

# Izazovi u provođenju tjelesnih aktivnosti u dječjem vrtiću

---

**Cvetko, Morana**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2021**

*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:147:587140>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-01-03**

*Repository / Repozitorij:*

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



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**UČITELJSKI FAKULTET**  
**ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ**

**MORANA CVETKO**  
**DIPLOMSKI RAD**

**IZAZOVI U PROVOĐENJU TJELESNIH**  
**AKTIVNOSTI U DJEČJEM VRTIĆU**

**Zagreb, rujan 2021.**

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**UČITELJSKI FAKULTET**  
**ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ**  
**(Zagreb)**

**DIPLOMSKI RAD**

Ime i prezime pristupnika: Morana Cvetko

TEMA DIPLOMSKOG RADA: Izazovi u provođenju tjelesnih aktivnosti u  
dječjem vrtiću

MENTOR: Izv. prof. dr. sc. Vatroslav Horvat

**Zagreb, rujan 2021.**

# SADRŽAJ

SAŽETAK

ABSTRACT

1. UVOD.....	1
1.1. Značaj tjelesne aktivnosti u ranoj i predškolskoj dobi .....	2
1.2. Razvojna obilježja djece rane i predškolske dobi .....	3
1.2.1. Obilježja razvoja motorike.....	4
1.2.2. Obilježja morfološkog razvoja.....	4
1.2.3. Obilježja razvoja motoričkih sposobnosti.....	5
1.2.4. Obilježja razvoja funkcionalnih sposobnosti. ....	5
1.3. Vrste tjelesnog vježbanja djece rane i predškolske dobi.....	6
1.3.1. Kineziološki sadržaji tjelesnih aktivnosti u ranoj i predškolskoj dobi .....	8
1.4. Okruženje za provođenje tjelesnih aktivnosti .....	10
1.4.1. Prostor .....	10
1.4.2. Oprema.....	11
1.4.3. Sredstva.....	11
1.5. Uloga odgojitelja u provođenju tjelesnih aktivnosti .....	12
1.5.1. Priprema odgojitelja za provođenje tjelesnih aktivnosti.....	14
2. DOSADAŠNJA ISTRAŽIVANJA.....	16
3. METODE RADA: ANKETNO ISTRAŽIVANJE “Izazovi prilikom provođenja tjelesnih aktivnosti u dječjem vrtiću.” .....	17
3.1. 3.1. Cilj i hipoteze istraživanja.....	17
3.2. Uzorak ispitanika i varijabli .....	17
3.3. Metode za obradu podataka.....	17
4. REZULTATI I RASPRAVA.....	19
5. ZAKLJUČAK .....	32
6. LITERATURA .....	33

POPIS GRAFIKONA

## **SAŽETAK**

Tjelesna aktivnost ima nezamjenjivu vrijednost jer predstavlja najbolje sredstvo za postizanje i očuvanje čovjekova zdravlja te je zbog toga vrlo važno pravovremeno uključiti djecu rane i predškolske dobi u tjelesno vježbanje, a u tome odgojitelji imaju izuzetno važnu ulogu. U teorijskom dijelu rada, razlaže se značaj tjelesnog vježbanja za djecu rane i predškolske dobi i spominju se razvojna obilježja predškolske djece. Također se navode vrste tjelesnog vježbanja djece u dječjem vrtiću, opisuje se materijalno okruženje za provođenje tjelesnog vježbanja te se navodi i uloga odgojitelja u provođenju tjelesnih aktivnosti sa djecom rane i predškolske dobi. Istraživanje je provedeno na ukupnom uzorku od 98 odgojitelja s ciljem utvrđivanja izazova s kojima se odgojitelji susreću prilikom provođenja tjelesnih aktivnosti. Rezultati pokazuju da je većina ispitanika upoznata sa važnošću provođenja tjelesnih aktivnosti no tek njih trećina provodi tjelesne aktivnosti tri ili više od tri puta tjedno. Također se uočilo da neki vrtići ne posjeduju dvoranu niti adekvatan prostor za provođenje tjelesnih aktivnosti. Isto tako vidljivo je da prevelik broj djece u skupinama otežava odgojiteljima provođenje tjelesnih aktivnosti te da zbog velikog broja djece izbjegavaju korištenje sprava za koje je potrebna njihova asistencija. Odgojitelji smatraju da se provođenje kinezioloških aktivnosti vrednuje jednako kao i provođenje ostalih aktivnosti u odgojno obrazovnom procesu.

Ključne riječi: tjelesna aktivnost, djeca izazovi, odgojitelj

## **ABSTRACT**

Physical activity has an irreplaceable value because it is the best mean to achieve and preserve human health and therefore it is important to include children of early and preschool age in physical exercise and the preschool teacher has an extremely important role in that process. The theoretical part explains the importance of physical exercise for children of early and preschool age, the developmental characteristics of preschool children are mentioned as well. Types of physical exercise of children in kindergarten are stated, the material environment for conducting physical exercise described and the role of preschool teacher in conducting physical activities with children of early and preschool age. In the research 98 preschool teachers were surveyed with the aim of identifying the challenges that preschool teacher face while conducting physical activities. The results show that most respondents are aware of the importance of performing physical activities, but only a third of them perform physical activities three or more times a week. It was also noticed that some kindergartens do not have

gyms or adequate space to conduct physical activities. Increased number children in groups make it difficult for preschool teachers to assist the children and ensure that all the exercises are conducted in a proper and safe manner. Preschool teachers believe that condition of kinesiological activities have the same value as other activities in the educational process.

Key words: physical activity, children, challenges, preschool teacher

## 1. UVOD

Kretanje je jedna od najosnovnijih ljudskih funkcija, a tjelesna aktivnost kao važna potreba svakog djeteta poželjna je od najranije dobi. Kretanje djetetu omogućuje da upozna okolinu te da spozna na koji način njegovo tijelo može nešto napraviti. Suvremeni način života koji često podrazumijeva sjedilački način življenja, rezultirao je smanjenjem tjelesne aktivnosti tijekom djetetova odrastanja. Životni obrasci suvremenog djeteta bitno se razlikuju od onih zabilježenih u prošlosti. Djeca nikada prije nisu bila toliko neaktivna kao u današnje vrijeme. Znatno se smanjila igra djece na otvorenom, a povećalo se prosječno vrijeme koje dijete provodi uz razne elektronske i komunikacijske uređaje. Budući da djeca danas provode sve više vremena u institucijama, od neizmjerne je važnosti provoditi tjelesno vježbanje u dječjem vrtiću. Stoga je potrebno dobro osmisliti i kvalitetno provoditi sat tjelesnog vježbanja kako bi djecu naučili samostalnom vježbanju ali i uvrštavanju tjelesnih aktivnosti u svakodnevni život.. Odgojitelj ima najvažniju ulogu u provedbi tjelesnih aktivnosti s djecom jer on odlučuje na koji način će to provesti.

Prema aktualnim savjetima Svjetske zdravstvene organizacije o preporučenoj razini tjelesne aktivnosti djece, djeca mlađa od 5 godina svakodnevno bi trebala biti uključena najmanje 180 minuta u razne tjelesne aktivnosti (HZJZ, 2020.). To znači da bi se u vrtiću svakodnevno moralo organizirati provođenje tjelesnog vježbanja. Odgojitelji svakodnevno, ukoliko to vremenske prilike dozvoljavaju, organiziraju boravak djece na zraku no često se za boravak na zraku pripremaju stolovi sa raznim igrama te se djecu tako potiče na sjedenje a ne na kretanje. Razlog takvog organiziranja boravka na zraku su siromašni materijalni uvjeti koji podrazumijevaju nedostatak dvorišnog prostora i oskudan broj rekvizita. Nacionalni kurikulum za rani i predškolski odgoj i obrazovanje (2015.) navodi osam ključnih kompetencija za cjeloživotno učenje u kojima tjelesni odgoj nije naveden nego je spomenut tek kao segment dobrobit za dijete. Iz toga je vidljivo da je tjelesni odgoj djece rane i predškolske dobi zapostavljen i da se ne vrednuje jednako kao i ostale aktivnosti u odgojno obrazovnom procesu. Odgojitelji su svjesni važnosti provođenja tjelesnih aktivnosti i smatraju se kompetentnima za provođenje istih. No oni vrlo rijetko provode tjelesne aktivnosti više od 1-2 puta tjedno što indicira da odgojitelji imaju poteškoća u provođenju tjelesnog vježbanja s djecom. U ovome radu istražuje se koji su to izazovi s kojima se odgojitelji susreću u provođenju tjelesnog vježbanja.

## **1.1. Značaj tjelesne aktivnosti u ranoj i predškolskoj dobi**

Poznato je da je rana životna dob vrlo povoljno vrijeme za stimulaciju razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti, morfoloških obilježja te povećanja optimalnog dosega biotičkih motoričkih znanja. Propuštene mogućnosti za utjecaj na razvoj kvantitete i kvalitete svih znanja i sposobnosti u ovom razdoblju ne mogu se nadoknaditi u kasnijoj životnoj dobi (Pejčić, 2006. prema Pejčić i Trajkovski 2018.). Svjesni smo da je nedostatak kretanja djece u suvremenim uvjetima života današnja stvarnost i nepobitna činjenica. Tjelesna aktivnost ima nezamjenjivu vrijednost jer predstavlja najbolje sredstvo za postizanje i očuvanje čovjekova zdravlja. Zbog toga je vrlo važno pravovremeno uključiti djecu rane i predškolske dobi u tjelesno vježbanje. U tome vodeću ulogu imaju odgojitelji koji bi morali provoditi tjelesno vježbanje djece te tjelovježbom kompenzirati sve negativne utjecaje suvremenog života.

Prema Findak i Mraković (1998.) tjelesna aktivnost pozitivno utječe na rast i razvoj, jača imunitet, pravilno usmjerava i utječe na razvoj i održavanje antropometrijskih, motoričkih, funkcionalnih i adaptacijskih sposobnosti, sprječava i efikasno uklanja umor, usporava proces starenja te povećava stupanj zdravlja u cjelini.

Činjenica je da postoji veza između funkcionalnih sposobnosti i zdravlja. Tjelesna aktivnost doprinosi zaštiti zdravlja svojom preventivnom, ponekad kurativnom pa i rehabilitacijskom ulogom. Tjelesna aktivnost podiže razinu funkcionalnih i psihofizičkih sposobnosti koje su osnovni pokazatelji stupnja zdravlja. S druge strane stupanj zdravlja jedan je od osnovnih pokazatelja razine kvalitete života, što upućuje da je tjelesna aktivnost jedan od nezamjenjivih uvjeta za očuvanje i unapređenje zdravlja (Jurko i sur., 2015.).

Na rast i razvoj djeteta osim bioloških zakona izuzetno utječe i okolina. Dječji organizam lako se mijenja pod utjecajem okoline i zbog toga je iznimno važno poticati djecu na bavljenje tjelesnom aktivnošću (Prskalo i Sporiš 2016.).



## 1.2. Razvojna obilježja djece rane i predškolske dobi

“Kao razvoj razumijemo slijed promjena u osobinama, sposobnostima i ponašanju djeteta poradi kojih se ono mijenja te postaje sve veće, spretnije, sposobnije, društvenije, prilagodljivije itd.”(Starc i sur., 2004., str.13). Razvoj motorike podrazumijeva sve veću sposobnost djeteta da svrhovito i skladno koristi vlastito tijelo za kretanje i manipuliranje predmetima (Starc i sur, 2004.).

Dijete i odrasli čovjek razlikuju se u tome što se dijete razvija i raste. No treba razlikovati pojmove rast i razvoj. Rast podrazumijeva kvalitativne promjene koje se odnose na povećanje dimenzija tijela, a razvoj podrazumijeva kvalitativne promjene u građi pojedinih organa, tkiva i cijelog organizma (Neljak, 2009.). Rast i razvoj djece odvija se kontinuirano te je vrlo teško povući granice između pojedinih razvojnih razdoblja no ipak se na temelju razvojnih obilježja može napraviti podjela.

Findak (1995.) rast i razvoj djece dijeli na:

1. Rano djetinjstvo koje traje od rođenja do 3. godine
  - a) od 1. do 4.tjedna - doba novorođenčeta
  - b) od 5. tjedna do 10. mjeseca - faza novorođenčeta
  - c) od 10. do 15. mjeseca - faza puzanja i početnog hodanja
  - d) od 15. do 24. Mjeseca - srednje doba ranog djetinjstva
  - e) od 2. do 3.godine - starije doba ranog djetinjstva
2. Predškolsko doba koje traje od 3. do 6. ili 7. godine:
  - a) od 3. do 4. godine - mlađe predškolsko doba
  - b) od 4. do 5. godine - srednje predškolsko doba
  - c) od 5. do 6. ili 7.. godine - starije predškolsko doba

No ovu podjelu ne treba shvatiti kao nešto što je sigurno za svako dijete jer se rast i razvoj djece predškolske dobi ne odvija kod svakog djeteta jednako. Netko se razvija brže a netko sporije što ukazuje da je organizam svakog djeteta specifičan anatomske-fiziološki i funkcionalni sustav.

