

# Uključenost djece rane i predškolske dobi u organizirane kineziološke aktivnosti u slobodno vrijeme

---

**Tomašković, Ivana**

**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://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:829457>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-07-20**

*Repository / Repozitorij:*

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



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

**Ivana Tomašković**

**UKLJUČENOST DJECE RANE I  
PREDŠKOLSKE DOBI U ORGANIZIRANE  
KINEZIOLOŠKE AKTIVNOSTI U SLOBODNO  
VRIJEME**

**Diplomski rad**

**Zagreb, rujan, 2022.**

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

**Ivana Tomašković**

**UKLJUČENOST DJECE RANE I  
PREDŠKOLSKE DOBI U ORGANIZIRANE  
KINEZIOLOŠKE AKTIVNOSTI U SLOBODNO  
VRIJEME**

**Diplomski rad**

**Mentor:**

**doc. dr. sc. Marijana Hraski**

**Zagreb, rujan, 2022.**

## SADRŽAJ

<b>SAŽETAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>SUMMARY</b> .....	<b>iii</b>
<b>1. UVOD</b> .....	<b>1</b>
<b>2. ORGANIZIRANE KINEZIOLOŠKE AKTIVNOSTI ZA DJECU RANE I PREDŠKOLSKE DOBI</b> .....	<b>3</b>
2.1. Vrste kinezioloških aktivnosti primjerenih djeci.....	3
2.2. Sudjelovanje djece rane i predškolske dobi u organiziranim sportskim aktivnostima	5
2.2.1. Različiti aspekti prihvatljivosti organiziranih sportskih aktivnosti za djecu u ranom djetinjstvu .....	5
2.2.2. Utjecaj sporta na stvaranje rodni razlika u tjelesnoj aktivnosti.....	6
2.2.3. Preferirani sportovi dječaka i djevojčica i prosječna duljina trajanja tjelesne aktivnosti.....	8
<b>3. UTJECAJ SPORTSKIH AKTIVNOSTI NA CJELOVITI RAZVOJ DJECE RANE I PREDŠKOLSKE DOBI</b> .....	<b>11</b>
3.1. Faze motoričkog razvoja .....	11
3.2. Utjecaj sportskih aktivnosti na motorički razvoj i stanje uhranjenosti djece .....	13
3.3. Utjecaj tjelesne aktivnosti na kognitivni razvoj .....	14
3.4. Sportske aktivnosti i socio-emocionalni razvoj.....	15
<b>4. RODITELJSKI UTJECAJ NA SUDJELOVANJE DJECE U SPORTU</b> .....	<b>17</b>
4.1. Utjecaj ekonomskih prilika kućanstva na sudjelovanje djece u izvannastavnim aktivnostima.....	17
4.2. Sportsko iskustvo roditelja kao glavni prediktor djetetova sudjelovanja u dodatnim programima vježbanja .....	18
4.3. Razlike u majčinskom i očinskom pristupu i uključenosti u sportski život djece .....	19
<b>5. EMPIRIJSKO ISTRAŽIVANJE</b> .....	<b>21</b>
5.1. Predmet i cilj istraživanja .....	21
5.2. Istraživačka pitanja .....	22
5.3. Metodologija istraživanja .....	22
5.3.1. Uzorak sudionika.....	22
5.3.2. Instrumenti istraživanja .....	<b>Pogreška! Knjižna oznaka nije definirana.</b>
5.3.3. Metode obrade podataka .....	24
5.4. Rezultati istraživanja .....	24
5.5. Ograničenja istraživanja .....	34
<b>6. RASPRAVA</b> .....	<b>36</b>
<b>7. ZAKLJUČAK</b> .....	<b>38</b>
<b>LITERATURA</b> .....	<b>40</b>
<b>POPIS GRAFIKONA, SLIKA I TABLICA</b> .....	<b>46</b>
<b>PRILOG: Anketni upitnik</b> .....	<b>47</b>

## SAŽETAK

Cilj ovog rada je ispitati stavove i iskustva roditelja djece rane i predškolske dobi u području uključenosti djece u organizirane kineziološke aktivnosti i njihov utjecaj na cjelokupan dječji razvoj. Istraživanje je provedeno na uzorku od 92 roditelja u razdoblju od 1.8.2022. do 11.8.2022. Rezultati su pokazali kako dječaci većinom treniraju nogomet, djevojčice ples i gimnastiku, a prosječna dob prvog upisa djeteta na neku organiziranu sportsku aktivnost je 4,4 godine. Roditelje na upis djece u organizirane sportske programe pokreću različiti ciljevi i motivi, međutim, pokazalo se kako je glavni cilj umjeren na zdrav psihofizički razvoj djece. Najveći benefiti koje sportski programi sa sobom nose su utjecaj na motorički razvoj i socijalnu uključenost. Što se tiče cijene i kvalitete sportskih programa, većina roditelja potvrdila je kako se slaže da je cijena sportskog programa pristupačna i većinom su zadovoljni profesionalnošću sportskog osoblja i načinom organizacije sportskih treninga.

**Ključne riječi:** *organizirane kineziološke aktivnosti, djeca rane i predškolske dobi, sport*

## SUMMARY

The aim of this thesis is to examine the attitudes and experiences of parents of early and preschool children in the area of children's involvement in organized kinesiology activities and their impact on overall child development. The research was conducted on a sample of 92 parents in the period from August 1, 2022. until 11.8.2022. The results showed that boys mostly train football, girls train dance and gymnastics, and the average age of a child's first enrollment in an organized sports activity is 4.4 years. Parents enrolling their children in organized sports programs are motivated by various goals and motives, however, it has been shown that the main goal is a moderate healthy psychophysical development of children. The greatest benefits that sports programs bring with them are the impact on motor development and social inclusion. Regarding the price and quality of the sports programs, most parents confirmed they agree that the price of the sports program is affordable and they are mostly satisfied with the professionalism of the sports staff and the way sports training is organized.

**Keywords:** *organized kinesiology activities, children of early and preschool age, sport*

# 1. UVOD

Pojava interneta i pametnih telefona s jedne strane te sve veći akademski zahtjevi s druge strane, rezultirali su time da djeca provode više vremena u sjedilačkim, akademskim aktivnostima ili na internetu, a manje vremena aktivno su uključena u smislenu igru i tjelesnu aktivnost koja je sastavni aspekt cjelokupnog razvoja.

Tjelesna aktivnost važna je od najranijeg djetinjstva jer utječe na zdrav motorički razvoj, poboljšava intelektualne vještine i potiče socijalnu uključenost djece. Iz navedenih razloga djeca bi u različitim tjelesnim aktivnostima, uključujući aktivnu igru te različite kineziološke aktivnosti trebala biti uključena od najranije dobi. Na temu utjecaja sportskih aktivnosti na cjelokupni razvoj djece provedena su brojna istraživanja. Nović (2017) je u svom istraživanju otkrila kako sudjelovanje djece rane i predškolske dobi u različitim kineziološkim programima izravno utječe na njihove motoričke sposobnosti. Pritom je napravljeno ukupno šest testova motoričkih sposobnosti, a rezultati su pokazali kako organizirana tjelesna aktivnost djece značajno podiže snagu i koordinaciju pokreta. Jedno istraživanje pokazalo je kako tjelesna aktivnost pozitivno utječe na razvoj mozga (Hillman i sur., 2014), a Fraser-Thomas, Cote i Deakin (2005) ustanovili su kako redovito bavljenje sportom tijekom djetinjstva i adolescencije doprinosi stjecanju socijalnih vještina kao što su suradnja, traženje prava, svijest o odgovornostima, uspostavljanje empatije, samokontrole i vođenja.

Ovaj rad napravljen je sa svrhom stjecanja dubljeg razumijevanja u značaj tjelesnih aktivnosti za cjelokupni razvoj djece u ranoj i predškolskoj dobi te ispitivanja uključenosti djece u organizirane kineziološke aktivnosti u slobodno vrijeme. Za potrebe empirijskog istraživanja, na temelju saznanja iz literature kreirana su pitanja za *online* anketni upitnik koji je među roditeljima proveden u razdoblju između 1. kolovoza 2022. i 11. kolovoza 2022. godine.

Rad je sastavljen od ukupno sedam povezanih cjelina. Nakon uvodnog dijela, u drugom poglavlju rada prikazuju se vrste kinezioloških aktivnosti usmjerenih na djecu rane i predškolske dobi, a potom se fokus stavlja na sudjelovanje djece u organiziranim sportskim aktivnostima obzirom da je sport identificiran kao najčešća izvannastavna aktivnost djece. Treće poglavlje rada usmjereno je na analizu utjecaja sportskih aktivnosti na cjelokupni razvoj djece. Pritom se, pregledom dosadašnjih istraživanja navode saznanja o utjecaju sporta na motorički, kognitivni i socio-emocionalni razvoj. U četvrtom poglavlju fokus je stavljen na

roditelje i obitelj djece kao glavne čimbenike utjecaja na uključenost djece u organizirane sportske programe. Peto poglavlje rada sadrži prikaz i interpretaciju rezultata anketnog istraživanja provedenog među roditeljima djece rane i predškolske dobi s ciljem ispitivanja njihovih stavova i iskustava u sudjelovanju djece u organiziranim sportskim aktivnostima. Potom slijedi poglavlje u kojem se prilažu odgovori na istraživačka pitanja postavljena u petom poglavlju rada, nakon čega se iznose zaključne misli i razmatranja.



## **2. ORGANIZIRANE KINEZIOLOŠKE AKTIVNOSTI ZA DJECU RANE I PREDŠKOLSKE DOBI**

Važnost tjelesne aktivnosti za cjelokupni razvoj djece višestruko je opisan u mnogobrojnoj literaturi, a izdane su i smjernice o preporučenom trajanju tjelesne aktivnosti za zdrav rast i razvoj djece u odnosu na njihovu starosnu dob. Tako su Tremblay i sur. (2012) istražujući mnogobrojnu literaturu utvrdili kako bi dojenčad (u dobi <1 godine) trebala biti fizički aktivna nekoliko puta dnevno kroz interaktivnu igru na podu, a djeca rane i predškolske dobi trebaju na dnevnoj bazi provesti najmanje 180 minuta u tjelesnoj aktivnosti različitog intenziteta i u različitim okruženjima. Pritom može biti riječ o igri koja uključuje tjelesnu aktivnost različitog intenziteta ili o organiziranim kineziološkim aktivnostima. Kineziološke aktivnosti podrazumijevaju različite oblike fizičke aktivnosti koje Findak i Prskalo (2004) dijele na konvencionalne i nekonvencionalne. Prve se koriste za razvoj motoričkih sposobnosti, dok su druge usmjerene na razvoj osobina i sposobnosti djece.

U ovom poglavlju rada prikazuju se vrste kinezioloških aktivnosti usmjerenih na djecu rane i predškolske dobi, nakon čega se fokus stavlja na sudjelovanje djece u organiziranim sportskim aktivnostima obzirom da je sport najčešća izvannastavna aktivnost djece. Pritom će se analizirati primjerena dob za uključivanje djece u različite sportove, vrste sportskih programa koji im se nude te značaj sporta za dječji razvoj.

