Uspješnost metoda rada u predškolskoj dobi

Valetić, Mateja

Undergraduate thesis / Završni rad

2016

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Teacher Education / Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:147:883624

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-04-27**

Repository / Repozitorij:

University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository

UČITELJSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTA U ZAGREBU
ODGOJITELJSKI STUDIJ
ODSJEK U PETRINJI

Sveučilišni preddiplomski studij ranog i predškolskog odgoja

MATEJA VALETIĆ

USPJEŠNOST METODA RADA U PREDŠKOLSKOJ DOBI

STRUČNI ZAVRŠNI RAD

Petrinja, svibanj 2016.

UČITELJSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTA U ZAGREBU
ODGOJITELJSKI STUDIJ
ODSJEK U PETRINJI

Sveučilišni preddiplomski studij ranog i predškolskog odgoja

STRUČNI ZAVRŠNI RAD

USPJEŠNOST METODA RADA U PREDŠKOLSKOJ DOBI

Profesor:
Prof. dr. sc. Ivan Prskalo

APSOLVENTICA:
Mateja Valetić

Petrinja, svibanj 2016.

SADRŽAJ

1 UVOD 1

2. KARAKTERISTIKE DJECE PREDŠKOLSKE DOBI 2

3. PROCES MOTORIČKOG UČENJA 4

3.1. Motoričko učenje i sposobnosti djeteta 6

3.2. Važnost odabira prikladnih tjelesnih vježbi za djecu 7

3.3. Opći kineziološki program za djecu predškolske dobi 11

4.ULOGA ODGOJITELJA 14

5.METODE RADA U EDUKACIJI 16

5.1. Nastavne metode 16

5.2. Metode rada u predškolskom odgoju 18

5.3. Metode vježbanja 19

5.4. Metode učenja 20

6. USPOREDBA SINTETIČKE I ANALITIČKE METODE RADA 22

7. ISTRAŽIVANJE 24

8. ZAKLJUČAK 27

9. LITERATURA 28

1. UVOD

Optimalizacija, racionalizacija i intenzifikacija u odgoju i obrazovanju ne bi bila moguća bez odgovarajućih načina rada. Primjena ciljanih struktura kineziloških stimulusa s obzirom na sadržaj, volumen i modalitete rada pridonosi promjeni osobina , sposobnosti i motoričkih znanja, te zdravlja i odgoja, uvažavajući anatomsko fiziološke karakteristike rasta i razvoja, kod djece predškolske dobi. Da bi u tome uspjeli, odgojitelji naročitu pozornost u svome radu trebaju usmjeriti na modalitete izvođenja procesa tjelesnog vježbanja, kako bi na najpovoljniji način predali informacije subjektima u odgojno - obrazovnom procesu i organizirali proces tjelesnog vježbanja. Realizacija tih ciljeva i zadaća moguća je pravilnim izborom i primjenom metoda rada, od kojih ovise rezultati i kvaliteta odgojno-obrazovnog rada.

Ostvarivanje cilja i zadaća tjelesne i zdravstvene kulture, odnosno uspjeh u radu s djecom predškolske dobi ovisi o više čimbenika, među kojima značajno mjesto pripada i metodama rada, iz razloga što krajnji efekti vježbanja ovise, uz ostalo, i o načinu na koji će se vježbanje provoditi ili se provodi. S obzirom da su upravo uz korištenje metoda rada u predškolskom odgoju vezana različita pitanja, ovom prilikom ćemo pokušati odgovoriti na jedno od njih, a to je primjena kojih metoda rada dolazi u obzir u radu s djecom predškolske dobi.

2. KARAKTERISTIKE DJECE PREDŠKOLSKE DOBI

Predškolsku dob djeteta moguće je podijeliti na tri razdoblja i to na mlađe predškolsko doba (3 do 4 godine), srednje predškolsko doba (4 do 5 godina) i starije predškolsko doba (od 5, 6 do 7 godina). Dječji organizam u toj dobi karakterizira „plastičnost", odnosno mogućnost brze prilagodbe na pozitivne (ali i negativne) podražaje.[1]

Također dolazi do pojačanog razvoja živčanog moždanog tkiva, kralježnica još uvijek nema zakrivljen izgled, a koža, organi za disanje i krvožilni sustav su dosta osjetljivi. Što se tiče razvoja motorike, buduća osobna motorička obilježja formiraju se i stabiliziraju uglavnom u drugoj polovici predškolskog perioda, a u početku motoričkog učenja prevladava oponašanje odraslih koje zbog niske razine vizualno – motoričke koordinacije u prvoj godini života ne daje zapažene rezultate. Poznato je da na razvoj motorike u ranom periodu života djeteta (1. i 2. godina) ponajprije utječe neurološko sazrijevanje i da „učenje" novih kretanja neće imati efekte prije nego dijete „sazrije" za konkretnu radnju.[2]

To međutim nikako ne znači da dijete ne treba stalno dovoditi u povoljne situacije za kontakt s okolinom i slobodnim kretanjem u skladu s mogućnostima djeteta, a proces motoričkog učenja treba usmjeriti prema razvoju bazičnih pokreta i prirodnih oblika kretanja.

Tablica 1: Shema motoričkih obilježja i zadataka motoričkog učenja – modificirano prema Findak, 1995 i Kosinac 1999.

Dijete u dobi od 3. do 4. godine	
Motorička obilježja	Smjernice motoričkog učenja
- Ovladanost osnovnim prirodnim oblicima kretanja - Pokreti spori i površni, neprecizni - Slabija mogućnost orijentacije u prostoru	- Koordinacija pokreta - Razvijanje elementarnih pokreta (*hodanje, trčanje, dizanje i držanje predmeta)*
Dijete u dobi od 4. do 5. godine	

[1,2] Findak, V., 1995: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Priručnik za odgojitelje. Zagreb: Školska knjiga

- Povećana sposobnost kretanja - Pokreti brži, spretniji, točniji - Razlikovanje smjera kretanja - Bolje snalaženje u prostoru pri svladavanju različitih zadaća	- Koordinacija pokreta - Razvijanje elementarnih pokreta (*hodanje, trčanje, dizanje i držanje predmeta* - Svladavanje zadataka vezanih uz orijentaciju u prostoru
Dijete u dobi od 5, 6. do 7. godine	
- Osjetno povećana sposobnost kretanja - Osjetno su snažnija i izdržljivija - Pokrete izvode točnije, brže uz bolju prostornu orijentaciju - Mogu izvoditi složenije pokrete - Spremnost za uključivanje u različite oblike tjelesne aktivnosti	- Koordinacija pokreta - Svladavanje zadataka vezanih uz orijentaciju u prostoru - Razvijanje temeljnih motoričkih sposobnosti - Svladavanje jednostavnih i složenijih motoričkih zadataka iz različitih cjelina prirodnih oblika kretanja

3. PROCES MOTORIČKOG UČENJA

Temeljni uvjet koji mora biti poštovan u radu s djecom predškolske dobi pa tako i u procesu motoričkog učenja je da sve mora biti rađeno sukladno karakteristikama njihova rasta i razvoja te osobina i sposobnosti. Motoričko učenje u ovoj dobi trebalo bi bazirati na motoričkim programima koji će potencirati razvoj motoričkih sposobnosti i imati praktičnu primjenu za dijete, bilo da se to očituje u njegovoj svakodnevnici za lakšu interakciju sa izazovima okoline ili će poslužiti kao adaptivna faza pripreme za polazak u školu.[3]

U procesu motoričkog učenja kod djece predškolske dobi teško se pri učenju novih motoričkih stereotipa može osloniti na motoričko iskustvo djeteta s obzirom da je njima bitno ono što se baš toga trenutka dešava. Stoga se motoričko učenje u predškolskoj dobi s obzirom na relativno motoričko neiskustvo predškolske djece može promatrati kao serija procesa povezanih s vježbanjem pomoću kojih pojedinac stječe nove motoričke sposobnosti, a koje se odvija postupno od prvih netočnih, nespretnih i usporenih kretnji i pokušaja preko usvajanja temeljne strukture pokreta do zadovoljavajuće izvedbe u različitim uvjetima.[4]

Motoričko učenje, osim što zahtjeva tjelesni angažman je i intelektualni zadatak i uvelike ovisi o nizu procesa obrade informacija u središnjem živčanom sustavu. S obzirom da je jedna od karakteristika djece predškolske dobi brzo umaranje, sadržaji vježbanja koji će se koristiti za usvajanje i formiranje motoričkih programa moraju biti osvježavajući, jednostavni i djeci interesantni kako bi vezali pažnju djeteta jer je pažnja bitan segment motoričkog učenja.

