пантљике. За анализу телесне масе и компоненти телесног састава коришћен је мерни инструмент InBody270 којим су праћене варијабле попут телесне масе, укупне запремине воде у телу, протеина, минерала, масе телесне масти, безмасне телесне компоненте, скелетне мишићне масе, односа струка и кукова и нивоа висцералних масти. На основу ових варијабли изведене су и додатне варијабле: индекс масе телесних мишића и однос масног ткива и телесне масе.

Психолошке варијабле обухватиле су емоционална стања, депресију, анксиозност и стрес, психолошко добробање, ставове према животној средини, повезаност са природом, и групну кохезивност. За мерење емоционалних стања испитаника коришћена је скраћена верзија Скале позитивних и негативних емоција (Positive and Negative Affect Schedule- Short Form – PANAS SF). За испитивање склоности испитаника да доживе негативне емоционалне реакције коришћена је скраћена Скала депресије, анксиозности и стреса (The Depression Anxiety Stress Scale – Short Form – DASS 21). За испитивање психолошког добробања коришћена је скраћена верзија упитника за мерење Психолошког добробања (Psychological wellbeing-18 items). Ставови према животној средини мерени су скалом Екоцентрични и антропоцентрични ставови према животној средини (Ecocentric and anthropocentric attitudes toward the environment; Thompson & Barton, 1994). За испитивање у којој мери испитаници осећају себе као део природе коришћена је Скала повезаности са природом (Connectivity With Nature). За испитивање групне кохезивности коришћена је Скала групне кохезивности (Group Cohesiveness Scale).

У наредном потпоглављу кандидаткиња детаљно описује **експериментални фактор**, који у овом истраживању представља организовани боравак студената у природи у трајању

од 10 дана на настави летњег логоровања у оквиру предмета Активности у природи на Факултету спорта и физичког васпитања у Националном парку „Тара“. Ауторка у овом делу детаљно описује услове живота, просторну и временску организацију и садржаје и активности који су обухваћени овим програмом који подразумевају: основе логорског живота, основе преживљавања, екологију, теренска кретања, оријентационо кретање, планинарско, алпинизам, риболов, примењено пливање, примењено веслање, рафтинг туру, једрење на дасци, наутику, излетништво, јутарњу гимнастику, теренска истраживања, теоријска предавања, рекреацију на терену и вечерње програме.

У наредном потпоглављу ауторка прецизно дефинише организацију, процедуре и протоколе мерења испитиваних варијабли. Мерење је организовано у три временске тачке: иницијално (почетак наставе логоровања), финално (завршетак наставе логоровања) и контролно (три месеца након програма, уз примену свих тестова описаних у претходном тексту.

На крају методолошког дела, кандидаткиња представља дескриптивне и инференцијалне статистичке процедуре које су примењене при обради података, као и одобрење етичког комитета за реализацију истраживања.

У шестом поглављу кандидаткиња приказује резултате статистичких обрада добијених података (**Поглавље 6: Резултати истраживања**). Резултати су организовани кроз два потпоглавља, која се односе на морфолошке и психолошке карактеристике које су испитаване у овој дисертацији. Оба потпоглавља организована су на систематичан и доследан начин: дескриптивни показатељи, тестирање значајности разлика у зависности од показатеља нормалности дистрибуције за испитиване варијабле (параметријски: анализа варијансе или непараметријски: фридманов тест) и пост хок тестови који су одговарајући употребљеној методи. Поред овога, резултати су приказани и графички, зарад бољег и прегледнијег разумевања добијених ефеката. Све статистичке методе коришћене су адекватно и резултати су приказани у складу са научним стандардима.

Наредно поглавље (**Поглавље 7: Дискусија**), разматра закључке и импликације добијених резултата из простора морфолошких и психолошких карактеристика у светлу постављених циљева и хипотеза, теоријских претпоставки и налаза претходних истраживања. Ово поглавље је организовано кроз три потпоглавља.

На почетку, кандидаткиња даје општа разматрања о значају активног боровка у природи истраживања за физичко и психичко здравље људи, са посебним нагласком на студентску популацију. Такође, она још једном подсећа читаоце на основне појмове из простора морфолошких и психолошких карактеристика који су коришћени у истраживању. У наставку дискусије су најпре анализирани резултати који се односе на промене у антропометријским и морфолошким карактеристикама испитаника, а затим су анализирани налази који се односе на психолошке аспекте, организовани по појединачним психолошким карактеристикама. На крају сваког потпоглавља дискутовани су резултати у светлу постављених хипотеза.