### **2.1. Vrste kinezioloških aktivnosti primjerenih djeci**

Petrić (2019) je identificirao ukupno sedam vrsta kinezioloških aktivnosti koje uključuju: aktivnosti tjelesnog odgoja, poticajno tjelesno vježbanje, izlete, šetnje, ljetovanje, zimovanje i sportske treninge. U nastavku se kratko opisuje svaka od navedenih kinezioloških aktivnosti.

*Aktivnost tjelesnog odgoja* s djecom rane i predškolske dobi provodi se u ustanovama za rani i predškolski odgoj i obrazovanje, a sastav vježbi i način provedbe tjelesnih aktivnosti osvisi ponajviše o samom odgojitelju, njegovoj volji za radom i kompetencijama te o dostupnom prostoru za provođenje tjelesnog odgoja. Tjelesni odgoj u odgojno-obrazovnim ustanovama većinom traje oko 30 minuta, a sastoji se od uvodnog, pripremnog, glavnog i završnog dijela. Uvodni dio namijenjen je objašnjavanju aktivnosti koje će se toga dana izvoditi, pripremi dio uključuje različite vježbe za zagrijavanje tijela, a u glavnom dijelu odvijaju se motoričke vježbe. Glavni dio najčešće se sastoji od dva aspekta aktivnosti. Za

početak se provode aktivnosti usmjerene na biotička motorička znanja koja uključuju „svladavanje prostora, svladavanje prepreka, svladavanje otpora i svladavanje baratanja predmetima“ (Petrić, 2019, str. 14), a potom se iste primjenjuju kroz tjelesnu aktivnost na poligonu, kineziološke igre i slično.

*Poticajno tjelesno vježbanje* uključuje učenje i provođenje tjelesnih aktivnosti kroz aktivnu igru u zatvorenom ili na otvorenom prostoru. Radi se o igri koja uključuje različite vrste pokreta te upotrebu različitih pomagala i predmeta za izvođenje ovih pokreta. Poticajni prostor može biti i dnevna soba koja sadrži lopte, vijače, strunjače za poligon, ali i dvorište vrtića u kojem su tobogani, klackalice, švedske ljestve i druge sprave i elementi predviđeni dječjem razvoju i igri (Petrić, 2019). Kod poticajnog tjelesnog vježbanja manja važnost se pridaje tome hoće li dijete u potpunosti ispravno napraviti neki pokret (primjerice, kolut unaprijed ili hoće li loptom pogoditi metu), već se fokus stavlja na stvaranje sigurnosti kod djeteta da se okuša u različitim tjelesnim aktivnostima te da svoje tijelo prilagođava različitim vrstama pokreta. S vremenom, ovi će pokreti postati precizniji pa samim time i ispravno odrađeni (Spencer i Wright, 2014).

Blue Cross and Blue Shield of North Carolina Foundation (2013) kao jedan od oblika kineziološke aktivnosti za djecu preporučuje *šetnju*, bilo da se radi o šetnji u zatvorenom ili na otvorenom prostoru. Primjerice, ukoliko se provodi u zatvorenom prostoru, ovu je tjelesnu aktivnost dobro popratiti glazbom. Od djece se potom može zatražiti da šetaju u krug jedan za drugim, da dižu koljena dok šetaju ili da šetaju u ritmu glazbe. Međutim, šetnja u prirodi općenito se smatra boljim oblikom fizičke aktivnosti za djecu jer imaju priliku biti na svježem zraku, istražiti okruženje i igrati se na otvorenom prostoru. Odgojitelj može napraviti i natjecanje u hodanju za djecu istog uzrasta. Primjerice, po dvoje djece se može natjecati tko će prije došetati do klupe u parku, tko će u manje koraka obići grm i slično.

*Izlet* je također prepoznat kao važna kineziološka aktivnost za djecu. Osim što na izletima odlaze izvan mjesta na kojoj se redovito kreću pa samim time upoznaju nova okruženja i nove ljude, djeca većinu vremena provedenog na izletu sudjeluju u nekoj tjelesnoj aktivnosti, bilo da se radi o šetnji, igri, plivanju ili nečem trećem (Petrić, 2019).

*Zimovanje i ljetovanje* djeci omogućuju upoznavanje novih mjesta i sadržaja, učenje i provođenje fizičkih aktivnosti na snijegu, poput sanjkanja, grudanja, skijanja ili na moru gdje mogu pohađati školu plivanja, igrati različite igre u vodi popraćene glazbenim sadržajima, razgibavati se i slično. Zimovanja i ljetovanja su organizirani višednevni izleti u određene

lokacije u kojima djeca sudjeluju u mnogobrojnim fizičkim aktivnostima, grupnim i pojedinačnim (Petrić, 2019).

Posljednja kineziološka aktivnost identificirana od strane Petrića (2019) je *sportski trening*. Riječ je o planiranoj tjelesnoj aktivnosti koja sadrži taktičke, tehničke, mentalne elemente i zahtijeva psihološku pripremu sportaša i poznavanje pravila treninga. Postiže se kontinuiranim vježbanjem najčešće popraćenim visokim stupnjem fizičkog opterećenja (Mišigoj Duraković, 1999). Prema Kutteroff i Behrens (2006) sport je najpopularnija izvannastavna aktivnost među djecom. Sukladno navedenom, u nastavku se detaljno obrađuje tema uključenosti djece rane i predškolske dobi u organizirane sportske programe.

## **2.2. Sudjelovanje djece rane i predškolske dobi u organiziranim sportskim aktivnostima**

Sport se već dugu niz godina promiče kao fenomen koji potiče tjelesni razvoj i psihosocijalne vještine poput suradnje, discipline, dobrobiti i društvene interakcije (Cote i Fraser-Thomas, 2016), a organizirani sportski programi u literaturi se često opisuju kao povoljna okruženja za sudjelovanje mladih ljudi, koja se mogu iskoristiti za izgradnju njihovog samopouzdanja i društvenih odnosa (Larson, 2000). Smoll i Smith (2002) primijetili su kako su se djeca na početku novog tisućljeća počimala baviti sportom od otprilike 6 godina starosti, a novija istraživanja (Caldwell & Timmons, 2013.; Participaction, 2018) upućuju kako su se tijekom posljednjih godina ove dobne granice pomakle i kako je početna dob za bavljenje sportom snižena, pa tako djeca već u dobi od 3 do 5 godina starosti sudjeluju u organiziranim sportskim aktivnostima. Međutim, oko dobne granice ulaska djece u svijet sporta postoje brojne polemike među istraživačima, što će se vidjeti u nastavku.

### **2.2.1. Različiti aspekti prihvatljivosti organiziranih sportskih aktivnosti za djecu u ranom djetinjstvu**

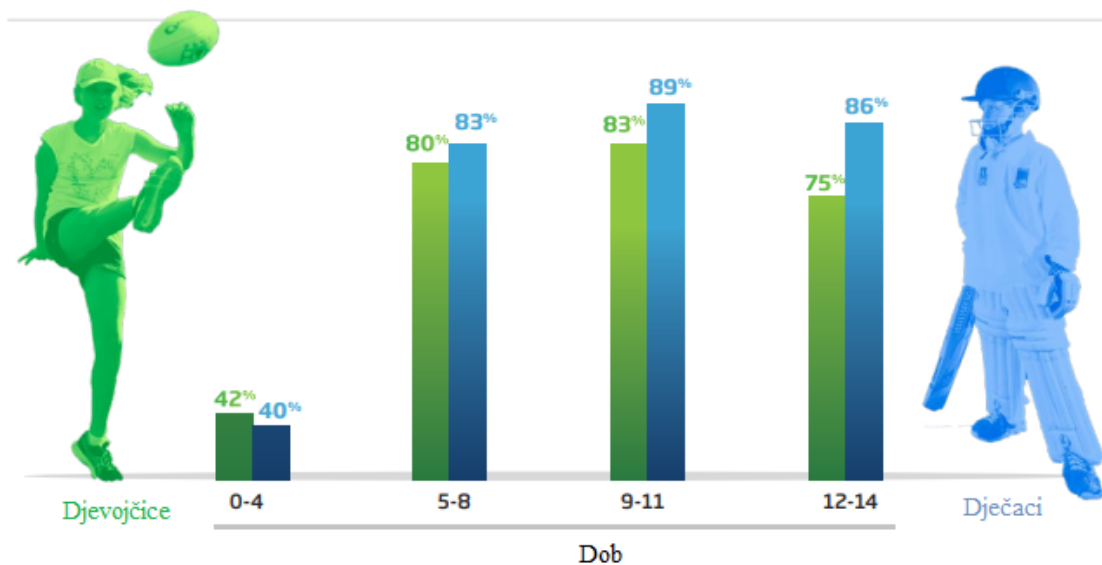
Obzirom na njihovu dob, sposobnosti i stupanj motoričkog razvoja postavlja se pitanje trebaju li se djeca prije sedme godine života baviti organiziranim sportom. Ovu temu proučavali su brojni autori (primjerice, Boreham i Riddoch, 2001; Goldfield, Harvey, Grattan i Adamo, 2012) i utvrdili kako je razdoblje ranog djetinjstva kritično vrijeme za usvajanje zdravih navika kao što je tjelesna aktivnost. Dok trenutne preporuke upućuju na to da bi mala i predškolska djeca trebala imati najmanje 180 minuta raznih tjelesnih aktivnosti tijekom dana te više od 60 minuta energične igre do 5. godine (Tremblay i sur., 2017), procjenjuje se da

62% djece u dobi od 3-4 godine ispunjavaju ovaj uvjet (Participation, 2018). Oni koji podržavaju rano upoznavanje djece s tjelesnom aktivnošću dijele zajedničko uvjerenje da su rane godine idealno vrijeme za promicanje tjelesne aktivnosti jer je dječje tijelo tada vrlo fleksibilno, u kritičnoj su dobi za rast i razvoj i još uvijek ih se može poučiti zdravim navikama (Goldfield i sur., 2012).

Trenutačno sportske organizacije i interesne skupine za djecu roditeljima šalju različite poruke o prednostima ili rizicima upisa male djece u sport. Na primjer, u kanadskoj studiji koju su proveli Calero, Beesley i Fraser-Thomas (2018) sustavno online pretraživanje sportskih programa ponudilo je više od 100 sportskih programa usmjerenih na djecu predškolske dobi u jednom velikom urbanom središtu, pri čemu je svaki program prikazivao niz pozitivnih ishoda usmjerenih na fizički, psihički, emocionalni, društveni i intelektualni razvoj djece. Međutim, kako objašnjavaju autori, postoji mnogo neizvjesnosti u vezi s tim poklapaju li se tvrdnje programa o razvojnim ishodima sa stvarnim razvojnim iskustvima i ishodima kod male djece. Premda većina izvora upućuje na pozitivne aspekte sportskih programa na djecu u ranoj i predškolskoj dobi, potrebno je istaknuti dvije važne organizacije koje ne zastupaju ovo mišljenje. Naime, Kanadsko pedijatrijsko društvo (CPS, 2005) i Američka pedijatrijska akademija (AAP, 2001) upozorili su da dojenčad i djeca rane i predškolske dobi ne bi trebala sudjelovati u sportskim programima prije navršene šeste godine života, sugerirajući da zahtjevi i očekivanja od sporta mogu daleko premašiti fizičku i kognitivnu spremnost djece.

