

# Povezanost stupnja obrazovanja odgojitelja s provođenjem kinezioloških aktivnosti u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju

---

Jelinić, Katarina

Master's thesis / Diplomski rad

2023

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:147:434328>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2025-03-15**

Repository / Repozitorij:

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



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Katarina Jelinić

POVEZANOST STUPNJA OBRAZOVANJA ODGOJITELJA S  
PROVOĐENJEM KINEZIOLOŠKIH AKTIVNOSTI U RANOM I  
PREDŠKOLSKOM ODGOJU I OBRAZOVANJU

Diplomski rad

Zagreb, rujan, 2023.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Katarina Jelinić

POVEZANOST STUPNJA OBRAZOVANJA ODGOJITELJA S  
PROVOĐENJEM KINEZIOLOŠKIH AKTIVNOSTI U RANOM I  
PREDŠKOLSKOM ODGOJU I OBRAZOVANJU

Diplomski rad

Mentor rada:

doc. dr. sc. Marijana Hraski

Zagreb, rujan, 2023.

# Sadržaj

1. Uvod .....	1
2. Važnost tjelesne aktivnosti .....	2
2.1. Utjecaj tjelesne aktivnosti na zdravlje djeteta.....	2
2.2. Negativne posljedice tjelesne neaktivnosti .....	3
3. Kineziološke aktivnosti.....	4
3.1. Sat tjelesne i zdravstvene kulture .....	4
3.2. Jutarnja tjelovježba.....	5
3.3. Šetnje.....	6
3.4. Izleti .....	6
3.5. Zimovanje .....	7
3.6. Ljetovanje .....	7
3.7. Priredbe .....	7
4. Dosadašnja istraživanja .....	8
5. Eksperimentalni dio.....	10
5.1. Cilj istraživanja .....	10
5.2. Metode rada .....	10
5.2.1. Uzorak ispitanika.....	10
5.2.2 Uzorak varijabli .....	10
5.2.3. Protokol istraživanja .....	10
5.2.4. Metode obrade podataka.....	11
5.3. Rezultati .....	11
5.3. Rasprava .....	25
6. Zaključak .....	27
Literatura .....	28
POPIS GRAFIKONA I TABLICA .....	30
Prilog – anketni upitnik o učestalosti provođenja kinezioloških aktivnosti .....	31

## Sažetak

U ovom radu se nastoji opisati zašto je tjelesna aktivnost važna za predškolsku djecu i koje kineziološke aktivnosti se provode u dječjim vrtićima. Cilj rada je istražiti postoji li razlika u provođenju kinezioloških aktivnosti s obzirom na razinu obrazovanja odgojitelja. Tjelesna aktivnost ima brojne pozitivne učinke na zdravlje djeteta i njegov rast i razvoj. Djeca u ranoj i predškolskoj dobi kroz tjelesnu aktivnost razvijaju pozitivne moralne osobine, te se poboljšava kognitivni i spoznajni razvoj. Treba biti svjestan da se tjelesna neaktivnost ne može nadoknaditi u kasnijem razdoblju i ona dovodi do brojnih negativnih posljedica koje se odražavaju na zdravlje djeteta. Osim što može negativno utjecati na psihičko zdravlje djeteta, tjelesna neaktivnost može povećati mogućnost nastanka pretilosti. Odgojitelji su dužni upotrijebiti sva svoja znanja i materijalne uvjete kako bi provodili kineziološke aktivnosti. To podrazumijeva poznavanje ciljeva pojedinih aktivnosti, mogućnosti njihove organizacije i provođenja i sposobnost prilagodbe svih aktivnosti dobi djece kako bi utjecali na razvoj djeteta. Kineziološke aktivnosti se mogu definirati kao aktivnosti u kojima djeca uče kroz iskustvo, unaprjeđuju vlastite vještine i pritom učvršćuju zdravlje. To podrazumijeva primjenu jutarnje tjelovježbe, sata kineziološke kulture, izleta, priredbe, ljetovanja i zimovanja. Kroz rad se opisuje istraživanje u kojem je sudjelovalo 78 odgojitelja, a rezultati pokazuju da nema razlika u stavovima o važnosti provođenja kinezioloških aktivnosti s obzirom na razinu obrazovanja. Važno je istaknuti kako odgojitelji koji su završili srednju školu ili pedagošku akademiju češće provode zimovanje u usporedbi s odgojiteljima s preddiplomskim studijem, a odgojitelji s diplomskim studijem češće provode ljetovanje u usporedbi s odgojiteljima s preddiplomskim studijem.

**Ključne riječi:** kineziološke aktivnosti, djeca, zdravlje, tjelesna aktivnost

## Summary

This paper tries to describe why physical activity is important for preschool children and which kinesiology activities are carried out in kindergartens. The aim of the paper is to investigate whether there is a difference in the implementation of kinesiology activities with regard to the level of education of the educators. Physical activity has numerous positive effects on a child's health and growth and development. Through physical activity, children in early and preschool age develop positive moral qualities, and cognitive and cognitive development improves. One should be aware that physical inactivity cannot be compensated for in a later period and it leads to numerous negative consequences that affect the child's health. In addition to having a negative impact on a child's psychological health, physical inactivity can increase the possibility of obesity. Educators are obliged to use all their knowledge and material conditions in order to carry out kinesiology activities. This implies knowledge of the goals of individual activities, the possibilities of their organization and implementation, and the ability to adapt all activities to the children's age in order to influence the child's development. Kinesiological activities can be defined as activities in which children learn through experience, improve their own skills and at the same time strengthen their health. This implies the application of morning exercise, kinesiology culture class, excursions, performances, summer and winter vacations. The paper describes a research in which 78 educators participated, and the results show that there are no differences in attitudes about the importance of conducting kinesiology activities with regard to the level of education. It is important to point out that educators who have graduated from high school or pedagogical academy spend the winter more often compared to educators with an undergraduate degree, and educators with a graduate degree spend more often summer vacations compared to educators with an undergraduate degree.

**Key words:** kinesiological activities, children, health, physical activity

## 1. Uvod

U predškolskoj dobi je potrebno djetetu omogućiti dovoljno vremena za kretanje jer se u tom razdoblju dijete razvija i uči biotička i motorička znanja kao što su hodanje, trčanje, penjanje i skakanje. Posebice se naglašava važnost boravka djece na otvorenom. Jedan od oblika tjelesnog vježbanja koje bi odgojitelj svakodnevno trebao provoditi s djecom je sat tjelesne i zdravstvene kulture kako bi dijete zadovoljilo svoju potrebu za kretanjem (Ružić i sur.). Odgojitelj prije svega mora biti svjestan važnosti provođenja kinezioloških aktivnosti jer svojim radom utječe osobnost djeteta, transformacijske procese i zdravlje. Kako bi sve to ostvario, mora steći određena znanja i kvalitetno se pripremati za provođenje kinezioloških aktivnosti. Odgojitelji bi trebali biti primjer djeci kako trebaju biti tjelesno aktivni jer ako odgojitelj ne voli tjelesno vježbanje, ni djeca neće razviti navike redovitog vježbanja. Uloga odgojitelja je da promatra djecu tijekom aktivnosti, bude model i motivira ih za izvođenje aktivnosti. Svakako treba pokazati fleksibilnost i kreativnost u radu i nuditi djeci aktivnosti koje su primjerene njihovoj dobi (Petrić 2022).

Nakon uvodnog dijela u ovom radu će se opisati važnost tjelesne aktivnosti i koje negativne posljedice se mogu javiti ako djeca ne sudjeluju u tjelesnom vježbanju odnosno nisu dovoljno tjelesno aktivna. Zatim će se opisati kineziološke aktivnosti koje odgojitelji provode u vrtiću i prikazat će se pregled dosadašnjih istraživanja koja su provedena na ovu temu. U posljednjem dijelu će se opisati provedeno istraživanje s ciljem ispitivanja utjecaja stupnja obrazovanja odgojitelja na provođenje kinezioloških aktivnosti u odgojno-obrazovnom radu

## **2. Važnost tjelesne aktivnosti**

Tjelesna aktivnost se opisuje kao svaki pokret tijela koji izvode mišići tijela, a uključuje i potrošnju energije iznad razine mirovanja. Odnosi se na sve aktivnosti koje se provode tijekom rada, igre, putovanja i rekreacijskih aktivnosti. Važno je razlikovati pojam tjelesne aktivnosti od tjelesnog vježbanja koje je dio tjelesne aktivnosti, a osim toga tjelesne aktivnosti za djecu se odnose na igru, sport, rekreaciju, satove tjelesne i zdravstvene kulture, te planirane vježbe koje se odvijaju u obiteljskom ili društvenom okruženju (Tomic, Vidranski i Ciglar, 2015).

Kako bi odgojitelji mogli planirati i programirati kineziološke aktivnosti, važno je poznavati mogućnosti utjecaja na razvoj antropoloških obilježja djece. U predškolskom razdoblju je potrebno osigurati podražaje odnosno motoričke aktivnosti koje će omogućiti maksimalnu promjenu osobina i sposobnosti. To znači da je osobine i sposobnosti potrebno podići na višu razinu jer će se duži period zadržati na toj razini ako dijete redovito vježba. Ako kod djeteta rane i predškolske dobi bude nedovoljno poticaja za razvoj morfoloških karakteristika, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti, to se neće moći nadoknaditi u kasnijim životnim razdobljima (Pejčić i Trajkovski, 2018).

Pored nemogućnosti nadoknade tjelesne aktivnosti, potrebno je istaknuti da je tjelesna neaktivnost četvrti vodeći čimbenik rizika za smrt, pa je stoga važno da roditelji i odgojitelji omoguće okruženje za rast i razvoj djece. U dječjim vrtićima tjelesna aktivnost ovisi o materijalnim uvjetima i radu odgojitelja. Materijalni uvjeti se odnose na lokaciju ustanove, veličinu prostora, opremljenost različitim rekvizitima i prisustvo sportske dvorane u ustanovi. Upotreba tih uvjeta ovisi o snalažljivosti i stručnosti odgojitelja (Tomic, Vidranski i Ciglar, 2015).

### **2.1. Utjecaj tjelesne aktivnosti na zdravlje djeteta**

Tjelesno vježbanje pozitivno utječe na zdravlje tako što jača organizam. Pozitivne moralne osobine kao što su upornost, ustrajnost, discipliniranost, inicijativnost, iskrenost, odlučnost i primjereno ponašanje se razvijaju prilikom tjelesnog vježbanja. Uloga odgojitelja je da utječe na odgojne efekte rada i da pomno izabere organizacijske oblike rada, sadržaje i aktivnosti koji će zadovoljiti potrebe djeteta, a ne samo njegove interese (Bungić i Barić, 2009).