Proces motoričkog učenja u predškolskoj dobi je vrlo teško planirati zbog mogućeg ,,zasićenja" djece ponavljanjem istih sadržaja vježbanja pa je kineziološke operatore koji sudjeluju u formiranju poželjnog motoričkog programa potrebno relativno često mijenjati. Međutim od novih kineziloških operatora očekuje se postizanje istih efekata učenja kako ne

[3] Findak, V., 1995: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Priručnik za odgojitelje. Zagreb: Školska knjiga

[4] Lorger, M. 2014: Motoričko učenje u predškolskoj dobi". U I. Prskalo, A. Jurčević – Lozančić, Z. Braičić (Ur.) Zbornik radova međunarodnom znanstvenog – stručnog simpozija 14. dani Mate Demarina ,,Suvremeni izazovi teorije i prakse odgoja i obrazovanja" Topusko (str. 169 – 176) Zagreb:Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

bi došlo do zastoja u usvajanju planiranog dinamičkog stereotipa. Učenje svladavanja preciznih pokreta koji zahtijevaju uporabu „fine motorike" zahtijeva visoku razinu kognitivnih potencijala kao i učenje gibanja koje zahtjeva istodobni angažman većeg broja motoričkih sposobnosti (koordinacija, agilnost, ravnoteža) što može uvelike opteretiti njihov živčani sustav.[5]

Umoran živčani sustav doprinosi većoj razini uzbuđenja, neraspoloženja i pada pažnje, a sve su to možebitni ometajući faktori za uspješan tijek motoričkog učenja. Iako je tijekom motoričkog učenja uglavnom naglasak na usvajanju složenih motoričkih struktura, ne smije se zanemariti niti učenje jednostavnih pokreta jer se i njihovo izvođenje znatno popravlja motoričkim učenjem.

S druge strane, učenje složenijih motoričkih zadataka traži obradu osjetnog broja informacija, posebno ako se uvjeti prilikom učenja mijenjaju, što može doprinijeti uspješnosti motoričkog učenja. Proces motoričkog učenja temeljnih motoričkih znanja traje dugo vremena, od prvih pokušaja u prvoj godini života pa dok ne završi njihovo usvajanje i usavršavanje do desete godine života, odnosno do završetka programa univerzalnih sportskih modela treninga (vježbanja) i odvija se kroz razvojne faze.

Kada se u motoričkom gibanju „poslože" svi njegovi dijelovi, motoričko znanje je u završnom stupnju razvoja, a kada je neki pokret usvojen do razine motoričke vještine to je znak da je došlo do automatizacije pokreta, odnosno formiranja motoričkog programa čime je proces učenja uglavnom završen[6].

Da bi proces motoričkog učenja u ovoj dobi bio uspješan bilo bi poželjno segmente budućeg dinamičkog stereotipa ukomponirati u igru i postupno ga nadograđivati do njegova konačnog oblika jer igra ima potencijala da poboljša sve aspekte djetetovog „dobrog osjećaja" (*well-being)* od tjelesnog, emocionalnog, kognitivnog i socijalnog. Iako igra ima značajne komparativne prednosti u odnosu na druge oblike i metode rada dobro je da se temeljna

[5,6,7,8] Lorger, M. 2014: Motoričko učenje u predškolskoj dobi". U I. Prskalo, A. Jurčević – Lozančić, Z. Braičić (Ur.) Zbornik radova međunarodnom znanstvenog – stručnog simpozija 14. dani Mate Demarina „Suvremeni izazovi teorije i prakse odgoja i obrazovanja" Topusko (str. 169 – 176) Zagreb:Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

motorička znanja ne uče samo kroz primjenu elementarnih igara već je proces učenja potrebno obogatiti i drugim adekvatnim sadržajima. [7]

3.1. Motoričko učenje i sposobnosti djeteta

Motoričke sposobnosti djeteta su pokazatelj u kojem smjeru će ići kretanje djeteta, odnosno kakva će biti priroda njegovih pokreta i na njihov razvoj se može povoljno utjecati procesom motoričkog učenja (vježbanja). Petz, (1992) motoričke sposobnosti smatra bazom za razvoj pojedinih vrsta pokreta i motoričkih vještina. Sposobnosti djeteta nakon rođenja su samo potencijali koje treba razvijati s obzirom da su više ili manje određene genetskih faktorima, ali i uvjetima koje pruža sredina u kojoj dijete odrasta. Iako raste sve veći interes za provođenje organiziranog vježbanja u vrtićima, frekvencija, sadržaj i intenzitet tih programa moraju izazvati dovoljno snažan podražaj da se motoričke sposobnosti razvijaju izvan normalnih bioloških i fizioloških procesa.[8]

Povoljni uvjeti rasta i poticanje djeteta na kretanje i vježbanje pogoduju razvoju svih motoričkih sposobnosti, ali se neke u određenoj dobi razvijaju brže od ostalih, pa tako Elleneby, (1990) prema Starc, Čudina Obradović, Pleša, Profaca, Letica, (2004) navodi da je do četvrte godine najintenzivniji razvoj ravnoteže i koordinacije. Na važnost utjecaja na razvoj koordinacije ukazuje i Hands (2008), a Bonacin i Kosinac u svom istraživanju 1991. godine također ukazuju da je došlo do značajnih strukturalnih promjena u području motorike, posebno snage, ravnoteže i koordinacije pod utjecajem tromjesečnog programiranog kineziološkog programa. Pozitivne promjene u poboljšanju motoričkih sposobnosti predškolske djece pod utjecajem tjelesnog vježbanja, odnosno motoričkog učenja u svojim istraživanjima potvrđuju (Popović, Radanović, Stupar, Jezdimirović, 2010;

Trajkovski –Višić, Zebić, Hrvoj, 2010; Hraski, Stojsavljević, Hraski, 2009; Bellows, Davies, Anderson, Kennedy, 2013).[9]

3.2. Važnost odabira prikladnih tjelesnih vježbi za djecu

U odabiru motoričkih aktivnosti za djecu, treba davati prednost onim kretnjama i aktivnostima koje stimuliraju funkcionalno poboljšanje rada srca, krvotoka i disanja. Premda nema sigurnih dokaza da tjelesna aktivnost produljuje trajanje života, poznato je da sprječava, ublažuje, pa i otklanja faktore rizika, primjerice: psihološki stres, razinu kolesterola u krvi, visok krvni tlak, prekomjernu tjelesnu težinu. Na taj se način poboljšava zdravstveno stanje djeteta[10].

S druge strane, relaksacija postignuta tjelesnim vježbanjem (kineziološkim aktivnostima) nenadoknadiva je u borbi protiv psihičkih preopterećenja i stresnih situacija kojima obiluje današnji život. Svatko bi trebao biti svjestan da nema važnije stvari u životu od zadovoljenja tzv. bioloških potreba djeteta, u koje se, uz kretanje odnosno vježbanje, ubrajaju još i potreba za kisikom, snom, tekućinom i hranom.