### **2.2.2. Utjecaj sporta na stvaranje rodni razlika u tjelesnoj aktivnosti**

Istraživanja o sudjelovanju djece u organiziranim sportskim aktivnostima u odnosu na spol daju različite rezultate. Općenito, prema teoriji očekivane motivacije, spol izravno utječe na motivacijska uvjerenja djece, a njihovo sudjelovanje u određenim aktivnostima uvjetovano je rodnim ulogama (Wingfield i Eccles, 2000). Dva istraživanja koja su koristila model očekivane motivacije za identifikaciju razlika u sportskom angažmanu između muškaraca i žena pokazala su kako postoji općenita percepcija da muškarci imaju bolje kompetencije i vrijednost u sportu i češće sudjeluju u organiziranim sportovima od žena (Eccles i Harold, 1991; Fredricks i Eccles, 2002). Istraživanje koje su proveli Vilhjalmsson i Kristjansdottir (2003) analizirala je podatke postojeće nacionalne studije u kojoj je sudjelovalo 3.270 islandskih osnovnoškolaca i ustanovila kako se djevojčice u organizirane sportske programe upisuju mnogo manje nego dječaci, a osim toga bilježe i znatno veću stopu odustajanja i ispisivanja iz sportskih programa nego što je to slučaj kod dječaka.



*Slika 1.* Sudjelovanje djece u organiziranim sportskim aktivnostima u odnosu na spol i dob (ASC, 2018, str. 5)

Izvještaj Australijske sportske komisije iz 2018. godine pokazuje kako u skupini djece od 0-4 godine, djevojčice u organiziranim sportovima sudjeluju sa 42%, a dječaci s 40% udjela i to je ujedno jedina dobna skupina u kojoj djevojčice prednjače. U preostalim dobnim skupinama, kako je prikazano na *Slici 1*, dječaci u organiziranim sportskim aktivnostima sudjeluju više od djevojčica (ASC, 2018).

Može se predložiti nekoliko objašnjenja koja se odnose na utjecaj organiziranog sporta na stvaranje rodni razlika u tjelesnoj aktivnosti. Lenskyj (1990, str. 237) objašnjava kako niže stope upisa djevojčica u organizirane sportove mogu biti posljedica „rodni predrasuda u organizaciji sportskih klubova ili programa u kojima se naglašavaju sportovi i događaji koji su od većeg interesa za dječake“. Coakley (1998) ističe kako bi se razlog mogao kriti u većem broju natjecateljskih prilika za dječake, ali i u činjenici da je vjerojatnije kako će dječaci i muškarci (osobito u kasnoj adolescenciji i ranoj odrasloj dobi) biti materijalno ili financijski nagrađeni za svoje sudjelovanje u sportskim natjecanjima.

Što se tiče sportskih preferencija, dječaci i djevojčice orijentirani su u različitim smjerovima. Dok dječaci više sudjeluju u organiziranim sportskim programima koji uključuju igre loptom, djevojčice su više usmjerene na ples i pjevanje, odbojku, plivanje i gimnastiku. Djevojčice češće odabiru nenatjecateljske sportove nižeg intenziteta i sklonije su individualnim sportovima od dječaka, za koje se pokazalo kako preferiraju timske sportove, visokog intenziteta i natjecateljski usmjerene (Iveković, 2020).

### 2.2.3. Preferirani sportovi dječaka i djevojčica i prosječna duljina trajanja tjelesne aktivnosti

Za potrebe analize preferiranih sportova, prosječne duljine trajanja tjelesne aktivnosti i najčešćim barijerama sudjelovanja djece u sportskim aktivnostima korištena je publikacija Australске sportske komisije (ASC, 2018) o sudjelovanju djece u organiziranim tjelesnim aktivnostima u slobodno vrijeme.

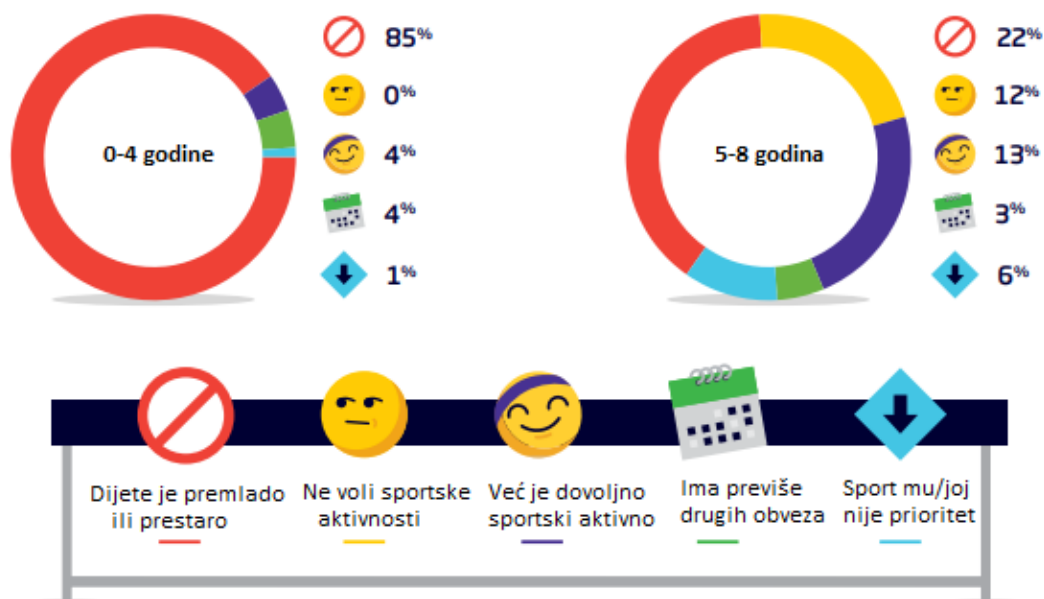


Slika 2. Zastupljenost vrsta sportova u odnosu na spol djece (ASC, 2018, str. 6)

Slika 2 prikazuje zastupljenost organiziranih sportova u kojima djeca sudjeluju u odnosu na njihov spol. Zanimljivo je primijetiti kako se najveći broj djece oba spola u slobodno vrijeme bavi plivanjem, s tim da plivanje upisuje veći broj djevojčica nego dječaka. Kao drugu najčešću sportsku aktivnost djevojčice odabiru ples i balet, a dječaci nogomet. Osim toga, u svoje slobodno vrijeme djevojčice sudjeluju u odbojci, gimnastici, nogometu, košarci i sportskom plesu, a dječaci u kriketu, košarci, tenisu i atletici (ASC, 2018). Sustavnim pregledom mnogobrojne literature, Iveković (2020) je utvrdio veliku usmjerenost dječaka na sportove poput borilačkih vještina i nogometa, dok su djevojčice više orijentirane na gimnastiku, plivanje, ples i atletiku.

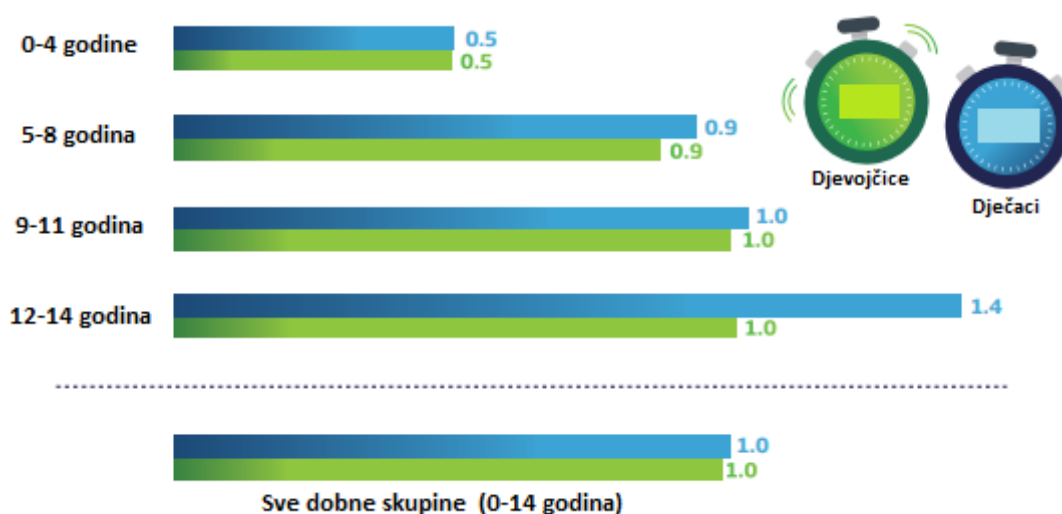
Na Slici 3 prikazani su najčešći razlozi zbog kojih djeca od 0-8 godine života ne sudjeluju u sportskim aktivnostima u slobodno vrijeme. Primarni razlog zbog kojeg se djeca

do 4 godine starosti ne upisuju na neku sportsku aktivnost je činjenica da čak 85% roditelja smatra kako je dijete premlado za bavljenje sportom.



Slika 3. Barijere bavljenju sportskim aktivnostima djece u dobi 0-8 godina (ASC, 2018, str. 9)

Kod djece u dobi između 5 i 8 godina starosti s 22% udjela u ukupnim odgovorima, također dominira činjenica da su djeca premlada za bavljenje sportom, 12% roditelja ističe kako njihova djeca ne vole sportske aktivnosti, 13% ih je navelo da su im djeca već dovoljno sportski aktivna. Preostalih 9% roditelja izjasnilo se kako njihovoj djeci sport nije prioritet i kako imaju previše drugih obveza.



Slika 4. Prosječno trajanje sesije sportskog treninga prema dobi i spolu (ASC, 2018, str. 10)

Naposljetku se razmatra prosječna duljina sesije sportskih treninga prema dobno-spolnim kategorijama, prikazano na *Slici 4*. Djeca od 0-4 godine po sesiji sportskog treninga prosjeku provedu do pola sata, a djeca u dobi 5-8 godina 54 minute. Zanimljivo je primijetiti kako u svim prikazanim dobnim skupinama i dječaci i djevojčice podjednako vremena provedu na sportskim treninzima, izuzev skupine 12-14 godina gdje dječaci prednjače pred djevojčicama i na treninzima prosječno provedu 1,4 sata dnevno, a djevojčice 1 sat.



### **3. UTJECAJ SPORTSKIH AKTIVNOSTI NA CJELOVITI RAZVOJ DJECE RANE I PREDŠKOLSKE DOBI**

Kognitivne, motoričke, socio-emocionalne, lingvističke i druge vještine djece oblikuju se u ranom djetinjstvu (Currie i Almond, 2011), a uloga obrazovnih ustanova u razvoju ovih vještina proučavana je od strane brojnih autora (primjerice, Cunha, Heckman, Lochner i Masterov, 2006). Međutim, kada je riječ o utjecaju izvannastavnih aktivnosti na cjeloviti razvoj djece, literatura je podosta štura.