Prvotno se može reći kako motorička aktivnost u predškolskoj dobi utječe na spoznajni razvoj pa je zato važno da se djeca u toj dobi kreću kako bi razvila svoju



inteligenciju. Uz to kroz kretanje i sportske aktivnosti djeca zadovoljavaju vlastite potrebe, a to su potreba za kretanjem, vježbom, igrom, sigurnošću, pripadanjem, ljubavlju i samoostvarenjem. U dječjim vrtićima je potrebno djecu uključivati u različite kineziološke aktivnosti kako bi naučili pozitivna i negativna ponašanja, te kako bi zadovoljili niz socijalnih i emocionalnih potreba (Sindik, 2012).

## **2.2. Negativne posljedice tjelesne neaktivnosti**

Danas je prisutan suvremeni način života koji promovira aktivnosti za koje djeca ne trebaju koristiti mišićni napor. Napredak društva i tehnologije je doveo do trenda učestalog korištenja digitalnih medija. Djeca postaju ovisna o virtualnom svijetu i to se negativno odražava na njihovo psihičko zdravlje. S obzirom na to da je prisutan ovakav način života, negativne posljedice je potrebno smanjiti primjenom različitih kinezioloških programa (Badrić i Prskalo, 2011). Uz tehnologiju, djeci je postala dostupna i brza hrana što također nepovoljno utječe na njihovo zdravlje. U predškolskom razdoblju bi djeca trebala steći naviku za redovitu tjelesnu aktivnost čime se smanjuje vjerojatnost pojave nezaraznih bolesti kao što su pretilost i kardiovaskularne bolesti. Ustanove ranog i predškolskog odgoja imaju dužnost osigurati djeci kretanje odnosno kineziološke aktivnosti kako bi im omogućili skladan rast i razvoj i doprinijeli sprječavanju pojave pretilosti u ranoj dobi ( Tomac i sur., 2015).

Pretilost u predškolskoj dobi se može definirati kao pretjerano nakupljanje masti u organizmu koja može u kasnijoj životnoj dobi prouzrokovati inzulinsku rezistenciju, dijabetes, kardiovaskularne bolesti kao i pretilost. Za utvrđivanje pretilosti kod djece se koristi indeks tjelesne mase i percentilnih krivulja. Pretilima se smatraju ona djeca koja su smještena iznad 85. i 95. centila. Osobito su zabrinjavajući podaci da je broj pretile djece u porastu pa se tako može svrstati u vodeći javnozdravstveni problem (Vučemilović i Vujić Šisler, 2007).

Postoji nekoliko razloga zbog kojih je iznimno bitno prepoznati pretilosti već u najranijoj dobi. Prvi razlog je činjenica da prisutnost pretilosti odnosno debljine u predškolskoj dobi povećava rizik za pojavu pretilosti u odrasloj dobi. S porastom godina pretilog djeteta se povećava i njegov rizik za pojavu pretilosti u kasnijem razdoblju. Iako se pretilost pojavi, takvo stanje bi trebalo što kraće trajati. Nastanak dijabetesa, srčanih i drugih bolesti u odrasloj dobi može biti posljedica pretilosti u predškolskoj dobi. Osim toga, debljina se može negativno odraziti i na psihičko zdravlje djeteta pa je stoga važno da odgojitelj prepozna pretilost kod djece u odgojnoj skupini (Škrabić i Unić Šabasov, 2014).

Djeca bi trebala živjeti aktivnim načinom života zbog sprječavanja pojave pretilosti pa je zato važno da od najranije dobi stječu pozitivne stavove i navike bavljenja tjelesnim aktivnostima što se razvija od najranije dobi pa sve do 12 godine života. Zadaća odgojitelja proizlazi iz navedenih tvrdnji, a to je provođenje kinezioloških aktivnosti kako bi djeca stekla od najranije dobi naviku kretanja i tjelesnog vježbanja (Marko Križanić, 2022).

### **3. Kineziološke aktivnosti**

Kineziološke aktivnosti se mogu definirati kao organizirano tjelesno vježbanje s ciljem motoričkog razvoja djece rane i predškolske dobi, poboljšanja standarda života i očuvanja zdravlja. S provođenjem je potrebno započeti od najranije dobi primjenjujući suvremeni pristup njihove realizacije tako da se djeci omogući iskustveno učenje opažanjem, aktivno sudjelovanje i usavršavanje vještina očekivanih za određeno razdoblje života. U dječjim vrtićima se primjenjuju zbog biopsihosocijalnog razvoja djeteta, transformacije antropoloških obilježja te poboljšanja intelektualnih postignuća djece. Postoje različite kineziološke aktivnosti koje se mogu provoditi u predškolskim ustanovama, a to su kineziološka igra, poticajno tjelesno vježbanje, jutarnje tjelesno vježbanje, tjelesno aktivne pauze, šetnje, izleti, zimovanje, ljetovanje i sat tjelesne i zdravstvene kulture (Petrić, 2022). Osim toga u literaturi autor Findak (1995) navodi kako u kineziološke aktivnosti pripadaju i priredbe.

#### **3.1. Sat tjelesne i zdravstvene kulture**

Sat tjelesne i zdravstvene kulture je osnovni organizacijski oblik rada u vrtićima kojim se osigurava planski utjecaj na antropološke karakteristike djeteta. To podrazumijeva sustavno planiranje i pripreme odgojitelja kako bi djeca mogla stjecati motorička znanja i postignuća, kao i razvijati vlastite motoričke i funkcionalne sposobnosti. Izvodi se u različitim materijalnim i prostornim uvjetima uz primjenu različitih sadržaja. Odgojitelj planira koje će sadržaje primijeniti tako da postupno optereti organizam djeteta (Pejčić i Trajkovski, 2018).

Svaki sat tjelesne i zdravstvene kulture ima određenu strukturu i trajanje što ovisi o dobnoj skupini u kojoj se sat izvodi. U mlađoj skupini sat traje 25 minuta, u srednjoj skupini trideset minuta, a u starijoj skupini 35 minuta, a sastoji se od uvodnog dijela, pripremnog dijela, glavnog dijela i završnog dijela sata. Sat se planira tako da se svaki dio nadovezuje na sljedeći dio sata, a pritom treba imati na umu da djeca predškolske dobi mogu prilično kratko održavati pažnju za pojedinu aktivnost pa je kod njih potreba za promjenom aktivnosti naglašena.

U uvodnom dijelu sata se djeca emotivno i fiziološki pripremaju za sat kineziološke kulture, a u tom dijelu se primjenjuju sadržaji kao što su različiti oblici trčanja i dinamične elementarne igre što ovisi o dobi djece, broju djece i raspoloživom prostoru. Prije provođenja uvodnog dijela se svakako treba pozdraviti s djecom i nakon toga odabrati prikladno mjesto s kojeg ćemo moći pratiti djecu ( Findak i Delija, 2001).

Nakon uvodnog dijela sata se provode opće pripremne vježbe koje se prema funkcionalnom značenju dijele na vježbe jačanja, vježbe labavljenja i vježbe istezanja. Osim toga, prema pojedinim dijelovima organa za kretanje se dijele u tri kategorije, a to su: vježbe za vrat, ruke i rameni pojas, vježbe trupa i vježbe nogu i zdjeličnog pojasa. Svrha pripremnog dijela sata je djelovanje na razvoj pojedinih mišićnih skupina, pokretljivost zglobova i poboljšanje rada srčano-žilnog i dišnog sustava. Odgojitelj bi trebao svaku vježbu prije izvođenja objasniti tako da ju dijete razumije i ako uoči da dijete nepravilno izvodi vježbu potrebno je te greške ispraviti (Pejčić i Trajkovski, 2018).

Glavni dio sata je najkompleksniji, a dijeli se na A i B dio pri čemu glavni „A“ dio sata služi za poučavanje motoričkih zadataka, a glavni „B“ dio za usavršavanje motoričkih znanja. U glavnom „A“ dijelu sata odgojitelj raspoređuje koje dijete koje rekvizite treba pripremiti kako bi se mogao organizirati prostor za realizaciju motoričkih zadataka. Također je potrebno djeci pokazati kako trebaju izvesti određenu vježbu i pratiti kako izvode vježbe kako bi ih mogli motivirati i ispravljati eventualne greške kod izvođenja. U glavnom „B“ dijelu sata se provode kineziološke igre, motorički sadržaji uz glazbu i poligoni. Glazba može djecu potaknuti na dinamičnije kretanje, a od kinezioloških igara se najčešće primjenjuju ekipne igre (Petrić, 2022).

U završnom dijelu sata se aktivnostima nastoji dovesti dijete u stanje prije početka vježbanja pa je stoga potrebno izabrati sadržaje koje neće previše opteretiti dijete. Uobičajeno se biraju mirnije elementarne igre, različiti oblici polaganog hodanja, plesovi ili vježbe disanja ( Findak i Delija, 2001).

### **3.2. Jutarnja tjelovježba**

Jutarnja tjelovježba se u vrtićkoj skupini može izvoditi kroz opće pripremne vježbe, tjelesno vježbanje uz multimediju, pojedinačne kineziološke igre i tjelesno vježbanje uz priču. Tjelesno vježbanje uz multimediju podrazumijeva korištenje video materijala koje djeca prate i realiziraju te motoričke vježbe. Kineziološke igre se odnose na igre u kojima djeca ne trebaju surađivati, a tjelesno vježbanje uz priču se ostvaruje tako da odgojitelj priča priču dok

djeca moraju demonstrirati određene pokrete koji se u priči događaju kao što je skakanje zeca na livadi. Predviđeno vrijeme za provođenje ovih vježbi je ujutro prije nego što djeca doručkuju, a mogu se provoditi unutar prostora skupine ili na otvorenom (Petrić, 2022).

Ova kineziološka aktivnost je iznimno važna jer pozitivno utječe na funkcionalne sposobnosti djece, ali i potiče kod djece pozitivno raspoloženje što doprinosi spremnosti za daljnje aktivnosti u skupini. U srednjoj skupini traje od 4 do 6 minuta, a u starijoj 5 do 6 minuta, ali i s tako kratkim trajanjem se postižu brojni pozitivni učinci. Potrebno je istaknuti da ovaj oblik vježbanja doprinosi: povećanju koncentracije i mentalne aktivnosti, poboljšanju apetita, stjecanju navika za redovito vježbanje, povećanju razine energije, osnaživanju dišnih organa, te aktivnosti organskih sustava i organizma (Kinkela i Marić, 2013).

