

# STAVOVI UČENIKA PREMA SPORTSKIM AKTIVNOSTIMA I NJIHOVA POVEZANOST S USPJEHOM U ŠKOLI

---

**Busija, Sara**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2017**

*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://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:027683>

*Rights / Prava:* [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-07-17**

*Repository / Repozitorij:*

[University of Zagreb Faculty of Teacher Education -  
Digital repository](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE**

**SARA BUSIJA**

**DIPLOMSKI RAD**

**STAVOVI UČENIKA PREMA SPORTSKIM  
AKTIVNOSTIMA I NJIHOVA  
POVEZANOST S USPJEHOM U ŠKOLI**

**Čakovec, lipanj**

**2017.**

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**UČITELJSKI FAKULTET**  
**ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE**  
**Čakovec**

**PREDMET: Razvojna psihologija**

**DIPLOMSKI RAD**

**Ime i prezime pristupnika: Sara Busija**

**TEMA DIPLOMSKOG RADA: Stavovi učenika prema sportskim aktivnostima i njihova povezanost s uspjehom u školi**

**MENTOR: dr. sc. Tea Pahić**

# SADRŽAJ

Sažetak

Summary

1. UVOD.....	1
2. DIJETE I SPORT .....	4
2.1. Definicija sporta.....	5
2.2. Uključivanje djece u sport .....	7
3. ČIMBENICI USPJEŠNOSTI DJECE I MLADIH U SPORTU.....	8
3.1. Obitelj i dijete sportaš.....	9
3.2. Utjecaj škole i društvene sredine na dijete sportaša.....	11
3.3. Trener i dijete sportaš.....	12
4. VAŽNOST SPORTA .....	15
4.1. Motivacija u sportu .....	16
4.2. Motivacija za postignućem.....	19
4.3. Dobne promjene u motivaciji za sportom .....	20
4.4. Utjecaj samopoštovanja na motivaciju djece.....	21
4.5. Odgojni aspekti sporta.....	23
4.6. Školski uspjeh i dijete sportaš.....	25
5. STAVOVI UČENIKA PREMA SPORTSKIM AKTIVNOSTIMA I NJIHOVA POVEZANOST S USPJEHOM U ŠKOLI.....	27
5.1. Cilj istraživanja .....	27
5.2. Problemi i hipoteze .....	27
5.3. Metodologija.....	28
5.3.1. Sudionici .....	28
5.3.2. Mjerni instrument .....	29
5.3.3. Postupak .....	30
5.4. Rezultati i rasprava.....	31
6. ZAKLJUČAK .....	34
7. LITERATURA.....	36
8. PRILOG .....	39
9. Kratka biografska bilješka .....	43

## SAŽETAK

S obzirom na današnje, informatičko i ubrzano doba, ljudi su svjesni važnosti sporta i njegovih bitnih čimbenika za zdravlje djece i odraslih. On predstavlja opće ljudsko dobro, a kada su u pitanju djeca, igra i sport trebali bi biti sastavni dio njihovog života. Djecu bi od najranije dobi trebalo poticati da se što prije počnu baviti nekom sportskom aktivnošću jer osim što je sport izrazito važan za zdravlje i razvoj, on pomaže djeci pri stjecanju znanja, vještina i radnih sposobnosti, a isto tako ima i vrlo značajnu ulogu u društvu. Oni kroz sport oblikuju svoje socijalne vještine, stječu disciplinu koja je nužna za funkcioniranje u nekoj grupi, razvijaju toleranciju, radne navike i timski duh. Uglavnom, može se reći da djeca kroz sport stječu jako puno pozitivnih osobina koje uvelike potpomažu prilikom daljnjeg odrastanja i školovanja. U sklopu ovog diplomskog rada provedeno je istraživanje s ciljem da se ispita postoji li povezanost između školskog uspjeha učenika koji se aktivno bave sportom u odnosu na one koji se ne bave sportom. Rezultati provedenog istraživanja pokazali su da postoji statistički značajna povezanost između učenika koji se aktivno bave sportom i školskog uspjeha, odnosno, učenici koji se bave sportom imaju i bolji uspjeh. Također, istraživanje je pokazalo da postoji statistički značajna razlika između stavova učenika sportaša prema važnosti sporta u odnosu na učenike nesportaše. Učenici koji se bave sportom pridaju sportu i veću važnost, no, zanimljivo je to da velika većina učenika nesportaša razmišlja o tome da se uskoro počne aktivno baviti nekim sportom.

**Ključne riječi:** sportske aktivnosti, učenici, školski uspjeh, zdravlje

## Summary

Given today's, informational and accelerated times, people are aware of the importance of sport and its essential factors for the health of children and adults. It represents a general human good, and when it comes to children, play and sport should be an essential part of their lives. Children should be encouraged to engage in sporting activities as early as possible since, apart from the fact that sport is extremely important for health and development, it helps children gain knowledge, skills and working abilities, and also has a very important role in society. Through sport they shape their social skills, acquire the discipline necessary to function in a particular group, develop tolerance, work habits and team spirit. Basically, it can be said that children through sports are getting a lot of positive features that greatly support them in further education and training. Within this graduate thesis, a study was conducted to examine whether there is a correlation between school success of students who are actively engaged in sport compared to those who do not deal with sport. The results of the research has shown that there is a statistically significant correlation between students who are actively involved in sport and school success, it is obvious that sports-related students have better success. Also, research has shown that there is a statistically significant difference between athlete's attitudes towards the importance of sport in relation to non-athlete students. Sports-related students give greater importance to the sport, but it is interesting that the vast majority of non-athlete students think that they are starting to engage in some sport soon.

Key words: sports activities, pupils, school success, health

## 1. UVOD

Redovna je nastava središnji dio odgojno-obrazovnog rada u školi. Uz redovnu nastavu u osnovnoj školi realiziraju se i drugi oblici odgojno-obrazovnog rada kao što je izborna nastava, dodatni rad, dopunski rad, izvannastavne i izvanškolske aktivnosti. Osnovna škola je odgojno-obrazovna ustanova koja svojim djelovanjem utječe na sve segmente učenikovog razvoja pa tako i na odgoj za slobodno vrijeme, a s obzirom na to da djeca u njoj provode veliki dio vremena ona ima jedinstvenu priliku utjecaja na njih (Martinčević, 2010). U današnje vrijeme u kojem moderniziranu civilizaciju prati kontinuirani trend rasta uočava se pad potrebe za fizičkom aktivnošću kod djece. Djeca su svakim danom sve više zaokupljena računalima, televizijom, mobitelima, stvarima koje ne daju dovoljno poticaja za kvalitetan psihofizički i socioemocionalni razvoj. Roditelji bi djecu trebali poticati da se što više uključuju u sportske aktivnosti, da što više vježbaju i kreću se. Adolescencija je formativno razdoblje za usvajanje ponašanja relevantnih za zdravlje odnosno za stavove, navike i stil života (Lacković – Grgin, 2006). Formiranja navike konzumiranja hrane s manje masnoća, redovito tjelesno vježbanje, redovito liječenje eventualnih bolesti, navike su koje koriste ne samo u adolescenciji nego one preveniraju ranu pojavu tjelesne nesposobnosti i teških bolesti kao što su srčane bolesti, dijabetes, moždani udar u odrasloj dobi i tome slično (Lacković – Grgin, 2006).

S obzirom na te činjenice, suvremeni je čovjek svjestan potrebe za aktivnim načinom života i njihovim višestrukim pozitivnim posljedicama. U svakodnevnom smo životu sve više svjedoci popularnosti sporta među djecom i mladima, a sport se promovira i kao jedna od najvrjednijih aktivnosti za djetetov motorički, ali i psihološki razvoj. Bavljenje organiziranim oblicima sporta može utjecati na oblikovanje djetetove ličnosti i njegovih moralnih i socijalnih obilježja. Putem sporta dijete oblikuje i usvaja sustav vrijednosti, razvija i usvaja neke poželjne osobine, kao što su na primjer, suradljivost, asertivnost, odgovornost, upornost; usvaja neka pravila ponašanja i komunikacije, mijenja i oblikuje životne navike (Barić i Horga, 2006). Kako navodi Lacković – Grgin (2006), tjelesno vježbanje korisno je na više načina. Ono doprinosi boljoj tjelesnoj kondiciji, boljem tjelesnom držanju, doprinosi boljoj cirkulaciji i radu srca, a smanjuje tenzije, anksioznost i depresivna raspoloženja. Vježbe, dakle, djeluju pozitivno ne samo na tjelesno već i na mentalno zdravlje. Brojna istraživanja pokazuju da tjelesno vježbanje i sportske aktivnosti mogu biti zaštitni faktor od depresije i namjeravanog suicida (Lacković – Grgin, 2006).

Nadalje, sport osim očuvanja zdravlja, te stvaranja radnih i obrambenih sposobnosti ima i značajnu društvenu ulogu. Ta uloga je prvenstveno usmjerena na odgojno-obrazovne vrijednosti. Značajan je utjecaj sporta na formiranje osobnosti. On omogućava djeci da razviju svoje humane kvalitete i promiče autentične ljudske vrijednosti. Odgoj za ljubav, život i zajedništvo prevenira egoistično zatvaranje u samog sebe i predstavlja snažnu prepreku širenja delinkventnog ponašanja, droge, alkohola, čak i kriminala koji su u današnje vrijeme vrlo rašireni (Krželj, 2009). Kako navode Andrilović i Čudina (1985), odgoj kao psihološki proces dio je šireg procesa koji se zove socijalizacija, a predstavlja razvijanje pojedinca kao društvenog bića. Životom u društvenoj okolini promatranjem i uočavanjem odnosa u njoj, te aktivnim nastojanjem odraslih, dijete je izloženo i uključeno u proces socijalizacije. Ono postepeno zamjenjuje egocentrično ponašanje koje se rukovodi principima, normama i vrijednostima što ih je usvojilo u procesu socijalizacije. Sama socijalizacija je prenošenje na pojedinca normi ponašanja, motiva vrijednosti i obrazaca ponašanja koji se u njegovoj okolini smatraju prihvatljivim, adekvatnim, ispravnim i moralnim. Taj se proces odvija djelomično spontano, bez znanja ili namjere okoline ili djeteta. Već samim time što dijete odrasta u socijalnoj okolini koju promatra ono je izloženo utjecaju uzora iz okoline, koje će namjerno ili nenamjerno imitirati (Andrilović i Čudina, 1985).

Kada su u pitanju adolescenti, sudjelovanje u omiljenim sportskim igrama povezano je s popularnošću u grupi vršnjaka. Stoga se mnogi adolescenti uz svoje nastavne obveze unutar škole odlučuju za razne sportske aktivnosti koje osim što potiču tjelesni rast i razvoj doprinose i socioemocionalnom razvoju. Osim što povoljno utječu na socijalnu poziciju mladih, sportske aktivnosti promoviraju njihovu nezavisnost i potpomažu razvoju vještina relevantnih i za druga područja djelovanja. Više autora navodi da ako mladi na svim stupnjevima školovanja sudjeluju u školskim sportskim aktivnostima, imaju veće samopoštovanje, bolji školski uspjeh pa i veću razinu profesionalnih aspiracija (Lacković – Grgin, 2006). Također, važno je da zbog silnih obaveza koje djeca imaju u školi, sportska aktivnost koja se odabere bude neopterećujuća, ona na koju djeca odlaze s veseljem, koja će ih istodobno osloboditi stresa, pozitivno djelovati na opterećenje kralježnice teškim školskim torbama te ih učiti natjecateljskom duhu, timskom radu i prije svega stvoriti od malena naviku bavljenja sportom koja će se nastaviti tijekom odrastanja i prerasti u dio svakodnevnog života (Krželj, 2009).



Uglavnom svaki sustavni sportski trening traži red, rad i disciplinu, osobito ako se teži razvoju uspješne sportske karijere i vrhunskih rezultata. To znači predanost sportu i treniranju kao obavezi, razvoju radnih navika i osobne i kolektivne odgovornosti. Djeca, mladi sportaši, tako oblikuju i vlastiti sustav vrijednosti, što im najčešće trajno ostaje, a prenosi se i na ostale segmente njihova života: školu, odnose s prijateljima i sl. No, bitno je imati na umu da djeca nisu mali odrasli. Sustav dječjeg sporta treba prilagoditi potrebama, razvojnim osobitostima i preferencijama djece. Dobrobit djece uvijek, pa tako i u sportu, jest odgovornost odraslih. Želimo li od malih napraviti velike sportaše, moramo ih htjeti slušati i moći čuti. Svatko kad može birati, odabire raditi ono u čemu uživa. Dijete bira igru i ona bi uvijek morala ostati sastavni dio sporta (Barić, 2007).

## 2. DIJETE I SPORT

Djeca veliki dio svog djetinjstva provedu u školi pod stalnim pritiskom od različitih obveza i ocjena. Izvannastavne i izvanškolske aktivnosti, slobodno vrijeme, sportski treninzi, razne radionice, sve su to prilike i mogućnosti učenika da se malo odmaknu od stalnog školskog stresa. Učenici tu imaju mogućnost da slobodno odaberu aktivnost koja im je zanimljiva, privlačna, ona na koju će ići s veseljem te koja će ih ispunjavati zadovoljstvom i radošću (Martinčević, 2010).