Tjelesno vježbanje trebalo bi biti neizostavni dio cjelokupnog sklopa aktivnosti djeteta, kako u mjestu, tako i izvan mjesta stanovanja. Umješnost njihove primjene mora biti prepuštena svakom voditelju aktivnosti, koji mora znalački odlučiti, na temelju poznavanja sudionika u aktivnostima, koji je najpogodniji izbor i trenutak primjene, kao i njihovu brzu modifikaciju. To je presudno i vrlo značajno za ostvarenje postavljenih ciljeva.[11]

---

[9]Lorger, M. 2014: Motoričko učenje u predškolskoj dobi". U I. Prskalo, A. Jurčević – Lozančić, Z. Braičić (Ur.) Zbornik radova međunarodnom znanstvenog – stručnog simpozija 14. dani Mate Demarina „Suvremeni izazovi teorije i prakse odgoja i obrazovanja" Topusko (str. 169 – 176) Zagreb:Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

[10,11] Sindik, J. 2009: „Kineziološki programi u dječjim vrtićima kao sredstvo očuvanja djetetova zdravlja“, Med Jad 39(1)

U Tablici 1, Findak i Mraković daju pregled rezultata nekolicine istraživanja koja dosljedno utvrđuju razlike između tjelesno aktivnih i tjelesno neaktivnih osoba. Zdravstvena superiornost tjelesno aktivnih osoba nad tjelesno neaktivnima je evidentna, pa se može uspostaviti i uzročno-posljedična veza između tjelesnog vježbanja i poželjnih biofizioloških svojstava.

Tjelesno neaktivne osobe *Physically inactive persons*	Biofiziološka svojstva *Biophysiological features*	Tjelesno aktivne osobe *Physically active persons*
Mala Small	Relativna količina mišića *Relative muscle quantity*	Velika *Large*
Velika *Big*	Relativna količina masti *Relative fat quantity*	Mala *Small*
Mala *Small*	Mišićna sila *Muscle power*	Velika *Big*
Mala *Small*	Prokrvljenost mišića *Muscle blood vessel coverage*	Velika *Large*
250 – 300 gr	Težina srca *Heart weight*	400-500 gr
70 – 90	Frekvencija srca u mirovanju (FS) *Heart at rest frequency*	40-60

Tjelesno neaktivne osobe *Physically inactive persons*	Biofiziološka svojstva *Biophysiological features*	Tjelesno aktivne osobe *Physically active persons*
Veći *Higher*	Krvni tlak *Blood pressure*	Manji *Lower*
Male *Small*	Koronarne rezerve *Coronary reserves*	Velike *Large*
cca 50ml/kg	Relativni vitalni kapacitet *Relative vital capacity*	cca 70 ml/kg
40 ml/kg	Relativni aerobni kapacitet *Relative areobic capacity*	50 – 80 ml/kg
Mali *Small*	Transportni kapacitet za O_2 *Transport capacity for O_2*	Veliki *Large*
Mala *Low*	Maksimalna sposobnost srca *Maximal heart capacity*	Velika *Large*
Simpatikotona	Vegetativna regulacija *Vegetative regulation*	Vagotona *Vagotone*
Male *Low*	Adrenokortikalne rezerve *Adrinocortical reserves*	Velike *Large*
Manja *Lower*	Izdržljivost na tjelesne aktivnosti *Physical activity endurance*	Veća *Higher*
Sporiji *Slower*	Oporavak nakon rada *Recovery after work*	Brži *Faster*
Mali *Low*	Adaptacijski kapaciteti *Adaption capacity*	Veliki *High*
Brža *Faster*	Dobna involucija *Age involution*	Sporija *Slower*
Manja *Lower*	Radna sposobnost *Work capacity*	Veća *Higher*
Često *Frequent*	Pobolijevanje *Poor health*	Rijetko *Rare*

Tablica 1. Pregledni prikaz razlika između tjelesno aktivnih i neaktivnih osoba (4 , na temelju preglednog rada Findaka i Mrakovića, 1993)

Igraonice s kineziološkim sadržajima kao preventivni program Zbog svega navedenog osmišljen je preventivni program, s ciljem omogućavanja predškolskom djetetu da se bave kvalitetno programiranim i planiranim tjelesnim (kineziološkim) aktivnostima, istovremeno stječući korisne i zdrave navike života, te potičući njihov cjelokupni psihofizički razvoj.[12]

S druge strane, tjelesna aktivnost je vrlo važna za psihofizički razvoj, uslijed angažiranja praktički svih bitnih funkcionalnih mehanizama i organa. Stoga, poticajna tjelesna aktivnost (naravno, ne u pretjeranom obimu) može biti korisna za sve aspekte psihofizičkog razvoja djeteta.

U vrlo brzom ritmu modernog življenja, posebno u većim urbanim centrima, izrazito je važno da je slobodno vrijeme djeteta strukturirano u smislu osiguravanja optimalnih zdravstvenih uvjeta. Potrebu za fizičkim kretanjem čovjek spontano zadovoljava svakodnevnim gibanjem, kroz obavljanje dnevnih rutina i slično. Kineziološkim aktivnostima u širem smislu stoga se mogu smatrati sve aktivnosti koje uključuju fizičko pokretanje ljudskoga tijela.

U užem smislu, to su osmišljene, strukturirane, nespontane tjelesne aktivnosti. Kineziološke aktivnosti nemaju samo ekskluzivni značaj u životu modernog čovjeka. Naime, potreba za fizičkim kretanjem može se poimati kao jedna od osnovnih biotičkih potreba.

Potreba za fizičkim kretanjem ne može se dakle smatrati "čistom" primarnom fiziološkom potrebom, s isključivom funkcijom održavanja homeostaze. Ova potreba nesumnjivo zadovoljava i neke druge funkcije. Premda fizičko kretanje može zadovoljavati primarno i dominantno potrebe za homeostazom, nipošto se ne smije zaboraviti da svaka aktivnost može koristiti za zadovoljavanje više vrsta ljudskih potreba.

Različite psihologijske teorije mogu svesti na zajednički nazivnik pojam kvalitete življenja koji Sindik definira kao mogućnost da čovjek kroz jednu te istu vrstu aktivnosti može zadovoljiti što veći broj potreba, primarnih biotičkih i "viših".

Odatle se kvalitetom življenja može smatrati iskorištenost ukupnog vremenskog odsječka trajanja življenja pojedinca u smislu optimalnog zadovoljavanja svih njegovih osnovnih i specifičnijih potreba. Zato kineziološke aktivnosti mogu i moraju biti multifunkcionalne, tj. moraju omogućiti istovremeno zadovoljavanje više vrsta čovjekovih

[12] Sindik, J. 2009: „Kineziološki programi u dječjim vrtićima kao sredstvo očuvanja djetetova zdravlja“, Med Jad 39(1)

potreba. Primjena što ranijih, a djetetu primjerenih kineziooloških programa može biti djelotvoran način da dijete počne razvijati zdrav način života već u pred-školskoj dobi.[13]

Naime, stjecanje zdravog, kineziološki aktivnog načina života već u predškolskoj dobi može biti osnova za koncipiranje zdravog načina života u školskoj i odrasloj dobi. U praksi se da zamijetiti da među kineziološkim aktivnostima djeca više preferiraju popularne sportove i sportske igre (koje imaju prilike upoznati gledajući odrasle, odnosno putem medija), za koje ih je puno lakše zainteresirati i motivirati da u njima ustraju. S druge strane, elementarne igre i "klasične" tjelesne vježbe za predškolce (koje su dio edukacijskog programa koji se realizira u sklopu redovitog programa dječjih vrtića), djeci su isprva zanimljive, ali im brzo dosade. Kao posljedica toga osmišljen je koncept igraonica sa sportskim sadržajima.[14]

To su u biti programi koji su nalik sportskim aktivnostima odraslih, ali s vrlo malom frekvencijom provedbe, trajanjem, i smanjenim opsegom zadataka koje dijete treba savladali da bi se igralo sporta.