### **3.3. Šetnje**

Šetnja je aktivnost koju odgojitelj može brzo organizirati, te ne traje dugo. Za mlađu dobnu skupinu se predlažu šetnje u trajanju od 10 do 15 minuta, za srednju dobnu skupinu 20 minuta i za stariju 30 minuta (Neljak, 2009). Cilj ove kineziološke aktivnosti je organizirano kretanje na otvorenom koja je osobito korisna dječjim vrtićima koji nemaju igralište ili dvorište na otvorenom za igru. Djeca tijekom ove aktivnosti hodaju u paru s unaprijed isplaniranim pauzama za odmor. Djeca hodaju u koloni i ostvaruju suradnju, a odgojitelj brine o sigurnosti djece. Poznavanje puteva je neophodno, a povratak u skupinu podrazumijeva hodanje drugim putem (Petrić, 2022).

### **3.4. Izleti**

Izleti se organiziraju za djecu srednje i starije vrtićke dobi, a o dobi ovisi i njihovo trajanje. Pješaćenje tijekom izleta je duže nego kod šetnje, a ono za srednju dobnu skupinu iznosi do 3 kilometra, a za stariju do pet kilometara. Zbog toga je djecu potrebno pripremiti za izlet (Neljak, 2009). Svrha izleta je upoznavanje djece sa sportskim, kulturnim i prirodnim vrijednostima koji se nalaze u njihovoj okolini. Za vrijeme izleta se djeca upoznaju s prirodom i stječu naviku redovitog tjelesnog vježbanja kroz sudjelovanje u kineziološkim igrama. Planirano vrijeme provođenja izleta je obično rana jesen, proljeće i početak ljeta. Planirane izlete odgojitelj predlaže roditeljima na roditeljskom sastanku gdje navodi ciljeve i zadaće izleta, program i okvirnu cijenu. Također se naglašava što djeca trebaju sa sobom ponijeti na izlet, a s djecom se dogovaraju pravila ponašanja na izletu (Petrić, 2022).

### **3.5. Zimovanje**

Zimovanje je uz ljetovanje kineziološka aktivnost koja je organizacijski vrlo zahtjevna. Kako bi se uspješno provelo, važno je s organizacijom započeti godinu dana ranije. To uključuje pronalazak smještaja za djecu, primjereno skijalište, stručno vodstvo koje se sastoji od kineziologa, odgojitelja i liječnika i održavanje roditeljskih sastanaka na temu zimovanja (Neljak, 2009). Za zimovanje su predviđeni različiti kineziološki sadržaji na otvorenom i u zatvorenim prostorima. Na otvorenome djeca predškolske dobi mogu skijati, klizati, sanjkati se, ići u šetnje i na izlete. U zatvorenom prostoru djeca mogu sudjelovati u likovnim radionicama uz pokret, kineziološkim igrama i motoričkim aktivnostima uz glazbu. Prije zimovanja odgojitelj sa stručnim timom izrađuje plan rada za zimovanje kako bi znao što treba raditi u određenim dijelovima dana. Svi planirani sadržaji bi trebali biti zanimljivi i razvojno primjereni djeci predškolske dobi (Petrić, 2022).

### **3.6. Ljetovanje**

Kod aktivnosti ljetovanja postoje različiti otežavajući čimbenici koji utječu na organizaciju i provedbu te kineziološke aktivnosti, a jedan od njih je što se dijete vjerojatno prvi put odvaja od svoje obitelji. Djecu se tada stavlja u nove uvjete što im pomaže u razvoju samostalnosti i zadovoljavanju osjećaja pripadnosti grupi (Neljak, 2009). Cilj ljetovanja je da se djeca upoznaju sa specifičnim kineziološkim sadržajima koji se provode tijekom ljeta uz more ili neke druge vodene površine. Provode se sadržaji kao što su plivanje, igre u vodi i obuka neplivača, ali i različite igre, hodanje i izleti brodom. Učenje o uvjetima života tijekom ljeta su također uključeni pa se tako djeca upoznaju sa štetnim utjecajima uslijed dugotrajnog izlaganja suncu, sportskom opremom i boravkom u prirodi (Petrić, 2022).

### **3.7. Priredbe**

Sadržaji priredbe bi trebali proizlaziti iz truda i rada odgojitelja i djece tijekom pedagoške godine. Mogu se odnositi na tjelesnu i zdravstvenu kulturu, ali i druga područja odgojno-obrazovnog rada. Namijenjene su za izvođenje tijekom cijele godine i mogu se održavati u svakoj skupini neovisno o dobi djece. Prije izvođenja priredbe djeca mogu u igri isprobavati predstavu. Dio djece može biti publika, a drugi dio izvodi predstavu, a nakon toga zamijene svoje uloge. Ova kineziološka aktivnost je vrlo pogodna za djecu predškolskog uzrasta jer do izražaja dolaze dječja postignuća što djeci pomaže u osamostaljivanju (Findak, 1995).

#### 4. Dosadašnja istraživanja

Swirzinski (2016) je provela istraživanje u Istočnoj Virginiji pod nazivom Percepcije uloge tjelesne aktivnosti u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju. Cilj ovog istraživanja je bio ispitati predodžbe odgojitelja o važnosti provođenja kinezioloških aktivnosti u vrtićima koji rade u skupinama s djecom u dobi od 3 do 5 godina. U istraživanju su se koristili polustrukturirani intervjui s 10 odgojitelja koji imaju završen diplomski i preddiplomski studij, te između 5 i 32 godine radnog iskustva. Dobiveni su odgovori na tri istraživačka pitanja. Prvo pitanje se odnosi na važnost provođenja kinezioloških aktivnosti u ustanovama ranog i predškolskog odgoja. Identificirane su tri važne uloge koje uključuju potrošnju energije, tjelesni razvoj djece i poboljšanje kognitivnog razvoja. Drugo istraživačko pitanje se odnosi na iskustva i znanja koja odgojiteljima doprinose u provođenju kinezioloških aktivnosti u vrtiću. Za ovo područje su odgojitelji naglasili kako im za provođenje tjelesnog vježbanja pomažu iskustva stečena u praktičnom radu, znanja koja su stekli tijekom profesionalnog razvoja, ali i znanja stečena na fakultetu. Treće istraživačko pitanje se odnosi na motiviranost za provođenje kinezioloških aktivnosti. Prije svega odgojitelji su naveli kako podrška ravnatelja ima veliku ulogu u provođenju nastave tjelesne i zdravstvene kulture u vrtiću. Također navode kako imaju i vanjski i unutarnji prostor u kojem se aktivnosti mogu izvoditi, a osim toga u danu uvijek isplaniraju vrijeme u kojem će provesti kineziološke aktivnosti. Autorica je navela kako se u literaturi navodi nedostatak vremena, prostora i resursa za provođenje aktivnosti, ali u ovom istraživanju to nije potvrđeno.

Autor Iveković (2018) je proveo istraživanje s naslovom Stavovi odgojitelja o dječjim tjelesnim aktivnostima. Cilj ovog istraživanja je bio utvrditi utječu li mjesto rada, dob, radno iskustvo i ozljede na stavove o tjelesnim aktivnostima djece. Anketni upitnik se koristio za provođenje istraživanja u kojem je sudjelovao 61 odgojitelj. Iz rezultata se može vidjeti kako odgojitelji koji rade u središtu Virovitičko-podravske županije imaju pozitivnije stavove prema tjelesnoj aktivnosti djece. Kod usporedbe stavova odgojitelja do 45. godine i odgojitelja starijih od 45 godina nema značajnih razlika. Prisutne su razlike s obzirom na broj godina radnog staža. Odgojitelji koji imaju više radnog iskustva imaju pozitivnije stavove o tjelesnim aktivnostima djece pa je veća vjerojatnost da će u skupini provoditi kineziološke aktivnosti. Što se tiče odgojitelja koji su imali i odgojitelja koji nisu imali ozljede, nema statistički značajne razlike u stavovima između te dvije skupine odgojitelja.

Autorice Dvorski, Kokanović, Bogovčić i Matić (2015) su provele istraživanje na temu Stavovi odgojitelja o provođenju kineziološke kulture u vrtićima s obzirom na njihov

stupanj obrazovanja. Ovo istraživanje je provedeno kako bi se utvrdilo postoje li razlike u percepciji odgojitelja u provođenju kinezioloških aktivnosti u dječjim vrtićima. Za istraživanje se koristio anketni upitnik, a sudjelovalo je sveukupno 260 odgojitelja različite stručne spreme. Rezultati istraživanja su pokazali kako većina odgojitelja potvrđuje važnost provođenja kinezioloških aktivnosti, ali odgojitelji s višim stupnjem obrazovanja procjenjuju da u skupini manje provode kineziološke aktivnosti. U ovom radu se navodi kako postoje mnogi razlozi za to kao što su primjerice neadekvatni uvjeti za provedbu aktivnosti, izraženija samokritičnost u shvaćanju vlastite prakse te nedovoljno ugrađena profesionalna uvjerenja u odgojno-obrazovnu praksu.

## **5. Eksperimentalni dio**

### **5.1. Cilj istraživanja**

Cilj ovog istraživanja je utvrditi postoje li razlike u provođenju kinezioloških aktivnosti u dječjim vrtićima s obzirom na stupanj obrazovanja i godine radnog staža odgojitelja. Uz ovaj cilj su postavljene dvije hipoteze koje će na kraju istraživanja biti potvrđene ili opovrgnute.

H1: Odgojitelji koji su završili diplomski studij češće provode kineziološke aktivnosti u odnosu na odgojitelje koji su završili preddiplomski studij, pedagošku akademiju ili srednju školu.

H2: Odgojitelji koji imaju više radnog iskustva češće provode kineziološke aktivnosti u odnosu na odgojitelje s manje radnog iskustva.

H3: Odgojitelji u starijim skupinama češće provode kineziološke aktivnosti u odnosu na odgojitelje srednjih i mlađih skupina.

### **5.2. Metode rada**

#### **5.2.1. Uzorak ispitanika**

U ovom istraživanju je sudjelovalo 78 odgojitelja iz različitih dječjih vrtića. Svi odgojitelji koji su sudjelovali su ženskog spola.

#### **5.2.2. Uzorak varijabli**

Za potrebe ovog istraživanja je kreiran anketni upitnik koji se sastoji od pitanja u kojima se nastoje ispitati stavovi odgojitelja o provođenju kinezioloških aktivnosti koji su postavljeni na skali od odgovora da se u potpunosti s nečime slažu do broja 5 da se u potpunosti s nečime ne slažu. Nakon toga su postavljena pitanja vezana uz učestalost provođenja pojedinih kinezioloških aktivnosti.