Svi stručnjaci koji se bave odgojem i obrazovanjem moraju poznavati specifičnosti svakog razvojnog razdoblja čovjekova života na koje se njihovo rad odnosi. To se posebice odnosi na odgojitelje koji kreiraju proces tjelesnog vježbanja djece. Rano i predškolsko razdoblje djece se sa kineziološkog stajališta posebno očituje u razvoju motorike, morfološkom razvoju i razvoju motoričkih i funkcionalnih sposobnosti (Petrić, 2019.).

### 1.2.1. Obilježja razvoja motorike

Motorika djeteta podrazumijeva njegovu sposobnost svrhovitog korištenja vlastitog tijela u prostoru. Motorički razvoj odvija se po cefalo-kaudalnim i proksimalno-distalnim smjerovima. Cefalokaudalni smjer podrazumijeva da dijete prvo započinje kontrolom pokreta glave i vrata pa postupno kreće kontrolirati trup i tek nakon toga kreće kontrolirati pokrete nogama. Proksimalno distalni smjer podrazumijeva da dijete prvo može kontrolirati dijelove tijela koji se nalaze bliže kralježnici pa tek onda dijelove koji su udaljeniji od kralježnice. Razvoj motorike uzrokovan je procesom mijelinizacije koji započinje .u korteksu neposredno nakon rođenja a završava tek oko 10. godine života zbog čega se kod djece tih godina sazrijevanje živčanog sustava izravno odražava na izvođenje kretnji, pokreta i gibanja. Iz tog razloga desetogodišnje dijete može naučiti mnoge kretnje, pokrete i gibanja ali ih ne može izvoditi koordinirano. (Neljak, 2009.)

### 1.2.2. Obilježja morfološkog razvoja

Za dinamiku rasta i razvoja odgovorna su morfološka obilježja koja se u ranoj i predškolskoj dobi najčešće promatraju putem koštanog i mišićnog sustava te potkožnog masnog tkiva, odnosno putem mjerenja tjelesne visine, tjelesne mase i indeksa tjelesne mase. Najbolji način za utvrđivanje djetetova zdravlja je praćenje rasta i razvoja. Za mjerenje morfoloških karakteristika djece u praksi se službeno primjenjuju antropometrijski standardi koje je preporučila Svjetska zdravstvena organizacija (Petrić, 2019.).

Standardne vrijednosti tjelesne visine djece rane i predškolske dobi opisuju da su u prosjeku dječaci nešto viši od djevojčica te da je kod oba spola najveći prirast tijekom prve dvije godine života a iznosi oko 12 centimetara godišnje. Dijete od rođenja do 7. godine života u prosjeku naraste više od 70 centimetara. Godišnje prosječne standarde vrijednost tjelesne mase kod djevojčica i dječaka od rođenja do 7. godine života iznose u prosjeku porast za nešto više od 2 kilograma a dječaci su u prosjeku teži od djevojčica oko pola kilograma. Djetetu od rođenja do 7. godine života tjelesna masa poraste za više od 13 kilograma. Indeks tjelesne mase označava omjer tjelesne mase izražene u kilogramima i kvadrata tjelesne visine izražene u metrima a koristi se kao pokazatelj stupnja uhranjenosti osobe. Godišnje prosječne vrijednosti indeksa tjelesne mase postupno se smanjuju od rođenja do 4. godine djetetova života a od 4. godine nadalje postupno rastu (Petrić, 2019.).

### 1.2.3. Obilježja razvoja motoričkih sposobnosti

“Motoričke sposobnosti značajno sudjeluju u realizaciji svih vrsta gibanja. U njihovoj osnovi leži učinkovitost organskih sustava čovjekova tijela, osobito živčano-mišićnog koji je odgovoran za intenzitet, trajanje i strukturnu regulaciju kretanja. Motoričke sposobnosti omogućuju snažno, brzo, dugotrajno, precizno ili koordinirano izvođenje motoričkih zadataka” (Milanović, 2013. prema Jurko i sur., 2015., str. 269). U ranoj i predškolskoj dobi mogu se razvijati sljedeće osnovne motoričke sposobnosti: koordinacija, ravnoteža, preciznost, brzina, fleksibilnost, snaga i izdržljivost.

*Koordinacija* je sposobnost upravljanja pokretima cijelog tijela a očituje se u brzom i preciznom izvođenju složenih motoričkih zadataka (Prskalo, 2004.).

*Ravnoteža* je sposobnost održavanja tijela u ravnotežnom položaju ( Prskalo, 2004.).

*Preciznost* je sposobnost izvođenja točno usmjerenih i odmjerenih pokreta ( Prskalo, 2004.).

*Brzina* je sposobnost brzog izvođenja jednog ili više pokreta ( Prskalo, 2004.).

*Fleksibilnost* je sposobnost izvođenja pokreta što veće amplitude ( Prskalo, 2004.).

*Snaga* je rad obavljen u jedinici vremena (Prskalo, 2004.).

*Izdržljivost* je sposobnost dužeg izvođenja neke aktivnosti bez sniženja njene efikasnosti (Zaciorski, 1972. prema Prskalo 2004.).

Kod djece rane i predškolske dobi najznačajnija motorička sposobnost je koordinacija. Koordinacija je prisutna prilikom izvedbe svih motoričkih struktura i povezuje se sa svim ostalim motoričkim sposobnostima. Bitno je napomenuti da se motoričke sposobnosti kod djece ne razvijaju pojedinačno nego se razvijaju integrirano. Na motoričke sposobnosti djeteta može se u manjoj ili većoj mjeri utjecati redovitim tjelesnim vježbanjem, ovisno o spolu, životnoj dobi i koeficijentu urođenosti. Zbog toga je vrlo bitno poticati razvoj motoričkih sposobnosti već od najranije dobi (Petrić, 2019.).

### 1.2.4. Obilježja razvoja funkcionalnih sposobnosti.

“Funkcionalne se sposobnosti mogu definirati kao sposobnosti organizma koje su odgovorne za transport i proizvodnju energije u ljudskom organizmu.” (Sekulić i Metikoš, 2007. prema Petrić 2019.). Rano i predškolsko doba obilježeno je promjenama i u funkcionalnim sposobnostima koje su jednako velike kao promjene u motoričkom i morfološkom okviru no nisu tako jako vidljive. U ovom razdoblju djetetova života dišni organi nisu još potpuno

razvijeni što otežava disanje kod djece. Dok odrasli dišu 16-18 puta u minuti dijete udahne 22-24 puta u minuti što uzrokuje neekonomičnu plućnu ventilaciju. Tijekom rasta i razvoja, frekvencija disanja se jednakomjerno smanjuje sve do kraja puberteta. Tjelesna aktivnost povoljno utječe na ekonomičniji rad dišnog sustava. Kod djece rane i predškolske dobi funkcioniranje krvožilnog sustava dobro je prilagođeno zahtjevima organizma u razvoju. Omjer između veličine srca djeteta predškolske dobi i tjelesne mase je povoljniji nego kod odraslih. Krvne žile kod djece su puno šire i zato u njima krv teče slobodnije što uzrokuje značajno niži tlak nego kod odraslih, no zbog toga je puno sporija dinamika protoka krvi. To je jedan od razloga zašto se djeca brže umaraju od odraslih i zašto ne mogu izdržati duža kontinuirana opterećenja. Zato je s djecom predškolske dobi potrebno provoditi tjelesne aktivnosti kraćeg trajanja. Obzirom da djeca nemaju ekonomično disanje kao odrasli pretpostavlja se da imaju i manji aerobni kapacitet od odraslih (Neljak, 2009). Iz navedenih činjenica vidljivo je da bi pri planiranju i organiziranju tjelesnog vježbanja djece trebalo puno pažnje posvetiti razvoju funkcionalnih sposobnosti.

### **1.3. Vrste tjelesnog vježbanja djece rane i predškolske dobi**

U ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju kineziološke aktivnosti predstavljaju različite vrste tjelesnog vježbanja za djecu rane i predškolske dobi. Cilj tjelesnog vježbanja djece je osigurati motoričku pismenost djece kako bi se stvorio učinkovit, cjelovit i planski utjecaj na njihovu motoriku i optimalan razvoj antropoloških obilježja. Vrste kinezioloških aktivnosti u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju koje kineziološka metodika trenutno razlikuje su: tjelesni odgoj, poticajno tjelesno vježbanje, jutarnje tjelesno vježbanje, tjelesno aktivne pauze, tjelesno vježbanje s roditeljima, šetnja, izlet, zimovanje, ljetovanje i sportski trening (Petrić, 2019.).

*Tjelesni odgoj* ili kako ga neki autori nazivaju sat tjelesne i zdravstvene kulture je najsloženija kineziološka aktivnost koja sustavno i planski utječe na cjelokupni organizam djeteta. Primarna svrha tjelesnog odgoja je osigurati motoričku pismenost svakog djeteta te izgraditi temelje opće tjelesne kulture. Sat tjelesne i zdravstvene kulture ima svoju standardnu strukturu: uvodni, pripremni, glavni i završni dio (Petrić, 2019.).

*Poticajno tjelesno vježbanje* podrazumijeva zadovoljavanje osnovne potrebe djece za kretanjem koje je potaknuto prostornim okruženjem. Odgojitelj različitim materijalima koje postavlja po prostoru indirektno potiče djecu da započnu izvoditi motoričke sadržaje. Poticajno tjelesno vježbanje jedan je od načina kako u dječjem vrtiću živjeti pokret. Kako bi

se poticajno tjelesno vježbanje realiziralo, njegovi sadržaji moraju biti u skladu sa razvojnom dobi djeteta (Petrić, 2019.).

*Jutarnje tjelesno vježbanje* najčešće podrazumijeva opće pripremne vježbe, a njegova svrha je stvoriti pozitivno ozračje, pridonijeti zajedništvu, boljem raspoloženju i kvalitetnijem radu s djecom u skupini. Organizacija jutarnjeg tjelesnog vježbanja trebala bi se provoditi ujutro prije doručka, može se provoditi u svim prostorima ali kad je to god moguće treba je provoditi vani na otvorenim površinama (Petrić, 2019.).

*Tjelesno aktivne pauze* podrazumijevaju tjelesno vježbanje uz multimediju, tjelesno vježbanje uz priču, opće pripremne vježbe i pojedinačne kineziološke igre. Njihova svrha je omogućiti aktivan odmor djetetu kako bi se spriječio daljnji rast umora i omogućio odmor centralnog živčanog sustava. Odgojitelj bi trebao organizirati tjelesno aktivne pauze u trenutku kad primijeti opadanje koncentracije kod djece u skupini (Petrić, 2019.).

*Tjelesno vježbanje s roditeljima* podrazumijeva stvaranje poticajnog okruženja za tjelesno vježbanje uz suvremenu tehnologiju i integraciju tjelesnog vježbanja u svakodnevni život obitelji. Cilj tjelesnog vježbanja s roditeljima prije svega je promocija tjelesnog vježbanja i prihvaćanja pokreta kao načina življenja. Tijekom jedne pedagoške godine, tjelesno vježbanje s roditeljima trebalo bi se organizirati minimalno tri puta a može se organizirati u obliku kinezioloških radionica za djecu i roditelje, kao završna priredba ili tijekom roditeljskih sastanaka (Petrić, 2019.).

*Šetnja* podrazumijeva kontinuirano hodanje s planiranim odmorom. Svrha šetnje kao kineziološke aktivnosti je omogućiti djeci boravak na zraku pri kojem se kod djece umjereno aktivira lokomotorni, krvožilni i dišni sustav. Šetnja s djecom bi se trebala organizirati prije ručka. Maksimalno trajanje šetnje ovisi o dobi i mogućnostima djece, no ipak šetnja ne bi trebala trajati manje od 500 metara ili 15 minuta (Petrić, 2019.).

*Izlet* u kineziološkom smislu najčešće podrazumijeva pješaćenje, no sadržaji izleta ovise o mjestu gdje se izlet ostvaruje te o mogućnostima koje to mjesto nudi. Najprimjereniji izleti za djecu rane i predškolske dobi su odlasci u prirodna okruženja. Tijekom pedagoške godine izleti se najčešće organiziraju u ranu jesen, proljeće te početkom ljeta. Svrha izleta kao kineziološke aktivnosti je upoznavanje djece s određenim sportskim, prirodnim i kulturnim vrijednostima (Petrić, 2019.).