Dakle, djeca u igraonicama uče samo temeljne karakteristike (osnove) pojedinih sportova (npr. malog nogometa, stolnog tenisa). Stoga treba imati na umu da se u daljnjem tekstu termin "sport" i "sportski" odnosi na sadržaje koji se svladavaju u sklopu programa igraonica, a ne težnju maksimalnim motoričkim dostignućima. Usporedbe sa sportom i sportašima stoga imaju relativnu vrijednost.[15]

[13,14] Sindik, J. 2009: „Kineziološki programi u dječjim vrtićima kao sredstvo očuvanja djetetova zdravlja“, Med Jad 39(1)

[15] Ivanković, A. 1980: Tjelesni odgoj djece predškolske dobi. Zagreb: Školska knjiga

3.3. Opći kineziološki program za djecu predškolske dobi

Na temelju prethodno navedenih pretpostavki, definirani su i ciljevi programa vježbanja za djecu predškolske dobi[16]:

1.Program je usmjeren na poboljšanje opće motorike, a osobito koordinacije rada ruku, tijela i nogu u prostorno vremenskim odnosima, gipkost i koordinaciju tijela u cjelini, brzinu i pravovremenost reakcije, eksplozivne snage ruku i nogu, agilnosti, preciznosti i fleksibilnosti

2. Program omogućava djetetu stjecanje spoznaja o osnovnim elementima iz nogometa, košarke, gimnastike, odbojke, rukometa, atletike, golfa, hokeja, badmintona, tenisa, stolnog tenisa, biciklizma, plivanja, stvarajući afinitet za daljnje bavljenje sportom

3. Program omogućava djeci stjecanje spoznaja o vlastitom uspjehu ili neuspjehu pri savladavanju raznoraznih motoričkih zadataka, a pritom ih motivirajući za rad. Osobito će se voditi briga o svakom pojedincu, pritom pazeći da se svako pojedino dijete ne osjeća manje vrijedno, te psihofizičkim sposobnostima svakog djeteta, da slabiji rezultati u natjecanju ne bi bili destimulirajući za manje uspješne pojedince.

4. Vježbe u grupi pospješuju sociološko-emocionalni razvoj društvenosti, želje za pomoć drugome, spremnost na zajednički rad, osjećaj odgovornosti, spremnost da podjeli svoje osjećaje s drugima i sl.

5. Program omogućava postupno svladavanje sve složenijih vježbi , uz brigu o realnom odnosu djeteta prema uspjehu/neuspjehu – omogućava djetetu stjecanje pozitivne slike o sebi, te samopouzdanja osnovanog na realnom uvidu u vlastite vrijednosti

6. Program omogućava djeci razvoj određenog stupnja discipline (neophodnog za uspješan rad grupe u cjelini), te samodiscipline – koja nesumnjivo doprinosi i poboljšanju usmjerene pažnje kod djece, a bez forsiranja i štetnih konotacija.

7. Program omogućava djeci stjecanje spoznaja o bitnim preduvjetima sportskog i zdravog života uopće – vođenje brige o pravilnoj prehrani, higijeni i slično. Voditelj programa primjenjuje metode (modificirano prema)[17]:

[16] Sindik, J. 2009: „Kineziološki programi u dječjim vrtićima kao sredstvo očuvanja djetetova zdravlja“, Med Jad 39(1)

- usmenog izlaganja (u minimalnoj mjeri kod svih tematskih cjelina, ali najčešće kod općih pravila igre, osnovne koncepcije igre napad/obrana);
- pokazivanja ili demonstracije (za sve tematske cjeline);
- postavljanja i rješavanja motoričkih zadataka, na višoj i nižoj razini (za sve tematske cjeline, izuzev osnovnih pravila igre);
- kombinirane metode vježbanja (za sve tematske cjeline, izuzev osnovnih pravila igre);
- sintetičku metodu učenja (za sve tematske cjeline, izuzev osnovnih pravila igre, a naročito kod tematske cjeline igranja utakmice);
- situacijsku metodu vježbanja (za sve tematske cjeline, izuzev osnovnih pravila igre, a naročito kod tematske cjeline igranja utakmice).

Metodika rada zasnovana je na igri, kao dominantnoj i najprirodnijoj aktivnosti predškolskog djeteta, i to na igri s gotovim pravilima (naime, sportske su aktivnosti u osnovi igre s gotovim pravilima). Dominantna metoda vježbanja je situacijska, a učenje se provodi pretežito sintetičkom metodom, izvedbom same sportske aktivnosti, te korekcijom i uvježbavanjem u konkretnim situacijama.

Minimalna primjena metode ponavljanja i uvježbavanja ograničena je na temeljne tehničke elemente (u igrama s loptom, npr. osnovne vrste udaraca, vođenja, dodavanja, primanja lopte). Voditelj primjenjuje sljedeće metodičke organizacijske oblike rada[18]:

- frontalni (upoznavanje i tumačenje uputa za pojedinu vježbu);
- različiti oblici grupnog rada, situacijskim učenjem kroz igru (za sve tematske cjeline pravila igre):

  1. vježbe u parovima, trojkama, četvorkama (za sve tematske cjeline, izuzev osnovnih pravila);

  2. paralelno odjeljenski oblik rada;
- pojedinačni (individualni) rad (za specifične zadatke za svaku od tematskih cjelina, te za korekcije vezane uz individualne karakteristike i motorička dostignuća pojedine djece).

[17] Sindik, J. 2009: „Kineziološki programi u dječjim vrtićima kao sredstvo očuvanja djetetova zdravlja“, Med Jad 39(1)

[18] Ivanković, A. 1980: Tjelesni odgoj djece predškolske dobi. Zagreb: Školska knjiga

Odabir prikladnog oblika rada zasniva se na poznatosti i složenosti pojedinog elementa sportskog sadržaja, te na osobinama pojedine djece, ili pak čitave grupe. Struktura nastavnog sata - ukupno trajanje 35 minuta[19]:

- 3 - 6 minuta uvodni dio: o priprema organizma za rad o podizanje psihofizičkog stanja polaznika na višu razinu
- 5 -10 minuta pripremni dio: o specifične vježbe razgibavanja i ciljanog djelovanja na tijelo u cilju pripreme tijela za naredne zadatke
- 25 - 35 minuta glavni dio: o realizacija sadržaja predviđenih programom o usavršavanje i uvježbavanje
- 3-8 minuta završni dio : o smirivanje organizma o opuštanje i relaksacija.

[19] Ivanković, A. 1980: Tjelesni odgoj djece predškolske dobi. Zagreb: Školska knjiga

4. ULOGA ODGOJITELJA

U literaturi iz područja kineziologije često se naglašava uloga ličnosti trenera na transformacijski proces, momčadi i pojedince koje isti vodi i usmjerava.

U slučaju popularnih kineziološkim programa, s obzirom na ciljeve i zadaće, te sadržaje programa, uloga voditelja programa ili trenera je jednostavno odlučujuća. Naime, voditelj je taj koji može usmjeravati djecu-polaznike igraonice u smjeru međusobne kooperacije, a ne nezdrave kompeticije.[20]

Teorija kontrole podrazumijeva da je voditelj najefikasniji ukoliko je uključen u grupu kojom rukovodi. Slijedeća su područja uključivanja koja voditelj može provesti tijekom osmišljavanja i provedbe popularnih kineziološkim programa[21]:

1. socijalni život – što češće moguće: razgovarati i igrati se s djecom izvan redovnog programa koji se provodi, zajednički jesti, otići na sok, sjetiti se rođendana polaznika, biti s njima na svečanostima.
2. vezano uz program – pomagati djeci i dozvoliti im da oni voditelju pomognu, zajednički rješavati probleme, pohvaliti polaznike i javno objavljivati njihove uspjehe, reagirati na potrebe djece, obrazložiti bitne uloge pojedinaca (npr. konkretno rastumačiti uspješnost pojedinca u provedbi pojedinih zadaća u natjecanju), ukazivati na negativne promjene.
3. stil ponašanja – razgovarati o osobnom životu polaznika (što ga muči?), šaliti se i zabavljati, gledati polaznicima u oči, grliti ih i pokazati bliskost, osjećati i iskazivati entuzijazam, sjesti pored polaznika.
4. stvaranje identiteta – oslovljavati polaznike imenom, pitati dijete za zdravlje, pozorno slušati djecu, pokazati im da su važni, iskreno davati komplimente, razgovarati s djecom o filmovima, utakmicama, slikovnicama, nešto zajednički stvarati, brinuti i pokazati brigu za djecu.