Kada je riječ o sportskim aktivnostima, djecu sport privlači zbog zabave, igre i dobrog trenera, a odbija ga od sporta pobjeda kao imperativ, pritisak ambicioznih roditelja, česte ozljede, nedostatan napredak, dosada i ismijavanje (Krželj, 2009). Nažalost, danas je nastava tjelesnog odgoja za mnogu djecu jedini oblik motoričke aktivnosti. Zadaci tjelesnog odgoja temelje se na mogućnosti poticanja fizičkog rasta i razvoja djece, razvoju psihomotoričkog sustava i opće funkcionalne sposobnosti organizma. Ovi zadaci ostvaruje se osmišljenim sistemom vježbi, igara, ispravnim držanjem tijela te stvaranjem navika za zdrav život. Bilo koji sport, bilo koja tjelesna aktivnost aktivira kompletni lokomotorni sustav presudan za transformaciju energije koja je prijeko potrebna za aktivnost svih stanica u organizmu, te se sport i tjelesna aktivnost mogu tretirati kao odrednica za skladan razvoj svih djetetovih osobina i antropoloških značajki (Krželj, 2009). Kod djece školske dobi, osim što je uočljivo opadanje tjelesnih sposobnosti, primjećuje se sve veći porast broja pretile djece te vrlo velikog broja mladih ljudi koji prekidaju bavljenje sportskim i tjelesnim aktivnostima još u tinejdžerskoj dobi. Također, često je problem i nedostupnosti sporta svoj djeci, bilo zbog financijskih razloga, odnosno nemogućnosti roditelja da plaćaju skupe članarine ili pak zbog problema prijevoza djece na treninge iz sela u gradove, pa tako, bez obzira na talentiranost, dijete ostaje prikraćeno za bavljenje sportom kojim se želi baviti ili za koji je nadareno (Krželj, 2009).

Kako dalje navodi Krželj (2009) danas postoje različiti mogući modeli za ostvarenje kvalitetnog temeljnog rada s djecom u sportu. U Hrvatskoj se sada provodi takozvani paralelni model u kojem se djeca paralelno natječu za školu koju pohađaju i klub za koji su registrirani. Dobra strana ovog modela je to što se omogućuje suradnja škole i kluba, djeci koja se bave organizirano sportom omogućuje se veći broj natjecanja, a s time i brže napredovanje. Loše strane ovog modela su da se natječu uvijek ista djeca, rad s manje sposobnima je zanemaren, a

financiraju se dva sustava natjecanja. Pravilan i pravodoban odabir sporta je bitan preduvjet za uspjeh djeteta. Početak ranijeg bavljenja sportom ograničen je fizičkim i psihičkim osobinama djeteta, a one se manifestiraju nesposobnosti za većim i dugotrajnijim mišićnim naporima, brzom zamaranju, potrebi za čestom promjenom pokreta, nesposobnosti kontrole pokreta i položaja tijela i udova, većoj mogućnosti zadobivanja ozljeda koje mogu izazvati dječji strah i negativno utjecati na njegovu daljnju sportsku aktivnost. Pravilan izbor sporta je važan i težak jer ne postoje sigurni pokazatelji na temelju kojih se može prepoznati talentiranost djeteta za određeni sport. Stoga, za pravilan izbor sporta važno je testiranje djeteta od strane stručnih osoba na kojemu dijete pokazuje svoje motoričke sposobnosti važne za taj sport (Krželj, 2009).

## **2.1. Definicija sporta**

Pod pojmom sport podrazumijevaju se različite, natjecateljski usmjerene, motoričke aktivnosti varijabilnog i dinamičnog karaktera koje djeci, mladeži i odraslima omogućavaju zadovoljavanje potrebe za kretanjem i igrom, razvoj sposobnosti, osobina i sportskih znanja, sportsko izražavanje i stvaralaštvo te očuvanje i unapređivanje zdravlja i postizanje sportskih rezultata na svim razinama natjecanja (Milanović, 2009, str. 26).

Milanović (2009) navodi da s obzirom na kvalitativnu razinu, sport može biti vrhunski, odnosno selektivni ili može biti sport za sve, odnosno masovni. Vrhunskim sportom bave se pojedinci koji zadovoljavaju stroge zdravstvene i selekcijske kriterije te pokazuju visoku razinu sposobnosti i osobina za bavljenje vrhunskim sportom. Na području vrhunskog sporta vrijede posebna pravila i tehnologija rada koja nije prihvatljiva na području neselektivnog sporta, odnosno sporta za sve. Za sudjelovanje u masovnom sportu, odnosno sportu za sve, dovoljan je samo interes i potrebna motivacija za redovitim vježbanjem te nepostojanje zdravstvenih kontradikcije (Milanović, 2009).

Tablica 1. Klasifikacija sporta prema kvalitativnoj razinu (Milanović, 2009)

Sport:	
prema kvalitativnoj razini:	
Vrhunski	Sport za sve
Elitni	Masovni
Selektivni	Neselektivni
Kvalitetni	Polukvalitetni
prema statusnom određenju:	
Profesionalni	Amaterski
Olimpijski	Neolimpijski
Klupski	Školski

U profesionalnom se sportu sport javlja kao profesija, odnosno osnovno zanimanje sportaša. S obzirom na razinu postignuća, sportaši mogu ostvariti značajnu financijsku dobit. Nasuprot profesionalnog sporta nalazi se amaterski sport te je on odvojen od profesionalnog sporta. To je sport, u pravilu, niže kvalitetne razine, u kojem sportaš uglavnom zadovoljava svoje temeljne biološke i socijalne potrebe kako bi sačuvao ili unaprijedio svoje tjelesno i mentalno zdravlje. Kada su u pitanju djeca možemo razlikovati školski i klupski sport. Kod školskog sporta radi se zapravo o sportu s dobro razrađenim sustavom selekcije, sa sustavom treninga mlađih dobnih kategorija te s natjecateljskim sustavom koji omogućava svakom nadarenom sportašu da u cijelosti aktualizira svoju sportsku nadarenost u okviru školskog kluba (Milanović, 2009).

## 2.2. Uključivanje djece u sport

Krželj (2009) navodi kako je vrlo bitno kod djece razlikovati igru, tjelesni odgoj u školi i bavljenje školskim sportom te uključivanje u trening vrhunskog sporta. Prilikom uvođenja male djece u neku konkretnu sportsku aktivnost potrebno je obratiti pozornost da ona bude prilagođena njihovoj zrelosti, tjelesnim mogućnostima i želji za igrom kroz koju oni najviše uče i treniraju svoje vještine. Trenutno u Hrvatskoj najveći potencijal leži u klubovima koji se u mnogim slučajevima ne mogu ostvariti bez uske suradnje sa školom. Najčešće se klubovi promoviraju kroz školu te na taj način privlače djecu sebi. Upravo iz tog razloga potrebno je poboljšati odnos između škole i klubova jer oni ne bi smjeli biti odvojeni, nedodirljivi i zatvoreni sustavi (Krželj, 2009).

S obzirom na to da je osnovno obilježje sporta takmičenje, djeca se u želji za pobjeđivanjem u pravilu uključuju u sustave treninga vrhunskog natjecateljskog sporta (Barić i Horga, 2006). Nadalje, Barić (2007) navodi kako sustavni sportski trening traži red, rad i disciplinu, osobito ako se pretendira na razvoj uspješne sportske karijere i vrhunskih rezultata. To znači predanost sportu i treniranju kao obavezi, razvoju radnih navika i osobne i kolektivne odgovornosti (Barić, 2007). Također, u obzir treba uzeti i djetetovo psihofizičko zdravlje jer unatoč svim prednostima koje fizičko kretanje i bavljenje sportom ima, postoji i druga strana medalje. Primjerice, osjeti li dijete da ima slabije rezultate od svojih vršnjaka, može se osjetiti manje vrijednim i nemotiviranim, što nikako ne koristi u izgradnji njegove ličnosti. Osim nezrelosti u emocionalnom smislu, ponekad bavljenje sportom može dovesti i do tjelesnih ozljeda ako je dijete premoreno ili slučajno nezgodno padne, no takvo što može se dogoditi i u svakodnevnim situacijama (Krželj, 2009).

Milanović (2009) navodi da trening djece sportaša, s obzirom na osjetljivo razdoblje u kojem se provodi, mora biti strogo utemeljen na pravilima koja će omogućiti sportske pripreme i trening bez ikakvih poteškoća i rizika za dijete. U mlađoj sportskoj dobi zbivaju se velike promjene tijekom sazrijevanja djeteta sportaša, a posebice je bitno izgrađivanje kondicijskih sposobnosti, sportske tehnike i taktike i, što je posebno važno, formiranja navika i pozitivnih karakteristika ličnosti (Milanović, 2009). U pravilu djecu bi se trebalo čim kasnije uključivati u vrhunski natjecateljski sport. Međutim, danas se djeca sve ranije i ranije počinju baviti natjecateljskim sportom. Iz tog su razloga izbor i selekcija djece za vrhunski sport postali vrlo važan preduvjet za uspjeh zbog sve ranije sportske specijalizacije (Krželj 2009).

### 3. ČIMBENICI USPJEŠNOSTI DJECE I MLADIH U SPORTU

Utjecaj vanjskih čimbenika na razvoj i sportsko sazrijevanje djece i mladeži jako je izražen. Osim velikog talenta, vrhunskog trenera, puno truda, rada i treninga vrlo važnu ulogu u stvaranju dobrog sportaša ima obitelj koja će u svakom trenutku znati podržati dijete na početku njegove sportske karijere. Isto tako škola, prijatelji, društvo kojem dijete pripada, mediji i ostali čimbenici izvor su najrazličitijih poruka i mogu utjecati, bilo pozitivno, bilo negativno, na okolnosti u kojima se mladi sportaši razvijaju. Društvena sredina u kojoj dijete odrasta ima stalnu moć formiranja stavova, sustava vrijednosti i oblika ponašanja koji mogu znatno utjecati na njegovu sportsku uspješnost. Nadalje, vrlo je važno da su obitelj, škola i sportski klub, kao institucije kojima dijete pripada i u kojima mora zadovoljiti određene zahtjeve, u međusobnoj vezi te da se upotpunjuju. Na taj način dijete do određene dobi ima mogućnost da bude jednako uspješno u svim područjima života i rada (Milanović, 2009). Međutim, svi ti vanjski čimbenici ponekad mogu na dijete djelovati sasvim suprotno. Moguće je da dijete osjeća pritisak zbog prekomjernog forsiranja radi ostvarenja vrhunskih sportskih rezultata. Krželj (2009) kao problem navodi često neadekvatno postupanje trenera i nastavnika, nasilje nad djecom kao i između djece u sportskih klubovima, nezdravo natjecanje i netoleranciju u sportu, prekomjerno zauzimanje za pobjedu, te nasilje prije, za vrijeme i poslije sportskih natjecanja. Nadalje, očekivanja i zahtjevi roditelja često nisu u najboljem interesu djeteta i mogu mu štetiti, a uočeno je i da djeca u sportu nemaju stalnu i dostatnu medicinsku skrb i praćenje, što se često opravdava nedostatkom novca, a pritom se zanemaruje i mentalno zdravlje djece koja se bave sportom (Krželj, 2009).

### 3.1. Obitelj i dijete sportaš

Milanović (2009) definira obitelj kao primarnu društvenu zajednicu koju čine roditelji i djeca, a čija je uloga, u odnosu na dijete, osigurati uvjete za pravilan psihofizički razvoj, stimulirati razvoj djetetove osobnosti te mu biti podrška na putu do ostvarenja kvalitetnog samostalnog života. Za svako dijete obitelj je nešto posebno, dragocjeno i nezamjenjivo. Sa stajališta njezina funkcioniranja, neophodno je da dijete u svojoj obitelji zadovolji sve svoje primarne potrebe, da ima kvalitetnu prehranu i sve ono što je potrebno za djetetovo zdravlje, rast i razvoj, da roditelji zadovoljavaju djetetovu potrebu za ljubavlju, pripadanjem, redom, skladnim ritmom života te sigurnošću. Također, iznimno je važno da dijete doživljava poštovanje roditelja zbog njegovih izuzetnih osobina i da oni poštuju njegove posebne potrebe. Nadalje, za dijete koje se bavi sportom izrazito je bitno da se njegovi roditelji aktivno odnose prema njegovu bavljenju sportom, odnosno da mu daju potporu, sigurnost, kad je potrebno utjehu, da zadovoljavaju njegove sportske potrebe te prihvaćaju obveze koje ima sportski klub (Milanović, 2009).

Roditelji često griješe jer počnu previše brinuti za djetetov sportski uspjeh što može jako opterećivati dijete i uzrokovati dalekosežne posljedice. Za dijete je najvažnije da se na sportskoj aktivnosti dobro zabavlja i druži s vršnjacima. Ako roditelji svakodnevno vrše pritisak na dijete te ga opterećuju i prisiljavaju na nešto što dijete ne želi ili ne može, kod djeteta se može pojaviti odbojnost prema sportu općenito. Također, postavljanjem nerealno visokih ciljeva pred dijete, može se desiti da ono izgubi vjeru u sebe te trajno poremetiti odnos između roditelja i djeteta. Dječji sportski pedagozi smatraju da se sport treba igrati, da djeca trebaju uživati u njemu, a to je vrlo često i najjednostavnija formula za uspjeh. Mnogi sportaši sami navode da su glavni motivi za bavljenje i ustrajanje u sportskoj aktivnosti upravo uspjeh, zabava i izazov. Ukoliko dođe do pretjeranog isticanja samo jednog od navedenih motiva moguće su neželjene posljedice, stoga je cilj uravnotežiti ih (Krželj, 2009).