#### **5.2.3. Protokol istraživanja**

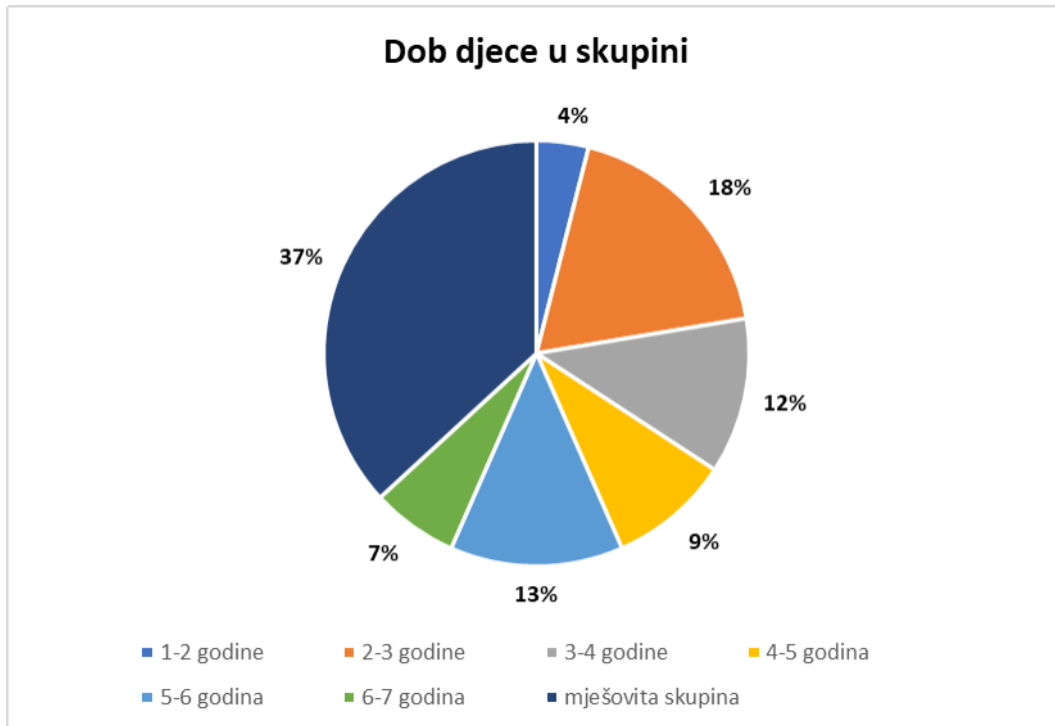
Nakon što je kreiran anketni upitnik, podijeljen je na internetu u grupama s odgojiteljima. Nakon što je skupljen dovoljan broj ispunjenih upitnika, anketa je zatvorena nakon čega su se obrađivali dobiveni podaci.



#### 5.2.4. Metode obrade podataka

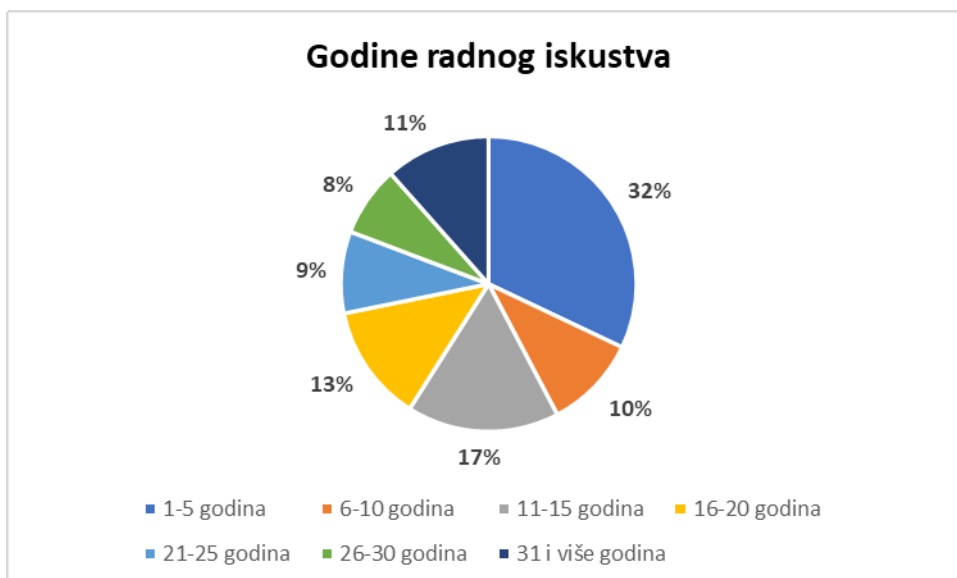
Nakon provedenog istraživanja su dobiveni podaci sortirani u programu Excel. Uz pomoć Excela su od dobivenih podataka kreirani grafikoni koji pokazuju rezultate istraživanja. Podaci su i šifrirani radi statističke obrade. Kako bi se hipoteze mogle potvrditi ili opovrgnuti, koristila se t-test analiza.

#### 5.3. Rezultati



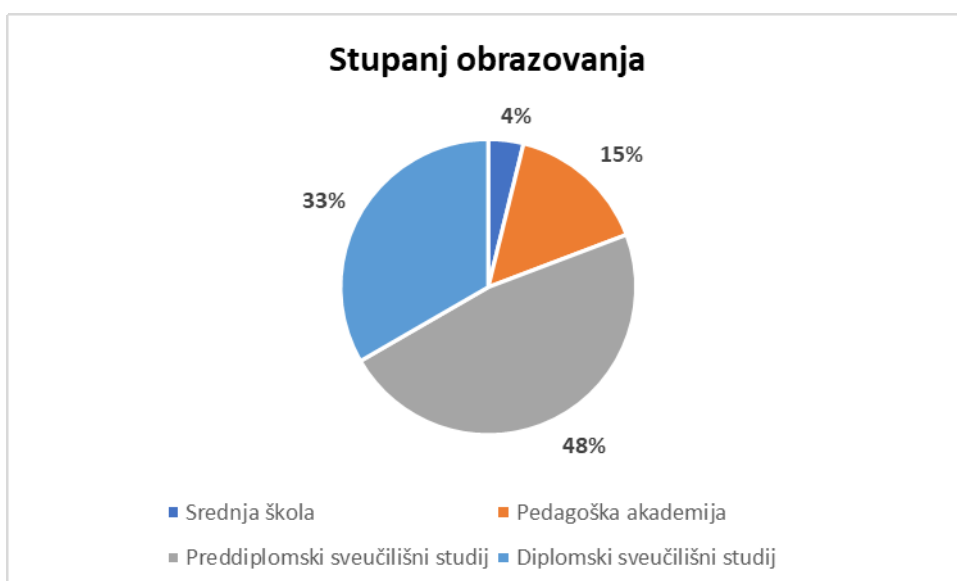
Grafikon 1. Dob djece u skupini

Iz grafikona 1. se može vidjeti kako 4 % odgojitelja radi u skupini s djecom od 1 do 2 godine, 18 % odgojitelja u skupini od 2 do 3 godine, 12% u skupini od 3 do 4 godine, 9% u skupini od 4 do 5 godina, 13% u skupini od 5 do 6 godina, , 7% u skupini od 6 do 7 godina i 37% u mješovitoj odgojnoj skupini.



Grafikon 2. Godine radnog iskustva

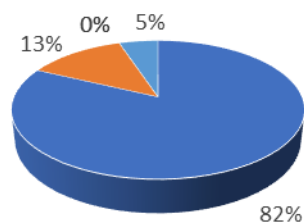
Grafikon 2. pokazuje da 32% odgojitelja ima od 1 do 5 godina radnog iskustva, 10% je odgojitelja sa 6 do 10 godina radnog iskustva, 17% ima 11 do 15 godina radnog iskustva, 13% ima 16 do 20 godina radnog iskustva, 9% ima 21 do 25 godina radnog iskustva, 8% ima 26 do godina radnog iskustva i 11% ima 31 i više godina radnog iskustva.



Grafikon 3. Stupanj obrazovanja

Na grafikonu 3. je prikazana razina obrazovanja odgojitelja gdje je 4 % odgojitelja završilo srednju školu, 15% je završilo Pedagošku akademiju, 48 % je završilo preddiplomski sveučilišni studij i 33% je završilo diplomski sveučilišni studij.

**Redovito provođenje kinezioloških aktivnosti u dječjem vrtiću je izrazito važno za dječji rast i razvoj.**

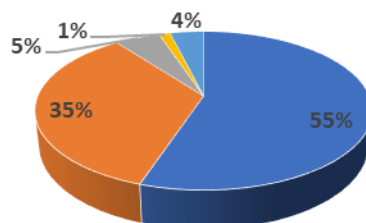


- U potpunosti se slažem
- Slažem se
- Niti se slažem, niti se ne slažem
- Ne slažem se
- U potpunosti se ne slažem

Grafikon 4. Redovito provođenje kinezioloških aktivnosti u dječjem vrtiću je izrazito važno za dječji rast i razvoj.

Na grafikonu 4. se može vidjeti kako se s ovom tvrdnjom u potpunosti slaže 82 % odgojitelja, 13% se slaže, a 5% odgojitelja se u potpunosti ne slaže s ovom tvrdnjom.

**S obzirom da je djeci predškolske dobi potrebna fizička aktivnost za pravilan rast i razvoj, u predškolskoj ustanovi je potrebno dati veću pozornost kineziološkim aktivnostima.**

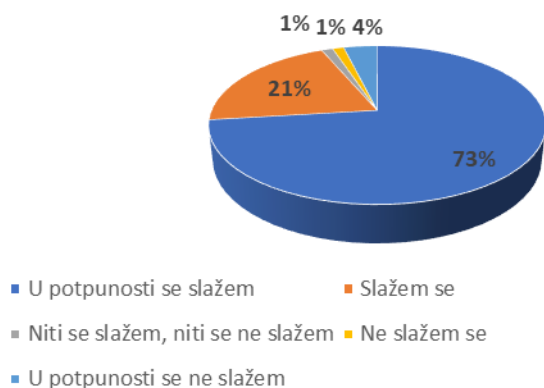


- U potpunosti se slažem
- Slažem se
- Niti se slažem, niti se ne slažem
- Ne slažem se
- U potpunosti se ne slažem

Grafikon 5. S obzirom na to da je djeci predškolske dobi potrebna fizička aktivnost za pravilan rast i razvoj, u predškolskoj ustanovi je potrebno dati veću pozornost kineziološkim aktivnostima.

Na grafikonu 5. se prikazuje da se s ovim stavom u potpunosti slaže 55% odgojitelja, 35% odgojitelja se slaže, 5% je označilo odgovor niti se slažem, niti se ne slažem, 1% se ne slaže i 4% odgojitelja se u potpunosti ne slaže.