[20] Sindik, J. 2009: „Kineziološki programi u dječjim vrtićima kao sredstvo očuvanja djetetova zdravlja“, Med Jad 39(1)

[21] Findak, V., Metikoš, D., Mraković, M. 1992: Kineziološki priručnik za učitelje. Zagreb: HPKZ

5. stavovi – gledati na događaje s ljepše strane, preuzeti rizike, rastumačiti kako se ponekad u nečemu uspije a nekad ne, prepričavati informacije do kojih se došlo, biti iskren prema djeci i pokazivati im i razvijati povjerenje
6. osobne usluge – pomoći djeci kada ustreba, posuditi im nešto, preporučiti nešto (savjet o nečemu), dati i primiti poklon.

5. METODE RADA U EDUKACIJI

Metode rada u realizaciji programskih sadržaja nastave kineziološke kulture kao i ostalih organizacijskih oblika rada čine jedinstvenu cjelinu povezanosti svih metoda.

Današnja se pedagoška praksa koristi sljedećim metodama rada[22]:

1. nastavne metode
2. metode vježbanja
3. metode učenja

5.1. Nastavne metode

U nastavi kineziološke kulture primjenjujemo slijedeće nastavne metode[23]:

1. metodu usmenog izlaganja
2. metodu demonstracije
3. metodu postavljanja i rješavanja motoričkih zadaća te tri pomone metode:

a) metoda imitacije

b) metoda ilustracije

c) metoda dramatizacije

[22] Findak, V., 1989: Metodika tjeleske i zdravstvene kulture. Zagreb: Školska knjiga

[23] Findak, V., 1995: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Priručnik za odgojitelje. Zagreb: Školska knjiga

Opisivanje motoričkog gibanja koristi se najčešće u početnoj fazi njegovog učenja pri čemu je nužno uvažavati razvojne karakteristike subjekta u odgojno-obrazovnom procesu.

Objašnjavanje motoričkog gibanja odgojitelj koristi onda kada djeca nisu dobro shvatila opisivanje motoričkog gibanja ili nisu dobro usvojili kineziološki operator metodom demonstracije, te im se daju dopunske upute o zadanom motoričkom gibanju. Korekcija motoričkog gibanja sadrži u sebi usmeno upozoravanje na loša izvođenja, na pogreške, te usmjeravanje na načine njihovog pravilnog izvođenja. Analiza motoričkog gibanja upotrebljava se kada su učenici svladali osnovnu strukturu (motorika znanja) motoričkog gibanja, s težnjom njegova usavršavanja prema zakonitostima biomehanike. Potrebno je naglasiti da u nastavnom procesu kroz artikulaciju nastavnog sata metoda usmenog izlaganja mora biti kratka, jasna i razumljiva za subjekte u odgojnoobrazovnom procesu[24].

Metoda demonstracije čini osnovnost u kineziološkoj kulturi. Sve što se želi sudionike u nastavnom procesu naučiti mora im se i pokazati, odnosno demonstrirati. Metodu demonstracije izvodi odgojitelj, dok djeca promatraju. Demonstracija mora jasno pokazati motoričko gibanje. Prva demonstracija mora biti originalna. Kineziološki operator treba biti izveden cjelovito i bez prekida. Ako iz opravdanih razloga nastavnik nije u mogućnosti izvoditi metodu demonstracije, onda će je izvoditi učenik kojeg je nastavnik prije ili u tijeku sata educirao, dok opisivanje i objašnjavanje motoričkog gibanja izvodi nastavnik. [25]

Metoda postavljanja i rješavanja motoričkih zadaća može biti na nižoj i višoj razini. U praksi većinom se koristi u radu s djecom predškolske dobi i prva četiri razreda osnovne škole. Na nižoj razini djeca izvode zadano motoriko gibanje kako im najbolje odgovara, po vlastitom izboru, dok se na višoj razini djeci, odnosno, učenicima zadano motoričko gibanje otežava sa formom, karakterom, smjerom kretanja, trajanjem, što oni tada rješavaju po vlastitom izboru.[26]

---

[24] Delija, K., 2008: Metode rada u području edukacije. Dostupno na:http://www.hrks.hr/skole/12_ljetna_skola/2-Delija.pdf, pristup ostvaren 12.4.2016

[25] Findak, V., 1995: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Priručnik za odgojitelje. Zagreb: Školska knjiga

[26] Sindik, J. 2009: „Kineziološki programi u dječjim vrtićima kao sredstvo očuvanja djetetova zdravlja“, Med Jad 39(1)

5.2. Metode rada u predškolskom odgoju

Plan i program rada tjelesne i zdravstvene kulture određuje broj sati vježbanja, sadržaje, omogućava izbor vježbi, a odgojitelj je taj koji odlučuje, uz ostalo, koje će metode rada primijeniti u radu. Dakle, prije svega od odgojitelja ovisi u kojoj će mjeri iskoristiti postojeće uvjete rada, kako će iskoristiti raspoloživa sredstva i pomagala, kako će iskoristiti raspoloživo vrijeme ili jednom riječju, kakva će biti kvaliteta i kvantiteta rada.[27]

S obzirom da je sat tjelesne i zdravstvene kulture osnovni organizacijski oblik rada u predškoli, da mora svojim zadacima, sredstvima i organizacijom stvoriti povoljne uvjete za uvođenje djece u ostale organizacijske oblike rada predviđene programom tjelesne i zdravstvene kulture u predškoli, uzrokom je što ćemo se osvrnuti na metode rada koje se primjenjuju na satu tjelesne i zdravstvene kulture. To, međutim, ne znači da se te metode rada ne mogu koristiti i u drugim organizacijskim oblicima rada koji su primjereni djeci predškolske dobi. Shodno tome, postavlja se pitanje, koje metode rada možemo u predškoli primijeniti na satu tjelesne i zdravstvene kulture? Ako znamo da primjena jedne metode rada stvara povoljne uvjete rada za prijelaz u drugu, da jednostavnije metode rada po važećim metodičkim načelima trebaju prethoditi zahtjevnijim, onda bi smo radi intenzifikacije procesa tjelesnog vježbanja trebali početi s primjenom metode oponašanja i imitacije i napokon na primjenu metode dramatizacije. Naime, držimo da je metoda imitacije djeci predškolske dobi najbliža, jer se od njih traži da oponašaju ljude, životinje, pojave iz svakodnevnog života putem pokreta. Dakako, da bi zahtjevi odraslih djeci bili «prepoznatljivi» treba koristiti one primjere iz njihove svakodnevice koji su djeci bliski, kako bi ih asocirali upravo na one pokrete koje trebaju poslije imitirati. Metoda ilustracije je već nešto zahtjevnija, jer podrazumijeva ilustraciju događaja koje su djeca doživjela, i to putem pokreta ili kretanja prilikom korištenja ove metode treba «birati» prvenstveno primjere iz njihova života, jer će tako najlakše moći ilustriririrati izabrani događaj[28].

Za primjenu metode dramatizacije potrebno je da djeca poznaju priču koju trebaju interpretirati putem motoričkog istraživanja. Dobro je stoga da se najprije dramatiziraju priče koje koje djeca vole, s kojima imaju pozitivno iskustvo, koje su im poznate, a kasnije se može pribjeći i dramatizaciji novih priča, dakako, koje ostvaruju također dovoljno kretanja.