Suprotno tome, Milanović (2009) opisuje pasivne obitelji u kojima roditelji nemaju interes za onim čime se dijete bavi. Takvi roditelji najčešće nemaju informacije o tome što se s djetetom događa izvan obiteljskog okruženja, o tome kako dijete provodi svoje slobodno vrijeme, kakvi su mu treninzi, kakav je trener prema njemu, kako napreduje i tome slično. U takvim obiteljima roditeljski stavovi, sustav vrijednosti i životni ciljevi bitno se razlikuju od djetetovih želja i interesa. Upravo iz tog razloga često se desi da za dijete u pasivnoj i

nezainteresiranoj obitelji bavljenje sportom postaje opterećenje. Ono počinje osjećati da njegov sportski talent i njegova sportska aktivnost ugrožavaju njegovu poziciju u obitelji i remete obiteljski sklad. Nakon nekog vremena dijete će u takvoj restriktivnoj i destimulativnoj sredini prekinuti svoje intenzivno bavljenje sportom. Nakon što prekine bavljenje sportom, moguće je da se dijete ne otuđi potpuno od svoje obitelji, nego da pokuša učiniti sve ne bi li zadobilo poštovanje svojih roditelja. S obzirom da to nije uspjelo baveći se sportom, ono će uložiti svoju energiju i sposobnost da uspije u onom što roditelji drže korisnim i pozitivnom aktivnošću, pa će to najčešće biti izvrstan uspjeh u školi, poslušnost ili nešto treće. Ako dijete u tome i bude uspješno i doživi roditeljsku pohvalu i prihvaćanje, ono unatoč uspjehu može postati depresivno jer nije ostvarilo svoje nego roditeljeve želje, a time nije promoviralo sebe i svoje talente, nego roditeljske odluke. S obzirom na činjenicu da je roditelj jedan od najvažnijih čimbenika u oblikovanju djetetove osobnosti – u slučaju djeteta sportaša, u oblikovanju njegova talenta i uspjeha, on se ne smije prihvaćati kao pasivan objekt koji ne zna i koji ne želi aktivno sudjelovati u procesu sportskog odrastanja djeteta sportaša (Milanović, 2009).



### 3.2. Utjecaj škole i društvene sredine na dijete sportaša

S obzirom na vrijeme koje dijete provede u školi, škola je, pored sportskog kluba, najznačajnija institucija za razvoj djeteta sportaša. Dijete u njoj boravi tijekom cijelog djetinjstva i mladenaštva. Kao što je za obitelj dijete smisao njezina cjelokupnog postojanja, tako bi za školu učenici trebali biti smisao njezina postojanja. U školi dijete provodi velik dio dnevnih aktivnosti te bi tamo trebalo imati i najpoticajniji prostor za iskazivanje i razvijanje svojih sposobnosti. Nažalost, to nije uvijek tako, često je dijete za školu samo objekt. Učitelji bi se trebali prilagoditi željama i potrebama djeteta, no mnogi još uvijek misle kako je njihov zadatak oblikovati dijete prema vlastitim mjerilima koja su najčešće kruta i subjektivna. Stoga, za dijete sportaša škola ponekad, sa svojim tromim i formalnim stavovima prema obrazovanju i prema individualnosti svakog djeteta, može biti silno opterećujuća i jedan od negativnih čimbenika u njegovom sportskom odrastanju (Milanović, 2009).

Nadalje, Milanović (2009) navodi kako opća društvena sredina u kojoj pojedinac odrasta snažno utječe svim svojim sredstvima na njegovo oblikovanje sustava vrijednosti i stavova općenito. Poruke koje dijete svakodnevno dobiva od obitelji, škole, vršnjaka velikim su dijelom, na različite načine, izrečene indirektno poruke društva. Društvo u kojem djeluju sportski klubovi i sportski treneri, te u kojem mladi sportaš odrasta ima stalnu moć promjene svojih institucija i ima moć sustavnog utjecanja na stavove pojedinca, skupina, pa i društva u cjelini. Također, sportski djelatnici mogu koristiti različite načine komuniciranja s društvenim institucijama, društvenom zajednicom i uvažanim pojedincima te ih upozoravati na društvenu vrijednost onih koji će jednog dana to isto društvo prezentirati i promovirati. Osigurati rad sportskih škola i klubova, te educirati sportske stručnjake nije jedino što je društvo obvezno učiniti. Moglo bi se reći da je odgovorno za sve što obitelj, škola, mediji čine ili ne žele činiti za djecu sportaše (Milanović, 2009).

### 3.3. Trener i dijete sportaš

Osim što je činjenica da djecu k sportu privlače sami sportski programi, natjecateljski duh i prijatelji, važan razlog bavljenja sportom djece i mladih sportaša jest i specifičan odnos kojeg grade sa svojim trenerom, kao i klima koju trener oblikuje i promovira u sportu (Barić i Horga, 2006). Milanović (2009) navodi kako su sportska aktivnost i trening područja djetetova života koja mladi sportaš, da bi bio uspješan i da bi napredovao, mora prepoznati kao područja za zadovoljavanje svojih primarnih i specifičnih ljudskih potreba, no svakako, najvažnija osoba za dijete sportaša njegov je trener. On mora djetetu pomoći da se aktualizira, potvrdi kao ličnost i rezultatima potkrijepi svoj talent. Trenerove verbalne i neverbalne poruke i stimulacije djeluju na sve segmente djetetova razvoja. Primarno su one usmjerene na postizanje specifičnih trenažnih ciljeva, ali one namjerno ili nenamjerno, produktivno ili kontraproduktivno, s ciljem ili bez cilja, djeluju i na zadovoljavanje drugih djetetovih potreba i na oblikovanje cjelokupne djetetove ličnosti, osobito u odnosu na:

- djetetovu percepciju sebe (kao vrijedne ili manje vrijedne osobe, kao pozitivne ili manje pozitivne osobe, kao hrabrog, ustrajnog, snažnog ili manje hrabrog, manje ustrajnog i manje snažnog), a time i stava prema samom sebi
- djetetovu percepciju drugih sudionika trenažnog procesa ili natjecanja (suigrača, trenera, protivnika, sudaca, publike)
- formiranju sustava vrijednost (Milanović, 2009, str. 131).

Barić i Horga (2006) dalje ističu kako je djeci i mladima u sportu vrlo važno pružiti dovoljnu količinu pozitivnih iskustva jer se tako osiguravaju pozitivni odgojni učinci i smanjuje vjerojatnost odustajanja od sporta. Sam način na koji će trener organizirati i strukturirati sportski kontekst, koje će ciljeve postaviti kao prioritete i na koji način, koje će vrijednosti i stavove promovirati i oblike rukovodećeg ponašanja ispoljavati djelovat će na stupanj privlačnosti sportskog okruženja mladom sportašu. Ako će ovi aspekti djelovati na formiranje sportskog iskustva kod mladog sportaša pozitivno, to će djelovati na njegovu motivaciju i izbor da upravo sport bude okruženje u kojem će razvijati i potvrđivati svoje potencijale. Sigurno je da brojni treneri imaju pozitivne i poželjne motive zbog kojih se odlučuju raditi s mladim sportašima, no također je vrlo vjerojatno da mnogi nisu ni svjesni koliki utjecaj ima njihovo ponašanje (Barić i Horga, 2006). Često se desi da su treneri, pa čak i nesvjesno, vrlo nestrpljivi u želji za preranim postizanjem vrhunskih rezultata pa se zna dogoditi da, hodajući od

natjecanja do natjecanja, mnoga djeca nemaju vremena naučiti sport kojim se bave. Oni bi morali biti svjesni da pozitivne promjene kod djece induciraju upravo oni sami svojim postupcima i ponašanjem. Također, važno je da se treneri educiraju kako bi povećali uspješnost u ostvarenju ciljeva vodeći računa o tome u kolikoj mjeri njihovo cjelokupno ponašanje utječe na djecu (Krželj, 2009).

Ako razmatramo trenerovo ponašanje i njegov utjecaj na mladog sportaša, ono se općeniti može podijeliti na dvije široke kategorije: rekreativno i spontano ponašanje, a svako od ovih kategorija obuhvaća određene obrasce ponašanja koji se javljaju nakon poželjnog ili nepoželjnog ponašanja (Barić, 2004).

Tablica 2. Prikaz trenerova rukovodećeg ponašanja u odnosu na ishode ponašanja mladih sportaša i posljedice (Barić 2004).

	Reaktivno ponašanje	Spontano ponašanje	Djelovanje na sportaše
<b>Na poželjne ishode</b>	<b>potkrepljuje (a)</b> (pozitivno reagira, nagrađuje ili podržava dobru izvedbu, trud, napredak, rezultat) <b>izostanak potkrepljenja (b)</b> (ne odgovara na dobru izvedbu, napredak i sl.)		povećava motivaciju <b>(a,c,d,i,j,k)</b>
<b>Na nepoželjne ishode</b>	<b>podrška nakon pogreške (c)</b> <b>uputa nakon pogreške (d)</b> <b>kazna nakon pogreške (e)</b> (negativna reakcija, verbalna ili neverbalna) <b>negativno intonirana uputa nakon pogreške (f)</b> (tehnička instrukcija koja ističe sportaševu pogrešku, kritika, ismijavanje) <b>ignoriranje pogreške ili propusta (g)</b>		snižava motivaciju <b>(b,g ako je učestalo, e,f, h)</b>  povećava samopouzdanje <b>(a,c,k)</b>  snižava samopouzdanje <b>(e,f,g)</b>
<b>Nevezano</b>	zadržavanje kontrole (h) <b>(trener autonomno odlučuje, ne uvažava mišljenje igrača)</b>  komunikacija nevezana uz sport (i) <b>(briga i interes za sportaševе probleme, školu; humor i sl.)</b>	spontane tehničko-taktičke instrukcije (j) spontana podrška (k) raspodjela dužnosti i obaveza (l)	povećava osjećaj kompetentnosti <b>(a,c,d,j)</b>  smanjuje osjećaj kompetentnosti <b>(b,e,f,g,h)</b>  razvija povjerenje <b>(i,j,k,l)</b>

Iz prethodne tablice vidljivo je da postoje poželjni i manje poželjni obrasci trenerova ponašanja u odnosu na posljedice koje pridonose ili odmažu razvijanju ličnosti i motivacije kod mladih sportaša (2004). Ukratko, može se reći da je poželjno da trener uvijek bude podrška djeci, da treba voditi računa da gradi tople interpersonalne odnose sa svojim igračima jer to pogoduje razvoju pozitivne motivacijske klime (Balaguer i sur., 2002; prema Barić i Horga, 2006). Pri tome važno je voditi računa o tome da se u svakom radu koriste pozitivna potkrepljenja, ali i konstruktivna kritika koja treba biti popraćena tehničkim informacijama za poboljšanje izvedbe i slijediti odmah nakon pogreške ili propusta te biti usmjerena na pozitivne posljedice koje će uslijediti nakon poboljšanja, a ne na negativne aspekte koje je pogreška proizvela. Također, bi trebao izbjegavati kažnjavanje, ismijavanje, omalovažavanje, vrijeđanje te bilo kakav oblik sličnih negativnih reakcija u radu s mladim sportašima jer takve reakcije imaju izuzetno nepovoljan utjecaj na razvoj samopoštovanja, na njihovo samopouzdanje i osjećaj kompetentnosti. Uz primjerene metode ponašanja, važno je i da trener u radu s mladima bude dovoljno instruktivan, odnosno da koristi primjerene metodološke postupke i sadržaje u učenju tehničko-taktičkih zahtjeva sporta. Pri tom je važno da njegove upute i objašnjenja budu što je više moguće konkretna, jer to pozitivno djeluje i na sliku koju igrači stvaraju o svom treneru, ali i na njihovu sliku o ostalim suigračima (Smoll i Smith, 1984; prema Barić i Horga, 2006).

Nadalje, trener bi trebao voditi računa i o djelovanju grupe kao jednog dobrog kolektiva, odnosno na pozitivan način iskoristiti prirodnu sklonost mladih sportaša grupi i važnosti njihovog odnosa. Stoga, bitno je da djeluje na smanjenje unutargrupnog suparništva, da potiče suradnju i rad na zajedničkim ciljevima u okviru čega će svi moći vježbati socijalne vještine i usvajati vrijednosti. U takvom ozračju suradnje i uzajamnog podržavanja trebalo bi biti vrlo jasno što su pravila ponašanja i naglašavati da je pridržavanje pravila u interesu svih, ali i ostvarenja zajedničkih ciljeva (Barić, 2007).

## 4. VAŽNOST SPORTA

Sport je sa svojim različitim pojavnim oblicima sastavni dio ljudske povijesti. Moguće ga je sagledavati iz različitih perspektiva pa ga isto tako i različito tumačiti (Torbarina, 2011). Bjelajac (2006) navodi kako je sport, sociološki gledano, društvena pojava sa specifičnim društvenim funkcijama. U cijelom svijetu on je izraz društvenih pojava, a to podrazumijeva i njegovu ovisnost u društvu, ali i ovisnost samog društva o sportu (Bjelajac, 2006).