*Zimovanje* podrazumijeva kineziološke sadržaje koji se mogu provoditi na otvorenom ali i u zatvorenom prostoru. Kineziološke aktivnosti na otvorenom su klizanje, sanjkanje, skijanje,

šetnje, izleti, kineziološke igre na snijegu, motoričke igre s prirodnim oblicima kretanja. Kineziološki sadržaji u zatvorenom prostoru organiziraju se isključivo kada vremenske prilike ne dozvoljavaju boravak na zraku a podrazumijevaju razne kineziološke igre i motoričke aktivnosti uz glazbu. Organizacija zimovanja obuhvaća planiranje i pripremu te programiranje rada tijekom zimovanja. Svrha zimovanja kao kineziološke aktivnosti je pružiti djeci ostvarivanje različitih specifičnih kinezioloških sadržaja koji se mogu provoditi u prirodi i u zimskim uvjetima (Petrić, 2019.).

*Ljetovanje* podrazumijeva kineziološke aktivnosti koji se provode na otvorenom prostoru kao što su plivanje, obuka neplivača i igre u vodi. Samo u iznimnim slučajevima odnosno vremenskim neprilikama kineziološki sadržaji mogu se realizirati u zatvorenom prostoru. Ljetovanje se organizira isto kao i zimovanje te obuhvaća planiranje i pripremu te programiranje rada tijekom ljetovanja. Svrha ljetovanja kao kineziološke aktivnosti je pružiti djeci ostvarivanje različitih specifičnih kinezioloških sadržaja koji se mogu provoditi u ljeti u prirodi (Petrić, 2019.).

*Sportski trening* u integriranom sportskom program provodi se unutar redovitog programa pojedinog dječjeg vrtića koji se tada naziva “sportskim vrtićem”. Osim antropološke dobrobiti za dijete, cilj sportskog treninga je usmjeravanje djece prema određenom sportu. Sportski trening provodi se nakon redovitog programa vrtića, a opisuje se kao specijalizirani kraći program (Petrić, 2019.).

### 1.3.1. Kineziološki sadržaji tjelesnih aktivnosti u ranoj i predškolskoj dobi

Kineziološki sadržaji koji se provode u radu s djecom rane i predškolske dobi mogu se podijeliti u dvije velike skupine. Prvu veliku skupinu čine kineziološka motorička znanja, dok drugu veliku skupinu čine kineziološke igre. Provođenje kinezioloških motoričkih znanja ima dvosmjerni značaj, prvi se odnosi na informacijsku komponentu vježbanja dok se drugi odnosi na transformacijsku komponentu vježbanja. Provođenje kineziološke igre važno je jer uključuje sve kapacitete i pridonosi mnogostrukom razvoju djeteta. U razvoju djece predškolske dobi kineziološke igre imaju vrlo značajno mjesto jer pozitivno utječu na velik broj funkcionalnih morfoloških, motoričkih i obilježja djeteta (Neljak, 2009.).

Neljak (2009.) kineziološka motorička znanja koja se koriste u radu s djecom grupira u tri skupine:

- Biotička motorička znanja su prirodni oblici kretanja koje djeca od rođenja do treće godine života počinju realizirati nagonski bez poduke odrasle osobe. Biotička motorička znanja prohode učenju kinezioloških motoričkih znanja a omogućuju svladavanje prostora, prepreka, otpora i baratanja predmetima. U biotička motorička znanja ubrajamo: puzanje, hodanje, trčanje, penjanje, skakanje, dizanja i nošenja te bacanja i hvatanja.
- Kineziološki prilagođena motorička znanja su kineziološki osmišljena biotička motorička znanja te ih djeca ne mogu izvoditi nagonski bez poduke odrasle osobe.
- Jednostavnija kineziološka motorička znanja podrazumijevaju osnovne strukture gibanja pojedinih kinezioloških aktivnosti koje djeca mogu naučiti samo uz pomoć trenera ili učitelja.

Kineziološke igre podrazumijevaju sve igre u kojima dominira pokret i kretanje djeteta. Igra je sastavni dio života svakog djeteta i ona je prirodni put da dijete usvaja i učvršćuje znanja. Igra djetetu pruža zadovoljstvo, ali predstavlja i način na koji djeca uče o sebi, drugima i svijetu koji ih okružuje. U tjelesnom razvoju djece rane i predškolske dobi posebno mjesto zauzimaju kineziološke igre zbog svog pozitivnog utjecaja na velik broj morfoloških i funkcionalnih sposobnosti. Prema Neljak (2009.) kineziološke igre djece predškolske dobi su biotičke igre, igre pretvaranja, igre stvaranja, igre s jednostavnijim pravilima i igre sa složenijim pravilima. Ova podjela kinezioloških igara napravljena je obzirom na kronološku dob djeteta.

Kineziološke igre:

- Biotičke igre – javljaju se već u dojenačkoj dobi kada se djeca počinju spontano igrati istražujući okolinu i igračke. Ove spontane igre obično traju do kraja druge godine te je vrlo važno djeci osigurati adekvatne igračke koje će potaknuti njihov razvoj.
- Igre pretvaranja – nazivaju se još i simboličke igre a započinju se pojavljivati oko druge godine života, najintenzivnije zastupljene su oko 4. ili 5. godine te traju do polaska u školu. Igre pretvaranja su vrlo važne jer djeca kroz njih uče kako se uživjeti u nečiju osobnost te na taj način razvijaju kreativnost.
- Igre stvaranja – javljaju se u trećoj godini života i opstaju kroz ranu školsku dob. To su igre u kojima djeca koriste različite stvari kako bi od njih nešto stvorili. Ove igre

obuhvaćaju igre kockama, rezanje i lijepljenje slika, modeliranje figura od plastelina i igre pijeskom.

- Igre s jednostavnim pravilima - postupno se pojavljuju nakon 5. godine života, a obuhvaćaju igre poput skrivača, igre “školice”, “crna kraljica” i slične. To su igre s unaprijed poznatim pravilima u kojima postoji unaprijed određeni cilj.
- Igre sa složenijim pravilima – pojavljuju se neposredno prije odlaska u školu. Ovaj tip igara doprinosi moralnom razvoju djeteta jer ga navode da se pošteno pridržavaju pravila. Igre sa složenijim pravilima su društvene igre “Čovječe ne ljuti se”, “Uno”, “Crni petar” i slične.

#### **1.4. Okruženje za provođenje tjelesnih aktivnosti**

Krajnji uspjeh u provođenju tjelesnih aktivnosti uvelike ovisi o materijalnim uvjetima rada. Materijalne uvjete rada čine prostor, oprema i sredstva. Kako bi se programi tjelesnog vježbanja u dječjim vrtićima realizirali potrebno je osigurati osnovne prostorne uvjete te specifična sredstva i opremu za djecu rane i predškolske dobi. No hoće li dijete neko motoričko gibanje svladati teže ili lakše, brže ili sporije ipak najviše ovisi o odgojitelju (Findak, 1995.).

##### **1.4.1. Prostor**

Findak (1995.) sve prostore koje se koriste u radu s djecom rane i predškolske dobi dijeli na otvorene objekte i zatvorene objekte. *Otvoreni objekti* obuhvaćaju igrališta, bazene i klizališta. Površine otvorenih objekata mogu se razvrstati u četiri vrste:

1. Zrnate pokrovni sloj im se sastoji od zrnate mineralne smjese koja je vodonepropusna i ne sadrži umjetna veziva,
2. Travnate – pokrovni sloj je biljni i sastoji se od travnatih biljaka,
3. Plastične – višeslojne površine kod kojih je pokrovni sloj napravljen od sintetičkih, pretežno gumielastičnih materijala,
4. Tvrde – pokrovni sloj je napravljen od asfalta, betona ili sličnih materijala.

Uz standardne otvorene objekte, u ljetnim mjesecima mogu se koristiti i druge otvorene površine kao što su prirodna kupališta, pješčane obale i zelene površine, a u zimskim mjesecima mogu se koristiti skijališta, sanjkališta i prirodna klizališta. *Zatvoreni objekti* obuhvaćaju dvorane, bazene, klizališta i adekvatne prostorije.



#### 1.4.2. Oprema

Findak (1995.) opremu dijeli ovisno o cilju s kojim se oprema koristi i kakvu funkciju ima za vrijeme vježbanja. Oprema je svrstana u tri skupine: sprave, rekviziti, pomoćno- tehnička oprema.

*Sprava* podrazumijeva svaki ugrađeni ili pomoćni element uz pomoć kojega se odvija tjelesna aktivnost, a to su strunjače, švedske klupe, švedske ljestve, pokretne mete, stalci za skok u vis, niske grede, penjalice, Dario. Prilikom nabave sprava za djecu rane i predškolske dobi važno je da one budu dovoljno tvrde, da su primjerene boje, da nemaju oštre bridove, da su primjerene visine, da se mogu kombinirati sa različitim spravama te da su pogodne za postavljanje i spremanje.

*Rekvizit* se odnosi na predmete koji su potrebni za vježbanje i uglavnom služi za osobno korištenje. U rekvizite ubrajamo majice, triko, papuče, klizaljke, skije, sanjke, lopte, male punjene lopte, medicinke, raznobojne trake, vijače, obruče. Prilikom izbora rekvizita treba paziti ponajprije o cilju koji se želi postići uz njihovu pomoć.

*Pomoćno-tehnička sredstva* odnose se na sredstva koja se koriste radi lakše organizacije rada, pri praćenju i provjeravanju efekta rada i za potrebe pružanja prve pomoći. U pomoćno-tehnička sredstva ubrajamo centimetarsku traku, štoperice, starter, zastavice za obilježavanje prostora, visinomjer, vagu, kaliper i komplet za pružanje prve pomoći.

#### 1.4.3. Sredstva

Findak (1995.) sredstva dijeli na vizualna, auditivna i audiovizualna. Korištenje primjerenih sredstava jedan je od vrlo važnih i aktivnih čimbenika racionalizacije, intenzifikacije i humanizacije odgojno obrazovnog procesa. Iako nijedno sredstvo ne može zamijeniti živu demonstraciju ipak su suvremena sredstva korisna i potrebna i ponekad neizbježan dodatak živoj demonstraciji. Uporaba sredstava posebnu vrijednost ima prilikom učenja složenih motoričkih gibanja jer se žive demonstracije motoričkih gibanja odvijaju brzo i ne mogu se usporiti. U takvim slučajevima primjenom sredstava nakon demonstracije, djeci motorička gibanja postaju razumljivija zanimljivija.

Posljednjih desetljeća napredak tehnologije donio je nebrojene mogućnosti ali je i promijenio naše živote. Može se reći da danas živimo u digitalnom dobu, odnosno u vremenu u kojem je tehnologija sastavni dio dječje svakodnevnice. Iz tog razloga multimedijaska tehnička sredstva zauzimaju značajno mjesto u odgojno obrazovnom procesu. Korištenje multimedije u radu s

djecom rane i predškolske dobi podrazumijeva korištenje različitih medija kao što su zvuk, slika, tekst, animacija i video. Cilj njenog korištenja u provođenju tjelesnih aktivnosti je stvaranje kvalitetnijih i zanimljivijih uvjeta koji će djeci omogućiti razvijanje njihovih potencijala i stjecanje znanja o svijetu. (Petrić, 2019.)

### **1.5. Uloga odgojitelja u provođenju tjelesnih aktivnosti**

Krajnji uspjeh u provođenju tjelesnih aktivnosti sa djecom rane i predškolske dobi najviše ovisi o odgojitelju. Biti odgojitelj predškolske djece veliki je izazov ali i odgovornost. Da bi odgojitelj bio uspješan u provođenju tjelesnih aktivnosti, mora prije svega biti svjestan da njihovom provedbom upravlja transformacijskim procesima djece te da tako utječe na njihovo zdravlje, osobnost i kvalitetu života. Budući da odgojitelj stvara temelje motoričke pismenosti kod djece on mora imati određenu razinu stručnog znanja i kvalitetnu pripremu kako bi navedeno mogao i ostvariti. Organizirano tjelesno vježbanje sa djecom rane i predškolske dobi izrazito je dinamičan proces te je stoga potrebno provesti kvalitetnu pripremu kako bi se improvizacija u odgojno obrazovnom procesu svela na minimum (Petrić, 2019.).