[27,28] Findak, V., 1992: Uloga odgojitelja u programiranju tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: HPKZ

Prilikom primjene ove metode treba voditi brigu u početku, tijeku i završetku interpretacije izabrane priče. [29]

5.3. Metode vježbanja

Načini optimalne primjene ciljanih sredstava te doziranja, distribucije i kontrole opterećenja omogućili su i u praksi prihvatljivu podjelu metoda vježbanja na[30]:

1. metode standardno ponavljajućeg vježbanja
2. metode promjenjivog vježbanja
3. kombinirane metode vježbanja
4. situacionu metodu vježbanja

Bitnost metode standardno ponavljajućeg vježbanja je da se tjelesne vježbe ponavljaju, dakle, izvode bez značajnih promjena u njihovoj motoričkoj strukturi ali i u opterećenju. U tijeku nastavnog procesa ide se na postepeno povećanje opterećenja o čemu odlučuje nastavnik. Kod učenika predmetne nastave prema načinu rada koristimo metodu standardno neprekidnog vježbanja i metodu standardno isprekidanog vježbanja. U prvom slučaju tjelesna aktivnost se izvodi bez prekida najčešće uporabom vježbi cikličkog karaktera. Dok u drugom slučaju opterećenja imaju fazu napora i fazu odmora.[31]

Metode promjenjivog vježbanja očituju se u specifičnosti primjene različitih vježbi i različitog opterećenja. U tijeku izvođenja tjelesnih vježbi mijenja se tempo, brzina, ritam, trajanje rada i opterećenje. Metode promjenjivog neprekidnog vježbanja primjenjive su u realizaciji programskih sadržaja koji sadrže u sebi prirodne oblike kretanja ciklikog karaktera. Međutim kod metoda promjenjivog isprekidanog vježbanja bitno je da se opterećenje može stalno povećavati ali i mijenjati. [32]

[29,30] Findak, V., 1995: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Priručnik za odgojitelje. Zagreb: Školska knjiga

[31,32] Delija, K., 2008: Metode rada u području edukacije. Dostupno na:http://www.hrks.hr/skole/12_ljetna_skola/2-Delija.pdf, pristup ostvaren 12.4.2016

Kombinirana metoda vježbanja je kombinacija različitih metoda vježbanja. Koju će kombiniranu metodu upotrijebiti učitelj ovisi od cilja i zadaća konkretnog sata kineziološke kulture, odnosno kreativnosti kineziologa.

Situacionu metodu vježbanja mnogi autori zovu još i natjecateljska metoda ili metoda igara. Ovu metodu potrebno je koristiti u realizaciji sadržaja kojih je cilj natjecanje. Naročito mora biti prisutna u agonološko usmjerenim kineziološkim aktivnostima (kompleksni sportovi-školski sport).

5.4. Metode učenja

U kineziološkoj praksi metode učenja najčešće se dijele na[33]:

1. sintetičku metodu,
2. analitičku metodu,
3. kombiniranu metodu učenja.

Sintetička metoda učenja u odgojno-obrazovnom procesu smatra se najprirodnijom metodom. Zadano motoričko gibanje izvodi se u cjelini. Kod metode učenja dolazi do izražaja individualnost svakog djeteta. Brojna stručna i znanstvena istraživanja u tom prostoru daju naglasak prihvatljivosti te metode u radu s djecom predškolske dobi.[34]

Analitička metoda učenja koristi se u pedagoškoj praksi kada subjekt ili subjekti u nastavi nisu u mogućnosti prema zakonitosti biomehanike određeno motoričko gibanje izvesti

[33] Findak, V., 1995: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Priručnik za odgojitelje. Zagreb: Školska knjiga

[34] Delija, K., 2008: Metode rada u području edukacije. Dostupno na:http://www.hrks.hr/skole/12_ljetna_skola/2-Delija.pdf, pristup ostvaren 12.4.2016

u cjelini. U tu svrhu potrebno je zadano motoriko gibanje učiti po dijelovima. Nakon usvojenosti svakog raščlambenog dijela prelazi se na povezivanje u cjelinu.[35]

Kombinirana metoda učenja primjerena je za realizaciju programskih sadržaja školske populacije. Zadano motoričko gibanje izvodi se najprije sintetičkom metodom, ako dolazi do nemogućnosti korektnog izvođenja prelazi se na analitičku metodu. Nakon svladanosti po dijelovima motoričkog gibanja prelazi se na izvođenje motoričke zadaće sintetičkom metodom. Ova metoda rada, odnosno metoda učenja je izmjenična sintetičko-analitičkosintetička metoda. Kombinirana metoda učenja treba dominirati u radu s djecom predškolske dobi, učenicima osnovnog i srednjeg školstva, ako se ne može u realizaciji programskih sadržaja koristiti sintetička metoda.[36]

[35] Findak, V., 1995: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Priručnik za odgojitelje. Zagreb: Školska knjiga

[36] Delija, K., 2008: Metode rada u području edukacije. Dostupno na:http://www.hrks.hr/skole/12_ljetna_skola/2-Delija.pdf, pristup ostvaren 12.4.2016

6. USPOREDBA SINTETIČKE I ANALITIČKE METODE RADA

Izbor metoda učenja značajan je čimbenik učinkovitosti nastavnog procesa. Ovim istraživanjem Findak i Prskalo pokušali su odgovoriti na pitanje kakav i koliki utjecaj ima primjena sintetičke metode učenja u odnosu na analitičku.

Cilj rada je tranzitivnim provjeravanjem utvrditi razlike u učinkovitosti obuke nastavne teme: «Kolut naprijed» primjenom analitičke i sintetičke metode učenja. Analitička metoda učenja motoričkog gibanja provedena je na sljedeći način:

1) Postav ruku u upor za rukama i podizanje kukova višestrukim odskokom (3 puta);

2) Poslije tri odskoka u uporu za rukama, kolutom doći do sjeda;

3) Iz jednog odskoka u uporu za rukama, kolut naprijed do čučnja;

4) Iz jednog odskoka u uporu za rukama, kolut naprijed do uspravnog stava;

5) Kolut naprijed.

Sintetička metoda učenja je provedena uz primjenu metodskog postupka koji je podrazumijevao, u prvim etapama učenja, rad na kosoj podlozi. Obuka se sastojala od 3 sata a na 4. satu je izvršeno tranzitivno provjeravanje ranije opisanim testom. [37]

Nultom hipotezom je pretpostavljeno da nema bitnih razlika između subuzoraka kod kojih je primijenjena analitička i sintetička metoda, u ukupnom rezultatu tekućeg provjeravanja. U istraživanju na uzorku od 58 učenika prvog razreda osnovnih škola u Petrinji, od 1. - 21. ožujka 2003. godine, primijenjena je metoda eksperimenta s dvije skupine ispitanika, a eksperimentalni faktor primijenjen u I. skupini, odnosno skupnom uzorku je sintetička metoda učenja novog motoričkog gibanja, a u II. skupini analitička metoda učenja novog motoričkog gibanja. Podaci su obrađeni osnovnim statističkim metodama, normalnost distribucije Kolmogorov-Smirnovljevim postupkom, a značajnost razlike rezultata

[37] Findak, V., 1999: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Školska knjiga

tranzitivnog provjeravanja između subuzoraka ispitana je Mann-Whitney-evim «U» testom, koristeći program «Statistica 6.0.».[38]

Metoda učenja	N	$\bar{x}$	SD	Asimetričnost distribucije	Zakrivljenost distribucije	KS	«U»
ANALITIČKA	29	3,14	1,13	0,68	-0,86	p < ,05	**p=0,0339**
SINTETIČKA	29	3,76	1,06	-0,45	-0,93	p < ,05	