Vrijednost i važnost sporta prepoznatljiva je odavno pa se latinska izreka *u zdravom tijelu je zdrav duh* citira već stoljećima. Redovito bavljenje sportskim aktivnostima, sukladno vlastitim mogućnostima, označava zdrav stil života (Torbarina, 2011). Hadžikadunić, i sur. (2013) navode kako su tjelesna aktivnost, sport i vježbanje već desetljećima bitna sastavnica za očuvanje zdravstvenog sustava. Bilo koji sport i bilo koja tjelesna aktivnost aktivira kompletni lokomotorni sustav presudan za transformaciju energije, koja je prijeko potrebna za aktivnost svih stanica u organizmu. U globalu, sve sportske aktivnosti mogu se tretirati kao odrednica za skladan razvoj svih antropoloških obilježja čovjeka (Hadžikadunić, i sur., 2013).

Osim činjenice da je sport izrazito bitan za očuvanje zdravlja, on ima mnoge druge vrijednosti. Ovisno iz koje se perspektive gleda, moglo bi se reći da su najvažnije one društvene, koje ovise o vrsti sporta i samog karaktera društva. Unutar sporta ili sportskog kluba postoje različite skupine koje su u međusobnoj interakciji (Foretić i Bjelajac, 2009). Nadalje, osim zdravstvenih i društvenih vrijednosti, danas se sport vrlo često koristi u propagandne svrhe. Najčešće kao snažno sredstvo prevencije ovisnosti, u obliku akcija „Sportom protiv nasilja“, „Da – sportu, ne – drogi“, „Živimo život bez droge jer droga uzima životi“ i slično. Bavljenje nekim sportom, bilo profesionalno ili rekreativno, važno je za sve ljude jer je vježbanje i svaka sportska aktivnost prediktor za zdrav i dug život (Torbarina, 2011).

## 4.1. Motivacija u sportu

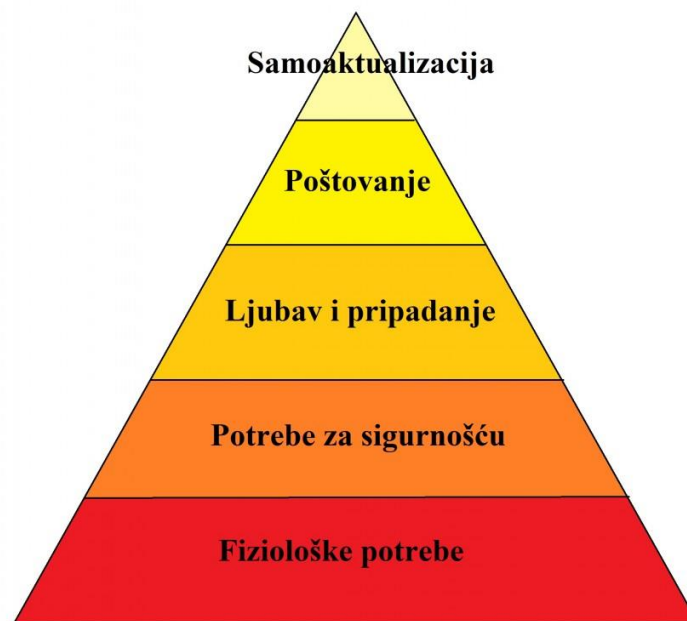
Motivaciju možemo definirati kao stanje u kojem smo „iznutra“ pobuđeni nekim potrebama, porivima, težnjama, željama ili motivima, a usmjereni prema postizanju nekog cilja koji izvana djeluje kao poticaj na naše ponašanje (Petz, 2005). Ona je osnova našeg djelovanja, ona pobuđuje, usmjerava i održava naše ponašanje koje vodi prema nekom određenom cilju. Sam pojam motivacije uključuje nekoliko bitnih dijelova; određeni subjektivni doživljaj i stanje organizma, potrebe, porive, težnje koje dovode do određenog stanja organizma te cilj koji želimo postići kako bi se navedene potrebe, porivi, težnje i želje ostvarile (Bosnar i Balent, 2009). Stoga, kao temeljnu motivacijsku pretpostavku možemo navesti činjenicu da se organizmi približavaju cilju, ili da se bave određenim aktivnostima za koje očekuju poželjne ishode, kao i to da teže izbjegavanju aktivnosti za koje očekuju da će dovesti do neugodnih ili odbojnih, odnosno averzivnih ishoda (Beck, 2000).

Opće je poznato da je motivacija iznimno bitan faktor uspjeha, kako u svakodnevnom životu, tako i u sportu. Može se reći da su najčešći faktori za uspjeh mladih sportaša znanje i sposobnosti koje posjeduju (fizičke predispozicije za određeni sport, tehnika, fizička snaga, visina skoka i sl.) te motiviranost da ta svoja znanja i sposobnosti iskoriste za postizanje određenog cilja. Čest slučaj kod djece je da posjeduju potrebna znanja i sposobnosti, no iz nekog razloga nisu dovoljno motivirani te zbog toga ne mogu ostvariti neki značajan uspjeh. S druge pak strane, bez obzira koliko neka druga djeca bila motivirana, ukoliko nemaju potrebna znanja i sposobnost, dobru tehničku i kondicijsku pripremljenost, neće doći ni do uspjeha jer česti ponovljeni neuspjesi, koji su uglavnom i očekivani u konačnici dovedu do smanjenja motivacije za samom aktivnošću (Bosnar i Balent, 2009).

Nadalje, motivacija je složena pojava koju nije moguće jednostavno opisati već postoji više teorija koje s različitih stajališta daju odgovore na pitanja što nas motivira i kako se zapravo odlučujemo za neki oblik ponašanja. S obzirom na to da su brojni pokušaji pobrojavanja ljudskih potreba i motiva ubrzo pokazali da je nemoguće odrediti što sve može motivirati ljudsko ponašanje, mnogi teoretičari su na različite načine pokušali klasificirati motive. Jedna od najpoznatijih teorija je Maslowljeva hijerarhijska teorija motivacije. Maslow smatra kako svaki pojedinac ima određene ciljeve koje želi postići u svom životu te je zbog toga izrazito bitno razumjeti te ciljeve kako bismo razumjeli pojedinca i njegovo ponašanje. Ostvarenje tih ciljeva doživljavamo kao nagradu, a nemogućnost ostvarenja kao frustraciju i kaznu. Međutim,

zadovoljstvo koje osoba osjeća kada dosegne određeni cilj, nije trajno i dugoročno. Postoji neprekidna dinamika u kojoj novi ciljevi zamjenjuju već postignute, gdje nove želje nadomještaju već ostvarene, a poznato obilježje ljudi je da uvijek nečemu teže i nešto priželjkuju. (Maslow, 1970; prema Bosnar i Balent 2009).

Bosnar i Balent (2009) dalje navode kako su motivi potrebe pojedinca hijerarhijski organizirani. Oni se klasificiraju od nižih (primarnih, bioloških) ka višima (psihološkim i socijalnim). Primarne potrebe su univerzalne i prisutne kod svih ljudi, a budući da svi imamo sličnu biološku strukturu uglavnom ih svi zadovoljavamo jer su one nužne za preživljavanje. Potrebe višeg reda su pak dominantno pod utjecajem učenja, odnosno one su kompleksnije i više se razlikuju od pojedinca do pojedinca. Postoji pet razina potreba ili motiva, gdje najprije potrebe na nižim razinama moraju biti bar djelomice zadovoljene kako bi se nakon toga mogle aktivirati potrebe na višim razinama (Bosnar i Balent, 2009).



Slika 1. Maslovljeva hijerarhija motiva (Bosnar i Balent, 2009)

Potrebe na najnižoj razini su prioritetne i nazivaju se osnovnim fiziološkim potrebama te o njima ovisi život pojedinca, a njihovo nezadovoljavanje može dovesti da smrti. Među fiziološke potrebe ubrajaju se: potreba za hranom i pićem, spavanjem, seksom, zaštita od ekstremnih temperatura i slično. Ukoliko je neka osoba u razvoju duže vrijeme bila ugrožena slabim zadovoljavanjem potreba na ovoj razini, ona neće moći razviti potrebe sljedećeg nivoa. Na drugoj razini nalaze se potrebe za sigurnošću, a odnose se na potrebu za stalnošću, stabilnošću, poretkom te predvidljivošću događaja u budućnosti. Ako tijekom života ova potreba često nije bila zadovoljena ili je bila ugrožena, kasnije se kod osobe može desiti osjećaj pretjerane nesigurnosti, potrebe za strogim redom i pravilima te nedostatak hrabrosti kada situacije nisu u potpunosti jasne. Sljedeća potreba je potreba za pripadanjem i ljubavlju, odnosno odnosi se na traženje odnosa koji se temelji na odanosti, privrženosti i ljubavi. Ona se može zadovoljiti unutar obitelji, s prijatelja, partnerom, kolegama, trenerom, suigračima i mnogim drugima. Na četvrtoj razini nalazi se potreba za poštovanjem i samopoštovanjem, a predstavlja potrebu osobe da ju drugi priznaju kao sposobnu i vrijednu osobu te da sama sebe smatra takvom osobom. Također, ona uključuje i status u društvu, priznanja, nagrade, pažnju koja nam se poklanja i tome slično. Ako ta potreba nije zadovoljena osoba se osjeća nekompetentno, nesposobno i bespomoćno, što uvelike utječe na njezinu motivaciju. Na samom vrhu ljestvice nalaze se potrebe za samoaktualizacijom, odnosno samoostvarenjem. Ona se nikako ne može ostvariti ako potrebe na nižim razinama nisu u određenoj mjeri zadovoljene. Samoaktualizacija predstavlja ostvarenje svrhe pojedinca, maksimalno ostvarenje njegovih potencijala bez obzira o kojim se potencijalima radilo, odnosno, može se reći da je ona težnja da se postigne maksimum u vlastitom razvoju (Bosnar i Balent, 2009).



## 4.2. Motivacija za postignućem

Murry određuje potrebu za postignućem kao tendenciju ili želju za savladavanje prepreke i nametanje volje kao i nastojanje da se postigne nešto što je inače teško i to onoliko dobro i brzo koliko je to moguće (Murry, 1938; prema Beck, 2000, str. 317). Koliko će motivacija za postignućem biti izražena kod pojedinca ovisi o standardima vezanima uz osobno postignuće koje je sam pojedinac usvojio, odnosno, što njemu osobno predstavlja uspjeh te o razini motiviranosti pojedinca da ostvari te standarde. Međutim pojedinci se razlikuju prema tome koliko je kod njih izražen motiv za postignućem, odnosno želja za postizanjem određenog uspjeha, želja za isticanjem među prosječnima (Bosnar i Balent, 2009). Cox (2005) navodi da je to psihološki pojam koji je mnogo širi od psihološke pobuđenosti ili motivacije za jedno natjecanje, a odnosi se na temeljni unutarnji poriv koji sportaša motivira da veliki dio svog života posveti postizanju nekog zacrtanog cilja. Kod osoba s visokim motivom za postignuće postoji vrlo jaka i izražena potreba za uspjehom, što rezultira time da biraju teže zadatke za koje je karakterističan neizvjestan ishod koji često ovisi o samoj sposobnosti sportaša. Takve osobe uglavnom biraju ravnopravne protivnike, a natjecanje im predstavlja izazov. Nasuprot tome, pojedinci se razlikuju i po tome koliko je kod njih izražen motiv za izbjegavanje neuspjeha, odnosno koliko je prisutan strah od neuspjeha. Takve osobe, koje karakterizira nizak motiv za postignućem i visok motiv za izbjegavanjem neuspjeha teže tome da biraju situacije u kojima je vrlo jasan ishod, stoga najčešće biraju znatno slabije protivnike. Takav pristup koči sportaša u razvoju njegovih potencijala (Cox, 2005).

Osim navedenih motiva i potreba koji su prethodno spomenuti te čije nas zadovoljavanje vodi ostvarenju određenog cilja, valja spomenuti i objasniti intrinzičnu (unutarnju) i ekstrinzičnu (vanjsku) motivaciju čija interakcija također ima utjecaj na postizanje zacrtanih ciljeva. Intrinzična motivacija odnosi se na motivaciju za aktivnošću koja proizlazi iz naših unutarnjih pobuda. Ona najčešće proizlazi iz našeg osjećaja zadovoljstva i osjećaja ispunjenja koje donosi izvođenje neke aktivnosti, nevezano uz vanjske nagrade koje možemo dobiti. Dakle, zadovoljstvo proizlazi iz same aktivnosti, a ne zbog razmišljanja o nagradi ili straha od kazne koja može uslijediti ne obavi li se aktivnost kako treba. Nasuprot tome, ekstrinzičnu motivaciju karakterizira, odnosno pokreće želja za ostvarenjem dodatnih bonusa. Naime, kod ove vrste motivacije, nagrade kao što su trofeji, financijska sredstva, različiti pokloni i slično, potaknuti će pojedinca na veći trud i zalaganje prilikom ostvarenja zadanih ciljeva (Horga, 1993). Sportaš koji je pretjerano intrinzično motiviran za bavljenje nekim sportom, to čini zbog zadovoljstva

koje mu pruža bavljenje tom aktivnošću, bez obzira je li to dobro plaćen, popularan sport ili neki manje poznat sport s manjim fondom nagrada i mogućnosti napredovanja. S druge pak strane, ekstrinzično motiviran sportaš bit će visoko motiviran kada su materijalne nagrade veće ili kad bavljenje određenim sportom donosi ugled ili priznanje. Stoga, trebalo bi ekstrinzične motivatore koristiti veoma pažljivo. Kada se koristi neki oblik ekstrinzične motivacije važno je dobro objasniti što se nagrađuje te je poželjno da se takvo objašnjenje odnosi na uloženi trud, sportaševe sposobnosti i vještine (Bosnar i Balent, 2009).