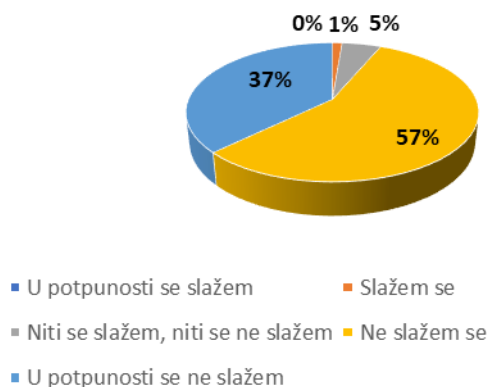
**Provođenje kinezioloških aktivnosti je jednako važno kao i provođenje ostalih odgojno-obrazovnih aktivnosti.**



Grafikon 6. Provođenje kinezioloških aktivnosti je jednako važno kao i provođenje ostalih odgojno-obrazovnih aktivnosti.

Na grafikonu 6. se može vidjeti kako se s ovom tvrdnjom u potpunosti slaže 73% odgojitelja, 21% se slaže, 1% je označilo odgovor niti se slažem, niti se ne slažem, 1% ispitanica se ne slaže i 4% se u potpunosti ne slaže.

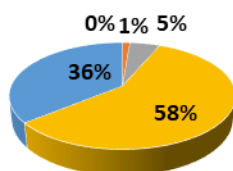
**Smatram da su djeca tijekom dana dovoljno tjelesno aktivna pa stoga u vrtiću nije potrebno dodatno posvetiti pažnju tjelesnom vježbanju.**



Grafikon 7. Smatram da su djeca tijekom dana dovoljno tjelesno aktivna pa stoga u vrtiću nije potrebno dodatno posvetiti pažnju tjelesnom vježbanju

Na grafikonu 7. se prikazuje kako se s ovom tvrdnjom slaže 1% ispitanica, 5% je označilo odgovor niti se slažem, niti se ne slažem, 57% se ne slaže s ovom tvrdnjom i 37% se u potpunosti ne slaže.

**Smatram da većina djece danas ide na organizirane sportske aktivnosti nakon vrtića pa u vrtiću nije potrebno provoditi kineziološke aktivnosti.**

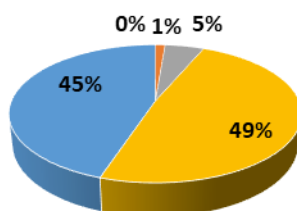


- U potpunosti se slažem
- Slažem se
- Niti se slažem, niti se ne slažem
- Ne slažem se
- U potpunosti se ne slažem

Grafikon 8. Smatram da većina djece danas ide na organizirane sportske aktivnosti nakon vrtića pa u vrtiću nije potrebno provoditi kineziološke aktivnosti.

Grafikon 8. pokazuje da se 1% odgojitelja slaže s ovom tvrdnjom, 5% je označilo odgovor niti se slažem, niti se ne slažem, 58% odgojitelja se ne slaže i 36% ispitanica se u potpunosti ne slaže s ovom tvrdnjom.

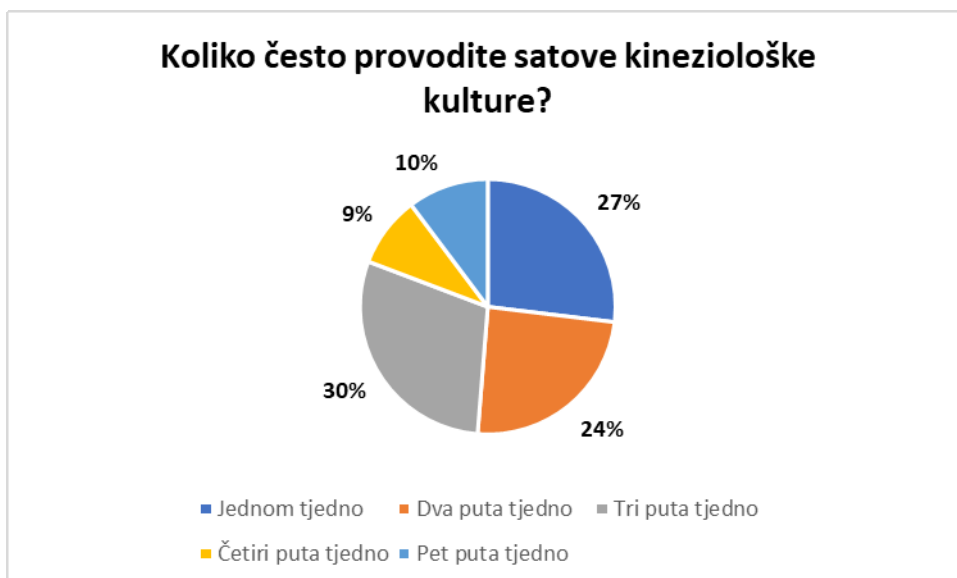
**Smatram da djeca predškolske dobi provode često šetnje s roditeljima pa nije potrebno organizirati šetnje tijekom boravka u vrtiću.**



- U potpunosti se slažem
- Slažem se
- Niti se slažem, niti se ne slažem
- Ne slažem se
- U potpunosti se ne slažem

Grafikon 9. Smatram da djeca predškolske dobi provode često šetnje s roditeljima pa nije potrebno organizirati šetnje tijekom boravka u vrtiću

Grafikon 9. prikazuje kako se 1% odgojitelja slaže s ovom tvrdnjom, 5% je označilo odgovor niti se slažem, niti se ne slažem, 49% se ne slaže i 45% se u potpunosti ne slaže.



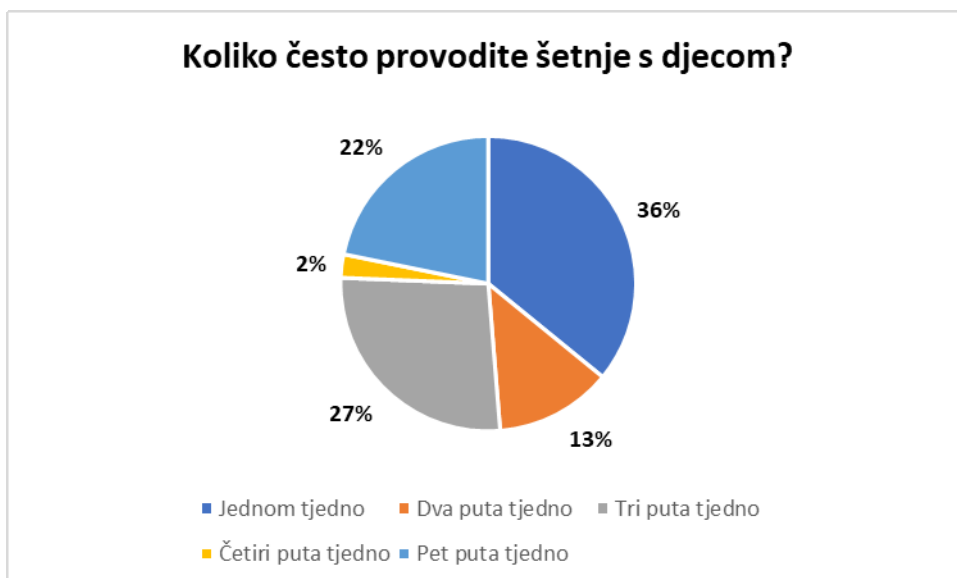
Grafikon 10. Učestalost provođenja satova kineziološke kulture

Grafikon 10. pokazuje da 27% odgojitelja provodi jednom tjedno sat tjelesne i zdravstvene kulture u skupini, 24% provodi dva puta tjedno, 30% tri puta tjedno, 9% četiri puta tjedno i 10% pet puta tjedno.



Grafikon 11. Učestalost provođenja jutarnje tjelovježbe

Na grafikonu 11. se prikazuje kako 17% odgojitelja provodi jutarnju tjelovježbu jednom tjedno, 14% dva puta tjedno, 27% tri puta tjedno, 6% četiri puta tjedno i 36% pet puta tjedno.



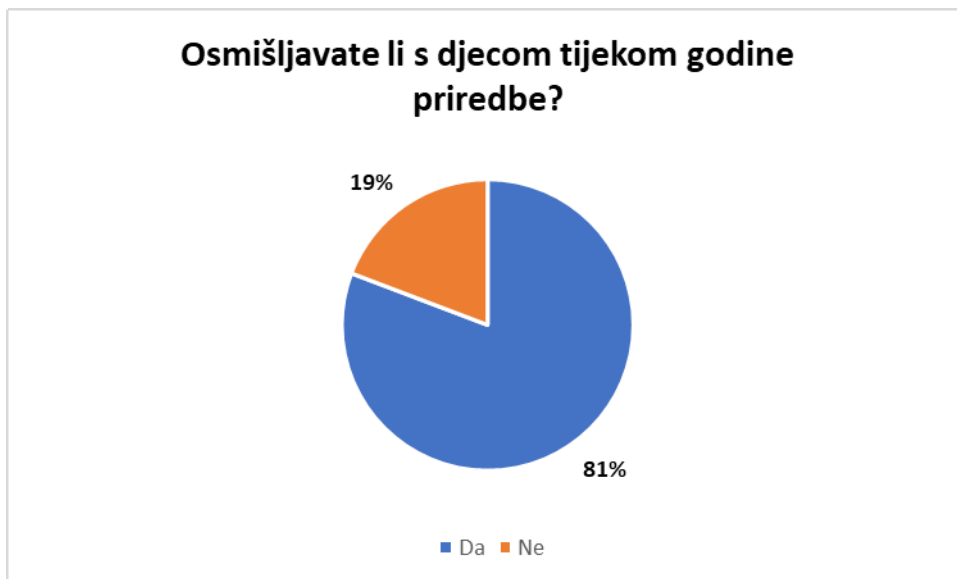
Grafikon 12. Učestalost provođenja šetnji

Na grafikonu 12. se prikazuje kako 36% odgojitelja provodi šetnju jednom tjedno, 13% provodi dva puta tjedno, 27% tri puta tjedno, 2% četiri puta tjedno i 22% provodi šetnje pet puta tjedno.



Grafikon 13. Organiziranje izleta

Na grafikonu 13. se prikazuje da 72% odgojitelja tijekom pedagoške godine organizira izlete za djecu, a 28% ne organizira.



Grafikon 14. Provođenje priredbi

Na grafikonu 14. se može uočiti da 81% odgojitelja provodi tijekom godine priredbe u vlastitim skupinama, a 19% ispitanica ne provodi priredbe.



Grafikon 15. Provođenje zimovanja

Na grafikonu 15. se prikazuje kako 86% odgojitelja ne provodi zimovanje, dok 14% odgojitelja provodi tu kineziološku aktivnost.





Grafikon 16. Provođenje ljetovanja

Na grafikonu 16. se može uočiti da 87% odgojitelja ne provodi ljetovanje tijekom pedagoške godine, a 13% odgojitelja provodi navedenu kineziološku aktivnost.