Sindik (2008.) navodi da voditelj bilo kojeg oblika tjelesnog vježbanja treba težiti postizanju uspjeha, odnosno svladavanju tjelesnog zadatka te da treba:

- Kombinirati demokratski i autoritativni stil vođenja što znači da povremeno sam definira dužnosti svih a ponekad o tome odlučuje zajedno s grupom.
- Redovito i aktivno dvosmjerno komunicirati s djecom i tako saznati mišljenja djece o određenim aktivnostima i provjeriti što su naučila.
- Koristiti pojedinačne pohvale za postignuća ali i obzirno kudenje.
- Uključivati djecu u planiranje budućih aktivnosti.
- Dodjeljivati djeci odgovornosti za neke odluke te uzimati u obzir prijedloge djece.

Sindik (2008., str. 67.) naveo je obilježja kompetentnog i nekompetentnog trenera

KOMPETENTAN TRENER	NEKOMPETENTAN TRENER
<ul style="list-style-type: none"> <li>• „uvjerljiv je i jasan u zahtjevima koje postavlja pred djecu“</li> <li>• „probleme rješava u začetku“</li> <li>• „pomaže djeci da zadovolje svoje potrebe“</li> <li>• „stvara ugođaj u kojem djeca surađuju“</li> <li>• „dosljedno daje upute“</li> <li>• „povremeno kontrolira pojedince u svrhu davanja dobronamjernih savjeta za korekciju“</li> <li>• „donosi odluke s dalekosežnim učincima“</li> <li>• „zna da i drukčije mišljenje može imati značenja“</li> <li>• „prepoznaje prioritete“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „neodlučan je“</li> <li>• „dopušta da mu se problemi nagomilaju, a tek ih onda rješava“</li> <li>• „ima previše tajni, plaši se tuđeg utjecaja“</li> <li>• „govori previše i nastoji skinuti sa sebe odgovornost“</li> <li>• „ide iz krajnosti u krajnost: od pretjerane popustljivosti do diktatorstva“</li> <li>• „ne daje dovoljno pažnje djeci“</li> <li>• „zaboravlja zahtjeve koje je dao i onda daje proturječne“</li> <li>• „od drveća ne vidi šunu“</li> <li>• „zanemaruje probleme“</li> <li>• „daje nove zadatke polaznicima dok stare još nisu dovršili ili uspješno usvojili“</li> </ul>

Autor navodi da je uloga voditelja tjelesnih aktivnosti sa djecom predškolske dobi informirati, procjenjivati, poticati, inzistirati na pravilima, ohrabrivati, odgovarati na pitanja te nastojati zadovoljiti potrebe djeteta u sportu. Voditelji tjelesnih aktivnosti djece predškolske dobi ne bi smjeli prikrivati prave probleme, učiti za dijete, tjerati dijete da uči, popuštati djetetu te zloupotrebljavati povjerenje. Obzirom da je predškolsko doba vrlo osjetljivo razdoblje djetetova života pred odgojitelje se postavljaju posebni zahtjevi. Odgojitelji moraju djeci pružiti razne mogućnosti da iskušaju svoju snagu te ne smiju ništa zapostaviti niti ukalupiti (Ivanković, 1982.). Findak i Delija (2001.) navode da je najvažnija uloga odgojitelja stvaranje pozitivnog odnosa prema tjelesnom vježbanju. On mora imati pozitivan stav prema vježbanju te treba biti motiviran i kreativan. Odgojitelj mora biti siguran u ono što radi, treba dobro poznavati obilježja rasta i razvoja te interese i potrebe djece. Kada odgojitelji pokazuju djeci tjelesno vježbanje kao nešto vrlo pozitivno i zabavno i kada djeca osjete da tjelesno vježbanje pruža zadovoljstvo tada je puno veća mogućnost da će djeca i u budućnosti imati pozitivan stav

prema tjelesnom vježbanju. Uzmemo li u obzir da se doživotna percepcija tjelesnog vježbanja temelji na iskustvima iz vrtićkog doba, vidimo da je uloga odgojitelja neizmjenjivo važna.

#### 1.5.1. Priprema odgojitelja za provođenje tjelesnih aktivnosti

Petrić (2019.) dijeli pripremu odgojitelja na dvije vrste priprema, a to su osobna priprema i organizacijska priprema. Osobna priprema sadrži teorijski, tjelesni i psihološki segment pripremanja odgojitelja.

*Teorijski* segment pripremanja odnosi se na profesionalni razvoj odgojitelja, odnosno na njegovu edukaciju. To podrazumijeva da se odgojitelj redovito informira o novim trendovima u odgoju i obrazovanju, da redovito odlazi na različita stručna usavršavanja i da redovito nadograđuje svoje znanje. Odgojitelj bi trebao svoj rad svakodnevno preispitivati te težiti suvremenim pristupima i implementirati ih u svoj rad. *Tjelesni* segment pripremanja odnosi se na osobnu tjelesnu pripremu odgojitelja. Odgojitelj treba svakom djetetu s kojim radi osigurati osnovnu motoričku pismenost a kako bi to mogao činiti mora i sam brinuti o razini svoje motoričke pismenosti i razini vlastite tjelesne spremnosti. *Psihološki* segment pripremanja odnosi se na emocije i motivaciju odgojitelja. Emocije i motivacija odgojitelja mogu znatno utjecati na odgojno obrazovni proces. Kako bi vrijeme tjelesnog vježbanja bilo ugodno odgojitelj mora biti strpljiv, komunikativan, te spremno odgovarati na potrebe djece.

Činjenica je da osobni dio pripremanja odgojitelja znatno utječe na razinu kvalitete provođenja tjelesnih aktivnosti te je navedene segmente potrebno neprekidno razvijati.

Prema Petriću (2019.) organizacijska priprema odgojitelja podrazumijeva metodičku pripremu za realizaciju tjelesnog vježbanja, a obuhvaća sljedeće postupke: stručnu analizu prethodne aktivnosti, uvid u izvedbeni plan i program, definiranje cilja, odabir prostora i opreme, odabir organizacijskih postava i oblika, odabir metode rada te razradu tijeka aktivnosti.

*Stručna analiza* prethodne aktivnosti podrazumijeva kratki uvid u prethodno provedenu aktivnost te izradu zaključaka na temelju pozitivnih i negativnih situacija koje su se dogodile u provođenju tjelesne aktivnosti. *Uvid u izvedbeni plan i program* odnosi se na uvid u motoričke sadržaje koji su planirani za konkretnu aktivnost a koje je odgojitelj odabrao na početku pedagoške godine prema cilju, zadaćama, stanju djece utvrđenom temeljem kineziološke dijagnostike te materijalnim uvjetima rada. *Definiranje cilja* podrazumijeva utvrđivanje cilja određene kineziološke aktivnosti, a temeljimo ga na predviđenim motoričkim sadržajima te povezujemo s trenutnom temom kojom se ta odgojna skupina bavi. *Odabir*

*prostora i opreme* podrazumijeva odabir prostora za vježbanje i opreme koja je potrebna za provedbu planirane aktivnosti. Kada god vremenske prilike dopuštaju odgojitelj bi trebao odabrati vanjski prostor za provedbu tjelesnih aktivnosti. *Odabir organizacijskih oblika i postava* odnosi se na odlučivanje koje organizacijske postavbe i oblike tjelesnog vježbanja ćemo primijeniti tijekom provođenja tjelesnog vježbanja. *Metode rada* podrazumijevaju odabir metoda kojima ćemo realizirati tjelesne aktivnosti. *Razrada tijeka aktivnosti* podrazumijeva da se za svaki motorički sadržaj opiše: način realizacije, način integracije, kinantropološki utjecaj, odgojni utjecaj, izradu tlocrta prostora za vježbanje te zapažanja odgojitelja (Petrić, 2019.).

## 2. DOSADAŠNJA ISTRAŽIVANJA

Petračić i Nemet (2008.) u radu *Stanje i perspektiva razvoja programa tjelesnog vježbanja za djecu predškolske dobi u republici Hrvatskoj* ukazuju na važnost stvaranja navika svakodnevnog tjelesnog vježbanja i bavljenja različitim tjelesnim aktivnostima već od najranije dobi. U ovom radu autori navode različite programe vježbanja za djecu predškolske dobi. Autori među ostalim, navode da je za perspektivu razvoja programa tjelesnog vježbanja za djecu predškolske dobi potrebna kvalitetnija i češća suradnja voditelja sportskih programa i odgojitelja te kvalitetnija suradnja Kineziološkog fakulteta sa svim ustanovama koje provode programe tjelesnog vježbanja za djecu predškolske dobi. Zaključuju da je ponuda programa tjelesnog vježbanja za djecu predškolske dobi sve veća, ali da je njihova kvaliteta sve manja zbog nedovoljno educiranih voditelja.

Tomac, Vidranski i Ciglar (2015.) u radu *Tjelesna aktivnost djece tijekom redovnog boravka u predškolskoj ustanovi* istraživali su ukupnu količinu tjelesne aktivnosti djece predškolske dobi za vrijeme petodnevnog boravka u vrtiću. Autori su količinu aktivnosti mjerili brojem koraka. Istraživanje je pokazalo da djeca predškolske dobi u prosjeku naprave između 2100 i 5460 koraka. Uočili su da broj koraka ovisi o dnevnom programu. Zaključili su da bi predškolske ustanove mogle povećati razinu tjelesne aktivnosti djece provedbom primjerenih programa te da je djecu ipak potrebno dodatno poticati na tjelesnu aktivnost jer sam boravak u vrtiću nije dovoljan za optimalnu tjelesnu aktivnost.

Autori Vujičić, Petrić K. i Petrić V. (2020.) u radu *Utjecaj prostornog okruženja u predškolskim ustanovama na razinu tjelesne aktivnosti djece rane dobi* istraživali su može li prostorno okruženje u različitim prostorijama dječjeg vrtića bitno utjecati na razinu tjelesne aktivnosti djece. U istraživanje su bile uključene dvije jasličke skupine iz dva novo izgrađena vrtića sa suvremenom arhitekturom u gradu Rijeci. Dobiveni rezultati pokazali su da su djeca koja borave u suvremenom prostornom okruženju značajno aktivnija.

Horvat i Morandini-Plovanić (2002.) u radu *Materijalni Uvjeti i opseg tjelesnog vježbanja u vrtićima* proveli su istraživanje u 33 vrtića u 11 županija republike Hrvatske kojim su željeli utvrditi obujam vježbanja djece u vrtićima te materijalne uvjete rada. Zaključili su da je potrebno uvesti promijene u provođenju tjelesnih aktivnosti s djecom predškolske dobi.

### **3. METODE RADA: ANKETNO ISTRAŽIVANJE “Izazovi prilikom provođenja tjelesnih aktivnosti u dječjem vrtiću.”**

#### **3.1. 3.1. Cilj i hipoteze istraživanja**

Cilj ovog diplomskog rada bio je istražiti koji su to otežavajući čimbenici i izazovi s kojima se odgojitelji susreću prilikom provođenja tjelesnih aktivnosti u dječjem vrtiću.

**H1:** Odgojitelji su upoznati s važnošću provođenja tjelesnih aktivnosti s djecom u skupini.

**H2:** Odgojitelji su dovoljno kompetentni za provođenje tjelesnih aktivnosti s djecom u skupini.

Anketa ispituje istinitost navedenih pretpostavki.

#### **3.2. Uzorak ispitanika i varijabli**

Istraživanje je provedeno na uzorku od 98 odgojitelja ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja. Svi ispitanici u istraživanju bili su ženskog spola. Najveći dio ispitanika, njih 46,9% ima između jedne i deset godina radnog staža dok preko trideset godina radnog staža ima tek 10,2% ispitanika. Visoku stručnu spremu ima 29,6 % ispitanika, višu stručnu spremu ima 67,3% ispitanika, a 3,1% ispitanika ima srednju stručnu spremu.

Uzorkom varijabli pokrivena su tri područja ispitivanja. Prvu skupinu čine nominalne varijable koje opisuju socio-demografska obilježja ispitanika. Drugu skupinu čine varijable koje procjenjuju stavove odgojitelja prema provođenju tjelesnih aktivnosti. Treću skupinu čine varijable koje procjenjuju stavove odgojitelja prema materijalnim uvjetima u prostorima gdje se odvijaju tjelesne aktivnosti.

#### **3.3. Metode za obradu podataka**

Za potrebe istraživanja kreiran je anketni upitnik pomoću statističkog alata Google Forms. U anketnom upitniku korištena su pitanja zatvorenog i otvorenog tipa te Likertova petostupanjska skala. U Likertovoj skali ponuđeno je pet kategorija: 1- U potpunosti se ne slažem, 2- Djelomično se ne slažem, 3. Niti se slažem, niti se ne slažem, 4- Djelomično se slažem, 5- U potpunosti se slažem. Na postavljena pitanja odgovarano je putem elektroničke poveznice gdje je ispitanik trebao pritisnuti odgovarajući kružić.