### **4.3. Dobne promjene u motivaciji za sportom**

Nažalost, u današnje vrijeme, često je slučaj da što djeca postaju starija, zanimanje za sport počne sve više ovisiti o nagradama koje im donosi sport u odnosu na nagrade koje im donosi bavljenje nekim drugim aktivnostima. Nakon dobi od oko dvanaest godina javlja se nagli pad u broju dječaka i djevojčica koji se organizirano bave sportom. Jedan od razloga je i taj što djeca počnu shvaćati da ne postižu dovoljnu razinu ovladavanja vještinom koju bi doživjeli kao nagradu, no i činjenica da u toj dobi djeca ulaze u pubertet, te je taj period iznimno osjetljivo razdoblje za svakog mladog sportaša. U isto vrijeme, druge nagrade, kao primjerice mogućnost druženja s prijateljima nisu više dovoljno snažne da ih zadrže, posebice ako istu tu nagradu mogu biti negdje drugdje. Ako se pogleda sa stajališta sporta, to je velika šteta jer bi djeca koja sporije sazrijevaju i koja nisu najbolji sportaši u ranoj adolescenciji mogli potpuno, po sposobnostima, kasnije preteći svoje prije sazrele vršnjake te tako kasnije naći zadovoljstvo u sportu. Djeca koju sport privlači kao mogućnost druženja duže ostaju u njemu od onih koji vjeruju da mogu postići velika priznanja te postati poznati sportaši. Stupanj u kojem se sport doživljava kao nagrada ovisi djelomice o ciljevima koje osoba postavlja u tom području (Roberts, 1984; prema Beck, 2000). S obzirom na navedeno, često se postavlja pitanje kada uopće djeci dati nagradu. Beck (2000) navodi kako će nagrade biti to učinkovitije što brže uslijede nakon reakcije. Ako dijete učini nešto čime su roditelji zadovoljni, no oni presporo pokažu svoje odobravanje, može se desiti da dijete neće ni shvatiti da je nagrađeno za svoje ranije ponašanje. Veća je vjerojatnost da će potkrepljenje povezati s nekom nevažnom reakcijom koja se javila neposredno prije davanja nagrade. Isto tako, takva okolnost može zbuniti roditelje jer ne mogu razumjeti zašto se dijete ne nauči ponašati na način na koji oni žele, kad stalno „nagrađuju“ dobro ponašanje. Dakle, vrlo je važno da roditelji i treneri budu

oprezni prilikom nagrađivanja djece, a posebice prilikom odabira same nagrade te načina na koji će ta nagrada biti predana mladom sportašu (Beck, 2000).

#### **4.4. Utjecaj samopoštovanja na motivaciju djece**

Miljković i Rijavec (1996) definiraju samopoštovanje kao osobnu procjenu sebe, koja ne mora uvijek imati veze s objektivnim procjenama. Osoba može imati nisko samopoštovanje, odnosno misliti o sebi loše, a da ljudi oko nje o njoj imaju izuzetno dobro mišljenje. Opća procjena samog sebe sastoji se od dva dijela: osjećaja vlastite vrijednosti i samopouzdanja. Ova dva pojma se razlikuju iako su međusobno povezani. Osjećaj vlastite vrijednosti odnosi se na naše uvjerenje kako imamo pravo biti sretni i kako zaslužujemo postignuće, uspjeh, prijateljstvo, ljubav i ispunjenje. Dok je samopouzdanje uvjerenje kako smo sposobni razmišljati, učiti, birati, donositi odluke, svladati izazove i promjene. Većina psihologa se slaže da je visoko samopoštovanje vrlo važan aspekt pojma o sebi o kojem u velikoj mjeri ovisi naše mentalno zdravlje i prilagodljivost. Odrasli i djeca koji dobro funkcioniraju prihvaćaju sebe sa svojim dobrim i slabijim stranama. Često su takve osobe otvorenije za promjene jer vide svoje slabosti i spremni su ih mijenjati. Loše samopouzdanje pridonosi nastajanju problema, a onda problemi s druge strane samo još više narušavaju samopoštovanje. Problemi koji izravno dolaze iz niskog samopoštovanja su, primjerice, sramežljivost, pretjerana povučenost, nemogućnost da se izborimo za svoja prava, strah od bliskosti s drugim ljudima ili povlačenje od života. Da bismo imali visoko samopoštovanje, potreban je osjećaj vlastite vrijednosti i visoko samopouzdanje jer samopoštovanje utječe na svaki trenutak našeg života. Ono nam daje moć, energiju i motivaciju te nas potiče na aktivnosti, dopušta da budemo ponosni na ono što smo učinili, da uživamo u uspjehu i budemo zadovoljni. Što imamo veće samopoštovanje, to uspješnije možemo izaći na kraj s različitim zahtjevima (Miljković i Rijavec, 1996).

Kada su u pitanju djeca, za razvoj njihovog samopouzdanja najbitniji je utjecaj njima bitnih osoba. Najčešće je odnos u obitelji temelj za razvijanje djetetovog samopouzdanja. Danas je poznato kako djeca koja imaju problema s učenjem često nemaju razvijeno samopouzdanje. Također, učitelji i treneri imaju znatnu ulogu u podizanju njihova samopouzdanja, no od presudne je važnosti roditeljska uključenost jer je djetetu najpotrebnije da ga roditelji vole i prihvaćaju, kao i to da ih ono samo zadivi (Humphreys, 2003). Međutim, ništa ne djeluje na samopouzdanje kao postignuti uspjeh. Kad dijete ostvari neki svoj cilj i kad drugi vide da ga je ostvarilo, vjera u sebe i svoje sposobnosti naglo raste. Isto tako, neuspjeh djeluje suprotno. Primjerice dijete koje je uspjelo popraviti lošu ocjenu iz nekog predmeta, vjerojatno će s mnogo žara prionuti na daljnje učenje. U takvim slučajevima bitno je da roditelji budu uz dijete i kad ono doživljava uspjeh, ali i kada doživi neuspjeh. Oni moraju biti ti koji će ohrabriti dijete u nastojanju da ono ovlada nekom aktivnošću je važan trud, a ne rezultat, svaki napor sam za sebe je postignuće (Miljković i Rijavec, 1996).

Nadalje, razinu djetetova samopouzdanja neće odrediti samo njegov odgojno-obrazovni napredak već i emocionalni, socijalni, intelektualno, seksualni, profesionalni i duhovni razvoj. U odnosu na njihov razvoj, za djecu s visokim stupnjem samopouzdanja karakteristično je: zadržavanje prirodne radoznalosti, želja za učenjem, ljubav prema izazovu, sposobnost da se koncentrira na ovdje i sada, prihvaćanje pogreške i neuspjeha kao prilike za učenje, prihvaćanje kritike, natjecanje sa sobom, a ne s drugima, priznavanje snage i slabosti te pozitivna prijemljivost za razumne zahtjeve i sankcije za neodgovorno ponašanje. S druge strane, djeca s osrednjim ili nedovoljnim samopouzdanjem prilikom svog razvoja pokazuju potpuno drugačije karakteristike: gubitak prirodne radoznalosti, strah od neuspjeha i pogrešaka, koriste metode izbjegavanja (ravnodušnost, slaba motivacija, neslušanje, markiranje), koriste nadomjesne strategije (perfekcionizam, dugi sati provedeni u učenju), preosjetljivost na kritiku, sramežljivost, emocionalno povlačenje ili poremećeno ponašanje, glasnost, nasilništvo, izbjegavanje izazova, samoetiketiranje, npr. „Ne znam dobro čitati“, „Beskoristan sam u sportu“ te otvoreno neprijateljstvo ili potihom zamjeranje kad se od njih traži odgovorniji pristup obvezama (Humphreys, 2003).

## 4.5. Odgojni aspekti sporta

Andrilović i Čudina (1985) definiraju odgoj kao dio psihološkog procesa koji se zove socijalizacija, a predstavlja razvijanje pojedinca kao društvenog bića. Životom u društvenoj okolini, promatranjem i uočavanjem odnosa u njoj, te aktivnim nastojanjem odraslih, dijete je izloženo i uključeno u proces socijalizacije. Ono postepeno zamjenjuje egocentrično ponašanje koje se rukovodi principima, normama i vrijednostima, a usvojilo ih je u procesu socijalizacije. Općenito, socijalizacija je prenošenje na pojedinca normi ponašanja, motiva vrijednosti i obrazaca ponašanja koji se u njegovoj okolini smatraju prihvatljivim, ispravnim i moralnim. Taj se proces odvija djelomično spontano, bez znanja ili namjere okolini da direktno na nešto utječe. Samim time što dijete odrasta u socijalnoj okolini koju promatra ono je izloženo utjecaju čimbenika iz okoline, koje će namjerno ili nenamjerno imitirati (Andrilović i Čudina, 1895).

Nakon obitelji i škole, sport ima najznačajniju ulogu u odgoju mladih te je ona prvenstveno usmjerena na odgojno-obrazovne vrijednosti. Također, sport ima značajnu ulogu kod formiranja osobnosti djece. On omogućava djeci da razviju svoje humane kvalitete te promiču autentične ljudske vrijednosti. Svaki trener, bez obzira u kojem mu je stupnju to namjera ili nije, odgojno djeluje na svoje sportaše. Kao autoritet, uzor i model, njegov je zadatak motivirati, nadzirati, voditi i savjetovati djecu te im u svakom trenutku biti stalna potpora (Barić, 2007).

Barić i Horga (2006) navode tri načina preko kojih se djelovanje u sportu može promatrati:

1. utjecaj na oblikovanje moralnih vrijednosti sportaša
2. utjecaj na razvoj sportaševih socijalnih kompetencija
3. utjecaj na razvoj navika, radne discipline i sl.

Oblikovanje moralnih vrijednosti djece ovisi o njihovoj socijalnoj okolini i osobnim iskustvima. Za učenje moralnih postupaka odgovorna su dva proces, potkrepljenje, koje povećava vjerojatnost pojave poželjnog, i kazna, koja smanjuje ispoljavanje nepoželjnog ponašanja. Treći važan faktor je učenje opažanjem. Djeca postepeno uče o posljedicama određenog ponašanja, te ih koriste i sami za upravljanje vlastitim ponašanjem (npr. sportaš koji prima pohvale i sam sebe pohvaljuje kako bi ustrajao u nekom napornom zadatku). Trener predstavlja model koji pokazuje moralno poželjna ponašanja, ističe neke moralne vrijednosti i

upravlja ponašanjima mladih sportaša pomoću sustava nagrada/pohvala i kazni/pokuda. Nadalje, trener u ovim segmentu može koristiti neke metode s ciljem usvajanja prikladnijih ponašanja i preuzimanja odgovornosti za slijeđenje pravila. Najnepoželjnija je metoda pokazivanja moći koja uključuje naredbe, prijetnje ili čak tjelesnu silu. Najprikladnija je metoda indukcije koja uključuje razgovor u kojem se mladom sportašu objašnjava zašto su neki postupci zabranjeni, te se ukazuje kako je neki postupak mogao dovesti do štete ili neugode drugoj osobi, što izaziva osjećaj krivice. Također, kroz jasan i transparentan sustav pravila ponašanja na treningu i natjecanju, koji unaprijed definira poželjna i nepoželjna ponašanja, trener može djelovati na razvoj moralnih vrijednosti. Kao i u svakom segmentu odgoja, da bi ovaj utjecaj bio snažniji, nužna je dosljednost i osobni primjer. Prilikom razvoja sportaševih socijalnih kompetencija najbitnija je sposobnost iniciranja i zadržavanja zadovoljavajućih odnosa s vršnjacima i odraslima, te korištenje tih interakcija za unaprjeđenje osobne kompetencije. Osnovne sastavnice socijalne kompetencije su: regulacija emocija, socijalna znanja i socijalno razumijevanje, socijalno umijeće te socijalna dispozicija. Trener u ovom segmentu neposredno i posredno djeluje na socijalni razvoj djece sportaša. Jedan od osnovnih uvjeta za kvalitetan odnos je povjerenja sportaša i trenera, ali i trenerov autoritet. U takvom okruženju postoje preduvjeti za iskrenu komunikaciju, razvija se međusobno poštovanje i briga za dobrobit drugog. Trener, osobito ako radi u ekipnom klubu, trebao bi razvijati osjetljivost za ovu problematiku budući da ona može imati značajan utjecaj na grupnu kohezivnost što posredno može djelovati i na sportski uspjeh. Također je važno poštivanje dječjih osjećaja, uvažavanje individualnih razlika i izbjegavanje „etiketiranja“ koje može imati znatne negativne i dugoročne posljedice za dječji razvoj i za oblikovanje djetetove slike o sebi. Što se tiče razvoja navika, radne discipline i odgovornosti, najbolje bi bilo da trener u dogovoru sa sportašima na samom početku formira sustav pravila rada i sankcija. Time se kod djece osigurava veća predanost dogovoru, veća individualna, a time i kolektivna odgovornost. Također, na taj se način jača i pripadnost grupi te se znatno smanjuje mogućnost nastanka sukoba zbog nečijeg neodgovornog ponašanja, kao i razvoj negativnih emocija prema treneru ili suigračima zbog eventualnih sankcija (Barić i Horga, 2006).