Kako je utvrđeno u prethodnom poglavlju, jedna od najpopularnijih izvannastavnih aktivnosti među djecom je sport. Oko 65% djece diljem svijeta uključeno je u sportske aktivnosti. U Americi se oko 55% djece bavi nekom vrstom sportske aktivnosti, dok je u Njemačkoj ova brojka znatno veća. Naime, čak 70% njemačke djece u dobi između 6 i 14 godina sportski je aktivno (Kutteroff i Behrens, 2006). No, unatoč popularnosti sporta kao aktivnosti kojom se djeca bave u slobodno vrijeme, postoji samo malo empirijskih dokaza o odnosu sporta i razvoja dječjih vještina u ranom djetinjstvu.

U ovom poglavlju rada nastoje se identificirati temeljni utjecaji sportskih aktivnosti na cjeloviti razvoj djece rane i predškolske dobi, uključujući motorički, kognitivni, kreativni i socijalni razvoj. Da bi se uopće moglo govoriti o ulozi sportskih aktivnosti na motorički razvoj, potrebno je steći razumijevanje razvojnih faza motoričkih vještina kod djece, od njihovog rođenja pa do polaska u osnovnu školu. U svakoj od razvojnih faza koje će se prikazati u nastavku, dijete stječe određene motoričke vještine u skladu s kojima dolaze i određene fizičke aktivnosti koje se provode s djecom, kako od strane odgojitelja u ustanovama ranoga i predškolskog odgoja i obrazovanja, tako i od strane roditelja.

#### **3.1.Faze motoričkog razvoja**

Motorički razvoj podrazumijeva „promjene u fizičkim kretnjama i sposobnostima djeteta koje su povezane s njegovom starosnom dobi“ (Haibach-Beach, Reid i Collier, 2011, str. 21). U ranom djetinjstvu motorički se razvoj razmatra kroz podjelu na grube i fine motoričke vještine. Grube motoričke vještine zahtijevaju koordinaciju ruku, nogu i trupa da se izvedu radnje poput trčanja, skakanja, bacanja, penjanja, itd. (Haibach-Beach i suradnici, 2011). Budući da gruba motorika uključuje snažne pokrete i aktivaciju većih dijelova tijela, njezin pravilan razvoj nužan je za propriocepciju<sup>1</sup>, stabilizaciju jezgre i kontrolu tijela. Razvoj

---

<sup>1</sup> Propriocepcija se odnosi na osjet pozicije jednog u odnosu na ostale dijelove tijela.

grubih motoričkih vještina ujedno prethodi i razvoju finih motoričkih vještina koje se odnose na spretnost i koordinaciju manjih pokreta na području prstiju, šaka i stopala za izvođenje radnji kao što su podizanje i hvatanje manjih predmeta. To je, primjerice, hranjenje viljuškom ili pravilno držanje olovke (Piek, Dawson, Smith i Gasson, 2008). Ukoliko dijete pokazuje znakove usporenosti pri izvođenju pojedinih radnji, nije dovoljno okretno ili ima lošu koordinaciju u odnosu na drugu djecu iste dobi, riječ je o poremećaju u motoričkom razvoju (Vindiš Bratušek, 2022).

*Tablica 1. Faze motoričkog razvoja djece u ranoj i predškolskoj dobi*  
(Lally i French, 2019, str. 118)

<b>Dob</b>	<b>Gruba motorika</b>	<b>Fina motorika</b>
<b>2 godine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ šuta lopte bez gubitka ravnoteže</li> <li>➤ podiže predmete u stojećem položaju, bez gubitka ravnoteže</li> <li>➤ trči uz dobru koordinaciju</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ može okrenuti kvaku na vratima</li> <li>➤ lista knjigu stranicu po stranicu</li> <li>➤ izrađuje kulu s od 6 do 7 kockica</li> <li>➤ samostalno oblači jednostavnu odjeću</li> </ul>
<b>3 godine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ kratko održava ravnotežu na jednoj nozi</li> <li>➤ hoda uz stepenice izmjenjujući noge (bez držanja za ogradu)</li> <li>➤ može voziti tricikl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ može izgraditi blok kulu s više od devet kockica</li> <li>➤ s lakoćom stavlja male predmete u male otvore</li> <li>➤ samostalno se hrani</li> </ul>
<b>4 godine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ pokazuje poboljšanu ravnotežu</li> <li>➤ poskakuje na jednoj nozi bez gubitka ravnoteže</li> <li>➤ koordinirano baca loptu iznad glave</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ može izrezati sliku pomoću škara</li> <li>➤ zna nacrtati kvadrat</li> <li>➤ uredno upravlja žlicom i vilicom dok jede</li> <li>➤ pravilno se oblači</li> </ul>
<b>5 godina</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ima bolju koordinaciju (osposobljava ruke, noge i tijelo da rade zajedno)</li> <li>➤ izvodi preskoke i skokove s dobrom ravnotežom</li> <li>➤ održava ravnotežu dok stoji na jednoj nozi sa zatvorenim očima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ pokazuje različite vještine s jednostavnim alatima i priborom za pisanje</li> <li>➤ može kopirati trokut</li> <li>➤ može koristiti nož za razmazivanje mekane hrane</li> </ul>

U *Tablici 1* prikazane su faze razvoja grubih i finih motoričkih vještina kod djece u prvih pet godina života. U drugoj godini života dijete samostalno hoda i trči te ima dobru koordinaciju. U stanju je šutnuti loptu bez gubitka ravnoteže te podizati predmete u stojećem položaju. Ukoliko kod izvršavanja potonje radnje dolazi do gubitka ravnoteže, ovo bi mogao biti razlog za zabrinutost obzirom da se ova radnja kod djece često razvija do 15 mjeseca života. Što se tiče razvoja fine motorike, u dobi od dvije godine dijete samostalno oblači

jednostavnu odjeću poput kape i/ili šala, gleda slikovnicu samostalno listajući stranice i može izraditi kulu od nekoliko kockica. S tri godine motoričke se vještine značajno unapređuju. U ovoj dobi dijete može nekoliko sekundi samostalno stajati na jednoj nozi i penjati se uza stepenice. Njegova fina motorika također se poboljšava pa se tako sada samostalno hrani, gradi kule korištenjem većeg broja kockica i vještije se služi priborom za crtanje. Djetetov daljnji motorički razvoj u četvrtoj i petoj godini života uključuje potpunu ravnotežu i dobru koordinaciju. I dok je u četvrtoj godini dijete sposobno poskakivati na jednoj nozi, u petoj godini već može samostalno izvoditi preskoke i različite skokove, a fina motorika postaje sve kvalitetnija (Lally i French, 2019).

Grube motoričke vještine stečene u ranom djetinjstvu poznate su kao temeljne motoričke vještine (eng. *Fundamental Motor Skills* – FMS), a sastoje se od lokomotornih vještina (trčanje, preskakanje, klizanje, itd.) i vještina kontrole predmeta (bacanje, hvatanje, odbijanje, šutiranje, udaranje i kotrljanje) i one su temelj budućeg kretanja i buduće tjelesne aktivnosti (Haywood i Getchell, 2005). Clark i Metcalfe (2002, str 176) navode kako je opći cilj razvoja u ranoj dobi „izgraditi dovoljno raznolik motorički repertoar koji će omogućiti kasnije učenje prilagodljivih, vještih radnji koje se mogu fleksibilno prilagoditi različitim i specifičnim kontekstima kretanja”. Evidentno je kako su autori htjeli istaknuti da ukoliko djeca ne mogu vješto trčati, skakati, hvatati, bacati, itd., tada će kasnije u životu imati ograničene mogućnosti za bavljenje tjelesnim aktivnostima jer neće imati potrebne vještine za njihovo izvođenje.

### **3.2. Utjecaj sportskih aktivnosti na motorički razvoj i stanje uhranjenosti djece**

Uobičajena zabluda je da djeca temeljne motoričke vještine usvajaju prirodno, međutim, brojni nalazi iz znanstvene i stručne literature dokazali su neistinitost ove pretpostavke i ukazali na to kako je potrebna konstantna fizička aktivnost za pravilan razvoj grube motorike (Goodway i Branta, 2003; Hamilton, Goodway i Haubenstricker, 1999). Hamilton i sur. (1999) ističu kako mnoga djeca zaostaju u razvitku motoričkih vještina. Razlozi su različiti, a većinom su povezani s nedovoljnom fizičkom aktivnošću djece. Primjerice, Rockwool Foundation (2013) istraživanje je pokazalo kako djeca u dobi od 7 do 17 godina starosti pred televizorom i na internetu provedu pet puta više vremena nego u vježbanju i bavljenju fizičkim aktivnostima. Osim negativnog utjecaja na razvoj motorike, nedovoljna fizička aktivnost potiče i sjedilački način života potiču i pretilost kod djece. Podaci Svjetske

zdravstvene organizacije (prema Anderson i Whitaker, 2011) ističu kako 10,1% dječaka i 10,5% djevojčica u dobi od 4 do 6 godina ima prekomjernu tjelesnu težinu, a 10,2% dječaka kao i 7,9% djevojčica iste dobne skupine je pretilo. Istodobno, Centar za prevenciju i kontrolu bolesti navodi kako djeca koja u predškolskoj dobi imaju povećanu tjelesnu težinu ujedno imaju i do pet puta veću tendenciju pretilosti u odrasloj dobi u odnosu na djecu s normalnom tjelesnom težinom (Centers for Disease Control and Prevention, 2019). Malina (1996) je iznijela pretpostavku kako će djeca koja se bave sportom i postižu više razine motoričkih sposobnosti tijekom djetinjstva i adolescencije ostati aktivni sudionici tjelesne aktivnosti u odrasloj dobi i kako će zadržati normalnu tjelesnu težinu. Drugo istraživanje, napravljeno nekoliko godina kasnije pružilo je dokaze da je sudjelovanje adolescenata u sportskim aktivnostima bio snažan motivator na bavljenje sportom kasnije tijekom života (Tammelin, Nayha, Hills i Jarvelin, 2003).

Bavljenje fizičkom aktivnošću i sportom u najranijoj dobi ima brojne benefite za zdrav razvoj djece. Podiže kvalitetu koordinacije kod djece, jača strukturu mišićno-koštanog sustava, pomaže u pravilnom držanju tijela i smanjuje rizik od kardiovaskularnih oboljenja. Izuzev toga, sportske aktivnosti od nemjerljive su važnosti i za pravilan rad i razvoj unutarnjih organa. Trčanje, skakanje, ples, nabijanje lopte i druge aktivnosti podižu otkucaje srca i ubrzavaju disanje što posljedično utječe na poboljšani rad srca i pluća i povećanje njihove snage i produktivnosti (Macner, 2011; prema Marojević, 2019). Utjecaj sportskih aktivnosti na smanjenje pretilosti kod djece u osnovnim školama ispitali su Lugowska, Kolanowski i Trafialek (2022). Istraživanje je obuhvatilo 245 osnovnoškolaca koji su za potrebe istraživanja podijeljeni u dvije grupe. Jedna grupa podvrgnuta je standardnim nastavnim aktivnostima tjelesnog odgoja (4 školska sata tjedno), a druga je sudjelovala u pojačanoj nastavi tjelesnog odgoja u trajanju od po 10 sati tjedno. Završna mjerenja pokazala su kako je broj djece s povećanom tjelesnom težinom u prvoj grupi dodatno narastao za vrijeme trajanja istraživanja, a istodobno u skupini koja je podvrgnuta pojačanoj nastavi tjelesnog odgoja ovaj broj se znatno smanjio, odnosno djeca su promijenila kategoriju tjelesne mase iz prekomjerne u zdravu tjelesnu težinu.