Anketa je provedena u kolovozu 2021. godine. Ispitanici su prije anketiranja bili upoznati s načinom ispunjavanja ankete i da je anketa anonimna te su zamoljeni da iskreno odgovaraju na anketna pitanja. Isto tako ispitanici su bili upoznati sa ciljem i svrhom ovog istraživanja. Vrijeme za ispunjavanje ankete nije bilo ograničeno.

Dobiveni rezultati obrađeni su statističkim alatom Google Forms. Izračunati su postoci odgovora po kategorijama pojedinih varijabli. Rezultati su prikazani dijagramima.

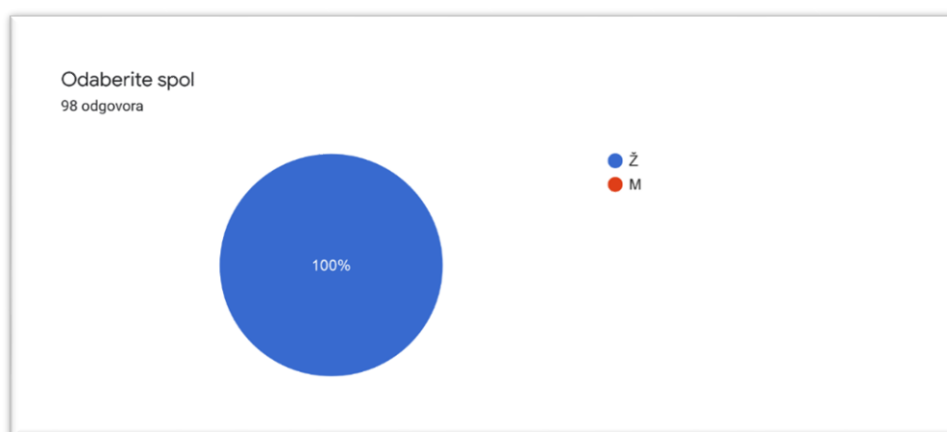


## 4. REZULTATI I RASPRAVA

U ovom poglavlju navode se rezultati provedenog ispitivanja. Kao što je prethodno navedeno prvi dio ankete odnosi se na odgovore o socio-demografskim obilježjima ispitanika. Svi rezultati su potkrepljeni raspravom.

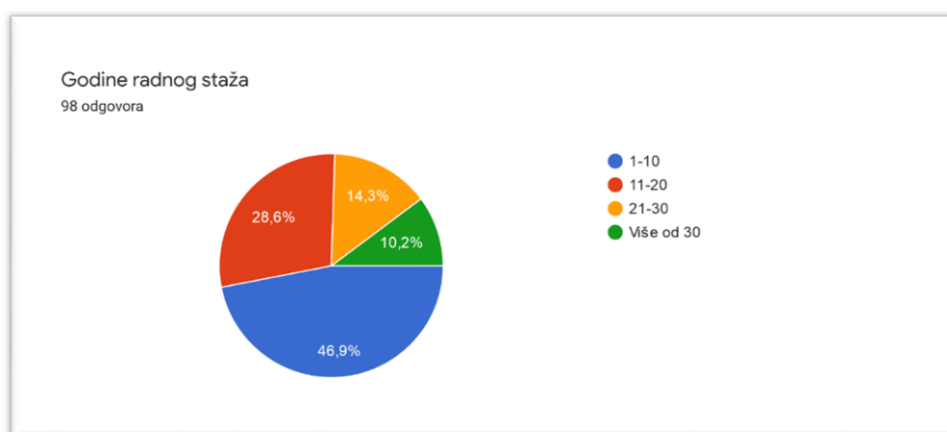
Socio-demografska obilježja ispitanika prikazana su sljedećim grafikonima.:

*Grafikon 1. Spol ispitanika*



U ovom istraživačkom radu svi ispitanici bili su ženskog spola. Nesporna je činjenica da je u Hrvatskoj prisutna izrazita feminizacija odgojiteljskog zanimanja pa su i dobiveni rezultati u skladu sa navedenom činjenicom.

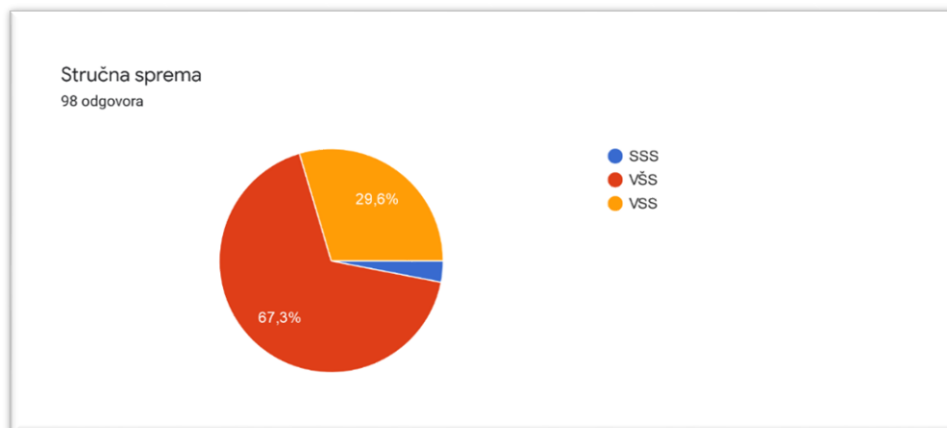
*Grafikon 2. Godine radnog staža ispitanika*



Gotovo polovica ispitanika, njih 46,9% ima između 1 i 10 godina radnog staža. Između 11 i 20 godina radnog staža ima 28,6% ispitanika dok njih 14,3% ima između 21-30 godina radnog staža. Više od 30 godina radnog staža ima tek 10,2% ispitanika. Obzirom da se anketiranje

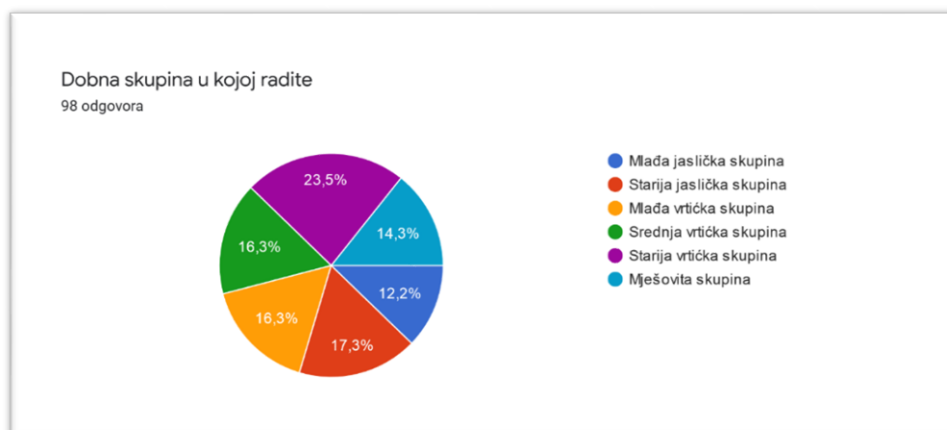
ispitanika provodilo elektroničkim putem, postoji mogućnost da je zbog toga anketa bila dostupnija ispitanicima mlađe životne dobi koji imaju manje godina radnog iskustva.

*Grafikon 3. Stručna sprema ispitanika*



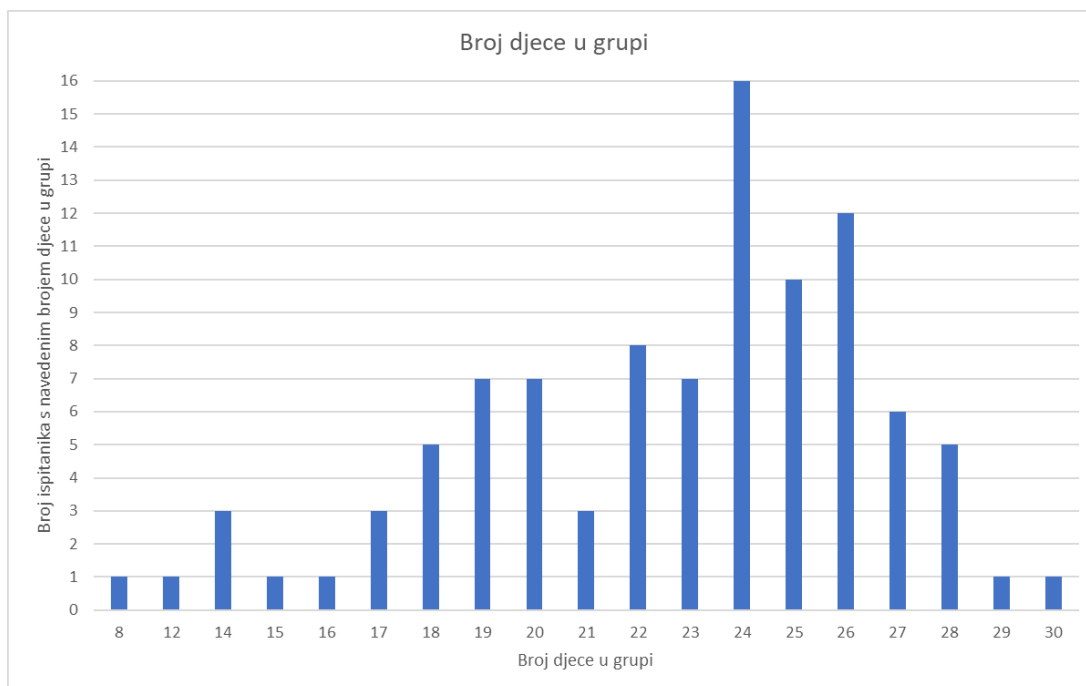
67% ispitanika ima višu stručnu spremu, 29,6% ispitanika ima visoku stručnu spremu, a srednju stručnu spremu ima 3,1% ispitanika. Ovi rezultati pokazuju da sve više odgojitelja upisuje diplomski studij. Izuzetno je pozitivno da su odgojitelji motivirani za usavršavanje odnosno stjecanje novih znanja i vještina. Isto tako iz ovoga je vidljivo da su odgojitelji spremni na aktivno učenje i da žele biti u tijeku sa novim informacijama.

*Grafikon 4. Dobna skupina u kojoj ispitanik radi*



Ispitanici rade u različitim dobnim skupinama te su sve dobne skupine zastupljene u ovom istraživačkom radu.

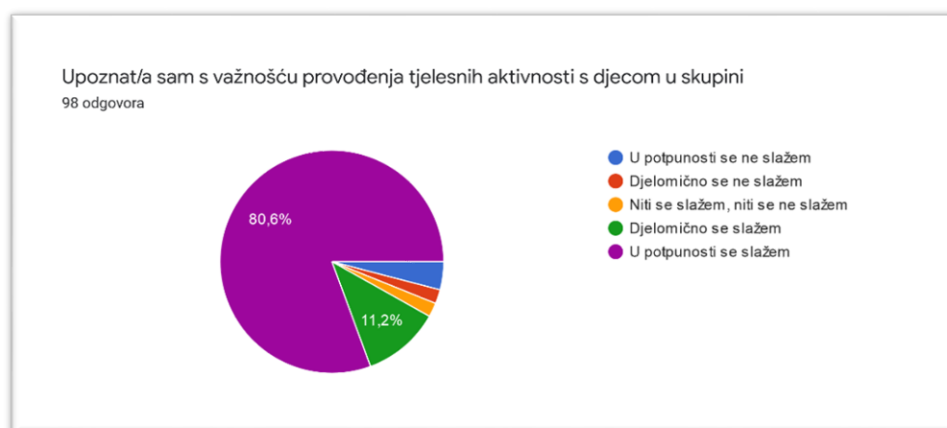
*Grafikon 5. Broj djece u skupini*



Obzirom da su u istraživanju zastupljene sve vrtičke dobne skupine, tako su i dobiveni rezultati o broju djece u skupini raznoliki. Najčešći broj djece u skupini je 24. Činjenica je da su u republici Hrvatskoj skupine u dječjim vrtićima prekapacitirane a time se narušava razina kvalitete odgojno obrazovnog procesa. Zbog toga je nužno smanjiti broj djece u skupini ili barem u skupinu uključiti trećeg odgojitelja.