Tablica 1. Rezultati tranzitivnog provjeravanja motoričkog znanja

Iz predočenih rezultata vidljivo je kako je viša srednja ocjena zabilježena kod subuzorka kod kojeg je primijenjena sintetička metoda učenja. Budući je Kolmogorov-Smirnovljenim postupkom s $p< 0,05$ odbačena hipoteza o normalnosti distribucije ocjena koluta naprijed, značajnost razlike aritmetičkih sredina je potvrena Mann-Whitney-evim «U» testom. Distribucija ocjena u subuzorku kod kojeg je primijenjena analitička metoda učenja pokazuje pozitivnu asimetriju što ukazuje na grupiranje rezultata u lijevoj strani skale ocjena, dakle u zoni nižih rezultata. Distribucija ocjena u subuzorku kod kojeg je primijenjena sintetička metoda pokazuje negativnu asimetriju odnosno grupiranje rezultata u zoni viših vrijednosti.[39] Rezultatima se odbacuje nulta hipoteza da nema bitnih razlika između subuzoraka kod kojih je primijenjena analitička i sintetička metoda, u ukupnom rezultatu tekućeg provjeravanja. Istodobno potvrđuje se činjenica kako je sintetička metoda primjerena u radu s učenicima nižih razreda osnovne škole, stoga što učenici te dobi promatraju sve pojave u cjelovitom obliku uz skromne sposobnosti analitičkog mišljenja.[40]

Temeljem rezultata provedenog eksperimenta koji pokazuju veću uspješnost u učenju novog motoričkog gibanja kod primjene sintetičke metode zaključuje se, kako je učenicima nižih razreda primjerenija sintetička od analitičke metode učenja. Razlog tomu je u činjenici promatranja pojava u cjelovitom obliku što je značajka te dobi uz istodobno ograničenu sposobnost analitičkog mišljenja.

[38] Prskalo, I., Findak, V., (2000). Metode učenja – čimbenik uspješnosti. Dostupno na: http://www.hrks.hr/skole/12_ljetna_skola/17-Prskalo.pdf, pristup ostvaren 9.4.2016.

[39] Viski - Štalec, N. (1997). Osnove statistike i kineziometrije U: Priručnik za sportske trenere. (ur. D. Milanović) pp 347 - 421. Zagreb, Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.

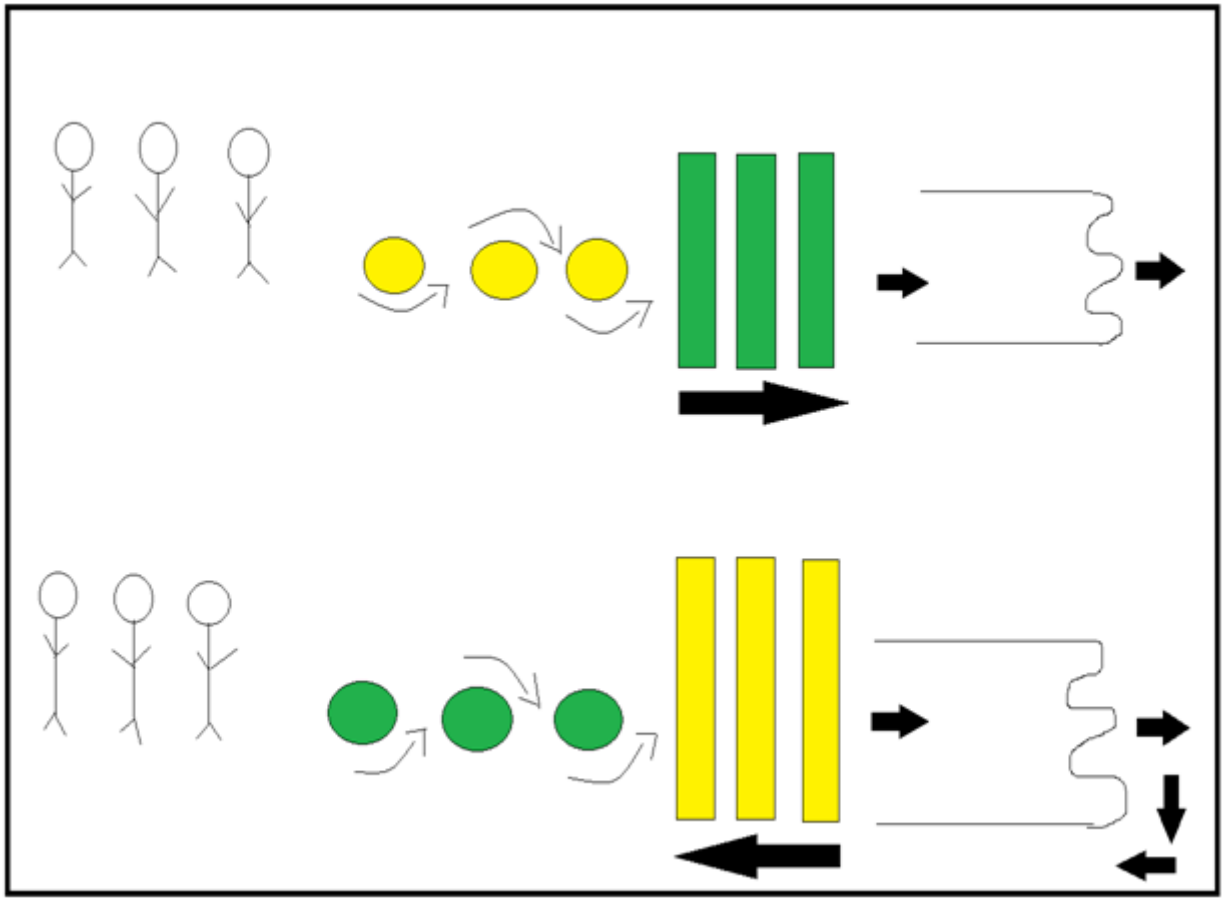
[40] Findak, V., 1999: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Školska knjiga

7. ISTRAŽIVANJE

Istraživanje je provedeno u dječjem vrtiću „Proljeće“ sa djecom starije dobne skupine u rasponu 5-6 godina.

Cilj istraživanja bio je utvrditi koja od metoda, sintetičke ili analitičke ima veći učinak kod djece starije dobne skupine u učenju i svladavanju novog motoričkog gibanja.

Istraživanje je provedeno na dva sata tjelesne i zdravstvene kulture pod nazivom izvođenja i svladavanja novog motoričkog gibanja: „Klokan“.



Djeca su podijeljena u dvije skupine. Na terenu su postavljeni čunjići u „cik-cak“ položaju, zatim tri spužvaste zmijice za preskok, te dva štapa sa užetom ispod kojih se treba provući. Cilj ove aktivnosti je da dijete između koljena drži balon koji ne smije puknuti te skačući poput „Klokana“ prođe između čunjića, preskoči zmijice te da se provuče ispod užeta, a zatim da se vrati nazad noseći balon u ruci te ga proslijedi sljedećem djetetu.

Na prvom satu tjelesne i zdravstvene kulture, u trajanju od 35 minuta provedena je analitička metoda učenja.

Kada su djeca došla u dvoranu, novo motoričko gibanje – poligon prepreka bio je postavljen i spreman za realizaciju. Djeca su imala bezbroj pitanja, poput: *„a što je ovo, za što nam to služi, što ćemo sa balonima“*...

Djeca su na razne načine pokušavala prijeći poligon prepreka, dok su neka djeca koristila samo balon (bacala su ga u zrak, loptala se s drugom djecom), ili samo zmijice na način da su se igrali mačaka tj. imali su mačji rep, dok su se neka djeca zaista stavila u razmišljanje kako i na koji način će iskoristiti sve što im je zadano. Prvih tren im je bilo zanimljivo jer imaju nešto novo, neki novi zadatak, ali potom je nastala zbrka jer nisu imali ništa zadano za napraviti pa je uslijedila pomalo dosadnjikava situacija.

Potom sam ja preuzela inicijativu i prešla sam na analitčku metodu učenja, što je značilo da su djeca izvođenje poligona vidjela u dijelovima, svaki dio posebno. Prvo izvođenje bilo je zanimljivo, pogotovo dio u kojem su djeca skakutala poput klokana. Djeca su prihvatila izvođenje po dijelovima, ali su tražili da se poligon prepreka izvede u cjelini. Potom sam prešla na sintetičku metodu učenja, što je značilo da su djeca izvođenje poligona vidjela u cjelini, u finalnom obliku baš onako kako se taj poligon prepreka mora izvesti te u pravoj brzini i tempu. Prvi put im nije baš sve uspjelo kao što je meni tj. kako sam im pokazala, ali već nakon par puta ponavljanja sve je bilo jasno.