### **3.3. Utjecaj tjelesne aktivnosti na kognitivni razvoj**

Kognitivni procesi imaju izravnu vezu s motoričkim vještinama, a motoričke aktivnosti potiču kognitivni razvoj u ranom djetinjstvu. Ovu tvrdnju potvrdio je Sindik (2008), a Roebbers i Kauer (2009) ističu kako motoričke i kognitivne vještine imaju nekoliko

zajedničkih temeljnih procesa, uključujući slijed, praćenje i planiranje tjelesne aktivnosti pa su samim time međusobno povezane i neodvojive.

Obzirom na navedeno, postoji i pozitivna korelacija između bavljenja sportom i kognitivnog razvoja. Svaka sportska aktivnost poboljšava intelektualne vještine pojedinca jer povećava funkcionalne sposobnosti njegovog organizma i pomaže mu da stekne specifične vještine ili znanja povezana sa sportom i/ili izvođenjem pojedine aktivnosti. Sindik (2008) iznosi pretpostavku kako će složenija sportska aktivnost imati veći utjecaj na razvoj kognitivnih sposobnosti. Pritom daje primjer igranja šaha koje od djeteta zahtijeva veću koncentraciju i razmišljanje o potezima koje će povući nego što je to slučaj kod trčanja koje ne zahtijeva preveliko strateško razmišljanje. Međutim, autor ističe i kako nije za očekivati da će samo jedan sport utjecati na kognitivni razvoj djeteta već ga je potrebno podvrgavati različitim sportskim aktivnostima, različite zahtjevnosti i intenziteta i dugoročno (Sindik, 2008).

Nekoliko studija dokazalo je pozitivan utjecaj sportskih aktivnosti na kognitivni razvoj. Fisher i sur. (2011) otkrili su kako su djeca koja su sudjelovala u aerobno intenzivnom tjelesnom odgoju pokazala značajno povećanje u aspektima kognicije i izvršnog funkcioniranja u usporedbi s njihovim vršnjacima koji su bili izloženi standardnom tjelesnom odgoju. Druga studija proučavala je kognitivni razvoj dojenčadi, a rezultati su pokazali kako pasivno bicikliranje nogicama u prvoj godini života poboljšava jezični razvoj, koji je autor definirao kao oblike komunikacije izražene kroz ekspresije lica, vokalizaciju i brbljanje (Porter, 1972). Nisu pronađene studije koje su ispitivale odnos između tjelesne aktivnosti i kognitivnog razvoja kod male djece ili predškolske djece.

### **3.4.Sportske aktivnosti i socio-emocionalni razvoj**

Socijalne vještine potrebne su za pokretanje i održavanje društvenih odnosa i za pronalaženje rješenja za probleme (Kapikiran, Ivrendi i Adak, 2006). Prve godine života i prva iskustva pojedinca važni su za društvenu koheziju. Freud je naglasio kako je upravo socijalizacija produžetak osjetilne povezanosti djece uspostavljene primarno s roditeljima, a zatim i s drugim pojedincima u susjedstvu, vrtiću, u školi (Gokce, 2013). Vršnjaci preferiraju djecu s razvijenim socijalnim vještinama i ovakva su se djeca pokazala uspješnijima u društvenom životu (Findlay, Girardi i Coplan, 2006). Također, djeca koja imaju nedostatak društvenih vještina i negativne odnose s vršnjacima na početku školskog života mogu se susresti s odbacivanjem od strane vršnjaka, imati probleme u komunikaciji i akademski

neuspjeh u djetinjstvu, ali i u razdoblju adolescencije (Gulay, 2011). Stoga je razvoj socijalnih vještina vrlo važan od ranog djetinjstva.

Redovito bavljenje sportom tijekom djetinjstva i adolescencije doprinosi stjecanju socijalnih vještina kao što su suradnja, traženje prava, svijest o odgovornostima, uspostavljanje empatije, samokontrole i vođenja, što za posljedicu ima snižavanje razine agresivnosti i održavanje pozitivnih odnosa s vršnjacima (Fraser-Thomas, Cote i Deakin, 2005; Perron-Gelinas, Brendgen & Vitaro, 2017).

Istraživanje koje je proveo White (2021, str. 20) dalo je zanimljive rezultate. Pokazalo se kako sportske aktivnosti imaju isključivo pozitivne efekte na socio-emocionalni razvoj predškolske djece koji se očituju u povećanom samopouzdanju prilikom upoznavanja novih ljudi. Djeca su općenito sramežljiva kada se nađu pred drugom djecom koju ne poznaju, međutim, zajednička aktivnost poput nogometa ili plesa pruža im neiscrpnu temu za razgovor prilikom prvog, ali i svakog sljedećeg susreta. S druge strane, kod osnovnoškolaca situacija je drugačija. Uz brojne pozitivne socio-emocionalne aspekte sportskih aktivnosti, identificirana je i nekolicina negativnih. Naime, osnovnoškolci su prijavili kako im zajedničke sportske aktivnosti stvaraju nervozu, neki su prijavili zlostavljanje od strane vršnjaka, pojedini su istaknuli kako su se osjećali izopćeno od društva u trenucima kada sami nisu mogli sudjelovati u sportskim aktivnostima sa svojim prijateljima, a posljednji su naveli kako su izgubili neke prijatelje zbog različitosti interesa. Vidljivo je kako sport ima dvostruke učinke na socio-emocionalni razvoj, koji najviše ovise o starosnoj dobi djeteta i njegovom karakteru, pa tako sport može povezati vršnjake, ali ih i udaljiti u određenim životnim razdobljima.

## **4. RODITELJSKI UTJECAJ NA SUDJELOVANJE DJECE U SPORTU**

Eccles i sur. (1983) ponudili su teorijski model koji je pokušao objasniti uključenost i motivaciju adolescenata i djece u školskim i izvanškolskim aktivnostima. Model predlaže da su motivacija i sudjelovanje u tim aktivnostima rezultat brojnih endogenih sila, uključujući karakteristike obitelji i roditelja te specifične prilike i iskustva kojima je dijete bilo izloženo tijekom odrastanja. Drugo istraživanje pokazalo je kako će djeca sudjelovati u organiziranim sportskim aktivnostima iz tri razloga: ukoliko se netko od roditelja bavi ili se ranije tijekom života bavio sportom, ako dijete dolazi iz obitelji koja ima visoke mjesečne prihode pa si roditelji mogu takav trošak priuštiti i ukoliko imaju najviše jednog ili dva brata/sestre (ASC, 2018). U nastavku se ispituju različiti čimbenici povezani s obiteljskim karakteristikama i njihovim utjecajem na odabir organiziranih sportskih programa u slobodno vrijeme djece rane i predškolske dobi.

### **4.1. Utjecaj ekonomskih prilika kućanstva na sudjelovanje djece u izvannastavnim aktivnostima**

Jedno od najosnovnijih pitanja koja utječu na odluku o započinjanju i održavanju uključenosti u izvannastavnu aktivnost je pristupačnost. Ekonomska sredstva obitelji za plaćanje troškova povezanih s programom aktivnosti imaju značajan utjecaj na sudjelovanje djeteta u istima. Brojne studije otkrile su kako djeca i adolescenti koji žive u lošim ekonomskim prilikama rjeđe sudjeluju u izvannastavnim aktivnostima od djece koja žive u kućanstvima s visokim prihodima (Barnett, 2008).

Nekoliko istraživanja potvrdilo je kako je prihod značajan prediktor upisa djece u glazbene i sportske programe i druge izvanškolske aktivnosti. Primjerice, Theokas i Bloch (2006) su otkrili kako samo 9% djece koja žive u obiteljima s višim primanjima ne sudjeluje ni u kakvim izvanškolskim aktivnostima, u usporedbi s 34% djece čije obitelji žive granice siromaštva i koja ne pohađaju nikakve izvanškolske aktivnosti. Vandermeerschen (2016) objašnjava kako siromaštvo utječe na sve sfere sportskog života pojedinaca, od toga hoće li se osoba uopće baviti sportom do toga hoće li aktivno sudjelovati u igri ili će sjediti na klupi. Istraživanje ove autorice pokazalo je kako sport, s jedne strane može doprinijeti socijalnoj uključenosti, jer je to jedan od načina da se proširi društveni svijet, upoznaju novi ljudi i postigne interekcija. S druge strane, sport je i dalje domena socijalne isključenosti, budući da postoji veliki društveni gradijent prema sudjelovanju, a siromašne osobe će se najvjerojatnije

(osjećati se prisiljenima) povući iz sportskih okruženja iz različitih razloga. Neki si neće moći priuštiti članstvo u sportskim klubovima, drugi neće imati dovoljno financijskih sredstava za sportsku uniformu, a treći neće biti u stanju pratiti trendove koji idu u sklopu sportskog životnog stila.

## **4.2. Sportsko iskustvo roditelja kao glavni prediktor djetetova sudjelovanja u dodatnim programima vježbanja**

Prema teoriji učenja, djeca će najvjerojatnije imitirati ponašanja svojih roditelja. Različite studije dokazale su pozitivnu korelaciju između razine fizičke aktivnosti roditelja i djece. Babkes i Weiss (1999, prema Fredricks i Eccles, 2005) otkrili su da djeca atletičara koji i sami treniraju atletiku imaju pozitivnije predodžbe o vlastitim kompetencijama i sportskoj kvaliteti od atletičara koji ne dolaze iz sportskih obitelji. Primjerice, analiza biografskih podataka o košarkašima NBA lige pokazala je kako je čak 48% njih u krvnom srodstvu sa sadašnjim ili bivšim elitnim sportašem (Mandell, 2016). Ovakvi roditelji znatno su više uključeni u sportski život i napredak svoje djece. Premda se vjeruje kako je uključenost roditelja korisna za sudjelovanje djece u sportu, naročito elitnom, katkad ovo može biti i otegotna okolnost ukoliko su roditelji pretjerano uključeni pa samim time imaju štetan utjecaj na sportski razvoj djece. Primjerice, djeca zbog njihovog utjecaja nemaju priliku za razvoj neovisnosti, boje se priznati kako im se više njihov sportski angažman ne sviđa ili su pretrpani obvezama zbog čega pati njihovo obrazovanje i privatni život. Isto tako, nedovoljna uključenost može biti štetna jer djeci nedostaje emocionalna i financijska potpora potrebna za sudjelovanje, posebno kada sport postane zahtjevniji (Romani, 2019).

Postoji čitav niz primjera iz elitnog sporta koji pokazuju kako je upravo roditeljska uključenost, a katkad i strogost bila ključna za uspjeh djece u sportu. Prvi primjer je poznati tenisač Andre Aggasi i njegov otac Mike, koji je svojevremeno bio boksač. Tenisačev otac bio je opsjednut njegovim sportskim uspjehom i bilo ga je teško zadovoljiti zbog čega bi Andresu, kao djetetu, umjesto pohvala za dobro odrađene treninge, konstantno ponavljao kako nije dovoljno dobar i kako mora dati više od sebe. Kada je Andre 1992. godine pobijedio na Wimbledonu, otac ga je i dalje kritizirao, pa je tako za njegov pobjednički nastup imao komentar u kojem je negodovao oko izgubljenog seta. Tenisač je većinom obožavao tenis, no priznaje kako ga je nerijetko i mrzio zbog vlastitog oca (Guardian News & Media Limited, 2022).