Tablica 1. Rezultati t-test analize prema stupnju obrazovanja odgojitelja (srednja škola i pedagoška akademija nasuprot preddiplomskom studiju)

Varijable	AS1	AS2	t-value	p	N1	N2
Redovito provođenje kinezioloških aktivnosti u dječjem vrtiću je izrazito važno za dječji rast i razvoj.	1,20	1,32	-0,49	0,63	15	37
S obzirom da je djeci predškolske dobi potrebna fizička aktivnost za pravilan rast i razvoj, u predškolskoj ustanovi je potrebno dati veću važnost kineziološkim aktivnostima.	1,40	1,76	-1,24	0,22	15	37
Provođenje kinezioloških aktivnosti je jednako važno kao i provođenje ostalih odgojno-obrazovnih aktivnosti.	1,27	1,51	-0,86	0,40	15	37
Smatram da su djeca tijekom dana dovoljno tjelesno aktivna pa stoga u vrtiću nije potrebno dodatno posvetiti pažnju tjelesnom vježbanju.	4,33	4,27	0,31	0,76	15	37
Smatram da većina djece danas ide na organizirane sportske aktivnosti nakon vrtića pa u vrtiću nije potrebno provoditi kineziološke aktivnosti.	4,27	4,32	-0,29	0,77	15	37
Smatram da djeca predškolske dobi provode često šetnje s roditeljima pa nije potrebno organizirati šetnje tijekom boravka u vrtiću.	4,33	4,41	-0,35	0,73	15	37
Koliko često provodite satove kineziološke kulture?	2,60	2,30	0,81	0,42	15	37
Koliko često provodite jutarnju tjelovježbu u odgojnoj skupini?	3,60	3,00	1,29	0,20	15	37
Koliko često provodite šetnje s djecom?	2,80	2,43	0,79	0,43	15	37
Organizirate li za djecu izlete tijekom pedagoške godine?	0,73	0,68	0,40	0,69	15	37
Osmišljavate li s djecom tijekom godine priredbe?	0,80	0,78	0,13	0,90	15	37
<b>Provodite li kineziološku aktivnost zimovanje?</b>	<b>0,27</b>	<b>0,05</b>	<b>2,24</b>	<b>0,03</b>	<b>15</b>	<b>37</b>
Provodite li kineziološku aktivnost ljetovanje?	0,13	0,03	1,49	0,14	15	37

Legenda: AS1- aritmetička sredina ispitanika koji su završili srednju školu i pedagošku akademiju, AS2- aritmetička sredina ispitanika koji su završili preddiplomski studij, t-value- t-vrijednost, p- razina značajnosti, N1- broj ispitanika sa srednjom školom i pedagoškom akademijom, N2- broj ispitanika s preddiplomskim studijem

U tablici 1. se prikazuju razlike u provođenju kinezioloških aktivnosti između odgojitelja koji su završili srednju školu ili pedagošku akademiju i odgojitelja koji su završili preddiplomski

studij. Za jednu varijablu je potvrđena statistički značajna razlika ( $p < 0,05$ ). Kod varijable „Provodite li kineziološku aktivnost ljetovanje?“ je aritmetička sredina za prvu skupinu 0,27, a za drugu skupinu 0,05. Razina značajnosti iznosi 0,03. Na temelju tih podataka se može reći kako odgojitelji s pedagoškom akademijom i srednjom školom češće provode zimovanje u odnosu na odgojitelje s preddiplomskim studijem.

Tablica 2. Rezultati t-test analize prema stupnju obrazovanja odgojitelja (preddiplomski studij nasuprot diplomskom studiju)

Varijable	AS2	AS3	t-value	p	N2	N3
Redovito provođenje kinezioloških aktivnosti u dječjem vrtiću je izrazito važno za dječji rast i razvoj.	1,32	1,42	-0,38	0,70	37	26
S obzirom da je djeci predškolske dobi potrebna fizička aktivnost za pravilan rast i razvoj, u predškolskoj ustanovi je potrebno dati veću važnost kineziološkim aktivnostima.	1,76	1,62	0,54	0,59	37	26
Provođenje kinezioloških aktivnosti je jednako važno kao i provođenje ostalih odgojno-obrazovnih aktivnosti.	1,51	1,38	0,51	0,61	37	26
Smatram da su djeca tijekom dana dovoljno tjelesno aktivna pa stoga u vrtiću nije potrebno dodatno posvetiti pažnju tjelesnom vježbanju.	4,27	4,31	-0,22	0,83	37	26
Smatram da većina djece danas ide na organizirane sportske aktivnosti nakon vrtića pa u vrtiću nije potrebno provoditi kineziološke aktivnosti.	4,32	4,23	0,55	0,58	37	26
Smatram da djeca predškolske dobi provode često šetnje s roditeljima pa nije potrebno organizirati šetnje tijekom boravka u vrtiću.	4,41	4,35	0,35	0,73	37	26
Koliko često provodite satove kineziološke kulture?	2,30	2,77	-1,41	0,16	37	26
Koliko često provodite jutarnju tjelovježbu u odgojnoj skupini?	3,00	3,58	-1,57	0,12	37	26
Koliko često provodite šetnje s djecom?	2,43	2,77	-0,86	0,39	37	26
Organizirate li za djecu izlete tijekom pedagoške godine?	0,68	0,77	-0,80	0,43	37	26
Osmišljavate li s djecom tijekom godine priredbe?	0,78	0,85	-0,61	0,54	37	26
Provodite li kineziološku aktivnost zimovanje?	0,05	0,19	-1,73	0,09	37	26
<b>Provodite li kineziološku aktivnost ljetovanje?</b>	<b>0,03</b>	<b>0,27</b>	<b>-3,00</b>	<b>0,00</b>	<b>37</b>	<b>26</b>

Legenda: AS2- aritmetička sredina ispitanica sa završenim preddiplomskim studijem, AS3- aritmetička sredina ispitanica sa završenim diplomskim studijem, t-value- t-vrijednost, p- razina značajnosti, N2- broj odgojiteljica s preddiplomskim studijem, N3- odgojiteljice s diplomskim studijem

U tablici 2. se prikazuju razlike u održavanju kinezioloških aktivnosti između odgojitelja s preddiplomskim i diplomskim studijem. Za jednu varijablu je potvrđena statistički značajna razlika koja se odnosi na provođenje ljetovanja. Aritmetička sredina za drugu skupinu iznosi 0,03, a za treću skupinu 0,27. S obzirom na to da je razina značajnosti 0,03, iz navedenih podataka se može uočiti kako odgojitelji s diplomskim studijem češće u praksi provode aktivnost ljetovanja u odnosu na odgojitelje s preddiplomskim studijem.

Tablica 3. Rezultati t-test analize prema radnom stažu odgojitelja

Varijable	AS1	AS2	t-value	p	N1	N2
Koliko često provodite satove kineziološke kulture?	2,48	2,56	-0,29	0,77	46	32
Koliko često provodite jutarnju tjelovježbu u odgojnoj skupini?	2,85	3,97	-3,48	0,00	46	32
Koliko često provodite šetnje s djecom?	2,67	2,53	0,40	0,69	46	32
Organizirate li za djecu izlete tijekom pedagoške godine?	0,70	0,75	-0,52	0,61	46	32
Osmišljavate li s djecom tijekom godine priredbe?	0,76	0,88	-1,25	0,21	46	32
Provodite li kineziološku aktivnost zimovanje?	0,13	0,16	-0,32	0,75	46	32
Provodite li kineziološku aktivnost ljetovanje?	0,09	0,19	-1,30	0,20	46	32

Legenda: AS1- odgojitelji s manje radnog staža, AS2- odgojitelji s više od 15 godina radnog staža, t-value- t-vrijednost, p- razina značajnosti, N1-broj odgojitelja s manje radnog staža, N2- broj odgojitelja s više od 15 godina radnog staža

U tablici 3. se prikazuju razlike u provođenju kinezioloških aktivnosti s obzirom na broj godina radnog staža. Za varijablu „Koliko često provodite jutarnju tjelovježbu u odgojnoj skupini?“ je potvrđena statistički značajna razlika. Aritmetička sredina za prvu skupinu iznosi 2,85, a za drugu skupinu 3,97. Razina značajnosti iznosi 0,00 pa se može konstatirati da odgojitelji s više radnog staža češće provode jutarnju tjelovježbu.

Tablica 4. Rezultati t-test analize u provođenju kinezioloških aktivnosti s obzirom na dob djece

Varijable	AS1	AS3	t-value	p	N1	N3
Redovito provođenje kinezioloških aktivnosti u dječjem vrtiću je izrazito važno za dječji rast i razvoj.	1,33	1,20	0,50	0,62	18	15
S obzirom da je djeci predškolske dobi potrebna fizička aktivnost za pravilan rast i razvoj, u predškolskoj ustanovi je potrebno dati veću važnost kineziološkim aktivnostima.	2,00	1,47	1,67	0,10	18	15
<b>Provođenje kinezioloških aktivnosti je jednako važno kao i provođenje ostalih odgojno-obrazovnih aktivnosti.</b>	<b>1,78</b>	<b>1,13</b>	<b>2,15</b>	<b>0,04</b>	<b>18</b>	<b>15</b>
Smatram da su djeca tijekom dana dovoljno tjelesno aktivna pa stoga u vrtiću nije potrebno dodatno posvetiti pažnju tjelesnom vježbanju.	4,11	4,20	-0,41	0,69	18	15
Smatram da većina djece danas ide na organizirane sportske aktivnosti nakon vrtića pa u vrtiću nije potrebno provoditi kineziološke aktivnosti.	4,11	4,13	-0,10	0,92	18	15
Smatram da djeca predškolske dobi provode često šetnje s roditeljima pa nije potrebno organizirati šetnje tijekom boravka u vrtiću.	4,11	4,27	-0,65	0,52	18	15
Koliko često provodite satove kineziološke kulture?	2,17	2,67	-1,26	0,22	18	15
Koliko često provodite jutarnju tjelovježbu u odgojnoj skupini?	3,50	2,80	1,41	0,17	18	15
Koliko često provodite šetnje s djecom?	2,67	2,67	0,00	1,00	18	15
<b>Organizirate li za djecu izlete tijekom pedagoške godine?</b>	<b>0,39</b>	<b>0,87</b>	<b>-3,10</b>	<b>0,00</b>	<b>18</b>	<b>15</b>
Osmišljavate li s djecom tijekom godine priredbe?	0,56	0,87	-1,99	0,06	18	15
Provodite li kineziološku aktivnost zimovanje?	0,11	0,27	-1,14	0,26	18	15
Provodite li kineziološku aktivnost ljetovanje?	0,06	0,27	-1,17	0,10	18	15

Legenda: AS1- aritmetička sredina odgojitelja iz mlađih skupina, AS2- aritmetička sredina odgojitelja iz starijih skupina, t-value- t-vrijednost, p- razina značajnosti, N1- broj odgojitelja koji rade u skupinama s mladom djecom, N2- broj odgojitelja koji rade u skupinama sa starijom djecom

U tablici 4. se prikazuju razlike u provođenju kinezioloških aktivnosti između odgojitelja koji rade u mlađim skupinama i odgojitelja koji rade u starijim skupinama. Za 2 od 13 varijabli je potvrđena statistički značajna razlika. Aritmetička sredina za tvrdnju „Provođenje

kinezioloških aktivnosti je jednako važno kao i provođenje ostalih odgojno-obrazovnih aktivnosti.“ za prvu skupinu je 1,33, a za drugu skupinu je 1,13. Razina statističke značajnosti je 0,04 i zato se može potvrditi da odgojitelji koji rade u starijim skupinama imaju pozitivnije stavove prema kineziološkim aktivnostima u odnosu na odgojitelje koji rade u mlađim skupinama. Kod varijable vezane uz osmišljavanje priredbi s djecom tijekom godine je aritmetička sredina za prvu skupinu 0,39, a za drugu skupinu 0,87. Razina statističke značajnosti je 0,00 pa se na temelju tih podataka može reći da odgojitelji u starijim skupinama češće provode priredbe u svojim skupinama.