Na drugom satu tjelesne i zdravstvene kulture izvodili smo isti poligon prepreka s time da su djeca sama postavila poligon te su sami krenuli na izvođenje zadatka. Htjeli su mi pokazati, ali i utvrditi svoje znanje da su zapamtili kako i na koji način se taj poligon prepreka mora izvesti.

Zaključak: prilikom ovog istraživanja, utvrdila sam da je sintetička metoda učenja najbolja, ali i najprimjerenija za djecu predškolske dobi iz razloga jer su djeca bila u velikoj želji zainteresirana za izvođenje poligona prepreka u finalnom obliku, baš onako kako se to gibanje mora izvesti, dok su za analitičku metodu učenja bila manje zainteresirana iz razloga jer se svaki dio zadatka mora učiti i utvrditi posebno, po dijelovima. Djeca su željna kretanja, pa im se to mora i omogučiti, jer, tko će bolje pamtiti nego dijete.

8. ZAKLJUČAK

Uspješnost u optimalnoj realizaciji programskih sadržaja nastave kineziološke kulture i ostalih organizacijskih oblika rada ovisi od primjerene uporabe metoda rada. Transformacija dimenzija antropološkog statusa svakog pojedinog djeteta ovisi i o uspješnosti korištenja načina rada u realizaciji propisanih programskih sadržaja. Koju će metodu rada koristiti kineziolog ovisi o njegovom pripremanju za svaki sat (posredno i neposredno pripremanje). Drugim riječima naglašena je kreativnost svakog odgojitelja u korištenju metoda rada.

Na temelju izloženog treba, uz ostalo, zaključiti da je u radu s djecom predškolske dobi izuzetno važno voditi brigu i o primjeni metoda rada. Metode imitacije, ilustracije i dramatizacije pogodne su za korištenje ne samo na satu tjelesne i zdravstvene kulture, nego i u drugim organizacijskim oblicima rada. Bez obzira na to gdje ,kada i kako se ni jednog trenutka zaboraviti da se aktivnost i suradnja s djecom predškolske dobi treba odvijati na što prirodniji način.

9. LITERATURA

1. Delija, K., 2008: Metode rada u području edukacije. Dostupno na:http://www.hrks.hr/skole/12_ljetna_skola/2-Delija.pdf, pristup ostvaren 12.4.2016
2. Findak, V., Metikoš, D., Mraković, M. 1992: Kineziološki priručnik za učitelje. Zagreb: HPKZ
3. Findak, V., 1989: Metodika tjeleske i zdravstvene kulture. Zagreb: Školska knjiga
4. Findak, V., 1995: Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Priručnik za odgojitelje. Zagreb: Školska knjiga
5. Ivanković, A. 1980: Tjelesni odgoj djece predškolske dobi. Zagreb: Školska knjiga
6. Lorger, M. 2014: Motoričko učenje u predškolskoj dobi". U I. Prskalo, A. Jurčević – Lozančić, Z. Braičić (Ur.) Zbornik radova međunarodnom znanstvenog – stručnog simpozija 14. dani Mate Demarina „Suvremeni izazovi teorije i prakse odgoja i obrazovanja" Topusko (str. 169 – 176) Zagreb:Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
7. Prskalo, I., Findak, V., (2000). Metode učenja – čimbenik uspješnosti. Dostupno na: http://www.hrks.hr/skole/12_ljetna_skola/17-Prskalo.pdf, pristup ostvaren 9.4.2016
8. Piršl, E. 2004: Pedagogija. Pula: Sveučilište Jurja Dobrile u Puli
9. Prskalo, I., Babin, J., Bavčević, T. 2010: „Metodički organizacijski oblici rada i njihova učinkovitost u kineziološkoj edukaciji“, Kineziološka metika 11(1)
10. Sindik J, Barać J. 1999: Popularne kineziološke aktivnosti kao sredstvo za strukturiranje slobodnog vremena kod predškolske djece. U: N. Babić, S. Irović. Zbornik radova - 2. znanstveni i stručni skup "Kvalitetno djelovati – dobro se osjećati". Osijek: Visoka učiteljska škola Osijek, Centar za predškolski odgoj Osijek, Grafika
11. Sindik, J. 2009: „Kineziološki programi u dječjim vrtićima kao sredstvo očuvanja djetetova zdravlja“, Med Jad 39(1)
12. Findak, V., Mrkaović, M.,1998: „Primijenjena kineziologija u rekreaciji“
13. Findak, V., 1992: „Uloga odgojitelja u programiranju tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb:HPKZ.
14. Findak, V., 1999: „Metodika tjelesne i zdravstvene kulture“. Zagreb: Školska knjiga.
15. Viski - Štalec, N. (1997). Osnove statistike i kineziometrije U: Priručnik za sportske trenere. (ur. D. Milanović) pp 347 - 421. Zagreb, Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.

16. Kosinac, Z., 1999: „Morfološko-motorički i funkcionalni razvoj djece predškolske dobi, Split: Fakultet prirodoslovno – matematičkih znanosti i odgojnih područja u Splitu, Sveučilište u Splitu.
17. Petz, B., 1992: „Psihologijski riječnik“. Zagreb: Prosvjeta.
18. Starc, B., Čudina Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B., Letica, M. (2004). O*sobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi.* Zagreb: Golden marketing – Tehnička knjiga.
19. Hands, B. (2008). Changes in motor skill and fitness meures among children with high and low motor competence: A five – year longitudinal study. Journal of Science and Medicine in Sport 11, pgs. 155- 162.
20. Trajkovski - Višić, B., Zebić, O., Hrvoj, Z., 2010. Utjecaj kineziološkog programa na poboljšanje eksplozivne snage i agilnosti u četverogodišnjaka. U I. Jukić, C. Gregov, S. Šalaj, L. Milanović, T.Ttrošt - Bobić (Ur.) Z*bornik radova 8. međunarodne konferencije Kondicijska priprema sportaša ,,Trening brzine, agilnosti i eksplozivnosti'' Zagreb* (str. 477 - 480) Zagreb: Kineziološki fakultet.
21. Hraski, M., Stojsavljević, V., Hraski, Ž., 2009. The distribution of the deveopment of some motor abilities in preeschool boys who pparticipated in a three-year preschool sport programme. In I. Prskalo, V. Findak, J. Strel (Ed.) P*roceeding book ECNSI, The 3rd International conference on Advaced and System Research ,,Kinesiological Education – heading towards the future'' Zadar* (pgs. 83 – 90) Zagreb: Učiteljski fakultet.
22. Bellows, L. L., Davies, P. L., Anderson, J., Kennedy, C. (2013). Effectiveness of a Physical Activity Intervention for head Start Preschoolers: A Randomized Intervention Study. *The American journal of Occupational Therapy volume 67,* 1, pgs 28 – 36.
23. Popović, B., Radanović, D., Stupar, D., Jezdimirović, T., 2010. Efekti programiranog vježbanja na razvoj brzine i eksplozivne snage u djevojčica predškolske dobi. U I. Jukić, C. Gregov, S. Šalaj, L. Milanović, T.Ttrošt - Bobić (Ur.) Z*bornik radova 8. međunarodne konferencije Kondicijska priprema sportaša ,,Trening brzine, agilnosti i eksplozivnosti'' Zagreb* (str. 481 - 484) Zagreb: Kineziološki fakultet.
24. Kosinac Z., Bonacin D., 1991: Funkcija nastavnika tjelesne i zdravstvene kulture u modeliranju nekih temeljnih odgojno-obrazovnih vrijednosti izražena kroz stav učenika i studenata. Napredak, 132(2):183-187.