## 4.6. Školski uspjeh i dijete sportaš

Školski uspjeh definira se kroz dvije perspektive: unutarnju i vanjsku. Vanjska perspektiva odnosi se na akademski uspjeh, odnosno na školske ocjene, dok se unutarnja perspektiva odnosi na unutrašnji doživljaj djece, na njihovu subjektivnu procjenu vlastitog uspjeha na akademskom, osobnom i interpersonalnom planu. Neuspjeh učenika u školi, izostajanje s nastave, nezadovoljavajući rezultati u odgojnom djelovanju nastave, izvan svake sumnje rezultat su neprivlačnosti škole i nastave djetetu. Školski uspjeh postaje značajan oslonac slike o sebi. U nekim istraživanjima ispitivana je povezanost osobina ličnosti učenika sa školskim uspjehom. Pokazalo se da odlični i vrlo dobri učenici imaju razvijenije osobine kao što su ekstrovertiranost, dobra prilagođenost i motiviranost za istraživanja i postignuća. Kod učenika s dovoljnim i slabim uspjehom nađene su sljedeće osobine: anksioznost, slabije integrirana ličnost, nerazvijena motiviranost za istraživanje i dostignuća (Buljubašić Kuzmanović i Botić, 2012). Svaka reakcija učenika na školu indikator je kvalitete školskog života, a pozitivne reakcije na školu mogu povećati vjerojatnost da će učenici razviti trajnu predanost učenju. Značajni prediktori školskog uspjeha jesu snažniji osjećaji školske kompetencije i manje negativnih osjećaja prema školi. Učenička iskustva u učionici povezana su i s njihovom motivacijom jer je upravo ona od presudne važnosti za učenje. Posebice je povezana sa školskim uspjehom, pozitivnim stavovima prema školi, boljom disciplinom i većim zadovoljstvom učenika, ali i učitelja. Ako se u učionicama izgradi poticajno okruženje u kojem učenici i nastavnici rado borave, učenici doživljavaju školu kao mjesto gdje su sigurni i sretni te se i time potiče bolji uspjeh (Brajša-Žganec i sur., 2009).

Nadalje, Sorić (2014) navodi kako je kvaliteta učenikovog odnosa s učiteljima i drugim učenicima u razredu ili školi važan čimbenik koji također utječe na školsku prilagodbu. Isto tako, sve situacije u kojima se formalno ili neformalno učenje zbiva čine kontekst učenja. U tom smislu i selekcioniranje grupe vršnjaka koji se bave nekom sportskom aktivnošću također čine kontekst u kojem se formalno i neformalno učenje može odvijati (Sorić, 2014). Bavljenje bilo kojim sportom kod učenika dodatno razvije želju za nadmetanjem, znatiželjom i ostvarenjem zacrtanih ciljeva. Također, organizirano baljenje sportom poboljšava zdravstveno stanje učenika, razvija samopouzdanje i samopoštovanje, odgovornost, natjecateljski duh, vještine timskog rada, potpomaže proces socijalizacije te ih uči poštivanju dogovorenih pravila (Paradžik i sur., 2014). Varešlija i Palić (2012) proveli su istraživanje na temu „Utjecaj bavljenja sportom na uspješnost ostvarenog učinka u školi“. Oni navode kako bavljenje

sportskim aktivnostima posebice pozitivno utječe na koncentraciju učenika, a samim tim redovito treniranje utječe i na njihovu disciplinu i sposobnost raspolaganja vremenom. Učenici koji znaju upravljati vremenom bolje su organizirani, a time si automatski lakše mogu raspodijeliti nastavne sadržaje koje moraju savladati. Isto tako, učenici koji se bave nekim organiziranim sportom, svjesni su koliko će im vremena oduzeti trening ili neko natjecanje te si sukladno tome organiziraju svoje vrijeme za učenje. Također, kroz učestale treninge učenici se oslobađaju i nagomilanog stresa. Danas su učenici više nego ikad pod raznim pritiscima kako u školi, tako i u obitelji, ali i od strane svojih vršnjaka. Tijekom treninga oslobađa se nagomilana napetost, a um razbistruje. Uvidom u spomenute činjenice može se zaključiti kako sport i fizička aktivnost pozitivno djeluju na razvoj kognitivnih sposobnosti i izgradnju konativnih karakteristika odgovorih za modalitete ljudskog ponašanja (Varešlija i Palić, 2012).



## **5. STAVOVI UČENIKA PREMA SPORTSKIM AKTIVNOSTIMA I NJIHOVA POVEZANOST S USPJEHOM U ŠKOLI**

### **5.1. Cilj istraživanja**

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati kakvi su stavovi učenika prema sportskim aktivnostima i kakva je njihova povezanost s uspjehom u školi, odnosno postoji li značajna povezanost školskog uspjeha između djece sportaša i nesportaša. Jednako tako, željeli smo ispitati kako učenici doživljavaju ulogu sporta u svom životu, kao i načine provođenja slobodnog vremena učenika koji se ne bave sportom.

### **5.2. Problemi i hipoteze**

#### *Problem 1.*

Utvrđiti postoji li statistički značajna povezanost školskog uspjeha učenika koji se aktivno bave sportom i onih koji se ne bave sportom.

#### *Hipoteza 1.*

Očekuje se statistički značajna pozitivna povezanost školskog uspjeha učenika koji se aktivno bave sportom u odnosu na one koji se ne bave sportom.

#### *Problem 2.*

Utvrđiti postoji li statistički značajna povezanost između toga koliko važnost pridaju učenici sportaši u odnosu na učenike nesportaše Tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi te bavljenju sportom.

#### *Hipoteza 2.*

Očekuje se da će učenici koji se aktivno bave sportom pridati sportu veću važnost.

#### *Problem 3.*

Ispitati kako učenici doživljavaju ulogu sporta u svom životu, kao i načine provođenja slobodnog vremena učenika koji se ne bave sportom.

### *Hipoteza 3.*

Očekujemo da sportsko aktivni učenici pridaju veću važnost ulozi sporta te da će učenici koji se ne bave sportom najviše vremena provoditi surfajući internetom ili igranjem kompjuterskih igara.

## **5.3. Metodologija**

### **5.3.1 Sudionici**

U istraživanju je sudjelovalo 105 učenika 5., 6., 7. i 8. razreda osnovne škole Ljudevita Modeca u Križevcima, od čega 51 učenik i 54 učenice.

Tablica 3. Frekvencije i postoci ispitanika s obzirom na spol

Spol	Frekvencija (f)	Postotak (%)
Muški	51	48,6
Ženski	54	51,4
Ukupno	105	100

Iz tablice 3. vidljivo je da je u ispitivanju sudjelovao gotovo podjednak broj učenika i učenica, odnosno sudjelovalo 48,6 % učenika i 51,4 % učenica.

Tablica 4. Frekvencije i postoci ispitanika s obzirom na bavljenje sportom

Bavljenje sportom	Frekvencija (f)	Postotak (%)
Da	56	53,3
Ne	49	46,7
Ukupno	105	100

Iz tablice 4. vidljivo je da se 53,3% učenika bavi aktivnim sportom, dok se 46,7% ne bavi nikakvim aktivnim sportom u slobodno vrijeme.

### 5.3.2. Mjerni instrument

Mjerni instrument čini anketni upitnik koji se sastoji od tri dijela. U prvom dijelu upitnika prikupljaju se podaci o spolu ispitanika, vole li učenici tjelesnu i zdravstvenu kulturu u školi, bave li se aktivno nekim sportom, smatraju li da je sport važan za zdravlje te kojom ocjenom najčešće završavaju školsku godinu. Drugi dio upitnika odnosi se samo na ispitanike koji se aktivno bave sportom, odnosno na ispitanike koji su članovi nekog kluba, redovito pohađaju treninge i natjecanja. Sastoji se od deset pitanja pomoću kojih se ispituju razlozi njihovog baljenja sportom, što ih najviše motivira, a što opterećuje i stvara pritisak, koliko vremena potroše na treninge, koliko razumijevanja imaju roditelji, učitelji i treneri s obzirom na sve ostale obaveze, koliko se škola angažira oko sportskih aktivnosti te koliko su oni sami zadovoljni svojim sportskim uspjehom. Treći dio upitnika odnosi se na ispitanike koji se ne bave aktivno sportom u svoje slobodno vrijeme i sastoji se od devet pitanja. Njima se željelo ispitati kako oni najčešće provode svoje slobodno vrijeme, jesu li zadovoljni načinom na koji ga provode, bave li se ikakvom sportskom aktivnošću u slobodno vrijeme, smatraju li da je sport bitan za pravilan razvoj, što bi ih moglo najviše motivirati da se počnu aktivnije baviti sportom i razmišljaju li uopće da se počnu baviti sportom, koje sportske aktivnosti ih najviše privlače, imaju li nekih poteškoća zbog koji se ne bave sportom te smatraju li da bi im bavljenje sportom oduzelo previše vremena za školu. I u drugom i u trećem dijelu upitnika učenici uglavnom odgovaraju na pitanja višestrukog izbora pomoću kojih iznose svoje stavove, mišljenja i

osjećaje. Primjer pitanja: *Što misliš, koliko se tvoja škola angažira oko uključivanja učenika u sportske aktivnosti? Odgovor: a) ne angažira se uopće, b) vrlo malo se angažira, c) umjereno se angažira, d) jako se angažira. Na koji način najčešće provodiš svoje slobodno vrijeme? (zaokruži samo jedan od ponuđenih odgovora) Odgovor: a) gledam TV, b) čitam knjige, c) surfam internetom ili igram igrice, d) družim se s prijateljima.*

### **5.3.3. Postupak**

Istraživanje je provedeno u osnovnoj školi Ljudevita Modeca u Križevcima, u razdoblju od 23. ožujka do 4. travnja 2017. godine. Anketiranje je provedeno u suradnji s ravnateljem škole, a učenicima su podijeljene izjave o suglasnosti roditelja. U anketiranju su sudjelovali samo učenici čiji su roditelji dali suglasnost da njihovo dijete može sudjelovati. Prije početka ispunjavanja, ispitanicima je pročitana uputa koja se nalazi na početku upitnika te im je naglašeno kako je anketiranje u potpunosti dobrovoljno i anonimno, te u skladu s Etičkim kodeksom u istraživanjima s djecom.

## 5.4. Rezultati i rasprava

Tablica 5. Povezanost varijabli (Pearsonov koeficijent korelacije)

N=105	1	2	3	4	5	6
<b>Baviš li se aktivno nekim sportom? (1)</b>	1	-,37**	,28**	,07	,03	-,04
<b>Koji ti je najčešći prosjek na kraju školske godine? (2)</b>		1	,01	,06	,19	,22
<b>Voliš li TZK? (3)</b>			1	,08	-,09	,12
<b>Spol (4)</b>				1	,35**	,13
<b>Kako si zadovoljan načinom na koji provodiš svoje slobodno vrijeme? (5)</b>					1	,34**
<b>Smatraš li da zbog treninga zapostavljaš školu? (6)</b>						1

Legenda : \*\* - Korelacija je značajna na razini 0,01 vjerojatnosti pogreške

Iz tablice 5 vidljivo je da postoji korelacija između školskog uspjeha učenika i bavljenja sportom pri čemu učenici koji se aktivno bave sportom pokazuju viši školski uspjeh od onih koji se ne bave sportom ( $r = -0,368$ ,  $p < 0,01$ ). Slično istraživanje proveli su Varešlija i Palić (2012), a istraživali su *Utjecaj bavljenja sportom na uspješnost ostvarenog učinka u školi*. Istraživanje su proveli na uzorku od 70 učenika prvih, drugih i trećih razreda srednje škole, od čega je anketni upitnik ispunjavalo 24 učenika i 46 učenica. Prilikom rezultata istraživanja vidljivo je da učenici koji se nikako ne bave sportom, njih 20, što čini 29%, imaju sljedeći ostvareni uspjeh: nedovoljan 1 (1,4%), dovoljan 0, dobar 7 (10,1%), vrlo dobar 12 (17,4%), odličan 0. Učenici koji se bave aktivno sportom, njih 21, što čini 30,4%, imaju sljedeći ostvareni uspjeh: nedovoljan 1 (1,4%), dovoljan 1 (1,4%), dobar 5 (7,2%), vrlo dobar 11 (15,9%), odličan

3 (4,3%). Dok učenici koji se bave sportom rekreativno, njih 28, što čini 40,6%, imaju sljedeći ostvareni uspjeh: nedovoljan 3 (4,3%), dovoljan 1 (1,4%), dobar 5 (7,2%), vrlo dobar 12 (17,4%), odličan 7 (10,1%). Na temelju navedenih rezultata dolazi se do zaključka da se hipoteza koja je bila vodilja ovog rada dokazala istinitom, a ona glasi: „Očekuje se da bavljenje sportom i fizičkom aktivnošću pozitivno povezano s općim uspjehom u školi”. Međutim, vidljivo je da postoji korelacija i između spola i zadovoljstva svojim školskim uspjehom pri čemu su djevojčice uglavnom te koje naginju većem zadovoljstvu svojim sportskim uspjehom ( $r=0,343$ ,  $p<0,01$ ). To dokazuje postotak vrlo dobrih i odličnih ocjena učenika koji se bave sportom u usporedbi s učenicima koji se ne bave sportom u istraživanju Varešlija i Palić (2012). Na temelju tablice korelacija 5 možemo vidjeti da postoji i korelacija između učenika koji se aktivno bave sportom i zainteresiranosti za tjelesnu i zdravstvenu kulturu pri čemu učenici koji se aktivno bave sportom pokazuju veću zainteresiranost za Tjelesnom i zdravstvenom kulturom od onih koji se ne bave sportom ( $r=0,275$ ,  $p<0,01$ ) što nam potvrđuje i drugu hipotezu. Kao što je već spomenuto, učenici koji se bave sportom pokazuju veću izraženost motiva za postignućem, a samim time imaju i vrlo jaku potrebu za ostvarenje uspjeha koja se ne odnosi samo na sportski uspjeh već i na uspjeh općenito. Cox (2005) opisuje to kao psihološki pojam koji je mnogo širi od psihološke pobuđenosti ili motivacije za jedno natjecanje. Ono se očituje kroz unutarnje porive koji sportaše motiviraju da u svim aspektima života, pa tako i u školi, teže postizanju što boljih rezultata te ostvarenju svojih zadanih ciljeva (Cox, 2005). Nadalje, iz tablice korelacija 5 vidljivo je da učenici koji u manjoj mjeri zapostavljaju školu u većoj su mjeri zadovoljni svojim sportskim uspjehom ( $r=0,312$ ,  $p<0,05$ ). Kako navode Brajša-Žganec i sur. (2009) može se reći da kvaliteta školskog života i pozitivne reakcije na školu povećavaju vjerojatnost da će učenici razviti snažnije osjećaje kompetencije i manje negativnih osjećaja prema školi. Samim time povećava se motivacija, a upravo je ona od presudne važnosti kako za učenje, tako i za sportski uspjeh djece. Na taj način učenici razvijaju pozitivne stavove prema školi, bolju disciplinu, opušteniji su te automatski zadovoljniji samim sobom (Brajša-Žganec i sur., 2009).