Tablica 5. Rezultati t-test analize u provođenju kinezioloških aktivnosti u mlađim skupinama djece u odnosu na srednje i mješovite skupine djece

Varijable	AS1	AS2	t-value	p	N1	N2
Redovito provođenje kinezioloških aktivnosti u dječjem vrtiću je izrazito važno za dječji rast i razvoj.	1,33	1,38	-0,16	0,88	18	45
S obzirom da je djeci predškolske dobi potrebna fizička aktivnost za pravilan rast i razvoj, u predškolskoj ustanovi je potrebno dati veću važnost kineziološkim aktivnostima.	2,00	1,56	1,59	0,12	18	45
Provođenje kinezioloških aktivnosti je jednako važno kao i provođenje ostalih odgojno-obrazovnih aktivnosti.	1,78	1,38	1,47	0,15	18	45
Smatram da su djeca tijekom dana dovoljno tjelesno aktivna pa stoga u vrtiću nije potrebno dodatno posvetiti pažnju tjelesnom vježbanju.	4,11	4,40	-1,57	0,12	18	45
Smatram da većina djece danas ide na organizirane sportske aktivnosti nakon vrtića pa u vrtiću nije potrebno provoditi kineziološke aktivnosti.	4,11	4,40	-1,57	0,12	18	45
<b>Smatram da djeca predškolske dobi provode često šetnje s roditeljima pa nije potrebno organizirati šetnje tijekom boravka u vrtiću.</b>	<b>4,11</b>	<b>4,51</b>	<b>-2,15</b>	<b>0,04</b>	<b>18</b>	<b>45</b>
Koliko često provodite satove kineziološke kulture?	2,17	2,60	-1,18	0,24	18	45
Koliko često provodite jutarnju tjelovježbu u odgojnoj skupini?	3,50	3,40	0,24	0,81	18	45
Koliko često provodite šetnje s djecom?	2,67	2,58	0,20	0,84	18	45
<b>Organizirate li za djecu izlete tijekom pedagoške godine?</b>	<b>0,39</b>	<b>0,80</b>	<b>-3,40</b>	<b>0,00</b>	<b>18</b>	<b>45</b>
<b>Osmišljavate li s djecom tijekom godine priredbe?</b>	<b>0,56</b>	<b>0,89</b>	<b>-3,13</b>	<b>0,00</b>	<b>18</b>	<b>45</b>
Provodite li kineziološku aktivnost zimovanje?	0,11	0,11	0,00	1,00	18	45
Provodite li kineziološku aktivnost ljetovanje?	0,06	0,11	-0,67	0,51	18	45

Legenda: AS1- aritmetička sredina odgojitelja iz mlađih skupina, AS2- aritmetička sredina odgojitelja iz srednjih i mješovitih skupina, t-value- t-vrijednost, p- razina značajnosti, N1- broj odgojitelja iz mlađih skupina, N2- broj odgojitelja iz srednjih i mješovitih skupina

U tablici 5. se prikazuju razlike u stavovima odgojitelja prema provođenju i učestalosti provođenja kinezioloških aktivnosti između odgojitelja koji rade u mlađim skupinama i odgojitelja koji rade u srednjim i mješovitim skupinama. U tri varijable je potvrđena statistički značajna razlika. U varijabli „Smatram da djeca predškolske dobi provode često šetnje s roditeljima pa nije potrebno organizirati šetnje tijekom boravka u vrtiću.“ je kod odgojitelja iz prve skupine aritmetička sredina 4,11, a kod druge skupine 4,51. Razina statističke značajnosti iznosi 0,04 pa se tako može reći da odgojitelji koji rade u mlađim skupinama imaju pozitivnije stavove prema provođenju šetnji u vrtiću. Varijabla vezana uz učestalost provođenja izleta tijekom godine pokazuje da aritmetička sredina za prvu skupinu odgojitelja iznosi 0,39, a za drugu skupinu 0,80. Razina statističke značajnosti iznosi 0,00 pa se može reći kako odgojitelji u srednjim i mješovitim skupinama više organiziraju izlete u odnosu na odgojitelje u mlađim skupinama. Aritmetička sredina odgojitelja iz prve skupine za varijablu provođenja priredbi tijekom godine iznosi 0,56, a za odgojitelje iz druge skupine 0,89. Razina statističke značajnosti iznosi 0,00 i stoga se može reći kako odgojitelji koji rade u srednjim i mješovitim skupinama češće provode priredbe.

Na osnovu dobivenih rezultata se postavljene hipoteze mogu opovrgnuti.

### **5.3. Rasprava**

Grafikoni 4, 5, 6, 7, 8 i 9 pokazuju kako većina odgojitelja smatra da je važno provoditi kineziološke aktivnosti u vrtiću. Primjerice 82% odgojitelja se u potpunosti slaže da je važno redovito provoditi kineziološke aktivnosti, a 73% odgojitelja kineziološke aktivnosti percipira jednako važne kao i druge aktivnosti u odgoju i obrazovanju. Robertson Swirzinski (2016) u svom istraživanju ispituje stavove odgojitelja o važnosti tjelesne aktivnosti djece u dječjim vrtićima. Ona je u istraživanju utvrdila kako odgojitelji percipiraju kineziološke aktivnosti u vrtiću važnima za razvoj djece, naročito kognitivni razvoj.

Razlike u provođenju kinezioloških aktivnosti s obzirom na stupanj obrazovanja su iznimno male. Iz rezultata se t-testa se može primijetiti da odgojitelji sa srednjom školom ili pedagoškom akademijom češće provode zimovanje u odnosu na odgojitelje s preddiplomskim studijem, a odgojitelji s diplomskim studijem provode češće ljetovanje u odnosu na odgojitelje s preddiplomskim studijem. Na temelju rezultata iz prve i druge tablice se prva

hipoteza može opovrgnuti jer većinom nema statistički značajnih razlika u stavovima odgojitelja i učestalosti provođenja kinezioloških aktivnosti s obzirom na njihov stupanj obrazovanja. U istraživanju autorica Dvorski, Kokanović, Bogovčić i Matić (2015) je potvrđeno kako odgojitelji s diplomskim studijem rjeđe provode kineziološke aktivnosti što može biti posljedica neadekvatnih uvjeta i nemogućnosti implementacije profesionalnih uvjerenja u praksu. Također je važno reći kako je u ovom istraživanju utvrđeno da vrlo malo odgojitelja provodi ove aktivnosti u vrtiću. Grafikon 15. prikazuje kako zimovanje provodi samo 14% odgojitelja, a ljetovanje 13%.

U tablici 3. se može vidjeti kako odgojitelji s više radnog staža češće provode jutarnju tjelovježbu u odnosu na odgojitelje s manje radnog staža. Za ostale varijable nema statistički značajnih razlika. S obzirom na to da je za 1 od 7 varijabli potvrđena statistički značajna razlika, druga hipoteza je također opovrgnuta. Iveković (2018) je u svom istraživanju utvrdio kako odgojitelji s više godina radnog staža imaju pozitivnije stavove o kineziološkim aktivnostima, a to ukazuje na vjerojatnost da će ti odgojitelji češće u svojoj grupi provoditi kineziološke aktivnosti.

Iz tablice 4. se može uočiti kako odgojitelji iz starijih skupina češće provode priredbe u odnosu na odgojitelje iz mlađih skupina. Tablica 5. prikazuje kako odgojitelji u mješovitim i srednjim skupinama češće provode izlete i priredbe u odnosu na odgojitelje iz mlađih skupina. Na temelju ovih podataka se treća hipoteza može opovrgnuti jer je u 1 od 7 varijabli potvrđena statistički značajna razlika u učestalosti provođenja kinezioloških aktivnosti. Kako bi se utvrdile razlike u provođenju kinezioloških aktivnosti s obzirom na dob djece u skupini, u budućnosti je potrebno provesti još istraživanja na tu temu.



## 6. Zaključak

Odgojitelj bi trebao biti upoznat s različitim kineziološkim aktivnostima kako bi ih mogao primjenjivati u odgojno-obrazovnoj praksi s ciljem utjecaja na djetetov antropološki status. Posebice je važno pravovremeno isplanirati kada će se provoditi pojedine kineziološke aktivnosti i prilagoditi ih dobi djece. Za sat kineziološke kulture je potrebno poznavati svaki pojedini dio sata. To podrazumijeva pažljivo biranje sadržaja pa je tako u uvodnom dijelu sata potrebno pripremiti organizam za izvođenje narednih dijelova sata, nakon toga se provode pripreme vježbe, u glavnom dijelu sata se usavršavaju motorička znanja i na kraju se u završnom dijelu sata nastoji organizam dovesti u prvobitno stanje prije početka vježbanja. Ne smije se zanemariti provođenje drugih kinezioloških aktivnosti kao što je jutarnja tjelovježba, zimovanje, ljetovanje, izleti, priredbe. S obzirom na to da danas djeca predškolske dobi odrastaju u suvremeno doba u kojem se vrlo malo kreću, u vrtiću je potrebno osigurati djeci sudjelovanje u kineziološkim aktivnostima. Time se smanjuje rizik za pojavu pretilosti koja nastaje zbog tjelesne neaktivnosti i pretjerane konzumacije hrane. U ovom radu se u istraživanju utvrdilo da odgojitelji većinom imaju pozitivne stavove o provođenju kinezioloških aktivnosti. Nisu potvrđene statistički značajne razlike u većini pitanja vezanih uz stavove i učestalost provođenja kinezioloških aktivnosti s obzirom na razinu obrazovanja odgojitelja. U istraživanju se mogu istaknuti podaci vezani uz provođenje zimovanja i ljetovanja u predškolskim ustanovama. Podaci pokazuju da vrlo malo odgojitelja provodi te kineziološke aktivnosti. Na temelju svega navedenog se može zaključiti kako odgojitelj treba biti model djeci koji će im omogućiti da od najranije dobi stječu naviku redovitog vježbanja.