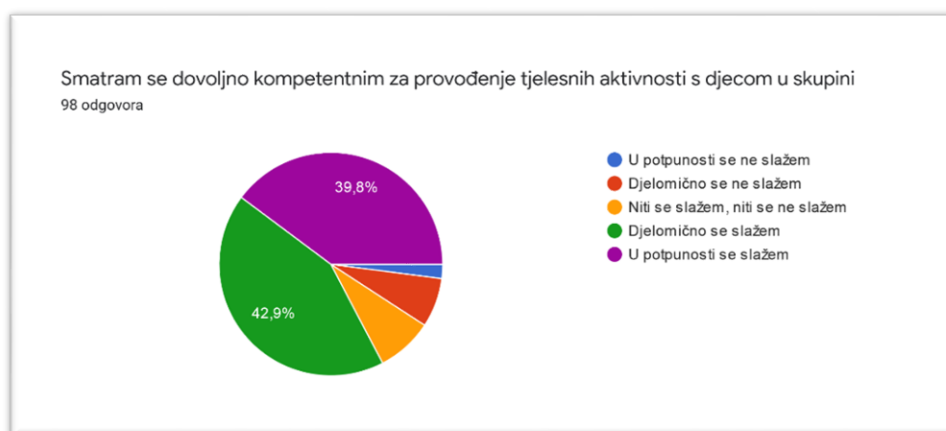
Drugi dio ankete odnosi se na pitanja vezana za tematiku istraživanja odnosno za izazove s kojima se odgojitelji susreću prilikom provođenja tjelesnih aktivnosti .U nastavku slijede rezultati:

*Grafikon 6. Važnost provođenja tjelesnih aktivnosti s djecom*



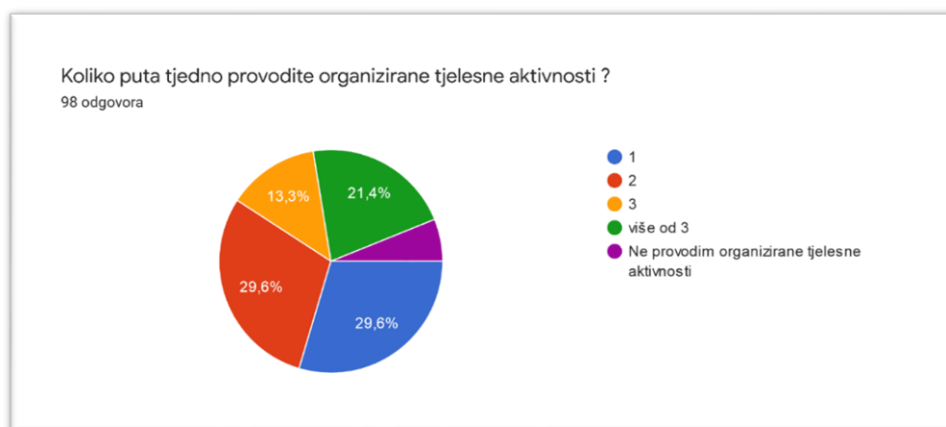
Od 98 ispitanika njih čak 88% u potpunosti se slaže da su upoznati sa važnošću provođenja tjelesnih aktivnosti s djecom u skupini. Sa ovom tvrdnjom u potpunosti se ne slaže 4,1% ispitanika i djelomično se ne slaže njih 2%. 11,2 % ispitanika djelomično se slaže sa navedenom tvrdnjom, a njih 2% ima podijeljeno mišljenje. Dobiveni rezultati pokazuju da su odgojitelji vrlo osviješteni o važnosti provođenja tjelesnih aktivnosti. Budući da djeca nikada prije nisu toliko vremena provodila u institucijama, od iznimne je važnosti da se u dječjim vrtićima provode tjelesne aktivnosti i zbog toga je bitno da su odgojitelji informirani i educirani o benefitima provođenja tjelesnog vježbanja.

*Grafikon 7. Kompetentnost ispitanika za provođenje tjelesnih aktivnosti*



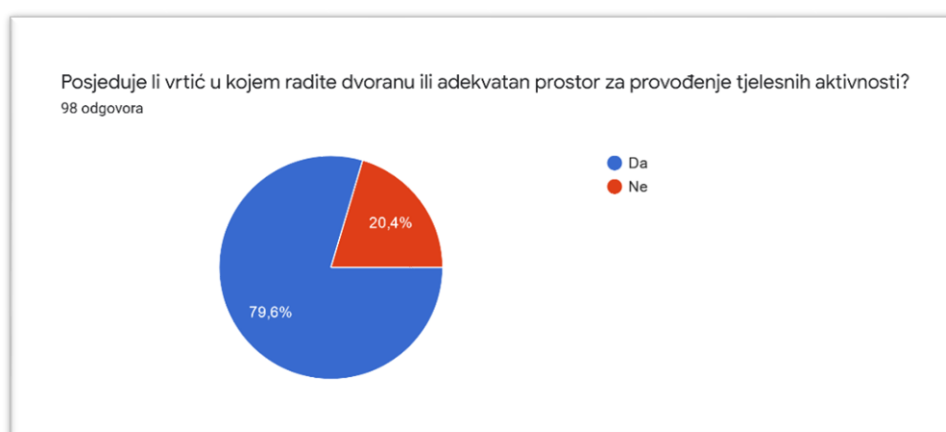
Rezultati ove varijable pokazuju da se 39,8 % ispitanika slaže da su u potpunosti kompetentni za provođenje tjelesnih aktivnosti s djecom u skupini, njih 42,9% djelomično se slaže dok se njih 8,2% niti slaže niti ne slaže. Manji broj ispitanika, njih 2% u potpunosti smatra da nisu kompetentni za provođenje tjelesnih aktivnosti a njih 7,1 djelomično se ne slaže sa navedenom tvrdnjom. 20% ispitanika osjeća nesigurnost kod provođenja tjelesnih aktivnosti u skupini te bi bilo dobro provesti istraživanje da se utvrdi zašto se odgojitelji osjećaju nesigurno kako bi se onda moglo raditi na jačanju njihovih kompetencija.

*Grafikon 8. Učestalost provođenja organiziranih tjelesnih aktivnosti.*



Od 98 ispitanika njih 29,6% provodi organizirane tjelesne aktivnosti jedan put tjedno, njih 29,6% provodi tjelesne aktivnosti dva puta tjedno, njih 13,3% tri puta tjedno, 21,4% provodi više od tri puta tjedno a 6,1% ispitanika ne provodi tjelesne aktivnosti s djecom u skupini. Dobiveni rezultati pokazuju da 60% ispitanika provodi tjelesno vježbanje dva i više puta tjedno. Zabrinjavajuće je da 40% ispitanika ne provodi vježbanje u zadovoljavajućem obujmu. Preporuke Svjetske zdravstvene organizacije o razini tjelesne aktivnosti djece su da djeca mlađa od 5 godina svakodnevno trebaju biti uključena najmanje 180 minuta u razne tjelesne aktivnosti (HZJZ, 2020.). Obzirom da je suvremeni način života smanjio razinu kretanja djece te bi im dječji vrtić trebao pružiti mogućnost za povećanjem tjelesne aktivnosti zaista je poražavajuće da neki odgojitelji uopće ne provode tjelesno vježbanje s djecom.

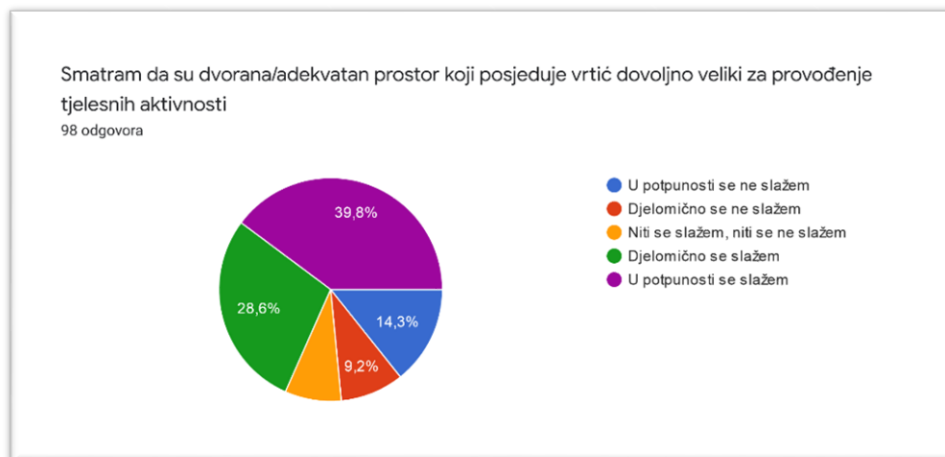
*Grafikon 9. Posjedovanje dvorane/adekvatnog prostor*



Veći broj ispitanika, njih 79,8% radi u dječjem vrtiću koji posjeduje dvoranu ili adekvatan prostor za provođenje tjelesnih aktivnosti. Od 99 ispitanika njih 20,4% nema u vrtiću dvoranu ili adekvatan prostor za provođenje tjelesnih aktivnosti. Obzirom da tjelesna aktivnost predstavlja najbolje sredstvo za postizanje i očuvanje čovjekova zdravlja i time ima

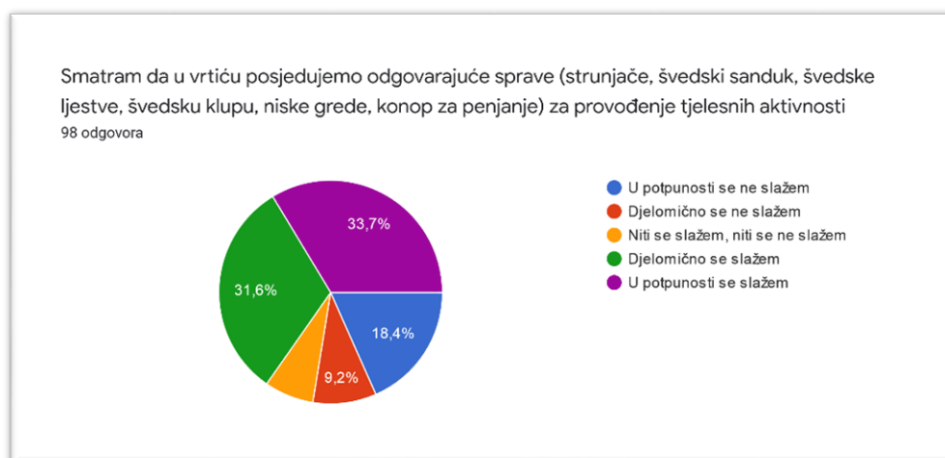
nezamjenjivu vrijednost zaista je nedopustivo da neki dječji vrtići ne posjeduju dvoranu ili prostor prilagođen za provođenje tjelesnih aktivnosti.

*Grafikon 10. Veličina dvorane ili adekvatnog prostora*



Dobiveni rezultati pokazuju da se 39,8% ispitanika slaže da je dvorana u vrtiću u kojem rade dovoljno velika za provođenje tjelesnih aktivnosti, njih 28,6% se djelomično slaže, njih 8,2 niti se slaže niti se ne slaže, njih 9,2% se djelomično ne slaže dok 14,3% ispitanika smatra da dvorana u njihovom vrtiću nije dovoljne veličine. 30 % ispitanika radi u vrtićima u kojima su materijalni uvjeti nezadovoljavajući. Budući da krajnji uspjeh u provođenju tjelesnih aktivnosti uvelike ovisi o materijalnim uvjetima rada, a prostor je jedan od njih, nužno je da uz vanjski prostor dječji vrtić posjeduje i unutarnji prostor dovoljno velik za provođenje tjelesnih aktivnosti.

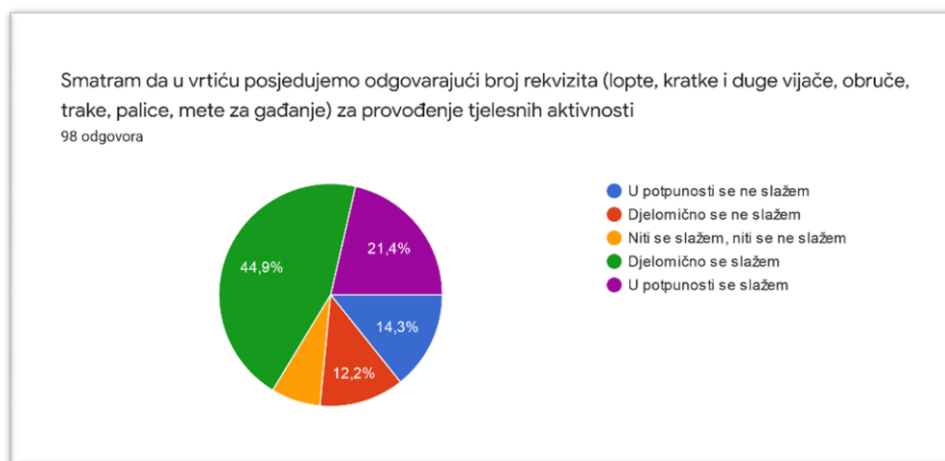
*Grafikon 11. Posjedovanje odgovarajućih sprava*



Od 98 ispitanika 33,7% slaže se u potpunosti da vrtić u kojem rade posjeduje odgovarajuće sprave za provođenje tjelesnih aktivnosti, 31,6% ispitanika se djelomično slaže, 9,2 %

ispitanika se djelomično ne slaže dok se 7,1% ispitanika niti slaže niti ne slaže. Čak 18,4 % ispitanika smatra da vrtić u kojem rade nema odgovarajuće sprave. Obzirom da se u kvalitetno strukturiranom satu TZK rast i razvoj stimulira primjenom raznovrsnih sadržaja za koje je potrebno korištenje sprava, zabrinjavajući je rezultat da gotovo 30% vrtića nema odgovarajuće sprave.