Nadalje, što se tiče učeničkih stavova i mišljenja, rezultati provedenog istraživanja pokazuju da čak 96 (91,4%) od ukupnog broja ispitanika smatra kako je sport bitan za njihovo zdravlje i pravilan razvoj, dok 9 (8,6%) ispitanika smatra kako sport nije bitan za njihovo zdravlje. Učenici koji se aktivno bave sportom kao najveći poticaj naveli su uspjeh u sportu, čak njih 30 (52,6%), 17 (29,8%) ispitanika navelo je zdravlje, 8 (14,1%) ispitanika druženje s prijateljima, a kao najmanji poticaj za bavljenje sportom naveli su zabavu, samo 2 (3,5%)

ispitanika. Isto tako kao najveće motivatore za bavljenje sportom, također su naveli uspeh u sportu 39 (68,4%), zatim prijatelje i učitelje 11 (19,3%) te roditelje 7 (12,3%) dok niti jedan od ispitanika kao motivaciju za bavljenje sportom nije izabrao odgovor „popularnost u školi“. Što se tiče usklađivanja vremena za sportske aktivnosti i školskih obveza, većina ispitanika izjasnilo se da im je „malo teško“, njih 28 (49,1%), 17 (29,8%) izabralo je odgovor „nimalo mi nije teško“, 11 (19,3%) „umjereno mi je teško“, a samo 1 (1,8%) ispitanik izabrao je odgovor „jako mi je teško“. Na pitanje o zadovoljstvu svojim sportskim uspjehom 28 (49,1%) učenika izjasnilo se da je u potpunosti zadovoljno, 23 (40,4%) da je uglavnom zadovoljno, 6 (10,5%) izabralo je odgovor „niti sam nezadovoljan, niti zadovoljan“, a niti jedan ispitanik nije izabrao odgovore „uopće nisam zadovoljan“ i „uglavnom nisam zadovoljan“. Nadalje, učenici koji se ne bave aktivno sportom naveli su kako u svoje slobodno vrijeme najviše surfaju internetom i igraju igrice, čime je potvrđena treća hipoteza. Čak njih 23 (47,9%) najčešće surfaju internetom ili igraju igrice, 17 (34,4%) najčešće se druži s prijateljima, 6 (12,5%) čita knjige, a samo 2 (4,2%) u svoje slobodno vrijeme gleda televiziju. Što se tiče zadovoljstva načina na koji provode svoje slobodno vrijeme, najviše ih izabralo odgovor „uglavnom sam zadovoljan“ 25 (52,1%), 22 (45,8%) „u potpunosti sam zadovoljan“, 1 (2,1%) „nisam zadovoljan“ dok niti jedan ispitanik nije odabrao odgovor „uopće nisam zadovoljan“. Na pitanje „Što bi te najviše moglo motivirati da se počneš baviti sportom?“ najviše je ispitanika izdvojilo zabavu 25 (52,1%), njih 17 (35,4%) uspeh u sportu, 5 (10,4%) roditelje i samo 1 (2,1%) trenera kao motivaciju. Jednako tako rezultati istraživanja pokazuju da od 48 ispitanika koji se ne bave aktivno sportom, čak njih 30 (62,5%) razmišlja da se počne baviti, dok 18 (37,5%) ispitanika nije zainteresirano za aktivnim bavljenjem sportom.

## 6. ZAKLJUČAK

S obzirom na informatičko doba u kojem živimo, djeca svakim danom sve više i više vremena provode ispred kompjutera, mobitela i tableta te se upravo iz tog razloga svakim danom uočava sve veća potreba za fizičkom aktivnošću. Djecu je potrebno poticati da se od najranije dobi uključuju u neke sportske aktivnosti jer je upravo sport idealan za razvoj vještina predškolaca te je vrlo dobra priprema za kontakte koji slijede u školi (Torbarina, 2011). Preko kontakata na treningu razvijaju se komunikacijske sposobnosti s vršnjacima, ali i sa starijim osobama, odnosno trenerima. Razvijaju se tolerancija i timski duh koji često izostaju kod male djece zbog pretjeranog roditeljskog zaštitničkog odnosa. Isto tako, kroz sustavno vježbanje, te druženje s vršnjacima kroz igru, djeca se mogu lakše osamostaliti, a radne navike koje stječu na treningu prenose na kasnije školovanje (Martinčević, 2010). Također, poznato je kako sport i tjelesno vježbanje uvelike utječu na život. On smanjuje rizik od različitih bolesti, doprinosi cirkulaciji i radu srca, doprinosi boljoj tjelesnoj kondiciji, boljem tjelesnom držanju te smanjuje tenzije, anksioznost i depresivna raspoloženja (Lacković – Grgin, 2006). Osobe koje se bave nekim sportskim aktivnostima najčešće imaju pozitivnije osobine ličnosti, pokazuju veću emocionalnu stabilnost, bolju kontrolu emocija, veće samopouzdanje, odlučniji su, uporniji i hrabriji. Nadalje, Bjelajac (2006) sport definira kao društvenu pojavu sa specifičnim društvenim funkcijama koje su izraz društvenih potreba, a to podrazumijeva njegovu ovisnost o društvu, ali i ovisnost društva o sportu. Djeca se u različitim sportskim skupinama na lakši način socijaliziraju, stječu puno prijatelja, formiraju svoje društvo, a samim time kroz sport i sportsko ponašanje odmiču se od raznih rizičnih ponašanja. Mladi u sportskim klubovima najčešće formiraju svoje društvo koje se tada spaja s ostalim sportskim društvima te svi zajedno čine jednu veliku zajednicu. S obzirom na to da se i sama već dugi niz godina bavim sportom, iz osobnog iskustva mogu reći kako vrlo veliki dio mojih prijatelja i poznanika su osobe koje se bave nekim sportom ili su se nekada bavile. Jednako tako, mogu reći da me sport „naučio“ mnogo čemu te kako mi pomaže u svakodnevnom životu. Zahvaljujući njemu naučila sam na koji način kvalitetno isplanirati vrijeme kako bih mogla uskladiti svoje sportske, studentske i ostale obveze te sa sigurnošću mogu reći da ne postoji bolji način za provođenje slobodnog vremena.



Rezultati provedenog istraživanja pokazuju da postoji statistički značajna povezanost između školskog uspjeha učenika koji se aktivno bave sportom u odnosu na one koji se ne bave sportom. Odnosno, vidljivo je da učenici koji se bave sportom imaju bolji školski uspjeh od učenika koji se ne bave. Također, potvrđena je i druga hipoteza koja glasi: „Očekuje se da će učenici koji se aktivno bave sportom pridati sportu veću važnost“. Učenici koji se aktivno bave sportom pokazuju veći interes za Tjelesnom i zdravstvenom kulturom te sportom općenito. Međutim, može se primijetiti kako uglavnom svi ispitanici smatraju da je sport bitan za zdravlje i pravilan razvoj te kako veliki dio ispitanika nesportaša razmišlja o tome da se počne baviti nekom sportskom aktivnošću.

## 7. LITERATURA

1. Andrilović, V., Čudina, M. (1985). *Psihologija učenja i nastave*. Zagreb: Školska knjiga.
2. Barić, R. (2004). *Klima v športu*. (Magistarski rad). Ljubljana Sveučilište u Ljubljani, Filozofska fakulteta.
3. Barić, R. (2007). *Važna uloga trenera u odgoju mladih sportaša*. Dostupno na web stranici: <https://bib.irb.hr/prikazi-rad?&rad=305104>. [Preuzeto 25. 4.2017.]
4. Barić, R., Horga, S. (2006). Psihosocijalni i odgojni aspekti interakcije trenera i djeteta sportaša. *Zagreb: Kineziološko fakultet u Zagrebu*. Dostupno na web stranici: [https://bib.irb.hr/datoteka/255325.Vodice\\_medicinski.doc](https://bib.irb.hr/datoteka/255325.Vodice_medicinski.doc) [Preuzeto: 11.05.2017.]
5. Beck, R. C. (2003). *Motivacija – teorija i načela*. Naklada: Slap.
6. Bjelajac, S. (2006). *Sport i društvo*. Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i kineziologije Sveučilišta u Splitu.
7. Bosnar, K., Balent, B. (2009). *Uvod u psihologiju sporta, Priručnik za sportske trenere*. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
8. Brajša – Žganec, A., Raboteg – Šarić, Z. i Šakić, M. (2009). Kvaliteta života u osnovnoj školi: povezanost sa školskim uspjehom, motivacijom i ponašanjem učenika. *Zagreb: Institut društvenih znanosti Ivo Pilar*. Dostupno na web stranici: <http://hrcak.srce.hr/file/66601> [Preuzeto: 28.05.2017.]
9. Buljubašić Kuzmanović, V., Botić, T., (2012). Odnos školskog uspjeha i socijalnih vještina kod učenika osnovne škole. *Život i škola*, br. 27 (1/2012.), str. 38. – 54. Dostupno na web stranici: <http://hrcak.srce.hr/file/123797> [Preuzeto: 15.05.2017.]

10. Cox, R. H. (2005). *Psihologija sporta*. Naklada: Slap.
11. Foretić, N., Bjelajac, S. (2009). Odnos roditelja prema sportu u fazi sportske inicijacije. *Školski vjesnik: časopis za pedagoški teoriju i praksu*, Vol. 58., str. 209-223.  
Dostupno na web stranici: <http://hrcak.srce.hr/82597> [Preuzeto: 15.05.2017.]
12. Hadžikadunić, A., Turković, S., Tabaković, M. (2013). *Teorija sporta sa osnovama tjelesnih aktivnosti specijalne namjene*. Sarajevo: Univerzitet u Sarajevu, Fakultet sporta i tjelesnog odgoja.
13. Horga, S. (1993). *Psihologija sporta*. Zagreb: Školska knjiga.
14. Humphreys, T. (2003). *Samopouzdanje ključ djetetova uspjeha u školi*. Zagreb: Mozaik knjiga.
15. Krželj, V. (2009). Dijete i sport. *Klinika za dječje bolesti Kliničkog bolničkog centra Split*. Split: Medicinski fakultet Sveučilišta u Splitu. Dostupno na web stranici:  
[https://bib.irb.hr/datoteka/513581.Dijete\\_i\\_sport.doc](https://bib.irb.hr/datoteka/513581.Dijete_i_sport.doc) [Preuzeto: 27.05.2017.]
16. Lacković – Grgin, K. (2006). *Psihologija adolescencije*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
17. Martinčević, J. (2010). Provođenje slobodnog vremena i uključenost učenika u izvannastavne aktivnosti unutar škole. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja*, Vol. 24., str. 29-34. Dostupno na web stranici:  
[http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id\\_clanak\\_jezik=94831](http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=94831)  
[Preuzeto: 17.04.2017.]

18. Milanović, D. (2009). *Teorija i metodika treninga*. Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
19. Miljković, D., Rijavec, M. (1996). *Razgovori sa zrcalom: psihologija samopouzdanja*. Zagreb: IEP
20. Paradžik, P., Maršić, T., Marušić, S. (2014). Razlike u školskom uspjehu učenika iz različitih sportova. Dostupno na web stranici:  
[http://www.hrks.hr/skole/23\\_ljetna\\_skola/137-141-Paradzik.pdf](http://www.hrks.hr/skole/23_ljetna_skola/137-141-Paradzik.pdf)  
[Preuzeto 22.03.2017.]
21. Petz, B. (2005). *Psihologijski rječnik*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
22. Sorić, I. (2014). *Samoregulacija učenja. Možemo li naučiti učiti*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
23. Torbarina, Z. (2011). Sport – zaštitni čimbenik u suočavanju s rizničnim ponašanjima djece i mladih. *JAHR*, Vol. 2 (3), str. 65 – 74. Dostupno na web stranici:  
[http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id\\_clanak\\_jezik=102584](http://hrcak.srce.hr/index.php?show=clanak&id_clanak_jezik=102584)  
[Preuzeto: 10.05.2017.]
24. Varešlija, F., Palić, A. (2012). Utjecaj bavljenja sportom na uspješnost ostvarenog učinka u školi. Mostar: Nastavnički fakultet Mostar, Odsjek za sport i zdravlje.  
Dostupno na web stranici:  
[http://www.nf.unmo.ba/resources/site1/General/Sportski\\_logos/Sportski%20logos%20br%2019\\_2012-gotovo.pdf](http://www.nf.unmo.ba/resources/site1/General/Sportski_logos/Sportski%20logos%20br%2019_2012-gotovo.pdf) [Preuzeto: 28.05.2017.]