## Literatura

1. Badrić, M. & Prskalo, I. (2011). Participiranje tjelesne aktivnosti u slobodnom vremenu djece i mladih. Preuzeto 17.6.2023. <https://hrcak.srce.hr/file/123183>
2. Bungić, M., & Barić, R. (2009). Tjelesno vježbanje i neki aspekti psihološkog zdravlja. Preuzeto 17.6.2023. <file:///C:/Users/jelin/Downloads/bungic.pdf>
3. Dvorski, M., Kokanović, T., Matić, I., & Bogovičić, S. (2015). Stavovi odgojitelja o provođenju kineziološke kulture u vrtićima s obzirom na njihov stupanj obrazovanja. U: Prskalo, I. i sur. (ur.), *Istraživanja paradigmi djetinjstva odgoja i obrazovanja- Kineziološka edukacija sadašnjost i budućnost*. Zagreb: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu
4. Findak, V. (1995). *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju*. Zagreb: Profil
5. Findak, V., & Delija, K. (2001). *Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju*. Zagreb: EDIP d.o.o.
6. Iveković, I. (2018). Stavovi odgojitelja o dječjim tjelesnim aktivnostima. Preuzeto 18.6.2023. <https://hrcak.srce.hr/file/329650>
7. Kinkela, D. & Marić, Ž. (2013). Neopravdano zanemareni neki organizacijski oblici rada djece predškolske dobi. U: Findak, V. (ur.), *Zbornik radova 22. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske (345-350)*. Zagreb: Hrvatski kineziološki savez
8. Križanić, M. (2022). Prekomjerna tjelesna masa u djece i adolescenata. Preuzeto 17.6.2023. <https://hrcak.srce.hr/file/398955>
9. Neljak, B. (2009). *Kineziološka metodika u predškolskom odgoju*. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
10. Pejčić, A., & Trajkovski, B. (2018). *Što i kako vježbati s djecom u vrtiću i školi*. Učiteljski fakultet sveučilišta u Rijeci
11. Petrić, V. (2022). *Kineziološke aktivnosti djece rane i predškolske dobi – postignuća kineziološke metodike*. Rijeka: Sveučilište u Rijeci, Učiteljski fakultet.
12. Robertson Swirzinski, M. (2016). Perceptions of the role physical activity plays in early childhood education. Preuzeto 18.6.2023. <https://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=2369&context=doctoral>
13. Ružić, E., Marincel, M., & Runjić, K. (2006). Efektivno vježbanje na satu tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. U: Findak, V. (ur.) *Zbornik radova 15*.

ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske (327-331). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez

14. Sindik, J., & Brnčić, B. (2009). Psihološke dobrobiti sporta za djecu. Preuzeto 21.6.2021. <https://hrcak.srce.hr/95826>
15. Škrabić, V., & Unić Šabasov, I. (2014). Učestalost i specifičnosti debljine u predškolskoj dobi. Preuzeto 11.6.2023. [https://bib.irb.hr/datoteka/737336.Uestalost\\_i\\_specifnosti\\_debljine\\_u\\_predkolskoj\\_dobi.pdf](https://bib.irb.hr/datoteka/737336.Uestalost_i_specifnosti_debljine_u_predkolskoj_dobi.pdf)
16. Tomac, Z., Vidranski, T., & Ciglar, J. (2015). Tjelesna aktivnost djece tijekom redovnog boravka u predškolskoj ustanovi. Preuzeto 11.6.2023. <https://core.ac.uk/download/pdf/33291119.pdf>
17. Vučemilović, Lj., & Vujić Šisler, Lj., (2007). *Prehrambeni standard za planiranje prehrane u dječjem vrtiću – jelovnici i normativi*, Zagreb: Hrvatska udruga medicinskih sestara

## POPIS GRAFIKONA I TABLICA

Grafikon 1. Dob djece u skupini.....	11
Grafikon 2. Godine radnog iskustva.....	12
Grafikon 3. Stupanj obrazovanja.....	12
Grafikon 4. Redovito provođenje kinezioloških aktivnosti u dječjem vrtiću je izrazito važno za dječji rast i razvoj.....	13
Grafikon 5. S obzirom da je djeci predškolske dobi potrebna fizička aktivnost za pravilan rast i razvoj, u predškolskoj ustanovi je potrebno dati veću pozornost kineziološkim aktivnostima.....	13
Grafikon 6. Provođenje kinezioloških aktivnosti je jednako važno kao i provođenje ostalih odgojno-obrazovnih aktivnosti.....	14
Grafikon 7. Smatram da su djeca tijekom dana dovoljno tjelesno aktivna pa stoga u vrtiću nije potrebno dodatno posvetiti pažnju tjelesnom vježbanju.....	14
Grafikon 8. Smatram da većina djece danas ide na organizirane sportske aktivnosti nakon vrtića pa u vrtiću nije potrebno provoditi kineziološke aktivnosti.....	15
Grafikon 9. Smatram da djeca predškolske dobi provode često šetnje s roditeljima pa nije potrebno organizirati šetnje tijekom boravka u vrtiću.....	15
Grafikon 10. Učestalost provođenja satova kineziološke kulture.....	16
Grafikon 11. Učestalost provođenja jutarnje tjelesne vježbe.....	16
Grafikon 12. Učestalost provođenja šetnji.....	17
Grafikon 13. Organiziranje izleta.....	17
Grafikon 14. Provođenje priredbi.....	18
Grafikon 15. Provođenje zimovanja.....	18
Grafikon 16. Provođenje ljetovanja.....	19
Tablica 1. T-test razlike prema stupnju obrazovanja odgojitelja (srednja škola i pedagoška akademija nasuprot preddiplomskom studiju).....	20
Tablica 2. T-test razlike prema stupnju obrazovanja odgojitelja (preddiplomski studij nasuprot diplomskom studiju).....	21
Tablica 3. T-test razlike prema radnom stažu odgojitelja.....	22
Tablica 4. T-test razlike u provođenju kinezioloških aktivnosti s obzirom na dob djece.....	23
Tablica 5. T-test razlike u provođenju kinezioloških aktivnosti u mlađim skupinama djece u odnosu na srednje i mješovite skupine djece.....	24

## **Prilog – anketni upitnik o učestalosti provođenja kinezioloških aktivnosti**

Poštovani odgojitelji/odgojiteljice,

Pred Vama se nalazi anketni upitnik koji će se koristiti za potrebe diplomskog rada na temu „Povezanost stupnja obrazovanja odgojitelja s provođenjem kinezioloških aktivnosti u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju“ studentice Katarine Jelinić na Učiteljskom fakultetu u Zagrebu. Upitnik je dobrovoljan i anoniman. Molim Vas da odvojite nekoliko minuta za ispunjavanje ankete. Unaprijed zahvaljujem na suradnji!

1) Spol: M

Ž

2) Dob djece u skupini: 1-2 godine

2-3 godine

3-4 godine

4-5 godina

5-6 godina

6-7 godina

mješovita skupina

3) Godine radnog iskustva: 1-5 godina

6-10 godina

11-15 godina

16-20 godina

21-25 godina

26-30 godina

31 i više godina

4) Stupanj obrazovanja: Srednja škola

Pedagoška akademija

Preddiplomski sveučilišni studij

Diplomski sveučilišni studij

5) Redovito provođenje kinezioloških aktivnosti u dječjem vrtiću je izrazito važno za dječji rast i razvoj: U potpunosti se slažem

Slažem se

Niti se slažem, niti se ne slažem

Ne slažem se

U potpunosti se ne slažem

6) S obzirom da je djeci predškolske dobi potrebna fizička aktivnost za pravilan rast i razvoj, u predškolskoj ustanovi je potrebno dati veću važnost kineziološkim aktivnostima:

U potpunosti se slažem

Slažem se

Niti se slažem, niti se ne slažem

Ne slažem se

U potpunosti se ne slažem

7) Provođenje kinezioloških aktivnosti je jednako važno kao i provođenje ostalih odgojno-obrazovnih aktivnosti: U potpunosti se slažem

Slažem se

Niti se slažem, niti se ne slažem

Ne slažem se

U potpunosti se ne slažem

8) Smatram da su djeca tijekom dana dovoljno tjelesno aktivna pa stoga u vrtiću nije potrebno dodatno posvetiti pažnju tjelesnom vježbanju: U potpunosti se slažem

Slažem se

Niti se slažem, niti se ne slažem

Ne slažem se

U potpunosti se ne slažem

9) Smatram da većina djece danas ide na organizirane sportske aktivnosti nakon vrtića pa u vrtiću nije potrebno provoditi kineziološke aktivnosti: U potpunosti se slažem

Slažem se

Niti se slažem, niti se ne slažem

Ne slažem se

U potpunosti se ne slažem

10) Smatram da djeca predškolske dobi provode često šetnje s roditeljima pa nije potrebno organizirati šetnje tijekom boravka u vrtiću: U potpunosti se slažem

Slažem se

Niti se slažem, niti se ne slažem

Ne slažem se

U potpunosti se ne slažem

11) Koliko često provodite satove kineziološke kulture?

Jednom tjedno

Dva puta tjedno

Tri puta tjedno

Četiri puta tjedno

Pet puta tjedno

12) Koliko često provodite jutarnju tjelovježbu u odgojnoj skupini?

Jednom tjedno

Dva puta tjedno

Tri puta tjedno

Četiri puta tjedno

Pet puta tjedno

13) Koliko često provodite šetnje s djecom?

Jednom tjedno

Dva puta tjedno

Tri puta tjedno

Četiri puta tjedno

Pet puta tjedno

14) Organizirate li za djecu izlete tijekom pedagoške godine?

Da

Ne

15) Osmišljavate li s djecom tijekom godine priredbe?

Da

Ne

16) Provodite li kineziološku aktivnost zimovanje?

Da

Ne

17) Provodite li kineziološku aktivnost ljetovanje?

Da

Ne



### **Izjava o izvornosti diplomskog rada**

Ja, Katarina Jelinić, izjavljujem da je moj diplomski rad izvorni rezultat mojeg rada te da se u izradi istoga nisam koristila drugim izvorima osim onih koji su u njemu navedeni.

Potpis: \_\_\_\_\_

(Katarina Jelinić)