*Grafikon 12. Posjedovanje odgovarajućeg broja rekvizita*



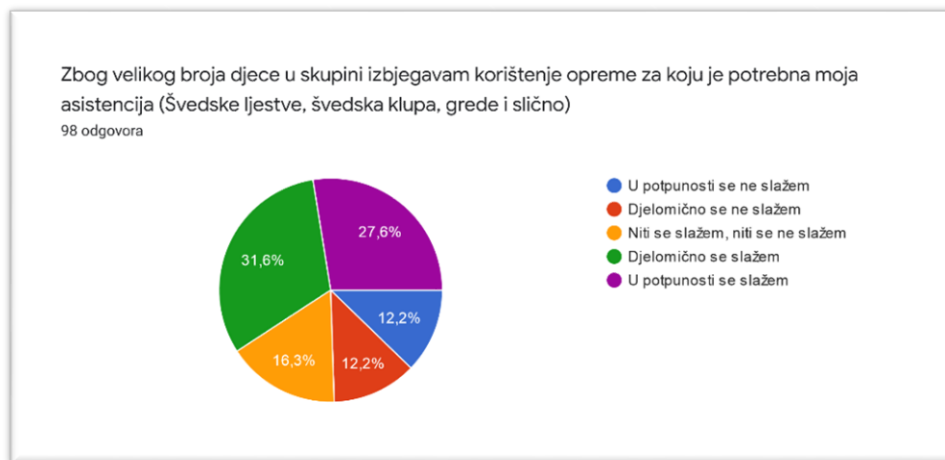
Dobiveni rezultati pokazuju da samo 21,4% ispitanika slaže se u potpunosti da vrtić u kojem rade posjeduje odgovarajući broj rekvizita za provođenje tjelesnih aktivnosti, njih 44,9% djelomično se slaže, 7,1% ispitanika se niti slaže niti ne slaže, 12,2% se djelomično ne slaže i 14,3% ispitanika se u potpunosti ne slaže. Rezultati ponovno pokazuju da su materijalni uvjeti za provođenje tjelesnih aktivnosti dosta oskudni jer preko 25% ispitanika radi u vrtićima koji nemaju dovoljan broj rekvizita. U takvim je uvjetima vrlo teško realizirati provođenje tjelesnih aktivnosti.

*Grafikon 13. Organiziranje tjelesnih aktivnosti*



Rezultati ove varijable pokazuju da se 24,5% ispitanika slaže da im je teško organizirati tjelesne aktivnosti zbog velikog broja djece u skupini, njih 44,9% se djelomično slaže, 18,4% podijeljenog je mišljenja, 5,1% se djelomično ne slaže i 7,1% ispitanika se u potpunost ne slaže. Obzirom da su grupe u dječjim vrtićima prekapacitirane i dobiveni rezultati su u skladu s tim. Prevelik broj djece u skupinama značajno utječe na razinu kvalitete odgojno obrazovnog procesa. Odgojitelji se često ne usude provoditi tjelesne aktivnosti jer se zbog prevelikog broja djece izrazito smanjuje razina sigurnosti.

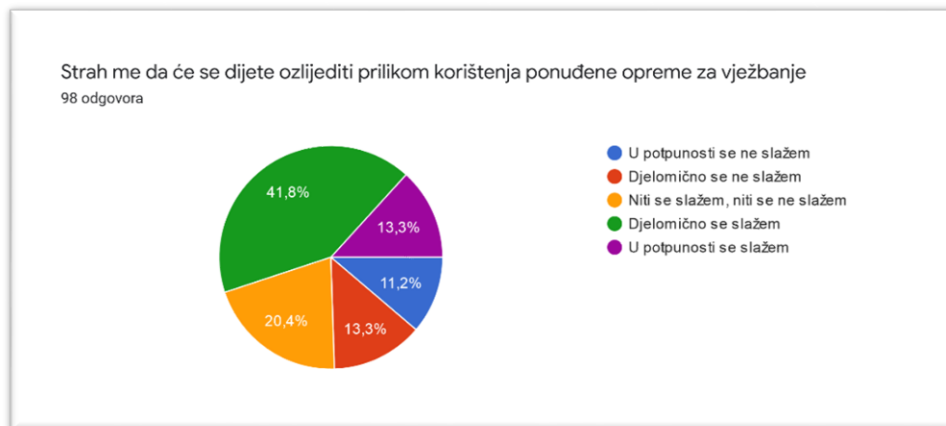
*Grafikon 14. Korištenje opreme za koju je potrebna asistencija odgojitelja*



Od 98 ispitanika čak njih 27,6 se slaže da zbog velikog broja djece izbjegavaju korištenje opreme za koju je potrebna njihova asistencija, njih 31,6% se djelomično slaže, 16,3% niti se slaže niti se ne slaže, 12,2% se djelomično ne slaže i 12,2% se u potpunosti ne slaže. Više od 50% ispitanika u potpunosti ili djelomično izbjegava koristiti opremu zbog prevelikog broja djece što ponovno ograničava primjenu različitih sadržaja u satu TZK i time onemogućava potpuno poticanje rasta i razvoja djece.

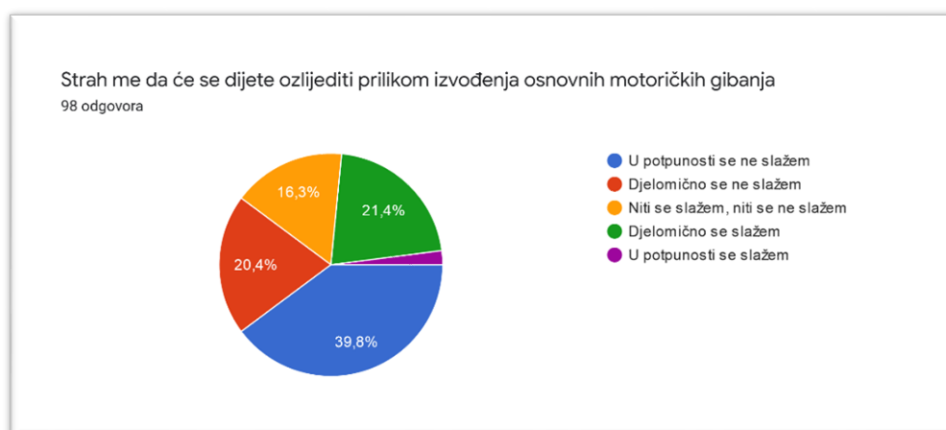


*Grafikon 15. Strah od ozljeda prilikom korištenja opreme za vježbanje*



Dobiveni rezultati pokazuju da se 13,3% ispitanika u potpunosti slaže da ih je strah da će se djeca ozlijediti prilikom korištenja opreme za vježbanje, 41,8% ispitanika djelomično se slažu, 20,4% ispitanika se niti slažu niti ne slažu, 13,3% se djelomično ne slažu i tek 11,2 % ispitanika u potpunosti nema strah od ozljeda djece prilikom korištenja opreme za vježbanje. Ovaj rezultat pokazuje da više od 50% odgojitelja osjeća nelagodu prilikom korištenja opreme za vježbanje u radu s djecom. Obzirom da odgojitelji smatraju da su kompetentni za provođenje tjelesnog vježbanja s djecom nije u potpunosti jasno zašto osjećaju strah prilikom provođenja tjelesnih aktivnosti koje uključuju korištenje opreme.

*Grafikon 16. Strah od ozljeda prilikom izvođenja osnovnih motoričkih gibanja*



Od 98 ispitanika 39,8 % ispitanika u potpunosti se ne slaže da ih je strah da će se dijete ozlijediti prilikom izvođenja osnovnih motoričkih gibanja, 20,4% ispitanika djelomično se ne slaže, njih 16,3% niti se slaže niti se ne slaže, 21,4% djelomično se slaže i samo 2% ispitanika se u potpunosti slaže. Dobiveni rezultati pokazuju nam da više od polovice ispitanika nema strah kada sa djecom provodi osnovna motorička gibanja. Ovaj podatak vrlo je sličan podatku o broju odgojitelja koji tjelesno vježbanje provode 2 i više puta tjedno što indicira da odgojitelji

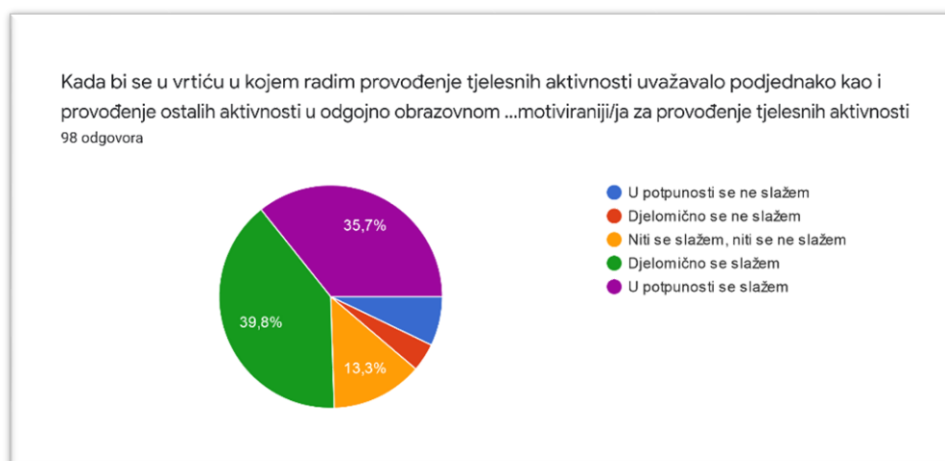
koji imaju strah prilikom provođenja osnovnih motoričkih gibanja, niti ne provode tjelesne aktivnosti s djecom. Vrlo je pozitivno što se odgojitelji osjećaju poprilično sigurno prilikom provođenja osnovnih motoričkih gibanja sa djecom jer to znači da svakodnevno mogu provoditi neku vrstu kinezioloških aktivnosti.

*Grafikon 17. Vrednovanje provođenja kinezioloških aktivnosti u odnosu na druge aktivnosti*



57,1% ispitanika u potpunosti se slaže da se u okruženju gdje rade, provođenje kinezioloških aktivnosti uvažava isto kao i provođenje drugih aktivnosti u odgojno obrazovnom procesu. S ovom tvrdnjom djelomično se slaže 22,4% ispitanika, 10,2% ima podijeljeno mišljenje, 4,1% djelomično se ne slaže, 6,1% se u potpunost ne slaže. Ovaj rezultat pokazuje da je razina osviještenosti u dječjim vrtićima o važnosti tjelesnog vježbanja sa djecom rane i predškolske dobi zadovoljavajuća. Obzirom da je u Nacionalnom kurikulumu za rani i predškolski odgoji i obrazovanje (2015.), tjelesni odgoj zapostavljen iznenađujuće je da odgojitelji smatraju da su i ravnatelji i stručni suradnici i roditelji upoznati sa važnošću tjelesnog vježbanja u najranijoj životnoj dobi te da uvažavaju provođenje tjelesnih aktivnosti kao vrlo bitan dio odgojno obrazovnog procesa.

*Grafikon 18. Utjecaj okoline na motiviranost odgojitelja za provođenje tjelesnih aktivnosti*



Kada bi se u vrtiću u kojem ispitanici rade, provođenje tjelesnih aktivnosti uvažavalo podjednako kao i provođenje ostalih aktivnosti 35,7% ispitanika bilo bi u potpunosti motiviranije za provođenje tjelesnih aktivnosti, 39,8% ispitanika se djelomično slaže s tom tvrdnjom, 13,3% se niti ne slaže niti se slaže, 4,1% se djelomično ne slažu dok 7,1% ispitanika to ne bi motiviralo. Dobiveni rezultati ukazuju da je odgojiteljima bitno da se njihov rad vrednuje te da ih uvažavanje može motivirati za provođenje tjelesnih aktivnosti.

*Grafikon 19. Pisanje pripreme za provođenje tjelesnih aktivnosti*



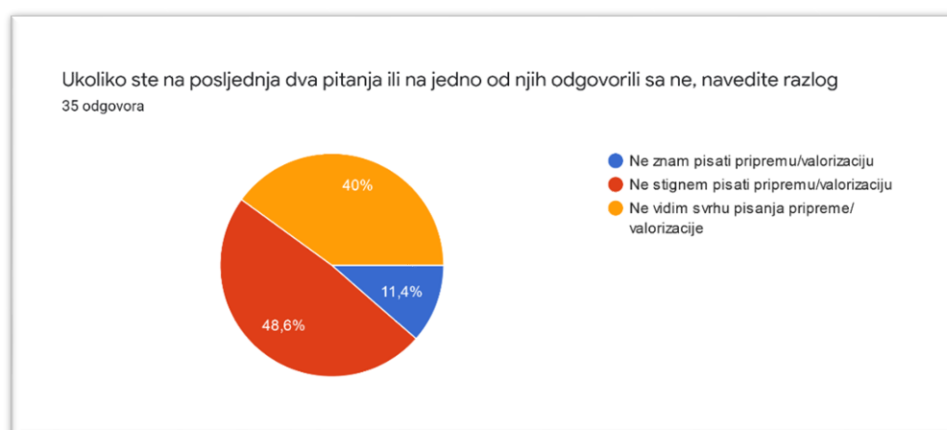
Od 98 ispitanika, njih 44,9% ponekad piše pripremu za svaku organiziranu tjelesnu aktivnost, 31,6% uvijek piše pripremu, a 23,5% ne piše pripremu. Obzirom da je bez planiranja vrlo teško izabrati, organizirati i realizirati provedbu tjelesnog vježbanja zabrinjavajuće je da čak 23,5% odgojitelja ne piše pripremu. Potrebno je odgojiteljima osvijestiti da kvalitetna priprema može osigurati kvalitetniji odgojno obrazovni proces i da može uvelike olakšati realizaciju kinezioloških aktivnosti.

*Grafikon 20. Pisanje valorizacije nakon završetka tjelesne aktivnosti*



Dobiveni rezultat pokazuju da valorizaciju nakon provedene tjelesne aktivnosti piše 40,8% ispitanika, 45,9% ispitanika ponekad piše valorizaciju dok 13,3% ispitanika ne piše valorizaciju. Obzirom da valorizacijom provedenih tjelesnih aktivnosti odgojitelj dobiva jasniji uvid što je realizirano od planiranih aktivnosti te koja su motorička znanja djeca usvojila, a samim time lakše planira daljnje aktivnosti, potrebno je educirati odgojitelje o važnosti pisanja valorizacije.

*Grafikon 21. Razlozi ne pisanja pripreme ili valorizacije*



Na ovo pitanje odgovarali su samo ispitanici koji ne pišu pripremu ili valorizaciju. Od 35 ispitanika koji ne pišu pripremu/valorizaciju 40% ne vidi svrhu pisanja pripreme/valorizacije, 11,4% ispitanika ne zna pisati pripremu/valorizaciju dok 48,6% ispitanika ne stigne pisati pripremu i valorizaciju. Dobiveni rezultati su poražavajući te pokazuju da je na studiju potrebno osvijestiti buduće odgojitelje o svrsi i važnosti pisanja pripreme i valorizacije. Isto tako potrebno je provesti dodatne edukacije odgojitelja o načinima pisanja pripreme i vrednovanja.

Nakon provedene analize istraživanja, vraćamo se na prethodno navedene hipoteze.

Prva pretpostavka je bila da su odgojitelji upoznati s važnošću provođenja tjelesnih aktivnosti s djecom u skupini što su rezultati anketnog upitnika i potvrdili. 80,6% ispitanika zna da je vrlo važno provoditi tjelesne aktivnosti sa djecom rane i predškolske dobi. Rezultati pokazuju da se hipoteza prihvaća.

Druga pretpostavka bila je da su odgojitelji dovoljno kompetentni za provođenje tjelesnih aktivnosti s djecom u skupini. Dobiveni rezultati pokazuju da se 80% ispitanika osjeća potpuno kompetentnima prilikom provođenja tjelesnih aktivnosti, dok 20% ispitanika osjeća nesigurnost. Dobiveni rezultati pokazuju da se hipoteza prihvaća

## 5. ZAKLJUČAK

Istraživanje je provedeno s ciljem utvrđivanja poteškoća odnosno izazova s kojima se odgojitelji susreću u provođenju tjelesnih aktivnosti s djecom rane i predškolske dobi. U istraživanju je sudjelovalo 98 odgojitelja rane i predškolske dobi. Najveći postotak ispitanika ima između 1 i 10 godina radnog iskustva. Podatci u istraživanju prikupljeni su anketnim upitnikom koji je obuhvaćao 21 pitanje. U istraživanju su definirane dvije hipoteze. H1 glasi: Odgojitelji su upoznati s važnošću provođenja tjelesnih aktivnosti s djecom u skupini, dok hipoteza H2 glasi: Odgojitelji su dovoljno kompetentni za provođenje tjelesnih aktivnosti s djecom u skupini. Rezultati istraživanja upućuju na prihvatanje postavljenih hipoteza.

Većina odgojitelja svjesna je važnosti provođenja kinezioloških sadržaja sa djecom rane i predškolske dobi i većina njih smatra se kompetentnima za provođenje istih ali tek trećina njih provodi tjelesne aktivnosti prema preporukama. Iz dobivenih rezultata može se zaključiti da postoje određeni čimbenici koji ograničavaju odgojitelje u provođenju tjelesnog vježbanja sa djecom rane i predškolske dobi. Dobiveni rezultati pokazuju da je materijalno okruženje za provođenje tjelesnih aktivnosti u dječjim vrtićima uglavnom siromašno te je jasno da je u tim uvjetima odgojitelju izuzetno teško provoditi organizirane tjelesne aktivnosti. Prekapacitirane skupine u vrtićima također su vrlo ograničavajući faktor prilikom provođenja tjelesnog vježbanja te se odgojitelji zbog toga često ne usude koristiti sprave za vježbanje čije korištenje zahtjeva njihovu asistenciju. Prevelik broj djece u skupinama bitno utječe na razinu sigurnosti za vrijeme provođenja tjelesnog vježbanja. Stoga odgojitelje u provođenju tjelesnih aktivnosti, često sputava strah od ozljeda djece. Iako je u Nacionalnom kurikulumu za rani i predškolski odgoj i obrazovanje (2015.) tjelesni odgoj zapostavljen, odgojitelji smatraju da se provođenje tjelesnih aktivnosti cijeni jednako kao i provođenje drugih aktivnosti u odgojno obrazovnom procesu. Rano i predškolsko doba je najpovoljnije razdoblje za poticanje razvoja funkcionalnih i motoričkih sposobnosti te razvoja morfoloških karakteristika. Budući da odgojitelj stvara temelje motoričke pismenosti kod djece i da krajnji uspjeh u provođenju tjelesnih aktivnosti ovise upravo o odgojitelju vrlo je važno promisliti na koje načine motivirati i kako pomoći odgojiteljima da češće provode tjelesne aktivnosti.

## 6. LITERATURA

### Knjige

- Findak, V. (1995.) Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Zagreb: Školska kniga
- Findak, V., Delija, K. (2001.) Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju. Zagreb: Edip
- Findak, V., Mraković, M. (1998.) Primijenjena kineziologija u rekreaciji. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta: Hrvatski savez sportske rekreacije Sport za sve
- Ivanković, A. (1982.) Tjelesni odgoj djece predškolske dobi. Zagreb: Školska knjiga
- Jurko, D., Čular, D., Badrić, M., Sporiš, G. (2015.) Osnove kineziologije. Zagreb: Gopal
- Neljak, B. (2009.) Kineziološka metodika u predškolskom odgoju. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu
- Nacionalni kurikulum za rani i predškolski odgoj i obrazovanje
- Pejčić, A., Trajkovski, S. (2018.) Što i kako vježbati s djecom u vrtiću i školi. Rijeka: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Rijeci
- Petrić, V. (2019.) Kineziološka metodika u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju. Rijeka: Učiteljski fakultet Sveučilišta u rijeci
- Prskalo, I. (2004.) Osnove kineziologije. Petrinja: Visoka učiteljska škola
- Prskalo, I., Sporiš, G. (2016.) Kineziologija. Zagreb: Školska Knjiga
- Sindik, J. (2008.) Sport za svako dijete. Buševac: Ostvarenje
- Starc, B., Čudina Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B., Letica, M. (2004.) Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi. Zagreb: Golden marketing – Tehnička kniga

### Rad u časopisu

- Petračić, T., Nemet, M. (2008.) *Stanje i perspektiva razvoja programa tjelesnog vježbanja za djecu predškolske dobi u republici Hrvatskoj*. U: Neljak, B. (ur.) Zbornik radova 17. ljetne škole kineziologa republike Hrvatske (354-359). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez
- Tomac, Z., Vidranski, T., Ciglar, J. (2015.) *Tjelesna aktivnost djece tijekom redovnog boravka u predškolskoj ustanovi*. Med Jad, 45 (3-4):97-104

- Vujičić, L., Petrić, K., Petrić, V. (2020.) *Utjecaj prostornog okruženja u predškolskim ustanovama na razinu tjelesne aktivnosti djece rane dobi*. *Hrvatski športskomedicinski vjesnik*, 35:26-34
- Horvat, V., Morandini-Plovanić, E. (2002). *Materijalni uvjeti i opseg tjelesnog vježbanja u vrtićima*. U: Findak, V. (ur.) *Zbornik radova 11. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske* (317-320). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez

### **Mrežne stranice**

- Hrvatski zavod za javno zdravstvo <https://www.hzjz.hr/sluzba-promicanje-zdravlja/zivjeti-zdravo-kod-kuce-preporucene-dnevne-razine-tjelesne-aktivnosti-za-sve-dobne-skupine> (20.8.2021.)



## **POPIS GRAFIKONA**

*Grafikon 1. Spol ispitanika*

*Grafikon 2. Godine radnog staža ispitanika*

*Grafikon 3. Stručna sprema ispitanika*

*Grafikon 4. Dobna skupina u kojoj ispitanik radi*

*Grafikon 5. Broj djece u ispitanikovoju skupini*

*Grafikon 6. Važnost provođenja tjelesnih aktivnosti djece*

*Grafikon 7. Kompetentnost ispitanika za provođenje tjelesnih aktivnosti*

*Grafikon 8. Učestalost provođenja organiziranih tjelesnih aktivnosti*

*Grafikon 9. Posjedovanje dvorane/adekvatnog prostor*

*Grafikon 10. Veličina dvorane ili adekvatnog prostora*

*Grafikon 11. Posjedovanje odgovarajućih sprava*

*Grafikon 12. Posjedovanje odgovarajućeg broja rekvizita*

*Grafikon 13. Organiziranje tjelesnih aktivnosti*

*Grafikon 14. Korištenje opreme za koju je potrebna asistencija odgojitelja*

*Grafikon 15. Strah od ozljeda prilikom korištenja opreme za vježbanje*

*Grafikon 16. Strah od ozljeda prilikom izvođenja osnovnih motoričkih gibanja*

*Grafikon 17. Vrednovanje provođenja kinezioloških aktivnosti u odnosu na druge aktivnosti*

*Grafikon 18. Utjecaj okoline na motiviranost odgojitelja za provođenje tjelesnih aktivnosti*

*Grafikon 19. Pisanje pripreme za provođenje tjelesnih aktivnosti*

*Grafikon 20. Pisanje valorizacije nakon završetka tjelesne aktivnosti*

*Grafikon 21. Razlozi ne pisanja pripreme ili valorizacije*

## IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, Morana Cvetko, diplomantica na studiju Ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja na Učiteljskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu, izjavljujem da je diplomski rad pod nazivom „*Izazovi u provođenju tjelesnih aktivnosti udječjem vrtiću*“ rezultat mog istraživanja i u potpunosti samostalno napisan uz korištenje navedene literature, samostalnom izradom ankete i prikupljanjem podataka a uz konzultacije i savjetovanje sa izv. prof. dr.sc. Vatroslavom Horvatom. Također, izjavljujem da niti jedan dio diplomskoga rada nije izravno preuzet iz navedene literature ili napisan na nedozvoljen način, te da se tekst u potpunosti temelji na literaturi kako je navedeno u bilješkama, uz poštivanje etičkih standarda u citiranju i korištenju izvora.

Vlastoručni potpis

---

U Zagrebu, rujan 2021.