У наредном потпоглављу ауторка анализира морфолошке промене током програма. Наводи да је током програма дошло до значајног повећања обима екстремитета (надлактице, подлактице, потколенице) и грудног коша, док су смањења у обиму кука и струка, иако уочљива, остала испод прага статистичке значајности. Такође, кандидаткиња наводи да ови ефекти нестају након повратка у уобичајене услове студирања. Када је у питању телесни састав, уочено је смањење масе телесне масти, висцералне масти, односа струка и кукова, као и односа масног ткива и телесне масе. Истовремено је дошло до пораста мишићне масе,

укупне телесне воде, нивоа протеина и минерала, укупне безмасне компоненте, као и скелетно-мишићног индекса, што указује на свеукупно побољшање телесне композиције испитаника. Добијени ефекти нису се задржали након три месеца, односно у редовним условима живота и студирања. Ауторка аргументује да су се студенти вратили уобичајеним, углавном седентарним навикама, нарочито у контексту припрема за испитне рокове, што је вероватно довело до губитка ефеката постигнутих током интензивног боравка у природи. Узимајући у обзир добијене резултате, ауторка закључује да се H_1 делимично прихвата, док се хипотеза H_2 у потпуности прихвата.

Следећи сегмент дискусије односи се на варијабле из психолошког простора. На почетку, ауторка анализира позитивна и негативна емоционална стања, где нису добијени статистички значајни ефекти, уз уочене трендове смањења како негативних, тако и позитивних емоција током трајања програма. На контролном мерењу уочава се тренд даљег смањења позитивних емоција, уз благо повећање негативних. Када су у питању депресија, стрес и анксиозност, резултати показују значајно смањење нивоа депресије и стреса и тенденцију смањења нивоа анксиозности која не достиже ниво статистичке значајности. На контролном мерењу, спроведеном три месеца након програма, уочава се пораст депресије, чак на вредности изнад иницијалних, стрес се задржава на nižем нивоу, док анксиозност остаје стабилна. Следећи сегмент рада односи се на психолошко добробање, где током десетодневног боравка у природи није дошло до статистички значајних промена ни на једној од 6 димензија. Ауторка наводи да ипак постоје тенденције смањења у доменима самоприхватања и смисла живота, док су у порасту били позитивни односи са другима, аутономија, усаглашеност са околином и лични раст. Занимљиво је да је на контролном мерењу уочен даљи пад вредности на димензијама самоприхватања, усаглашеност са околином, позитивни односи са другима и лични раст, а повећање димензија аутономија и смисао живота. Када су у питању ставови према животној средини, уочен је позитиван тренд повећања интензитета екоцентричних ставова и смањења интензитета антропоцентричних и апатичних ставова. Ипак, ниједна од ових промена није достигла статистички значајан ниво. Три месеца након завршетка програма уочена је тенденција смањења вредности на димензијама екоцентризам и антропоцентризам, док апатија незнатно расте. Слична структура резултата се добија и када је у питању повезаност са природом – постоји тенденција повећања доживљаја повезаности са природом током програма и смањења на контролном мерењу. Последња психолошка карактеристика коју кандидаткиња анализира је групна кохезивност. Анализом резултата уочено је да је током програма дошло до благог повећања групне кохезивности, али вредности нису достигле статистичку значајност. Са друге стране, на контролном мерењу забележен је статистички значајан пад у доживљају групне кохезивности у односу на финално мерење. На крају, ауторка закључује да се, с обзиром на непостојање статистички значајних разлика потхипотезе $H_{3.1}$, $H_{3.3}$, $H_{3.4}$, $H_{3.5}$ и $H_{3.6}$ у потпуности одбацују, док се потхипотеза $H_{3.2}$ делимично прихвата. Све ово указује да се општа хипотеза H_3 : десетодневни боравак у природи са организованим активностима ће статистички значајно утицати на промену психолошких карактеристика испитника, делимично прихвата.

Током читаве дискусије, кандидаткиња детаљно и систематично анализира добијене налазе у светлу претходних истраживања и теоријских претпоставки, уз коришћење адекватне референтне литературе. Уочене трендове код којих нису добијене статистички значајне разлике, кандидаткиња инрепретира опрезно, у складу са принципима научног

поштења. Из свега овога се може закључити да је дискусија написана на јасан, структуриран и научно компетентан начин.

У наредном сегменту рада (**Поглавље 8: Закључак**) ауторка подвлачи основне налазе истраживања, на основу којих износи смернице за даља истраживања у овој области. Закључује да налази овог истраживања указују на то да и краткотрајан, али интензиван боравак у природи може довести до значајних, мада привремених, побољшања у морфолошким и психолошким карактеристикама студената, као и да добијени резултати додатно наглашавају потребу за укључивањем програма у природи у шире стратегије промоције здравља међу младима.

У последњем поглављу (**Поглавље 9: Допринос и ограничења студије**) кандидаткиња сагледава теоријски и практичн значај спроведеног истраживања, али и његове недостатке. Наводи да су основне теоријске вредности експериментална природа студије која омогућава утврђивање узрочно-последичних веза, као и могућност свеобухватног сагледавања ефеката десетодневног боравка у природи на морфолошке и психолошке карактеристике студената. Са практичне стране, резултати истраживања могу послужити као смернице за евалуацију и унапређење практичне наставе логоровања. Кандидаткиња истиче да је једно од главних ограничења ове студије специфичност испитиваног узорка који сачињавају студенти Факултета спорта и физичког васпитања који су у просеку физички активнији од својих вршњака са других факултета. Ово имплицира да су им и почетне вредности испитиваних варијабли на високом нивоу, па је могућност напредовања ограничена. Поред овога, узимајући у обзир да је спроведено истраживање теренског типа, постоје многи фактори који се не могу у потпуности контролисати, као што су количина и квалитет сна, специфичност локације на којој се одржава настава и индивидуалне разлике учесника. Кандидаткиња закључује да, иако постоје одређена ограничења која утичу на генерализацију резултата, студија има значајну вредност у контексту реалних услова образовног система и представља полазну основу за будућа истраживања и интервенције у сличним популацијама.

Литература

Ауторка наводи списак од 238 библиографских јединица. Највећи број библиографских јединица односи се на оригиналне научне радове из релевантних и индексираних научних часописа који су за свој предмет имали проучавање ефекта боравка у природи на различите сегменте физичког и менталног здравља људи, као и на њихово социјално функционисање. Поред тога, један број библиографских јединица представља уџбеничку литературу и релевантне књиге које представљају основу за дефинисање и разумевање појмова коришћених у раду. Велика већина коришћене литературе је са енглеског говорног подручја. Сва литература приказана је у складу са АПА 6 стандардима. Може се закључити да је коришћена литература релевантна, савремена и исцрпна у односу на област која се ипитује у раду.

Мишљење и предлог Комисије

Докторска дисертација кандидаткиње Катарине Милановић усредсређена је на испитивање ефеката десетодневног боравка у природи на морфолошке и психолошке карактеристике студената. Кандидаткиња је докторску дисертацију засновала на обимној и релевантној библиографској грађи. Дисертацију карактерише разрађен и теоријски елабориран увод, јасно дефинисан предмет, циљ и хипотезе истраживања, адекватне и детаљно приказане методе, као и дискусија и закључци који одговарају проблему истраживања. Комисија сматра да ова дисертација даје драгоцен теоријски допринос продубљивању досадашњих сазнања о ефектима активности у природи на физичко и ментално здравље, али и низ практичних импликација за организацију и реализацију програма усмерених на студентску популацију. На основу анализе докторске дисертације, Комисија је сагласна да је Катарине Милановић испунила све законске и научне услове за одбрану докторске дисертације, и предлаже Наставно-научно већу да прихвати извештај Комисије о позитивно оцењеној докторској дисертацији под називом „ЕФЕКТИ ДЕСЕТОДНЕВНИХ АКТИВНОСТИ У ПРИРОДИ НА МОРФОЛОШКЕ И ПСИХОЛОШКЕ КАРАКТЕРИСТИКЕ СТУДЕНАТА“, и да га у складу са законским прописима, даље упуту научном већу Друштвено-хуманистичких наука Универзитета у Београду на разматрање и усвајање.

У Београду, 17.9.2025. године

Чланови Комисије:

Др Ана Орлић, редовни професор,
Универзитет у Београду – Факултет спорта и физичког васпитања, председник
комисије

Др Жељко Рајковић, ванредни професор,
Универзитет у Београду – Факултет спорта и физичког васпитања, члан комисије

Др Марија Мацура, редовни професор,
Универзитет у Београду – Факултет спорта и физичког васпитања, члан комисије

Др Сандра Раденовић, редовни професор,
Универзитет у Београду – Факултет спорта и физичког васпитања, члан комисије

Др Игор Илић, доцент,
Универзитет у Приштини са привременим седиштем у Косовској Митровици –
Факултет за спорт и физичко васпитање, члан комисије