## 8. PRILOG

### UPITNIK

Prije nego što kreneš na ispunjavanje upitnika, molim te da pažljivo poslušаш upute.

Budući da upitnik nema točnih i netočnih odgovora, molim te da odgovaraš iskreno, kako osjećaš ili misliš vezano uz pojedino pitanje u upitniku.

Istraživanje je potpuno dobrovoljno i anonimno. Rezultati će se upotrijebiti jedino i isključivo u istraživačke svrhe.

1. Spol (zaokružite): a) muški  
b) ženski
2. Voliš li tjelesnu u i zdravstvenu kulturu u školi?  
a) Da            b) Ne
3. Baviš li se aktivno nekim sportom? (pod riječi „aktivno“ podrazumijeva se da si član nekog kluba, da redovito ideš na treninge, imaš utakmice ili natjecanja, i sl.)  
a) Da            b) Ne
4. Smatraš li da je sport važan za tvoje zdravlje?  
a) Da            b) Ne
5. Koji ti je najveći prosjek na kraju školske godine?  
a) 2.0 – 2.4    (2)  
b) 2.5 – 3.4    (3)  
c) 3.5 – 4.4    (4)  
d) 4.5 – 5.0    (5)

**Ispunjavaju samo učenici koji se aktivno bave sportom! (članovi su nekog kluba, redovito treniraju, imaju utakmice ili natjecanja...)**

1. Koji je najveći razlog zbog kojeg se baviš sportom u slobodno vrijeme? (zaokruži samo jedan odgovor)

- a) zbog uspjeha u sportu
- b) zbog zdravlja
- c) zbog zabave
- d) zbog druženja s prijateljima

2. Što te najviše motivira da se baviš sportom? (zaokruži samo jedan od ponuđenih odgovora)
- a) uspjeh u sportu
  - b) roditelji
  - c) „popularnost u školi“
  - d) prijatelji i učitelji
3. Koliko vremena tjedno potrošiš na treninge?
- a) 2 sata
  - b) 3 sata
  - c) 4 sata
  - d) 5 sati i više
4. Koliko ti je teško uskladiti vrijeme za sportske aktivnosti i školske obaveze?
- a) jako mi je teško
  - b) umjereno mi je teško
  - c) malo mi je teško
  - d) nimalo mi nije teško
5. Koliki ti pritisak stvaraju roditelji zbog školskih obaveza i sportskih aktivnosti?
- a) veliki
  - b) umjereni
  - c) mali
  - d) ne stvaraju mi pritisak
6. Koliko razumijevanja imaju učitelji kada su u pitanju vaše sportske aktivnosti?
- a) nikada nemaju razumijevanja
  - b) nemaju razumijevanja
  - c) umjereno
  - d) uvijek imaju razumijevanja
7. Koliko razumijevanja ima trener kada su u pitanju tvoje školske obveze?
- a) nikada nema razumijevanja
  - b) nema razumijevanja
  - c) umjereno
  - d) uvijek ima razumijevanja

8. Što misliš, koliko se tvoja škola angažira oko uključivanja učenika u sportske aktivnosti?

- a) ne angažira se uopće
- b) vrlo malo se angažira
- c) umjereno se angažira
- d) jako se angažira

9. Koliko si zadovoljan/na sa svojim sportskim uspjehom? (procjeni i zaokruži na skali od 1 do 5. 1 = uopće nisam zadovoljan, 2 = uglavnom nisam zadovoljan, 3 = niti sam nezadovoljan, niti zadovoljan, 4 = uglavnom sam zadovoljan, 5 = u potpunosti sam zadovoljan)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

10. Smatraš li da zbog treninga i ostalih sportskih aktivnosti zapostavljaš školu?

- a) uvijek
- b) ponekad
- c) nikada

**Ispunjavaju samo učenici koji se ne bave aktivno sportom! (nisu članovi nijednog kluba, ne idu redovito ne treninge, nemaju utakmice i natjecanja...)**

1. Na koji način najčešće provodiš svoje slobodno vrijeme? (zaokruži samo jedan od ponuđenih odgovora)

- a) gledam TV
- b) čitam knjige
- c) surfam internetom ili igram igrice
- d) družim se s prijateljima

2. Kako si zadovoljan načinom na koji provodiš svoje slobodno vrijeme?

- a) uopće nisam zadovoljan
- b) ponekad nisam zadovoljan
- c) uglavnom sam zadovoljan
- d) u potpunosti sam zadovoljan

3. Baviš li se ikakvom sportskom aktivnošću u slobodno vrijeme?

- a) Da
- b) Ne

4. Smatraš li da je sport bitan za pravilan razvoj?

- a) Da                      b) Ne

5. Što bi te najviše moglo motivirati da se počneš baviti sportom? (zaokruži samo jedan od ponuđenih odgovora koji se najviše odnosi na tebe)

- a) uspjeh u sportu
- b) zabava
- c) roditelji
- d) trener

6. Razmišljaš li da se počneš baviti nekim sportom?

- a) Da                      b) Ne

7. Koja te sportska aktivnost najviše privlači?

- a) rukomet, nogomet, odbojka ili košarka
- b) atletika
- c) tenis
- d) vožnja biciklom ili rolanje

8. Imaš li nekih poteškoća koje te sprječavaju u bavljenju sportom?

- a) Da (Koje?) .....
- b) Ne

9. Misliš li da bi ti bavljenje sportom oduzelo previše vremena za školu?

- a) Da                      b) Ne



## **9. Kratka biografska bilješka**

Rođena sam 27.07.1994. godine u Zagrebu. Osnovno obrazovanje stekla sam u Osnovnoj školi Ljudevita Modeca u Križevcima. Nakon osnovne škole upisujem Srednju školu „Ivan Seljanec“ u Križevcima, smjer komercijalist. Završetkom srednje škole, 2012. godine, kao redovni student upisujem Učiteljski studij, modul Odgojne znanosti na Učiteljskom fakultetu Zagreb, Odsjek Čakovec. Tijekom studiranja završila sam tečaj Hrvatskog znakovnog jezika u Čakovcu. U svoje slobodno vrijeme, već 14 godina, treniram rukomet u Ženskom rukometnom klubu Radnik u Križevcima.



## IZJAVA

### o odobrenju za pohranu i objavu ocjenskog rada

kojom ja Sara Busija, OIB: 37558040877, student Učiteljskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu, kao autor ocjenskog rada pod naslovom: „Stavovi učenika prema sportskim aktivnostima i njihova povezanost s uspjehom u školi“, dajem odobrenje da se, bez naknade, trajno pohrani moj ocjenski rad u javno dostupnom digitalnom repozitoriju ustanove Učiteljskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu i Sveučilišta te u javnoj internetskoj bazi radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu, sukladno obvezi iz odredbe članka 83. stavka 11. Zakona o znanstvenoj djelatnosti i visokom obrazovanju (NN 123/03, 198/03, 105/04, 174/04, 02/07, 46/07, 45/09, 63/11, 94/13, 139/13, 101/14, 60/15).

Potvrđujem da je za pohranu dostavljena završna verzija obranjenog i dovršenog ocjenskog rada. Ovom izjavom, kao autor ocjenskog rada dajem odobrenje i da se moj ocjenski rad, bez naknade, trajno javno objavi i besplatno učini dostupnim:

**a) široj javnosti**

b) studentima i djelatnicima ustanove

c) široj javnosti, ali nakon proteka 6 / 12 / 24 mjeseci (zaokružite odgovarajući broj mjeseci).

*\*Zaokružite jednu opciju. Molimo Vas da zaokružite opciju a) ako nemate posebnih razloga za ograničavanje dostupnosti svog rada.*

---

Vrsta rada: a) završni rad preddiplomskog studija

**b) diplomski rad**

Mentor/ica ocjenskog rada: dr. sc. Tea Pahić

Naziv studija: Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet

Odsjek: Čakovec

Datum obrane: 07.07.2017.

Članovi povjerenstva: 1. dr. sc. Tea Pahić

2. doc. dr. sc. Ivana Nikolić

3. izv. prof. dr. sc. Blaženka Filipan-Žignić

Adresa elektroničke pošte za kontakt: busija.sara94@gmail.com

Čakovec, 07.07.2017.

---

(vlastoručni potpis studenta)

---

U svrhu podržavanja otvorenog pristupa ocjenskim radovima trajno pohranjenim i objavljenim u javno dostupnom digitalnom repozitoriju ustanove Učiteljskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu, ovom izjavom dajem pravo iskorištavanja mog ocjenskog rada kao autorskog djela pod uvjetima *Creative Commons* licencije:

- 1) CC BY (Imenovanje)
- 2) CC BY-SA (Imenovanje – Dijeli pod istim uvjetima)
- 3) CC BY-ND (Imenovanje – Bez prerada)
- 4) CC BY-NC (Imenovanje – Nekomercijalno)
- 5) CC BY-NC-SA (Imenovanje – Nekomercijalno – Dijeli pod istim uvjetima)
- 6) CC BY-NC-ND (Imenovanje – Nekomercijalno – Bez prerada)

Ovime potvrđujem da mi je prilikom potpisivanja ove izjave pravni tekst licencija bio dostupan te da sam upoznat s uvjetima pod kojim dajem pravo iskorištavanja navedenog djela.

---

(vlastoručni potpis studenta)

### 5. O *Creative Commons* (CC) licencijama

CC licencije pomažu autorima da zadrže svoja autorska i srodna prava, a drugima dopuste da umnožavaju, distribuiraju i na neke načine koriste njihova djela, barem u nekomercijalne svrhe. Svaka CC licencija također osigurava autorima da će ih se priznati i označiti kao autore djela. CC licencije pravovaljane su u čitavom svijetu.

Prilikom odabira autor treba odgovoriti na nekoliko pitanja - prvo, želi li dopustiti korištenje djela u komercijalne svrhe ili ne, a zatim želi li dopustiti prerade ili ne? Ako davatelj licence odluči da dopušta prerade, može se također odučiti da od svatko tko koristi djelo, novonastalo djelo učini dostupnim pod istim licencnim uvjetima.

CC licencije iziskuju od primatelja da traži dopuštenje za sve ostala korištenja djela koje su prema zakonu isključivo pravo autora, a koje licencija izrijekom ne dopušta.

#### Licencije:



#### Imenovanje (CC BY)

Ova licencija dopušta drugima da distribuiraju, mijenjaju i prerađuju Vaše djelo, čak i u komercijalne svrhe, dokle god Vas navode kao autora izvornog djela. To je najotvorenija CC licencija.

Sažetak licencije: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.hr>

Puni pravni tekst: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode>



#### Imenovanje-Dijeli pod istim uvjetima (CC BY-SA)

Ova licencija dopušta drugima da mijenjaju i prerađuju Vaše djelo, čak i u komercijalne svrhe, dokle god Vas navode kao autora i licenciraju novonastala djela pod istim uvjetima (sve daljnje prerade će također dopuštati komercijalno korištenje).

Sažetak licencije: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.hr>

Puni pravni tekst: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode>



#### Imenovanje-Bez prerada (CC BY-ND)

Ova licencija dopušta redistribuiranje, komercijalno i nekomercijalno, dokle god se djelo distribuira cjelovito i u neizmijenjenom obliku, uz isticanje Vašeg autorstva.

Sažetak licencije: <https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/deed.hr>  
Puni pravni tekst: <https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/legalcode>



### Imenovanje-Nekomercijalno (CC BY-NC)

Ova licencija dopušta drugima da mijenjaju i prerađuju Vaše djelo u nekomercijalne svrhe. Iako njihova nova djela bazirana na Vašem moraju Vas navesti kao autora i biti nekomercijalna, ona pritom ne moraju biti licencirana pod istim uvjetima.

Sažetak licencije: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.hr>  
Puni pravni tekst: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/legalcode>



### Imenovanje-Nekomercijalno-Dijeli pod istim uvjetima (CC BY-NC-SA)

Ova licencija dopušta drugima da mijenjaju i prerađuju Vaše djelo u nekomercijalne svrhe, pod uvjetom da Vas navedu kao autora izvornog djela i licenciraju novonastala djela pod istim uvjetima.

Sažetak licencije: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.hr>  
Puni pravni tekst: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/legalcode>



### Imenovanje-Nekomercijalno-Bez prerađivanja (CC BY-NC-ND)

Ovo je najrestriktivnija od CC licencija – dopušta drugima da preuzmu Vaše djelo i da ga dijele s drugima pod uvjetom da Vas navedu kao autora, ali ga ne smiju mijenjati ili koristiti u komercijalne svrhe.

Sažetak licencije: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.hr>  
Puni pravni tekst: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode>