

Integracija tjelesnog i zdravstvenog odgojno-obrazovnog područja s učenjem stranog jezika

Dumbović, Mia

Master's thesis / Diplomski rad

2022

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

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:147:682290>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-05-04**

Repository / Repozitorij:

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



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
RANI I PREDŠKOLSKI ODGOJ I OBRAZOVANJE

MIA DUMBOVIĆ

**INTEGRACIJA TJELESNOG I ZDRAVSTVENOG
ODGOJNO-OBRAZOVNOG PODRUČJA
S UČENJEM STRANOG JEZIKA**

DIPLOMSKI RAD

Zagreb, travanj 2022.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
RANI I PREDŠKOLSKI ODGOJ I OBRAZOVANJE

DIPLOMSKI RAD

IME I PREZIME PRISTUPNICE: Mia Dumbović

TEMA RADA: Integracija tjelesnog i zdravstvenog odgojno-obrazovnog područja
s učenjem stranog jezika

MENTOR: prof. dr. sc. Ivan Prskalo

Zagreb, travanj 2022.

SADRŽAJ

SAŽETAK.....	4
SUMMARY	5
1. UVOD.....	6
2. DOSADAŠNJA ISTRAŽIVANJA	8
3. INTEGRACIJA TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE ODGOJNO-OBRAZOVNOG PODRUČJA S POUČAVANJEM STRANOG JEZIKA	10
3.1. Djeca i aktivnosti.....	10
3.2. Strani jezik	12
3.3. Kineziologija i kineziološke metode u edukaciji	13
3.4. Vizualni, auditivni i kinestetički stil učenja	14
3.5. TPR metoda poučavanja.....	16
4. PRIMJER I PROGRAM AKTIVNOSTI.....	19
5. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA.....	22
5.1. Cilj istraživanja.....	22
5.2. Hipoteza.....	22
5.3. Uzorak ispitanika.....	22
5.4. Uzorak varijabli.....	23
5.5. Opis istraživanja	23
6. REZULTATI ISTRAŽIVANJA I RASPRAVA.....	28
7. ZAKLJUČAK.....	31
LITERATURA	32
IZJAVA O SAMOSTALNOJ IZRADI DIPLOMSKOG RADA.....	34

SAŽETAK

INTEGRACIJA TJELESNOG I ZDRAVSTVENOG ODGOJNO-OBRAZOVNOG PODRUČJA S UČENJEM STRANOG JEZIKA

Zadnjih nekoliko godina često čujemo kako se djeca ne kreću dovoljno, kako su zakinuta za fizičke aktivnosti i kako zbog takva nezdravog stila života ta ista djeca nailaze na različite probleme ili poteškoće u razvoju. Iako je svijest o navedenom sve veća, ipak su roditelji usmjereni prema tome da djeci pruže aktivnosti koje će im biti potrebne u budućnosti, poput robotike, informatike ili stranog jezika.

Cilj ovog rada i istraživanja jest ukazati na to koliko integracija tjelesne i zdravstvene kulture može utjecati na usvajanje stranog jezika, uz pretpostavku da djeca bolje usvajaju gradivo ako su u proces učenja uključene i kineziološke vježbe.

Obratit ćemo pozornost na to koliko je važno uklopiti kineziološke metode kao sredstvo za edukaciju, što znači usvajati gradivo kroz pokret i vježbu, te na koji način prilagoditi program i aktivnosti kako bismo tjelesnu i zdravstvenu kulturu adaptirali i uklopili u program koji odgovara potrebama svakog djeteta.

Osvrnut ćemo se i na različite stilove učenja, tj. kako i oni utječu na način na koji djeca usvajaju nove vještine i znanja. Posebno je naglašena takozvana TPR metoda poučavanja, koja dokazano poboljšava učinkovitost usvajanja novih pojmova stranog jezika kroz pokret. Proveden je eksperiment s paralelnim skupinama ispitanika, na temelju 16 djece. Istraživanje se smatra uspješnim jer je potvrđena pretpostavka da djeca bolje uče uz integraciju tjelesne i zdravstvene kulture.

Iz rezultata možemo zaključiti kako integracija tjelesne i zdravstvene kulture u poučavanju stranog jezika, ima veliku prednost jer je, prema rezultatima istraživanja, eksperimentalna skupina koja je učila uz kineziološke metode ostvarila bolje rezultate u znanju naučenih pojmova, ali je isto tako pokazala veću zainteresiranost, bolju koncentraciju, bolju međusobnu suradnju i veću motiviranost, za razliku od kontrolne skupine.

Ključne riječi: *predškolska djeca, strani jezik, Total Physical Response, kineziologija, pokret*

SUMMARY

INTEGRATION OF PHYSICAL AND HEALTH EDUCATIONAL SYSTEM WITH FOREIGN LANGUAGE LEARNING

It's not an unpopular opinion that in times like these, children are less active, they don't have the opportunity to move and are deprived of physical activities. This leads to an unhealthy way of life, and also it affects its development.

Though we are more aware of this problem, yet still the parents want their children to take extra classes such as robotics, computers or a foreign language class.

The purpose of this paper and research is to point out how much kinesiology can influence the acquisition of a foreign language, assuming that children learn better if they're taught using kinesiological methods of teaching.

Also, we'll explain why incorporate kinesiology as a method of education, what it means to learn through movement and exercise and how to adapt the program and activities according to the needs of each child.

It has also been explained the difference between different learning styles, as well as how they affect the way children acquire new skills and knowledge. The TPR method of teaching is especially mentioned, since it improves the efficiency of acquiring new concepts of a foreign language through movement. An experiment was conducted with parallel groups of subjects, based on 16 children. The research is considered successful because it started with the assumption that children learn better with the integration of physical and health culture, which has been confirmed.

From the results we can conclude that the integration of physical education and health in foreign language teaching has a great advantage because according to the research, the control group that studied with kinesiological methods achieved better results in knowledge of learned concepts, but also showed greater interest, better concentration, better cooperation between themselves and motivation.

Keywords: *preschool children, foreign language, Total Physical Response, kinesiology, movement*

1. UVOD

Okruženi smo društvenim mrežama, *newsletterima*, objavama, člancima, informacijama, *podcastima*... i sve smo svjesniji, i kao stručnjaci i kao roditelji, da je djetetu itekako nužna fizička aktivnost. Bez obzira na to radi li se o boravku na svježem zraku, prakticiranju raznih sportova, aktivnostima poput plesa i ritmike itd., svaka aktivnost ima svoje benefite i prijeko je potrebno da dijete istražuje vlastite motoričke sposobnosti, unapređuje već postojeće i sprema se savladati nove.

Međutim, tempo življenja i sve obveze s kojima se susreću kako roditelji tako i djeca stavljaju fizičku aktivnosti u drugi plan. Iako sve više vrtića ima u svojoj ponudi sportske programe, i sve više pokušavamo uvrstiti različite fizičke aktivnosti u dnevni raspored, smatram da se kineziološke metode poučavanja mogu još više i bolje uklopiti u vrtićke, ali i školske ustanove.

Također, mnogi roditelji usmjeravaju svoju djecu tako da im izvanvrtićke i izvanškolske aktivnosti budu „usmjerene prema budućnosti“, odnosno da ih već sada pripreme na ono što će im u budućnosti biti korisno (aktivnosti poput informatike, matematike, gdje se računa na abaku, plivanje...) – takve usko usmjerene aktivnosti svakako djeluju pozitivno na djetetov razvoj. Jedna od takvih aktivnosti jest i usvajanje stranoga jezika.

Iako je usvajanje stranog jezika za odrasle većinom koncipirano kao učenje gradiva napamet (gramatika: npr. razna pravila i iznimke, glagolska vremena i sl.), dijete ima nevjerojatnu sposobnost da s lakoćom usvoji strani jezik. Ako tomu priključimo kineziološke metode poučavanja, djeca povezuju riječi i pokret te samim time obogaćuju svoj doživljaj i iskustvo.

Ako je u čovjekovoj prirodi to da uči o svijetu svojim osjetilima i pokretom, možemo zaključiti kako je iskustvo pokreta te nečega novog i neistraženog dobra kombinacija kako bismo upotpunili doživljeno te bolje percipirali i prihvatili svijet oko sebe.

Velički (2006) također navodi kako je od iznimne važnosti uključiti pokret u poučavanju stranog jezika jer je potreba za tim u predškolskim godinama zaista nužna.

Kineziološke metode poučavanja moguće je uklopiti u svako gradivo, u svako područje koje želimo poučiti (matematika, grafomotorika, likovne aktivnosti i ostalo) – sve se može izraziti kroz pokret, a kineziološke metode se prilagođavaju sadržaju.

Kroz vlastito iskustvo i eksperiment došla sam do zaključka da djeca zaista brže usvajaju strani jezik ako uključimo sva njihova osjetila, a najboljom se pokazala kombinacija pokreta i aktivnosti koja stimulira rad obje polutke mozga te zahtijeva povezivanje radnje, riječi i viđenog. Osim što se na taj način u većoj mjeri iskorištava dječji potencijal, djeci je ovo iznimno zabavan način učenja kroz igru.

2. DOSADAŠNJA ISTRAŽIVANJA

O tome koliko je iznimna povezanost usvajanja stranog jezika i pokreta govore i brojna istraživanja.

Jedno takvo istraživanje proveo je Schiffler (2002: 154–165), koji je došao do zaključka kako je posebno poticajno okruženje za učenje u kojem se dijete, dok npr. pjeva pjesmicu, koristi pripadajućim gestama i pokretima kako bi lakše memoriralo sadržaj.

Mahar (2006) je proveo istraživanje u kojem je usporedio dva razreda: u jednom su se tijekom nastave održavale kratke pauze s raznim kineziološkim vježbama (npr. vježba za disanje i fokus, vježba za aktiviranje i energičnost, i sl.), a drugi razred pohađao je nastavu regularno, bez ikakvih kinezioloških „dodataka“. Rezultati tog istraživanja ukazuju na to kako je eksperimentalna skupina pokazala veće zanimanje za nastavu (bili su angažiraniji, više učenika je sudjelovalo u nastavi, nisu kasnili na nastavu i ponašanje im se znatno poboljšalo), za razliku od druge kontrolne skupine, koja nije imala isti „tretman“.

Tomporowski (2008) je proveo istraživanje kako bi dokazao da su fizičke aktivnosti i kognitivna funkcija mozga usko povezane, a isto tako pripremaju dijete na buduće situacije koje zahtijevaju razne socijalne i emocionalne kompetencije, odnosno vještine, te ih se na taj način priprema za „svijet odraslih“.

Donnelly i Lambourne (2011) provode program pod nazivom PAAC (*physical activity across the curriculum*), koji u svakodnevni školski plan i program uvodi razne sportske igre ili aktivnosti kako bi učenici što bolje shvatili i usvojili gradivo. Istražili su i razne načine kako se kineziološke metode mogu upotrebljavati i pri učenju gradiva matematike, jezika, zemljopisa, povijesti i sl. Zaključili su sljedeće: ne samo da je moguće uklopiti aktivnost u proces učenja, već to ima i pozitivan utjecaj na daljnje sposobnosti djeteta (akademske i građanske).

Kibbe (2011) se koristio svojim programom TAKE 10! kako bi u učionice uveo fizičke aktivnosti. Njegov program temelji se na učenju kroz pokret (pokreti grube motorike), a u svoj eksperiment uključio je druge učitelje djece nižih razreda. Rezultati su bili zapanjujući; ne samo da se pojačala angažiranost učenika, kao i usmjerena pažnja i zanimanje za predmet, već se i povećao prosjek ocjena (najviše u matematici, sricanju i čitanju).

Engelkamp i Zimmer (1985) zaključili su koliko je pokret uz učenje zapravo koristan, jer pokreti, oponašanja, geste i slične aktivnosti utječu na pamćenje tako da za potrebe kodiranja odigranih događaja treba uključiti verbalni modalitet, vizualni modalitet i motorički modalitet.

Toumpaniari, Loyens, Mavilidi, Paas (2015) provode istraživanje koje se temelji na proučavanju utjecaja pokreta i fizičkih aktivnosti na učenje stranog jezika kod djece predškolske dobi. Zaključak njihova istraživanja jest da se fizička aktivnost pokazala kao izvrstan „medij“ prijenosa znanja, jer su djeca navrijeme ispunjavala svoje obveze, imala bolju kognitivnu funkciju i bolje se snalazila u vremenu i prostoru. Također, naišli su na veliku povezanost između učenja i gestikuliranja, odnosno izvođenje točno određenih pokreta u određenom trenutku.

Haverstick (2000) je provela nekoliko godina u stranoj zemlji i poučavala engleski kao drugi jezik. Istraživanje je provedeno na temelju više kontrolnih grupa, a Haverstick se koristila kineziološkim programima i metodama kako bi djecu poučila engleskome jeziku. Prema istraživanju, svaki oblik pokreta tijekom učenja pridonosi boljem fokusu, djeca imaju pozitivniji stav prema učenju jer ne smatraju da je to tek jedan „običan“ nastavni sat. Istraživanje je također pokazalo kako se djeca bolje osjećaju u takvom okruženju jer su potaknuta na aktivnost i u svakom trenutku su „zauzeta“. Djeca imaju bolju samoregulaciju, bolji odnos s vršnjacima i pozitivne promjene u ponašanju.

3. INTEGRACIJA TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE ODGOJNO-OBRAZOVNOG PODRUČJA S POUČAVANJEM STRANOG JEZIKA

3.1. Djeca i aktivnosti

Dijete je živo biće, subjekt vlastitog odgoja, ima svoje potrebe i svoja prava, a za kvalitetan rast i razvoj treba imati zadovoljene primarne ljudske potrebe. Osim toga, važno je zadovoljiti njegov socijalni, kognitivni, emocionalni i tjelesni razvoj.

Događa se često da su predškolske ustanove usmjerene prema razvoju akademskih vještina te se na taj način manja važnost pridaje tjelesnoj aktivnosti, iako je kretanje jedna od najvažnijih ljudskih potreba. Tjelesne aktivnosti su vrlo važan faktor kod djeteta predškolske dobi – kako bi se ono moglo kvalitetno razvijati, kako bi se poticao njegov rast i razvoj, ali također kako bi dijete upoznalo svoju okolinu, prostor, svijet u kojem boravi.

Kao roditelji, odgojitelji, pojedinci koji se brinu za djecu, vrlo je važno da se brinemo i o njihovoj zdravlju. Zdravlje nije samo stanje bez bolesti, već je znanstveno dokazano da je ono usko povezano s funkcionalnim sposobnostima. Prema Jurko i sur. (2015, str. 196), „Razina tjelesnih sposobnosti, uz gensko naslijeđe, posljedica je sustavnog provođenja tjelesne aktivnosti. Zato je logično prihvatiti da tjelesna aktivnost doprinosi zaštiti i unaprjeđenju zdravlja svojom, u osnovi preventivnom, ali prema potrebi i kurativnom, pa i rehabilitacijskom ulogom. (...) Kretanje kao optimalna tjelesna aktivnost jedan je od nezamjenjivih uvjeta za očuvanje i unaprjeđenje zdravlja, očuvanjem i unaprjeđenjem funkcije organa, organskih sustava i organizma u cjelini te prevencijom niza suvremenih kroničnih nezaraznih bolesti.“

Zdrave navike se stječu od najranije dobi, zato je od iznimne važnosti pružiti djetetu prostor za razvoj, kako bi dijete moglo istraživati raznovrsnost tjelesnih aktivnosti i uživati u beneficijama koje aktivnost donosi sa sobom, ali i kako bi se u budućnosti razvijala sva polja koja su usko vezana za motorički razvoj. Motorički razvoj je motorička kompetencija koja se odražava na stupanj osposobljenosti za obavljanje širokog spektra motoričkih sposobnosti (Benedetti, Beghi & De Tanti, 2017).

Prskalo, Horvat, Hraski (2013), prema Blažević, Božić, i Dragičević (2012), smatraju kako je važno poticati djecu i odrasle da slobodno vrijeme provedu u igri i kroz različite sportske aktivnosti. Kako dijete većinu dana provodi u odgojno-obrazovnoj ustanovi, tako je na odgojiteljima da usade ovu zdravu naviku kretanja i aktivnosti. Došen Dobud (2005) smatra da se odgojitelj – uz adekvatne materijale, poticanjem raznih igara, navođenjem djeteta kako da riješi nastali problem, vođenjem kroz prikladan model djelovanja – uključuje u aktivnosti djece. Djecu treba pustiti da istražuju kroz slobodne igre, poput onih na spravama u parkovima, poput penjanja, skakanja ili klackanja. Svaka aktivnost je dobrodošla, svaka aktivnost znači da se dijete motorički razvija, svaka aktivnost ima svoju svrhu. Findak i Delija (2001) smatraju kako kvalitetan rad u zdravstvenoj i tjelesnoj kulturi itekako ovisi o dobro pripremljenim metodičkim oblicima rada.

Robinson, Stodden & Barnett (2015) primijetili su kako je povećan broj istraživanja koja se bave proučavanjem motoričkih sposobnosti, što je rezultiralo boljim razumijevanjem uloge motoričke sposobnosti u zdravstvenom ponašanju (primjerice tjelesnoj aktivnosti) i ishodima (primjerice težina). U svjetlu ovih zdravstvenih koristi, važno je uzeti u obzir instrumente koji se upotrebljavaju u procjeni i nadzoru motorike posebice kod djece mlađeg uzrasta i mladih.

Treba istaknuti da je vježbanje usko povezano sa zdravim načinom života, prema Prskalu i Sporišu (2016, str. 209): „Svakom potencijalno neprirodnom i u osnovi nezdravom načinu života, posebno najosjetljivije populacije mladih, koji se prije svega očituje u nedovoljnom kretanju, kao i lošem stanju njihova zdravlja, najčešće u vezi s nekretanjem, najučinkovitije se može suprotstaviti odgovarajućim provođenjem nastave kineziološke kulture ujedno s pretpostavkom razvoja ekološke svijesti.“ Na taj način od najranije dobi dijete stječe naviku i pozitivan odnos prema vježbanju.

Potrebno je naglasiti da je važno provoditi što više istraživanja o tjelesnim aktivnostima djece predškolske dobi kako bi se moglo ukazati na pozitivne strane i važnost motoričkih aktivnosti za daljnji razvoj.

3.2. Strani jezik

Svako dijete, baš kao i svaka odrasla osoba, pod utjecajem je stranog jezika, bilo to direktno ili indirektno.

Susrećemo se svaki dan s raznim informacijama, člancima, filmovima, pjesmama i sl. na stranom jeziku. Uglavnom je to engleski, što ne umanjuje vrijednost drugih jezika. Može se reći kako je engleski jezik „univerzalan“ i danas se njime mnogo služimo u komunikaciji.

Stranim jezikom smatra se jezik koji se uči „otpočetka“ u okolini koja govori materinskim jezikom (Vilke, 1991), dakle, jezik koji se usvaja u nekoj odgojno-obrazovnoj ustanovi ili kao izvanškolska odnosno izvanvrtićka aktivnost. Dijete je okruženo stranim jezikom svega nekoliko sati tjedno.

Pretpostavimo da će dijete teško izraziti želju za učenjem novog jezika. Ponukana dosadašnjim iskustvom, smatram da je veća vjerojatnost da će odabrati neku „konkretnu“ aktivnost, poput nogometa, klizanja, borilačkih vještina i sl. Međutim, mi kao roditelji smo svjesni da će strani jezik djeci itekako biti od koristi u budućnosti, a činjenica da ona „upijaju kao spužve“, učeći kroz igru, ide u prilog tomu da i brže i lakše nauče nešto sasvim novo.

Djeca samostalno tumače te „u hodu“ usvajaju i interpretiraju nove podražaje iz okoline. Ne razmišljaju o tome, ne analiziraju. Kada borave u okruženju u kojem se odvija konverzacija na stranom jeziku, djeca spontano usvajaju i povezuju riječ s predmetom, radnjom i sl.

Kada govorimo o benefitima, tj. zašto je dijete dobro izložiti stranom jeziku, između ostalog možemo reći i da se razni stručnjaci slažu kako se time potiče dječji razvoj u više područja.

To potvrđuju i istraživanja (prema Pinter, 2011) koja navode kako su najvažnije prednosti učenja stranog jezika u ranoj i predškolskoj dobi – stvaranje i poticanje svjesnosti o različitim kulturama i tolerancije prema različitosti, sâm kognitivni razvoj djeteta, mogućnost usvajanja pravilnog izgovora stranog jezika te razvijanje motivacije i pozitivnih stavova prema učenju jezika.

Dakle, dijete upoznaje svijet oko sebe stječući pritom nove informacije i osjećaj tolerancije prema raznolikostima drugih kultura, zemalja i jezika. Ono razvija

pozitivan stav prema učenju, pogotovo ako je program kvalitetno osmišljen i odgovara dječjim potrebama te motivira na aktivnost. Uza sve navedeno, obogaćuje svoj vokabular, razvija govorne vještine i koncentraciju, kreativno razmišljanje, socijalne i emocionalne vještine te samopouzdanje (Edelenbos, Johnstone, Kubanek, 2006; prema European Commission, 2011).

Istraživanja su pokazala da učenje stranih jezika zapravo pospješuje razumijevanje materinskog jezika te omogućava prenošenje termina i koncepata iz jednog jezika u drugi, čime se razvijaju kognitivne kompetencije djeteta. Vilke (1991, str. 80) navodi kako djeca pritom razvijaju inteligenciju, koju je ukratko definirala kao „sposobnost savladavanja i upotrebljavanja mnogih akademskih sposobnosti“.

Prilikom usvajanja stranog jezika govori se od g-faktoru (engl. *general factor*) i misli se na „sposobnost da se uči, više nego na stvarno znanje“ (Vilke, 1991, str. 81). Prema nekim istraživačima, g-faktor nije potreban za učenje materinskog jezika jer će dijete, ako nema smetnje u razvoju, naučiti materinski jezik.

Valja napomenuti da komuniciranje i shvaćanje stranog jezika nije sposobnost govorenja na stranom jeziku. Jer djeca shvaćaju značenje nekih riječi puno prije nego što je nauče izgovoriti, ili govoriti uopće.

3.3. Kineziologija i kineziološke metode u edukaciji

Spomenimo ukratko definiciju kineziologije. Sâm naziv dolazi od grčkih riječi *kinezis* (gibanje, kretanje) i *logos* (riječ, tvrdnja, dokaz). Stoga bismo rekli da je kineziologija znanost o gibanju, o kretanju.

Prema Prskalu i Sporišu (2016), „kineziologija je znanost koja proučava učinkovitost ljudskih pokreta, upravljani proces vježbanja, njegove zakonitosti te posljedice na ljudski organizam u najširem smislu riječi“. Svakako treba obratiti pozornost na sintagmu „u najširem smislu riječi“ jer kineziologija predstavlja mnogo više od onoga što stane u kratku definiciju.

Isti autori, Prskalo i Sporiš (2016), navode kako „svaka kineziološka aktivnost bilo da je usmjerena edukaciji, rekreaciji, sportu ili kineziterapiji podrazumijeva neposredan kontakt čovjeka bilo kao pojedinca ili grupe s prirodom (čitaj: okolinom)“, te nastavljaju: „na taj način stvara pozitivan odnos kako prema vježbanju (kretanju) tako i prema prostoru u kojem zadovoljava svoje biotičke potrebe“. Upravo taj dio je implementiran u „simbiozi“ kineziologije i poučavanja stranoga jezika. Zato što djeca,

u prostoru u kojem se osjećaju ugodno, a koji je primjeren za fizičke aktivnosti, imaju mogućnost kretanja uz usvajanje novih vještina.

Haverstick (2015) spominje edukacijsku kineziologiju kao proces edukacije uma i tijela, kako bi se postigli određeni ciljevi. Također navodi zanimljivu misao: ako djeca imaju poteškoća u regulaciji vlastitih emocija i ponašanja, možda je uzrok tomu to što nisu imali mogućnost da se dovoljno slobodno kreću i istražuju svoje motoričke sposobnosti i vještine.

Način na koji kineziološke aktivnosti utječu na mozak je vrlo zanimljiv. Haverstick (2015) navodi BRAIN GYM kao jedan od programa, odnosno načina učenja, te se osvrće na to kako pokreti i vježbe utječu na rad mozga:

- Lateralno razmišljanje (sposobnost koordinacije lijeve i desne hemisfere mozga) je vrlo izraženo prilikom određenih vježbi i aktivnosti. Ono nam pomaže kasnije pri razvoju pisanja, čitanja i govora. Također ima veliki utjecaj na sposobnost istovremenog kretanja i razmišljanja.
- Centriranje je sposobnost koordiniranja viših i nižih dijelova mozga, što znači da se razvijaju određene sposobnosti vezane za emocije – njihovo izražavanje i osvješćivanje.
- Fokus ili usredotočenost je sposobnost koordiniranja prednjeg i stražnjeg dijela mozga, što je usko povezano s razumijevanjem, ponašanjem u skladu sa situacijom, reagiranjem u novoj situaciji te sposobnošću percipiranja i usvajanja novih informacija. Osobe koje nemaju razvijen fokus imaju poteškoća s usmjeravanjem i zadržavanjem pažnje te s koncentracijom i razumijevanjem.

Haverstick (2015) navodi kako gore navedene moždane funkcije u suradnji utječu na sva osjetila, ubrzavaju usvajanje novih vještina i potiču djecu na surađivanje i aktivnost. Učenje se odvija bez pojačanog stresa, a kroz pokrete se djeca mogu samostalno izražavati i na taj način razvijati mentalno i fizičko zdravlje.

3.4. Vizualni, auditivni i kinestetički stil učenja

Svaka osoba je slobodna da se slobodno kreće u prostoru. Svaka osoba ima različite mogućnosti i sposobnosti. S obzirom na to da svi imamo određene potrebe i

ograničene sposobnosti dok ih dodatno ne usvojimo, isto tako imamo i različit način usvajanja nečega novog.

Bitno je uzeti u obzir različite načine usvajanja jer nije svaki program prilagođen svakom djetetu (ili osobi). Mi odrasli ponekad lakše učimo kad nešto vizualiziramo, kada možemo vidjeti vlastitim očima, dok netko bolje usvaja gradivo kroz npr. audiolekcije, tj. ako ga sluša. Treći pak uče kroz pokret, iskustvo, dodir – to su kinestetičari.

Vizualni stil učenja se odnosi na ono što naše oko vidi. Osoba koja više naginje ovom stilu učenja voli kad nešto „lijepo izgleda“, kad je ugodno oku, kad je pravilno, estetski skladno i lijepo. Lako pamti slike, viđeno, pročitano. Sadržaj si prikazuje poput nekakve mentalne slike. Dijete koje je vizualni tip češće će reći: „Pokaži mi!“ Grgić i Kolaković (2010) navode kako *vizualci* u razdoblju od 40–50 minuta gledanjem usvajaju oko 75 % novih informacija. Istraživanja američkih znanstvenika ističu kako manje od 40 % učenika čine oni koji uče putem vizualnih kanala. Slike, kartice, crtanje i videomaterijali su snažni alati u podučavanju djece koja bolje usvajaju gradivo vizualnim putem.

Auditivni stil učenja je usmjeren prema onome što osoba čuje. Riječi, zvuk, šum, glazba... – na taj način auditivne osobe „vole“ primati informacije i tako jednostavnije pamte. Auditivna osoba voli raspravljati s nekim (ili sa samim sobom, naglas) dok uči. Takve osobe aktivno i s interesom prate priču/predavanje, a i poznati su kao dobri slušatelji. Dijete koje je auditivni tip češće će reći: „Reci mi!“ Prema Grgić i Kolaković (2010), auditivne osobe „u vremenskom odsječku od 40–50 minuta uspijevaju zapamtiti oko 75 % novih podataka. Istraživanja američkih znanstvenika pokazala su da je manje od 25 % učenika auditivno! Ovakvi su učenici iznimno orijentirani na zvukove i glasove iz vlastitoga okruženja pa će im biti iznimno važan učiteljev glas i izgovor, tj. cjelokupna njegova govorna izvedba. Takvi će učenici, mnogo više nego ostali tipovi, primjećivati, pamtit, a poslije i ponavljati učiteljev ritam govora, brzinu, stanke, logičke naglaske, ali i riječi kojima se koristio tijekom svojega izlaganja.“ Kod auditivne djece treba istaknuti glazbu i pričanje priča odnosno prepričavanje i opisivanje kao najbolja sredstva podučavanja.

Kinestetički stil učenja se odnosi na učenje kroz pokret, iskustvo i/ili dodir. Ovakve osobe često djeluju hiperaktivno i kao da ne mogu stajati mirno na jednom mjestu, a u drugom trenutku znaju biti mirni i udubljeni u radnju; dok uče imaju potrebu nešto raditi sa strane, cupkati nogom, piskarati kemijskom... Ovakve osobe

najlakše uče kroz događaje, kroz ono što i sami iskuse. Djeca kinestetičari najčešće kažu: „Želim probati sâm!“ Učenici skloni kinestetičkomu stilu učenja najbolje uče taktilnim putem – na taj način pamte 75 % novih informacija (Dunn i Griggs, 2000, str. 28). Međutim, kada kinestetičar uči putem vizualnog i auditivnog, on usvoji samo 25 % onoga što je pročitao ili čuo. Kinestetičke aktivnosti i metode poučavanja, prema Ordenez (2021), pozitivno utječu na usvajanje jezika kod djece. To vrijedi i za auditivni stil i vizualni stil učenja jer se kroz kinestetičke metode poučavanja upotrebljava i vizualni i auditivni sadržaj.

Odrasli su se s vremenom naučili adaptirati i „preživjeti“ pa imaju jedan dominantan stil učenja (npr. vizualni), ali se ponekad oslanjaju i na npr. auditivni tip, kad nemaju dovoljno informacija da si vizualiziraju.

Također, važno je istaknuti različite stilove učenja jer, prema Mrakoviću (1997), u početku kinezioloških aktivnosti svaku informaciju prvo primimo vizualno (kako će neki pokret izgledati), a tek onda to možemo promijeniti u kinestetičku aktivnost, odnosno u motoričku funkciju.

Još jedan razlog da u sastavljanju programa i u prilagodbi aktivnosti za djecu uzmemo u obzir različite tipove učenja jest to što jedan stil upotpunjava drugi. Velički (2006) je to objasnio na sljedeći način: „Auditivno primanje informacija korelira s aktivnostima lijeve moždane polutke, dok kinestetička prerada informacija (konkretnim djelovanjem, pokretom ili dodiranjem) stoji u vezi s desnom moždanom polutkom. Vizualne informacije mogu biti vođene lijevom ili desnom moždanom polutkom. Primanje informacija različitim osjetima prilikom njihove prerade (razmišljanja i prisjećanja) aktivira različite neurološke sustave (vizualne, auditivne i kinestetičke).“ Multisenzorička aktivacija mozga pri tom procesu povećava sposobnost koncentracije i pamćenja jezičnih informacija.

3.5. TPR metoda poučavanja

TPR (*total physical response*) je metoda podučavanja koju je razvio dr. James J. Asher, a cilj joj je potaknuti djecu da prirodno usvajaju jezik kroz pokrete, grubo rečeno, simulirajući način na koji inače usvajaju materinski jezik. Doslovno prevedeno, možemo reći kako je TPR skraćenica za *potpuni fizički/tjelesni odgovor*. Pokret i jezik se koordiniraju.

Za djecu rane i predškolske dobi ovo je vrlo efektivna i kvalitetna metoda poučavanja stranog jezika zato što se daju točno određene upute, a djeca odgovaraju akcijom/pokretom. Na taj način dajući povratnu informaciju.

S obzirom na to da djeca poprimaju i auditivne i vizualne informacije koje naknadno pretvaraju u kinestetičku funkciju, jezik se na ovaj način uči slušanjem, dijete razumije jezik (shvaća što se od njega traži) i sve se to odvija u ugodnoj atmosferi, bez pritiska i stresa.

Ono što Asher (1997) smatra potrebnim prije svega su tri procesa koja se odvijaju unutar nas samih:

- a) Prije usvajanja vještine govora potrebno je da dijete ima razvijenu vještinu slušanja. Dakle, dijete mora čuti.
- b) Dijete mora razumjeti ono što mu se govori, mora shvatiti što se od njega traži (npr. ako netko kaže djetetu da sjedne, a dijete potom sjedne – ono ne mora dati nikakav zvukovni povratni odgovor; sâm čin sjedanja znači da dijete razumije ono što se mu se reklo).
- c) Kad se slušanje i razumijevanje savladaju, govor se razvije na svoj potpuno prirodan način.

Pozitivne strane TPR metode poučavanja su: ona čini učenje zabavnim, djeca lako pamte sadržaj i riječi, izvrstan je način poučavanja za kinestetičare, prikladna je za velike i male grupe, drugi materijali osim plana aktivnosti nisu potrebni, efikasna je kod učenja djece rane i predškolske dobi kao i kod tinejdžera, stimulira rad obje hemisfere mozga...

Zadatak učitelja/odgojitelja ili onoga tko poučava ovom metodom jest davanje točnih i jasnih uputa tako da se koristi pokretima i fizičkim aktivnostima u skladu s novim riječima i gradivom kako bi djeca mogla povezati radnju i riječ/rečenicu, a sve to treba biti popraćeno imperativom. Doslovno, davanje jasnih uputa.

Moon (2015) je proveo istraživanje u kojem je došao do zaključka da mlađa djeca jednostavnije i pravilnije usvajaju izgovor i intonaciju, dok starija djeca, npr. tinejdžeri, i odrasli usvajaju gramatiku brže zbog toga što oni uče pravila jezika, a mlađa djeca predškolske dobi jezik usvajaju prirodno, bez pravila, kroz igru i komunikaciju.

Vidović i Drakulić (2012) navode kako je TPR metoda primarno usmjerena prema djeci starijoj od 6 godina. Smatraju da djeca prvo uče slušati strani jezik, potom

odgovaraju pokretom i tek u kasnijoj fazi ovakve metode počinju reproducirati naučene riječi i rečenice.

Iako je to tako, trebalo bi to uzeti s rezervom, zato što se u novije vrijeme sve više okreće učenju stranog jezika putem TPR metode, jer iako kasnije progovaraju naučeno, nezamjetan je taj period koji im treba da progovore. Isto tako, svako dijete ima svoj tempo razvoja, ali ako im se uza sve to pruži dovoljno poticajna okolina i usmjeren/prilagođen program, otvara se još mnogo prostora za napredak i razvoj. Temeljeno na vlastitom iskustvu, i djeca mlađa od 3 godine rado sudjeluju u ovakvim aktivnostima, primarno pokretom, ali i riječima, pogotovo kad cijela grupa odgovara naglas.

TPR je kvalitetna metoda učenja ako se pravilno upotrebljava i ukomponira s raznim motoričkim radnjama, zato što manja djeca moraju dnevno provesti minimalno 60 minuta u nekoj fizičkoj aktivnosti (prema WHO, 2020), što upravo TPR omogućava. Djeca imaju želju za pokretom i oponašanjem, vole pratiti grupu i nemaju straha da će biti ismijani (Vidović i Drakulić /2012/ navode kako se tinejdžeri počinju sramiti ovakvih aktivnosti, odnosno nisu im ugodne za izvođenje pred drugim sudionicima) te se na ovaj način zadovoljava njihova potreba za kretanjem, za aktivnostima i za izražavanjem.

4. PRIMJER I PROGRAM AKTIVNOSTI

Svaki program je kvalitetan ako se prilagodi što većem broju korisnika i istovremeno pruži ono najviše što može dati. Maslow (1970) je objavio hijerarhiju potreba, prema kojoj Haverstick (2015) smatra da bismo se u svemu trebali držati tog pravila, pogotovo kad je dječji mozak intenzivno stimuliran. Stoga je bitno da su fiziološke potrebe zadovoljene, jer to je temelj za postupan razvoj svega ostalog. Djetetu treba uvijek pružiti ono osnovno: vodu, hranu, odmor, sigurnost, kretanje.

Grupa djece: 3–4 godine

Cilj: usvojiti 5 novih pojmova (*hands, head, shoulders, knees and toes*)

Materijali:

- *flashcards* (vizualiziramo ih putem projektora i platna) i, kao fizički oblik, kartice;
- glazba;
- oprema za poligon (obruči, špage)

Napomena: djeca su već upoznata s osnovnim riječima koje ponavljamo prije početka svakog sata i prije završetka svakog sata. To su svakodnevni izrazi poput *Hello!, Good evening!, How are you?*, ili pak *sit, stand, circle time, give me, thank you, yes, no...* Dakle, riječi kojima se koriste prilikom svake aktivnosti.

Počinjemo prvom aktivnošću, koju zovemo *Circle time in circles* („vrijeme za krug ukrug“). Djeca se poslože ukrug, a najčešće se uzme vježba za fokus ili ravnotežu, navest ću dvije za primjer.

- a) Jedno dijete započinje rečenicom: *Hello, _____* (imenuje onoga tko mu stoji slijeva ili zdesna), potom se okrene u tu stranu oko svoje osi, a zatim pozdravi igrača s druge strane (*Hello, Lea*) i odabere tko je sljedeći (*I choose Mila / „Ja biram Milu“*).

- b) *Hand to knee* („ruka prema koljenu“):

Jednom rukom dijete treba dotaknuti suprotno koljeno (npr. lijeva ruka – desno koljeno). I tako brojimo do 10 na stranom jeziku. Nekad brojimo unazad, od 10 do 1. Potom slijedi okret oko svoje osi, a zatim ponovimo zadatak.

Nakon uspostavljenog fokusa prelazimo na „brzi uvod“ u nove pojmove. Pojmovi se prikazuju jedan po jedan. Sličica prati tekst, odnosno naziv pojma. Voditelj kaže riječ i proizvede pokret. Npr. za riječ *hands* dva puta pljesne: *hands, clap-clap* i kaže *repeat after me* („ponovite za mnom“) – djeca već znaju što slijedi pa su spremna i aktivno sudjeluju.

a) *Hands* → *clap-clap*; ovaj *clap-clap* ću iskoristiti poslije, kad ću umjesto *hands* reći samo *clap-clap*. Djeca će se pokušati prisjetiti što je to išlo *clap-clap*.

b) Zatim riječ: *toes* → *tiptoe* („hodam na prstićima“); *repeat after me, toes* (i onda tiho hodam na prstima – *tiptoe*).

I tako dalje. Potom slijedi pauza.

Kreider (2019) sugerira kako su male pauze (*mini breaks*) odličan način da se tijelo na brzinu odmori, oporavi i pripremi za novu akciju. To mogu biti kratke pauze, poput onih za disanje i relaksaciju. U našem slučaju to su pauze za popiti vodu.

Sljedeća aktivnost je poligon, koji je postavljen prema dječjim uzrastima i sposobnostima, i to tako da ide kružno. Svako dijete odmah kreće u poligon, ali s dovoljnim međusobnim razmakom. Puštam glazbu koja će nekoliko minuta svirati u pozadini (obično je to glazba kojom ćemo se poslije koristiti za završnu aktivnost).

Kad glazba krene, djeca prate poligon. Za ovu dob se poligon sastoji od jednostavnih vježbi, poput sunožnog skakanja u obruče, hodanja po ravnoj crti, bacanja lopte iznad glave.

Kad glazba stane, voditelj kaže uputu, poput kombinacija dosad naučenih riječi (dodamo staru i novu riječ), npr. *wash your hands* (i djeca oponašaju pranje ruku). Voditelj pokazuje svoje ruke ili karticu sa slikom i nazivom ako vidi da se nijedno dijete ne može sjetiti što su *hands* u ovom slučaju. Nastavljamo s glazbom, djeca vraćaju fokus na poligon. Kad glazba prestane, djeca staju i čekaju novu uputu.

Touch your toes 5 times! („Dotakni nožne prste 5 puta!); voditelj ispruženih ruku i leđa dodiruje prste na nogama, vraća se u početni položaj i kreće brojiti s djecom: *One, two, three, four, five!* („Jedan, dva, tri, četiri, pet!“).

Glazba se nastavlja, kao i aktivnost u poligonu. Ova vježba je glavni dio, u njoj se utroši najviše vremena, energije i fokusa. Nakon poligona slijede pauza i osvježavanje vodom (hidratacija).

Zadnja fizička aktivnost je ples uz prikladnu pjesmu. Za ovu aktivnost sam odabrala *Head, Shoulders; Knees, Toes*. Pjesma je veselog ritma i opetovano se ponavlja ista radnja dok ubrzava tempo. Djeca dodiruju glavu, ramena, koljena i nožne prste. Gotovo uvijek pokazuju veliki interes za ovu aktivnost, te pjesmu ponavljamo 2–3 puta. Zadnju pjesmu djeca biraju sama, a voditelj im ponudi određene pjesme na izbor; pjesme koje su djeca već čula i uz koje znaju izvesti koreografiju, pjesme koje su već prethodno obrađene i naučene.

Sat završava tako da si djeca uzmu jastuk, legnu na pod, koji je prekriven tapisonom, a voditelj priguši svjetla i pusti opuštajuću glazbu. Tko želi, može zatvoriti oči. Sve upute daju se na engleskom jeziku. Voditelj prolazi nježnom tkaninom po djeci, djeca se opuštaju, vraćaju u mir i balans. Palimo svjetla, vraćamo se u *circle*, koji zatvaramo s riječima: *Goodbye everybody!*

Ovdje je naveden primjer jedne aktivnosti u koju smo integrirali tjelesnu i zdravstvenu kulturu, različite kineziološke metode i procese poučavanja. Svaka aktivnost je osmišljena na sličan način, uz mijenjanje vježbi koje se fokusiraju na razvoj svih motoričkih sposobnosti (ravnoteža, fleksibilnost, snaga, koordinacija, izdržljivost, brzina i preciznost), ali dodajemo i ostale kineziološke metode i aktivnosti kako bismo iskoristili sav potencijal koji takav način učenja nudi.

5. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA

5.1. Cilj istraživanja

Cilj istraživanja je utvrditi ako integracijom tjelesne i zdravstvene kulture odgojno-obrazovnog područja u učenje stranog jezika kod djece daje bolje rezultate od učenja stranog jezika bez kinezioloških aktivnosti i metoda poučavanja.

5.2. Hipoteza

Postavljena hipoteza govori da postoje značajne razlike u učenju stranog jezika ako u sâm proces integriramo tjelesnu i zdravstvenu kulturu. Pretpostavka je da će skupina u kojoj su ponuđene kineziološke aktivnosti imati bolji rezultat i veću količinu usvojenog znanja od skupine koja će uglavnom učiti na temelju auditivnog i vizualnog materijala, bez kinezioloških aktivnosti.

5.3. Uzorak ispitanika

Za svako dijete dobiven je pristanak roditelja prema Etičkom kodeksu istraživanja s djecom, kojim dopuštaju da njihovo dijete bude sudionikom istraživanja, međutim nije dobivena dozvola od svih roditelja da sva djeca budu fotografirana (GDPR zaštita). Istraživanje je provedeno od 26. veljače 2022. do 4. travnja 2022.

U istraživanju je sudjelovalo 16 djece, odnosno jedna eksperimentalna i jedna kontrolna skupina, u svakoj po 8 djece. U prvoj eksperimentalnoj skupini bilo je 5 djevojčica i 3 dječaka, prosječne dobi od 5 godina i 5 mjeseci, dok su u drugoj kontrolnoj skupini bila 4 dječaka i 4 djevojčice, prosječne dobi od 5 godina i 7 mjeseci.

Istraživanje je provedeno u: „ROOM centar za djecu i obitelj“, Ulica Florijana Andrašeca 14, 10 000 Zagreb.

5.4. Uzorak varijabli

Korištena je metoda eksperimenta s paralelnim skupinama koja (prema Prskalo i Sporiš, 2016) podrazumijeva djelovanje dvaju faktora na dvije skupine i utvrđuje se učinak nezavisnih prediktorskih varijabli.

Za ovo istraživanje imamo dvije skupine, jednako gradivo, jednak vremenski period. Varijabla je uklanjanje svih kinezioloških/kinestetičkih radnji i pokreta u prostoru.

Eksperimentalna skupina imala je standardni program, u kojem su ponuđene 24 riječi koje djeca trebaju usvojiti tijekom triju susreta od 45 minuta. U program eksperimentalne skupine integrirali smo tjelesnu i zdravstvenu kulturu kao (su)sredstvo poučavanja stranog jezika, u ovom slučaju se radi o engleskom jeziku.

Kontrolna skupina je tijekom triju susreta usvajala gradivo bez kinezioloških metoda poučavanja (dakle, nismo integrirali tjelesnu i zdravstvenu kulturu). Plan i program se provode bez ikakvih kinezioloških aktivnosti. Oslanjali smo se samo na vizualni i auditivni materijal.

Na kraju ćemo (na četvrtom susretu) usporediti broj usvojenih riječi između dviju skupina. Obratit ćemo pažnju na to koliko integracija tjelesne i zdravstvene kulture utječe na usvajanje stranog jezika, ali i na ostale faktore, za vrijeme održavanja aktivnosti.

5.5. Opis istraživanja

Istraživanje je provedeno na 16 djece odnosno dvjema skupinama, u svakoj je po 8 djece.

U eksperimentalnoj skupini je 5 djevojčica i 3 dječaka, prosječne dobi od 5 godina i 5 mjeseci, dok su u drugoj kontrolnoj skupini 4 dječaka i 4 djevojčice, prosječne dobi od 5 godina i 7 mjeseci.

Svaka grupa je proučavana kroz 4 susreta. Prva tri susreta usmjerena su na usvajanje pojmova, a četvrti susret je dan testiranja. U prvim trima susretima od 45 minuta djeca će pokušati usvojiti 24 nova pojma.

Jungle animals: – Monkey – Tiger – Elephant – Crocodile – Lion – Snake – Parrot – Hippopotamus	Farm animals: – Duck – Chicken – Rooster – Sheep – Goat – Pig – Horse – Cow	Sea animals: – Jellyfish – Octopus – Walrus – Seahorse – Turtle – Shark – Whale – Crab
--	---	--

Evo kako je zamišljen program eksperimentalne skupine i kontrolne skupine (dalje u tekstu: ES1 i KS2).

Prvi dan

1. Aktivnost:

- ES2: *circle time* s motoričkim vježbama za fokus, ravnotežu i/ili energiju
- ES2: *circle time* bez motoričkih vježbi

2. Aktivnost:

- ES1: *flashcards* uz zvuk, pokret i imitaciju te zajedničko izgovaranje
- KS2: *flashcards* bez pokreta, samo zvuk, slika i izgovaranje

3. Aktivnost:

- ES1: *Throw the animals dice* („Baci kocku sa životinjama“); dijete baca kocku napravljenu od kutije na kojoj su zalijepljene slike životinja i mora reći o kojoj se životinji radi te pokazati na koji se način ona kreće; ispravan odgovor vodi do sljedeće etape poligona
- KS2: *Color the animals* („Oboji životinje“); na papiru veličine A3 djeca dobiju svih osam životinja, a voditelj predlaže boju i naglašava koju životinju trebaju obojiti

4. Aktivnost:

- ES1: koreografije na pjesmu *Walking in the jungle*, gdje se spominju navedene životinje, kao i *Jungle Animal Song*, koju odrađujemo kroz pokret, imitaciju i zvukove
- KS2: igra *Shadow Animals*; voditelj pripremi obrasce za učenje kako se rukama rade sjene pa djeca to čine uz imenovanje životinja

Za kraj ponavljamo *flashcards* aktivnost broj 2, s objema skupinama.

Drugi dan

1. Aktivnost:

- ES1 i KS2: *circle time* kao prvog dana

2. Aktivnost:

- ES1: *flashcards*, slike popraćene zvukom i pokretom te izgovaranje pojmova naglas
- KS2: ista aktivnost, ali bez pokreta

3. Aktivnost:

- ES1: *Animal says...* (inačica igre *Simon says*, u kojoj dijete mora napraviti ono što Simon kaže); ispred svakog djeteta je postavljen poligon, svaka životinja označava neku radnju, npr. *chicken* („kokoš“), i ispod je nacrtano što dijete mora učiniti, npr. dotaknuti nožne prste (voditelj govori: *Touch your toes!*), potom npr. *cow* („krava“), a ispod je prikazano dijete i dva skoka (voditelj izgovara: *Jump two times with both feet!*) i sl. (cilj ove igre je da u što kraćem vremenu zajedničkim snagama djeca dođu što brže do cilja)
- KS2: *Farm animals memory*, igra pamćenja u kojoj dijete mora pronaći par istih sličica (dviju istih životinja) i pritom ih imenovati

4. Aktivnost:

- ES1: ples uz koreografiju na *Old McDonald had a farm* i *Who took the cookie from the cookie jar* (svaku pjesmu ponovimo dva puta); ponovimo pjesme i prethodnog puta kako bismo osvježili pamćenje
- KS2: *Shadow paint*, bojenje sjena; projektor projicira sliku na zidu koji je obložen papirom za crtanje, a svako dijete dobije uputu (na engleskom jeziku) koju životinju treba nacrtati

5. Zadnja aktivnost obiju skupina je ponavljanje aktivnosti broj 2 od prvog i drugog dana. Ponovo prolazimo kroz nove pojmove, svaka skupina na odgovarajući način.

Treći dan

1. Aktivnost:
 - ES1 i KS2: *circle time* kao i prethodnih dana
2. Aktivnost:
 - ES1 i KS2: *flashcards* s morskim životinjama (*sea animals*); isti princip kao i prethodnih dana
3. Aktivnost:
 - ES1: *Name the animal, score for more* („imenuj životinje i ‘zakucaj’ za bodove“); voditelj pokazuje karticu sa životinjom, dijete imenuje životinju uz pomoć druge djece, a kad kaže naziv, loptom gađa u obruč; svaki put kad pogodi u sredinu obruča, dobiva jedan bod i voditelj nastavlja s ostalim karticama
 - KS2: svatko bira jednu životinju koju će obojiti i zalijepiti na štap kako bismo napravili štapnu lutkicu za predstavu; voditelj čita priču i kad prozove određenu životinju, dijete interaktivno sudjeluje u priči odnosno predstavi
4. Aktivnost:
 - ES1: ples uz koreografiju i određene pokrete na pjesme *Who took the cookie from the cookie jar (sea version)* i *A sailor went to sea* („Mornar na moru“); nakon dvaju ponavljanja svake pjesme plešemo uz pjesme kao prethodnih dana
 - KS2: ponavljamo sve *flashcards* kojima smo se dosad koristili u prethodnim trima susretima

Četvrti dan (provjera usvojenog znanja, rezultati istraživanja)

Aktivnosti koje provodimo kako bismo provjerili stečeno znanje u trima susretima sa svakom skupinom odvit će se na jednak način kako bismo dobili što pouzdanije rezultate.

Svaka skupina ima jednak broj kartica odnosno pojmova koje smo zadali kao cilj. Ponuđena su 24 pojma tijekom triju susreta.

1. Aktivnost: *FLASHCARDS*

Voditelj dijeli svaku grupu u dvije skupine. Svakoj skupini je nasumce ponuđena jedna kartica, odnosno životinja koju treba imenovati. Djeca surađuju kao skupina. Za svaki točan odgovor dobiju jedan bod. Ako ne znaju naziv životinje, voditelj isto pitanje postavlja drugoj skupini.

2. Aktivnost: *WHAT'S MISSING?*

Djeca sjede ukруг, kartice su podijeljene u tri skupine (*farm, sea, jungle animals* kategorije kartica) i postavljene u sredinu kruga. Svi zatvaraju oči dok jedno dijete iz skupine uzima jednu karticu iz bilo koje skupine. Tu istu skupinu preostalih kartica posloži na tepih u sredini kruga. Kad kaže: *I'm ready!* („Spreman sam!“), djeca otvaraju oči i moraju na engleskom reći koja kartica nedostaje.

3. Aktivnost: *WHERE DOES THIS ANIMAL LIVE?*

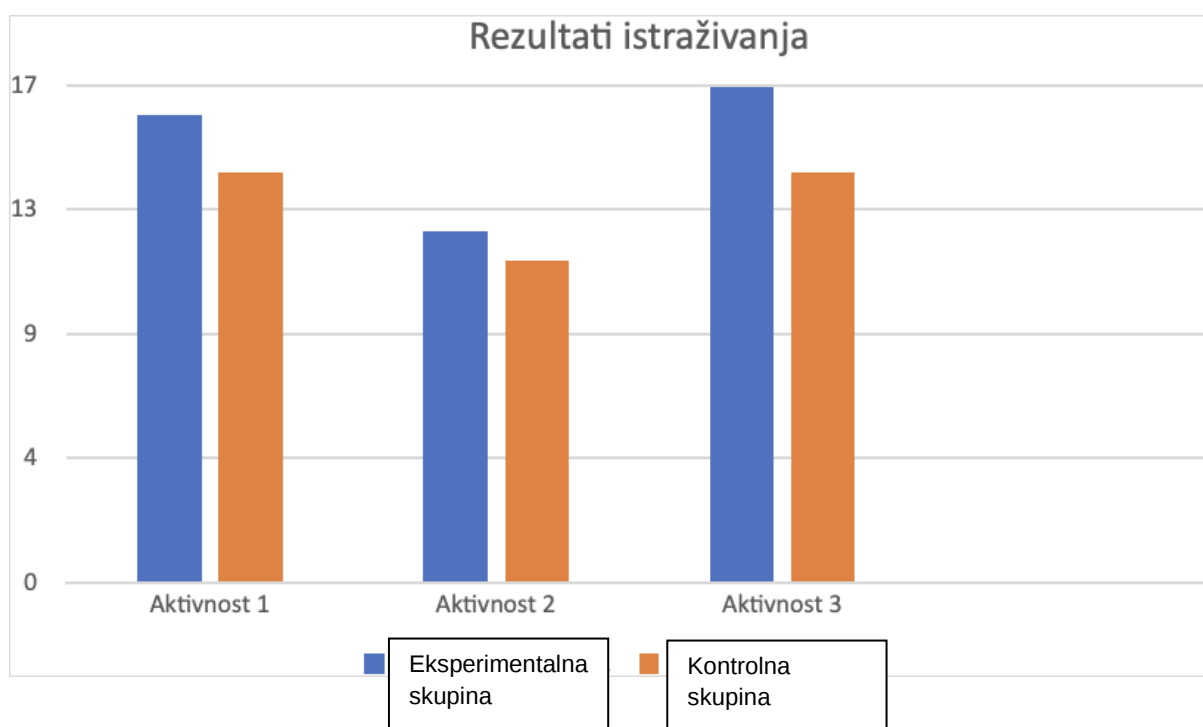
Voditelj pokazuje sličice sa životinjama, koje djeca imenuju i navode odgovarajuće stanište svake od njih (*sea, jungle, farm*). Prvo odabiremo jedno dijete nasumce, a ako ne zna odgovor na pitanje *What animal is this and where does it live?* („Koja je ovo životinja i gdje živi?“), može zamoliti neko drugo dijete za pomoć.

6. REZULTATI ISTRAŽIVANJA I RASPRAVA

U prvoj provedenoj aktivnosti eksperimentalna skupina broj 1 imala je ponuđene 24 kartice, koje su djeca trebala imenovati. Od 24 ponuđena pojma djeca su točno navela njih 16. Kontrolna skupina provela je istu aktivnost i od 24 ponuđena pojma znali su točno imenovati njih 14.

U drugoj provedenoj aktivnosti eksperimentalna skupina znala je odgovore na svaku karticu od 12 odigranih. Kontrolna skupina znala je odgovore na 11 kartica, od odigranih 12.

U trećoj aktivnosti eksperimentalna skupina je od 24 ponuđene kartice znala odgovore na njih 17, dok je kontrolna skupina znala točno odgovoriti na njih 14 (od također 24).



Iz istraživanja možemo zaključiti kako je eksperimentalna pokazala znatno bolje rezultate u trima provedenim aktivnostima, u kojima smo testirali znanje svakog sudionika istraživanja.

U prvoj aktivnosti, koja je zamisljena kao „prisjećanje“ na sve životinje kako bi se u sljedećim aktivnostima postigli što bolji rezultati, djeca su u suradnji imala iznenađujući rezultat s obzirom na vlastita očekivanja i pretpostavke. Iako su radili

timski (što, naravno, povećava šansu da kao skupina pogode naziv životinje), svaka grupa je imala iste uvjete i ista „pomagala“.

U drugoj aktivnosti, koju su djeca izvršila „s odličnim“, mogu reći kako je pomoglo to što su djeca birala „popularne“ kartice, tj. one koje im nisu zadavale poteškoće u prethodnim susretima. Npr. životinja *walrus* pokazala se kao „problematična“ jer su obje skupine imale poteškoća prilikom usvajanja njezina naziva.

U trećoj aktivnosti, gdje djeca nisu mogla odgovarati kao tim, već je maksimalno dvoje djece moglo ponuditi odgovor, rezultati pokazuju da je svakako potrebno ponoviti slično istraživanje, ali ispitati sudionike samostalno, svakog ponaosob, kako bismo dobili što konkretnije rezultate.

Provedeno istraživanje smatra se uspješnim jer smo uspjeli potvrditi pretpostavku da integracija tjelesne i zdravstvene kulture u poučavanju stranog jezika ima pozitivne ishode. Eksperimentalna skupina koja je bila poučena pomoću kinezioloških metoda pokazala je bolje rezultate nego ispitanici koji su imali uglavnom vizualne i auditivne metode poučavanja.

Faktori koji su u manjoj mjeri mogli utjecati na istraživanje su različita prosječna dob djece, nepotpune grupe na svakom susretu te djeca upitnog početnog fiziološkog stanja (došla su na aktivnosti nakon cijelog dana provedenog u vrtiću, predvečer, kad su već umorna i/ili gladna i sl.). Sve su to faktori na koje nisam mogla utjecati.

Također moram spomenuti da su u kontrolnoj skupini (koja u ovom istraživanju nije imala integriranu tjelesnu i zdravstvenu kulturu u poučavanju, a inače je imaju u redovitom programu) sudionici primijetili kako sadržaj više nije toliko zanimljiv, odnosno aktivnosti koje odrađujemo kako bismo usvojili znanje. Jedno dijete je čak upitalo: „A kad ćemo raditi one zabavne poligone?“, misleći na fizičke aktivnosti kojima se najviše koristimo u glavnom dijelu sata. Druga djevojčica je pak upitala zašto više ne radimo vježbe za koncentraciju, jer su njoj uvijek zabavne. Iz razgovora sa sudionicima KS2 sam isto tako zaključila kako im je „nedostajao“ uobičajeni način na koji odrađujemo program. Vjerujem da to proizlazi iz činjenice da je zaista zanimljivo uključiti fizičke aktivnosti u učenje novih, možda i malo „kompliciranih“ stvari, a s druge strane dijete kroz igru i aktivnost ima priliku izraziti sebe na način na koji je njemu ugodan i prirodan.

Ukratko, djeci za poticajan razvoj zapravo najviše trebaju: prostor, mogućnost slobodnog kretanja i izražavanja, sigurnost, nesputanost, igra i mogućnost da dijete zadovolji sve svoje fiziološke potrebe.

Vjerujem da bi istraživanje bilo specifičnije da je svako dijete individualno ispitano o stečenom znanju, međutim pretpostavka prije samog istraživanja je bila ta da sama integracija tjelesne i zdravstvene kulture odgojno-obrazovnog područja ima pozitivan utjecaj i daje bolje rezultate ako se ukomponira u učenje i aktivnosti. Navedena pretpostavka je potvrđena te se ovo istraživanje smatra uspješnim, uz dodatnu napomenu da svakako postoji još mogućnosti kako bi se unaprijedilo istraživanje, ali i rezultati.

7. ZAKLJUČAK

Sve više i sve češće dobivamo informacije kako se djeca sve manje kreću, i sve smo svjesniji te činjenice pa tražimo načine da naše dijete u jednom danu maksimalno iskoristi mogućnost fizičkih aktivnosti.

Svijet se sve više povezuje pa je tako dobrodošlo i znanje stranog jezika, što svakako ima svoje benefite; od samog usvajanja jezika u najranijoj dobi, uz kognitivni, socijalni i emocionalni razvoj, do benefita koje nosi u budućnosti.

Znajući važnost tjelesne aktivnosti i koliko je važno prakticirati je svaki dan, nalazimo načine da tjelesnu i zdravstvenu kulturu ukomponiramo u svakodnevne dječje obveze (vrtić i škola) budući da zaista doprinosi boljem učenju i razvija kvalitetnu atmosferu.

Ispitana djeca koja su imala integriranu tjelesnu i zdravstvenu kulturu prilikom učenja pokazala su znatno veću motivaciju, bolje su surađivala, s lakoćom su prelazila s jedne aktivnosti na drugu i brže vraćala fokus. Rad s tom skupinom se pokazao znatno opuštenijim te interaktivnijim i sa strane voditelja i sa strane djeteta.

Pozitivan ishod istraživanja (ali i ostala slična istraživanja) potvrđuje činjenicu da integracija tjelesne i zdravstvene kulture odgojno-obrazovnog područja zaista može doprinijeti kvaliteti odgojno-obrazovnog procesa. Činjenica da je svakom živom biću potrebno kretanje, a djeci je potrebna fizička aktivnost svaki dan, i činjenica da se uz kineziološke metode može više postići u nastavi dovode do zaključka da bismo tjelesnu i zdravstvenu kulturu trebali primjenjivati u što više predmeta i metoda poučavanja.

Naravno, da bi integracija tjelesne i zdravstvene kulture odgojno-obrazovnog područja općenito bila uspješna u poučavanju stranog jezika, potrebno je sagledati sve potrebe svakog djeteta, izraditi kvalitetan plan i program aktivnosti, a voditelj/odgojitelj odnosno osoba koja provodi aktivnosti treba biti dovoljno kompetentna kako bi zadala ciljeve i očekivanja u skladu s dobi djece, dječjim potrebama i mogućnostima.

LITERATURA

1. Baureis, H., Wagenmann, C., (2015). *Djeca bolje uče uz kineziologiju, savjeti i vježbe za lakše učenje i bolju koncentraciju*, Split: Harfa
2. Benedetti, B. G., Beghi, E. & De Tanti, A. (2017). SIAMOC position paper on gait analysis in clinical practice: general requirements, methods and appropriateness. *Gait & Posture*, 58, str. 252–260.
3. Donnelly, J. E. & Lambourne, K. (2011). Classroom-based physical activity, cognition and academic achievement. *Preventive Medicine*, 52, S36–S42.
4. Došen Dobud, A. (2005). *Malo dijete – veliki istraživač*. Zagreb: Alinea.
5. Dunn, R., Griggs, S. A. (2000). *Practical Approaches to Using Learning Styles in Higher Education*, Bergin & Garvey, 88 Post Road West.
6. Engelkamp, J. & Zimmer, H. D. (1985). Motor programs and their relation to semantic memory. *German Journal of Psychology*, 9, 239–254.
7. European Commission, *The main pedagogical principles underlying the teaching of languages to very young learners*
(https://ec.europa.eu/assets/eac/languages/policy/language-policy/documents/young_en.pdf).
8. Findak, V. (2001). *Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju*, Zagreb: Školska knjiga.
9. Haverstick, T. L. (2000). The Effect of Educational Kinesiology on Second Language Acquisition. *MA TESOL Collection*, 428.
10. Kibbe, D. L., Hackett, J., Hurley, M., McFarland, A., Schubert, K. G., Schultz, A. & Harris, S. (2011). Ten years of take 10!: integrating physical activity with academic concepts in elementary school classrooms. *Preventive Medicine*, 52, S43–S50.
11. Mahar, M. T., Murphy, S. K., Rowe, D. A., Golden, J., Shields, A. T. & Raedeke, T. D. (2006). Effects of a classroom-based program on physical activity and on-task behavior. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 38, 2086–2094.
12. Maslow, A.H. (1970). *Motivation and Personality*. New York: Harper and Row.
13. Moon, J. (2005). *Children Learning English*. Thailand: Macmillan.

14. Mraković, M. (1997). *Uvod u sistematsku kineziologiju*. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.
15. Ordonez, A. (2021). *Kinesthetic learning inclusion: Turning your class into a hive of motion activities to engage ESL learners*. Greensboro College.
16. Pinter, A. (2011). *Children learning second languages*. The University of Queensland, Australia.
17. Prebeg-Vilke, M. (1991). *Vaše dijete i jezik, materinski, drugi i strani jezik*. Zagreb: Školska knjiga.
18. Prskalo, I., Horvat, V., Hraski, M. (2013). Play and Children's Kinesiological Activities: A Precondition for Making Daily Exercise a Habit. *Croatian Journal of Education*, Vol. 16, Sp. Ed. No. 1/2014, pages: 57–68. Faculty of Teachers Education, University of Zagreb.
19. Prskalo, I., Sporiš, G. (2016). *Kineziologija*. Zagreb: Školska knjiga.
20. Rajović, R. (2017). *Kako igrom uspješno razvijati djetetov IQ*. Split: Harfa.
21. Robinson, L. E., Stodden, D. F., Barnett, L. M. and others. Motor Competence and its Effect on Positive Developmental Trajectories of Health. *Sports medicine*.
22. Schiffler, L. (2002). *Fremdsprachen effektiver lehren und lernen – Beide Gehirnhälften aktivieren*. Dortmund: Auer.
23. Tomporowski, P. D., Davis, C. L., Miller, P. H. & Naglieri, J. A. (2008). Exercise and children's intelligence, cognition and academic achievement. *Educational Psychology Review*, 20, 111–131.
24. Toumpaniari, K., Loyens, S., Mavilidi, M., Paas, F. (2015). Preschool Children's Foreign Language Vocabulary Learning by Embodying Words Through Physical Activity and Gesturing. *Educ. Psychol. Rev.*, 27: 445–456, The Netherlands.
25. Velički, D. (2006). Ritam i pokret u ranom učenju njemačkog jezika. *Metodika*, vol. 7, br. 2 (327–336). Zagreb: Učiteljski fakultet, Sveučilište u Zagrebu.
26. Vidović, E., Drakulić, M. (2012). Teaching the concept of singularity and plurality of nouns within English lessons to children of an early age. *Metodički obzori*, 7. Rijeka: Faculty of Teacher Education.
27. Vitale, B. M. (2005). *Jednorozci su stvarni*. Lekenik: Ostvarenje.

IZJAVA

O SAMOSTALNOJ IZRADI DIPLOMSKOG RADA

Izjavljujem pod punom materijalnom i moralnom odgovornošću da sam ovaj rad izradila samostalno te da u njemu nema kopiranih ili prepisanih dijelova teksta tuđih radova, a da nisu propisano označeni kao citati s navedenim izvorom iz kojeg su preneseni.

Zagreb, 12. travnja 2022.

Mia Dumbović