U studiji koju je proveo Nonis (2005), odgojitelji u ustanovama za rani i predškolski odgoj i obrazovanje sugeriraju da organizirano sudjelovanje u sportu tijekom predškolskih godina ima potencijal poboljšati fizički, kognitivni, emocionalni i društveni razvoj, uključujući dječje samopoštovanje, samopouzdanje, samodisciplinu i emocionalni razvoj i blagostanje. Međutim, primijetili su kako neki roditelji obeshrabruju rano bavljenje sportom i to se mahom radilo o roditeljima koji sami nikada tijekom života nisu prakticirali sport i rekreaciju. Štoviše, ili su imali izrazito negativne poglede na sport (primjerice, smatrali su da je sport prosto gubljenje vremena i da ne jamči nikakav uspjeh) ili su bili previše zaštitnički nastrojeni prema svojoj djeci (štiteći ih od rizika da dožive neuspjeh). Ovi roditelji nisu percipirali prednosti sporta za cjelokupan razvoj djece u ranoj i predškolskoj dobi, već su sport isključivo promatrali kroz uspjeh i neuspjeh u sportu i sportskim natjecanjima.

### **4.3. Razlike u majčinskom i očinskom pristupu i uključenosti u sportski život djece**

Od rođenja pa do punoljetnosti, roditelji imaju manju ili veću ulogu u odlučivanju o životu njihovog djeteta, uključujući i donošenje odluka o izvannastavnim aktivnostima koje će dijete pohađati. I dok za vrijeme vrtića i osnovne škole najčešće roditelji sami donose ovakve odluke, tijekom tinejdžerskih godina oni se nalaze u ulozi savjetnika djece o sudjelovanju u izvanškolskom programu rekreacijskih aktivnosti, ali konačna odluka o upisu i daljnjem sudjelovanju i dalje je na roditeljima (Barnett, 2008).

Premda oba roditelja podjednako sudjeluju u ovakvim odlukama, ipak su zamijećene određene razlike između majki i očeva kada su u pitanju izvanškolske aktivnosti djece. Anderson, Funk i Smith (2003) otkrili su kako fakultetski obrazovane majke upisuju svoju djecu na veći broj aktivnosti te u organizirane sportske programe i sportske timove više nego majke s nižim stupnjem obrazovanja. Barnett (2008) ističe i kako zaposlene majke svoju djecu češće upisuju na različite edukativne i sportske programe za razliku od nezaposlenih majki koje, osim što imaju manje financijskih sredstava na raspolaganju, ujedno imaju više vremena za čuvanje djece kod kuće. Premda su majke često posvećenije djeci i više uključene u njihov odgojno-obrazovni proces, u novije vrijeme uloga očeva je postala izraženija. Premda majke u najvećem broju slučajeva odlučuju o izvanškolskim aktivnostima djece, očevi su ti koji većinom djecu voze na treninge, češće ih prate na natjecanjima i sami vježbaju s djecom u kućnim uvjetima.

Jedno istraživanje pokazalo je i kako roditeljska uvjerenja utječu na samopercepciju djece po pitanju vlastite uspješnosti u sportu. Primjećen je različit utjecaj između majki i očeva na dječje samoprocjene sportskih sposobnosti. Kod djece u ranoj i predškolskoj dobi nisu uočene značajne razlike, međutim, među starijom djecom se pokazalo kako majke imaju značajan utjecaj na percepciju sinova o vlastitom sportskom uspjehu, i obratno, očeви su imali veći utjecaj na djevojčice (Felson i Reed, 1986; prema Welk, Babkes i Schaben, 2022).

## 5. EMPIRIJSKO ISTRAŽIVANJE

Nakon teorijskog pregleda, u ovom poglavlju rada pristupa se interpretaciji rezultata provedenog istraživanja među roditeljima djece rane i predškolske dobi o njihovim stavovima i iskustvima o uključenosti djece u organizirane kineziološke aktivnosti u slobodno vrijeme.

### 5.1. Predmet i cilj istraživanja

U današnje vrijeme, modernom društvu prijete dva društvena fenomena, sve veća pretilost djece i odraslih zbog manjka kretanja i sjedilačkog načina života te visoka razina izloženosti mnogobrojnim medijima poput televizije i interneta. Ovo osobito loše utječe na zdrav razvoj djece. Premda se mnogobrojna literatura bavi opisom benefita tjelesne aktivnosti za ljudsko zdravlje, kada su u pitanju djeca rane i predškolske dobi, pokazalo se kako su određena istraživanja i preporuke kontradiktorne. Primjerice, Tremblay i sur. (2012) preporučuju da bi djeca rane i predškolske dobi trebala dnevno provesti najmanje 180 minuta u tjelesnoj aktivnosti različitog intenziteta i u različitim okruženjima. Pritom može biti riječ o igri koja uključuje tjelesnu aktivnost različitog intenziteta ili o organiziranim kineziološkim aktivnostima. S druge strane, preporuke određenih institucija, poput Američke pedijatrijske akademije (AAP, 2001) i Kanadskog pedijatrijskog društva (CPS, 2005) upozoravaju da djeca rane i predškolske dobi ne bi trebala sudjelovati u sportskim programima prije navršene šeste godine života, sugerirajući da zahtjevi i očekivanja od sporta mogu daleko premašiti fizičku i kognitivnu spremnost djece. Ipak, brojni su autori u svojim istraživanjima otkrili mnogobrojne prednosti kinezioloških aktivnosti za cjelokupno zdravlje djece. Sport u prvom redu poboljšava motorički razvoj (Goodway i Branta, 2003; Hamilton, Goodway i Haubenstricker, 1999) i intelektualne vještine djece (Sindik, 2008). Osim toga, ustanovljeno je kako redovito bavljenje sportom tijekom djetinjstva i adolescencije doprinosi stjecanju socijalnih vještina kao što su suradnja, traženje prava, svijest o odgovornostima, uspostavljanje empatije, samokontrole i vođenja (Fraser-Thomas, Cote i Deakin, 2005; Perron-Gelinas, Brendgen & Vitaro, 2017).

Obzirom na navedeno, *cilj istraživanja* u ovom radu je ispitati stavove i iskustva roditelja djece rane i predškolske dobi o uključenosti djece u organizirane kineziološke aktivnosti i njihov utjecaj na cjelokupan dječji razvoj.

## 5.2. Istraživačka pitanja

Obzirom da je riječ o kvalitativnom istraživanju, na temelju cilja istraživanja postavljaju se istraživačka pitanja:

**IP.1.:** Koje karakteristike roditelja i obitelji predviđaju sudjelovanje djece u sportskim aktivnostima?

**IP.2.:** Koji su sportovi najčešće zastupljeni među djecom rane i predškolske dobi?

**IP.3.:** Koji su najčešće istaknuti zdravstveni benefiti sportskih aktivnosti na djecu rane i predškolske dobi?

**IP.4.:** Misle li roditelji kako postoje pretežito muški ili pretežito ženski sportovi?

**IP.5.:** Koliko su roditelji zadovoljni cijenom i kvalitetom kinezioloških programa na koje upisuju svoju djecu?

## 5.3. Metodologija istraživanja

### 5.3.1. Uzorak sudionika

U ovom istraživanju riječ je o reprezentativnom uzorku, a socio-demografski pokazatelji ispitanika prikazani su u *Tablici 2*. Od ukupno 92 roditelja koji su sudjelovali u istraživanju, žene prednjače sa 63% udjela (n=58) u odnosu na muškarce kojih je u istraživanju sudjelovalo 37% (n=34).

*Tablica 2.* Socio-demografske karakteristike ispitanika

<b>Spol</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>Dob</b>	<b>Broj godina</b>		
žensko	58	63	minimalna	24		
muško	34	37	maksimalna	44		
<b>Stručna sprema</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	prosječna	32		
NKV	-	-	<b>Mjesečna primanja u kućanstvu</b>		<b>n</b>	<b>%</b>
SSS	31	33,7	do 5.000 kn	1	1,1	
VŠS	23	25	od 5.001 do 7.000 kn	8	8,7	
VSS	18	19,6	od 7.001 do 10.000 kn	27	29,3	
Magisterij	20	21,7	od 10.001 do 15.000 kn	35	38	
Doktorat	-	-	više od 15.000 kn	21	22,8	

Raspon godina ispitanika kreće se od 24 do 44 godine starosti, a prosječna dob je 32 godine. Najveći broj ispitanika je sa završenom srednjom školom (SSS; n=31; 33,7%), slijede ispitanici s višom stručnom spremom (VŠS; n=23; 25%), potom osobe sa završenim magisterijem (n=20; 21,7%) te osobe s visokom stručnom spremom (VSS; n=18; 19,6%). Nitko od ispitanika nije prijavio da nema završeno obrazovanje ili da ima doktorat.

Što se tiče visine primanja kućanstava, prvim pogledom u *Tablicu 2* može se zaključiti kako kućanstva ispitanih ostvaruju solidna do visoka primanja. Naime, tek jedna osoba prijavila je da kućanstvo živi s mjesečnim budžetom do 5.000 kuna, a 8 (8,7%) ih ima ukupna primanja u rasponu od 5.001 do 10.000 kuna. Najveći udio ispitanika prijavio je primanja u rasponu od 10.001 do 15.000 kuna (n=35; 38%). S primanjima između 7.001 i 10.000 kuna živi 29% kućanstava, a primanja viša od 15.000 kuna ima 22% kućanstava.

Ovakva statistika ujedno potvrđuje i Sindikove (2008) navode kako djeca i adolescenti koji žive u lošim ekonomskim prilikama rjeđe sudjeluju u izvannastavnim aktivnostima od djece koja žive u kućanstvima s višim prihodima.

### **5.3.2. Uzorak varijabli**

Za potrebe istraživanja kreiran je *online* anketni upitnik pomoću alata *Google Obrasci*, a potom je isti objavljen na privatnom *Facebook* profilu autorice rada te podijeljen u nekoliko *Facebook* grupa u kojima se nalaze roditelji djece i razmjenjuju svoja iskustva i savjete. Istraživanje se provodilo u razdoblju između 1. kolovoza 2022. i 11. kolovoza 2022., a prikupljena su ukupno 92 odgovora.

Temeljni uvjet za sudjelovanje u istraživanju bio je da osoba ima najmanje jedno dijete rane ili predškolske dobi koje je upisano na neku organiziranu kineziološku aktivnost.

Anketni upitnik nalazi se u *Prilogu* rada, a sastoji se od ukupno dva dijela. Prvi dio uključuje socio-demografska pitanja (spol, dob, stupanj obrazovanja, visina ukupnih mjesečnih primanja kućanstva i spol djeteta), dok drugi dio upitnika sadrži pitanja povezana s temom rada. Ova pitanja uključuju:

- kineziološku aktivnost koju dijete pohađa,
- učestalost sportskih treninga,
- motivaciju i ciljeve za upis djeteta u organiziranu kineziološku aktivnost,
- procjenu važnosti sportskih aktivnosti na djetetov motorički, kognitivni i socijalni razvoj,
- zadovoljstvo cijenom i kvalitetom kinezioloških programa za djecu,

- stavove o učestvovanju djece u elitnom sportu te
- stavove o podjeli sportova na muške i ženske.

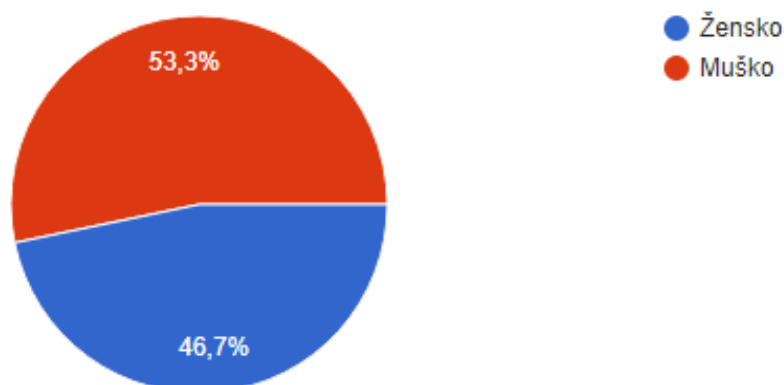
Anketni upitnik je polustrukturiranog karaktera, a prilikom odgovaranja na pitanja, ispitanici su imali nekoliko mogućnosti: davanje kratkih odgovora; odabir jednog od ponuđenih odgovora; mogućnost zaokruživanja većeg broja odgovora te procjenu vlastitog zadovoljstva ponuđenim tvrdnjama temeljem Likertove ljestvice na 5 razina.

### 5.3.3. Metode obrade podataka

Prikupljeni podaci obrađeni su unutar platforme *Google Obrasci*, a isti se prilikom interpretacije prikazuju tablično i grafički te su dodatno obrađeni deskriptivnom statistikom.

## 5.4. Rezultati istraživanja

Od ukupno 92 djece koja sudjeluju u organiziranim kineziološkim programima, a čiji su roditelji ispunjavali anketni upitnik, više je dječaka (n=49; 53,3%) nego djevojčica (n=43; 46,7%). Spol djece prikazan je na *Grafikonu 1*. Premda nisu uočljive značajnije razlike u udjelu djevojčica, odnosno dječaka koji sudjeluju u sportskim aktivnostima, rezultati još jednom potvrđuju ranija otkrića u kojima je zamijećeno kako dječaci češće sudjeluju u organiziranim sportovima od djevojčica (Eccles i Harold, 1991; Fredricks i Eccles, 2002; Vilhjalmsson i Kristjansdottir, 2003).



*Grafikon 1.* Spol djeteta

Nakon analize odgovora o vrsti sportova, odnosno kinezioloških aktivnosti na kojima djeca sudjeluju izrađena je *Tablica 3* koja sadrži popis sportskih aktivnosti od najviše prema najmanje zastupljenima.

Tablica 3. Vrste sportova / kinezioloških programa u kojima djeca sudjeluju

R.br.	Sportska / kineziološka aktivnost	n	%
1.	Nogomet	24	26,1
2.	Gimnastika	13	14,1
3.	Ples	11	12
4.	Plivanje	10	10,9
5.	Program mješovitih sportova	9	9,8
6.	Balet	4	4,3
7.	Boks	3	3,3
8.	Taekwondo	2	2,2
9.	Sinkronizirano plivanje	2	2,2
10.	Tenis	2	2,2
11.	Atletika	2	2,2
12.	Odbojka	2	2,2
13.	Ostalo	8	8,69

Najveći broj djece upisano je na nogomet (n=24; 26,1%), a uvidom u pojedinačne odgovore roditelja ustanovljeno je kako su u pitanju isključivo dječaci. Druga najzastupljenija aktivnost je gimnastika s 14,1% udjela u ukupnim kineziološkim aktivnostima u kojima djeca sudjeluju, a na treće mjesto je svrstan ples s udjelom od 12%. Plivanje, aktivnost koja je prema izvještaju Australijske sportske komisije (ASC, 2018) najčešća sportska aktivnost djece u ranoj i predškolskoj dobi, u rezultatima ovog istraživanja nalazi se tek na četvrtom mjestu po zastupljenosti, a satove plivanja pohađa 10,9% djece. Preostali kineziološki programi koje djeca pohađaju prikazani su u *Tablici 3*.

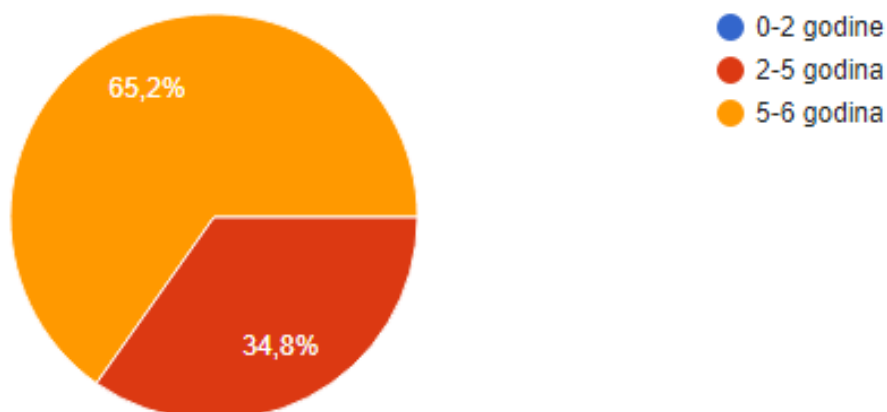
Na *Grafikonu 2* sadržani su odgovori roditelja o ključnim motivima koji su ih ponukali da dijete upiše na organiziranu sportsku aktivnost. Ispitanici su imali ponuđena četiri odgovora te mogućnost da sami nadodaju vlastite motive, međutim, tu mogućnost nitko od ispitanika nije iskoristio već su odabrali neku od ponuđenih. Najveći udio roditelja (38%) ističe da se i samo bavi sportom te da znaju koliko sport blagotvorno djeluje na ljudski

organizam i psihofizičko zdravlje. Ovo ujedno potvrđuje ranija saznanja iz literature prema kojem sportsko iskustvo roditelja uvelike utječe na sudjelovanje djece u sportskim aktivnostima (Fredricks i Eccles, 2005).



Grafikon 2. Motivi za upis djeteta na sportsku aktivnost

Kao drugi najčešći motiv za upis djece na sportsku aktivnost (33,7%) roditelji su prijavili kako se djetetovi vršnjaci bave sportom zbog čega roditelji ne žele da se njihova djece osjećaju zakinuato ili izopćeno. Nadalje, 22,8% roditelja izjavilo je kako je dijete samo iniciralo upis na sportsku aktivnost, a preostalih 5,4% tvrdi da su mediji bili glavni motivator upisa na sport.



Grafikon 3. Trenutna starosna dob djeteta

Trenutna starosna dob djece kreće se u rasponu između dvije i šest godina starosti (Grafikon 3), s tim da najveći udio djece (65,2%) ima između 5 i 6 godina, a preostalih 34,8% je u dobi između dvije i pet godina starosti.



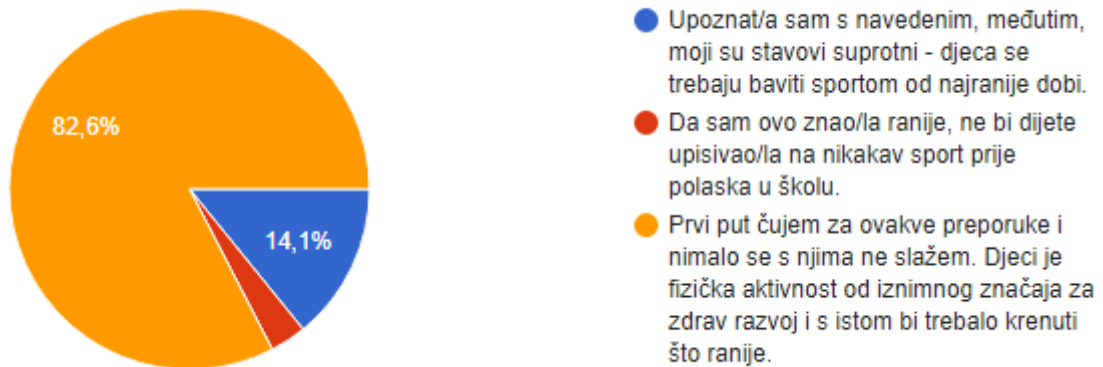
U sljedećem pitanju roditelji su zamoljeni da se izjasne u kojoj dobi su dijete prvi put upisali na neku organiziranu sportsku aktivnost. Rezultati su sumirani i prema redoslijedu pojavnosti prikazani u *Tablici 4*. Prosječna starosna dob pri kojoj se djeca rane i predškolske dobi po prvi put upisuju u organizirane sportske aktivnosti je 4,4 godine, a najviše roditelja svoje je dijete upisalo na sport kada su napunila 5 godina (40,2%).

*Tablica 4.* Starosna dob pri kojoj je dijete prvi put upisano na neku organiziranu sportsku aktivnost

<b>Starosna dob</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
5 godina	37	40,2
4 godine	25	27,2
4.5 godine	9	9,8
3 godine	8	8,7
3.5 godine	5	5,4
6 godina	3	3,2
2 godine	3	3,2
2.5 godine	1	1,1
5.5 godina	1	1,1
<b><i>Ukupno</i></b>	<b><i>92</i></b>	<b><i>100</i></b>
<b><i>Prosječna dob prvog upisa</i></b>	<b><i>4,4 godine starosti</i></b>	

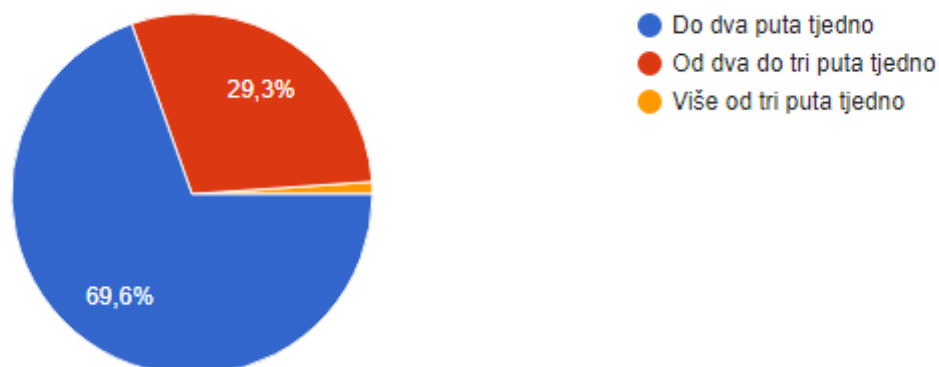
Sukladno istraživanjima koja kažu kako je tjelesna aktivnost od najranije dobi iznimno važna za zdrav razvoj djece, ali i onima koja sugeriraju kako se djeca ne bi smjela baviti sportom u tako ranoj dobi, kreirano je pitanje s kojim se htjelo istražiti roditeljske stavove o preporukama pedijataru. Objašnjeno im je kako Američka pedijatrijska akademija (AAP, 2001) i Kanadsko pedijatrijsko društvo (CPS, 2005) upozoravaju da se djeca rane i predškolske dobi ne bi trebala baviti sportom prije šeste godine te su upitani mijenja li to saznanje na neki način njihove stavove i percepcije. Odgovori su prezentirani u *Grafikonu 4*. Natpolovična većina roditelja (njih 82,6%) istaknulo je kako prvi put čuju za ovakve preporuke i kako se istima u potpunosti ne slažu. Znatno niži udio (14,1%) ih je potvrdilo kako je s preporukama upoznato, no njihovi stavovi su suprotni i oni smatraju kako se djeca

sportom trebaju početi baviti od najranije dobi. Preostalih 3,3% ispitanika izjavilo je kako dijete ne bi upisalo na nikakav sport prije polaska u školu da su ranije znali za ovakve zdravstvene preporuke.



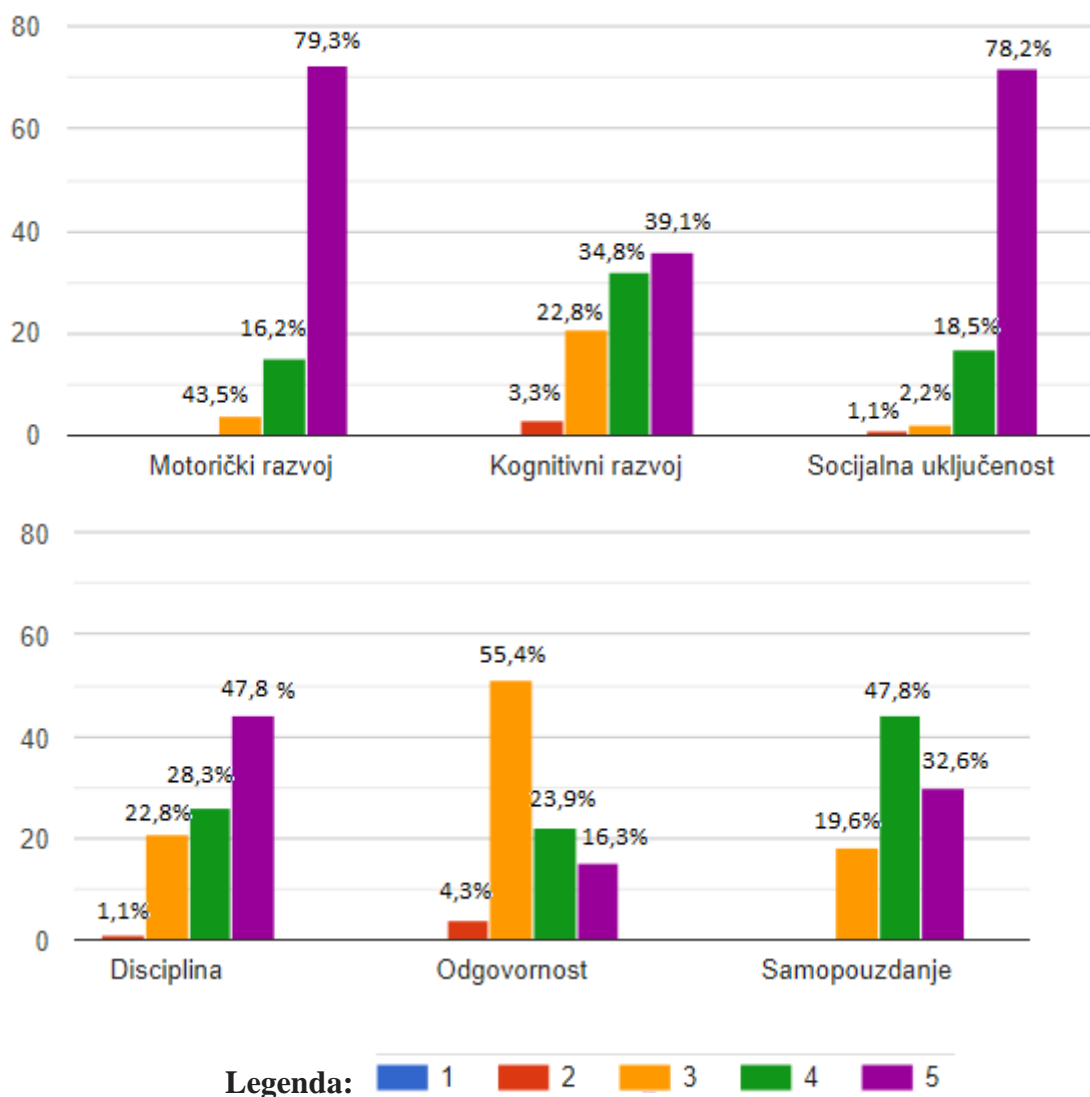
*Grafikon 4.* Stavovi o preporukama pedijatrijskih organizacija povezanih sa sportskom aktivnošću djece rane i predškolske dobi

Istraživanje je pokazalo kako najveći broj djece ( $n=64$ ; 69,6%) na sportske treninge odlazi do dva puta tjedno, a 29,3% ih na treninge odlazi između dva i tri puta. Tek jedan roditelj potvrdio je da njegovo dijete trenira više od tri puta tijekom tjedna u sklopu organiziranog sportskog programa (*Grafikon 5*).



*Grafikon 5.* Količina tjednih sportskih treninga unutar organiziranih sportskih programa

U sljedećem pitanju roditelji su zatraženi da na skali od 1 do 5 procijene važnost pojedinih sportske aktivnosti djece unutar pojedinih kategorija koje se odnose na motorički razvoj i kognitivni, socijalnu uključenost djece te na njihovu disciplinu, odgovornost i samopouzdanje (*Grafikon 6*).



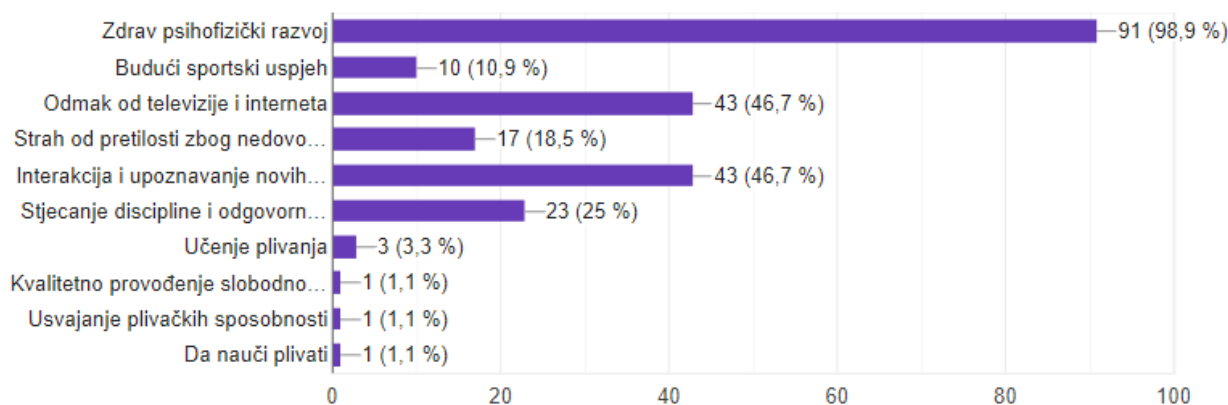
Grafikon 6. Procjena važnosti sudjelovanja djece rane i predškolske dobi u sportskim aktivnostima prema određenim kategorijama razvoja i ponašanja

Već prvim uvidom u odgovore evidentno je kako dominiraju dvije kategorije- motorički razvoj i socijalna uključenost. Najveći udio roditelja upravo ovim kategorijama dodijelio je ocjenu 5 po pitanju važnosti sportskih aktivnosti u njihovom razvoju i poboljšanju. Što se tiče utjecaja sporta na kognitivni razvoj, rezultati su dosta raspršeni. I dok prednjače oni koji su ovoj kategoriji dali ocjenu 5 (39,1%), ipak je velika količina roditelja koji su dodijelili ocjene 4 (34,8%) i 3 (22,8%). Sport također ima značajan utjecaj na disciplinu kod djece (ocjenu 5 dodijelilo je 47,8% roditelja), manje je značajan za samopouzdanje (najviša dodijeljena ocjena je 4), a najmanje za razvoj odgovornosti (najviše ispitanika dalo je ocjenu 3 za važnost sporta u razvoju odgovornosti).

Tablica 5. Zamijećena poboljšanja u motoričkom razvoju djece

R.br.	Vrsta poboljšanja	n	%
1.	Poboljšanja u koordinaciji	79	85,9
2.	Povećanje snage i otpornosti	45	48,9
3.	Finoća pokreta	39	42,4
4.	Izvodi različite pokrete koje do sada nisam primijetio/la	33	35,9
5.	Tehnički ispravno izvodi brojne vježbe	29	31,5
6.	Izdržljivost	28	30,4
7.	Spretnost	5	5,4
8.	Fleksibilnost	4	4,3
9.	Brzina	4	4,3
10.	Naučeni plivački pokreti	2	2,2

Što se tiče utjecaja sportske aktivnosti na motorički razvoj djece, otkad djeca odlaze na organizirane sportske programe roditelji su kod njih najveća poboljšanja zamijetili u koordinaciji (85,9%), potom u povećanoj snazi i otpornosti (48,9%) i finoći pokreta (42,4%). Ostala poboljšanja odnose se na korištenje novih pokreta kod djece (35,9%), tehničkoj ispravnosti izvođenja vježbi (31,5%), izdržljivosti (30,4%) te spretnosti, fleksibilnosti, brzini i naučenim plivačkim pokretima (Tablica 5).



Grafikon 7. Ciljevi upisa djece na organizirane sportske aktivnosti

Kada su upitani s kojim ciljevima su svoju djecu upisali na organizirane sportske programe (*Grafikon 7*) svi roditelji izuzev jednog (98,9%) naveli su zdrav psihofizički razvoj. Na drugom mjestu ciljeva s istim udjelom u odgovorima (46,7%) roditelji su označili odmak od televizije i interneta te interakciju u upoznavanje novih ljudi. Na trećem mjestu je stjecanje discipline i odgovornosti s 25% udjela te strah od pretilosti zbog nedovoljno kretanja s 18,5% udjela. Zanimljivo je primijetiti i kako je 10 roditelja istaknulo „budući sportski uspjeh“ kao cilj upisa djeteta u sportski program.

*Tablica 6. Zamijećene reakcije djece*

<b>Reakcije djece</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Dijete je sretno i zadovoljno.	42	45,7
Dijete je steklo nove prijatelje i jedva čeka ići na trening.	30	32,6
Dijete je često umorno od treninga ali zadovoljno.	7	7,6
Dijete mašta kako će postati sportska zvijezda.	6	6,5
Nisam primijetio/la ništa značajno.	4	4,3
Dijete se ljuti kada ne pobijedi svoje vršnjake i odbija ići na idući trening.	3	3,3

Najveći udio roditelja primijetilo je kako im je dijete sretno i zadovoljno zbog sportskih aktivnosti koje pohađa (45,7%). Ukupno 32,6% ih tvrdi kako je dijete steklo nove prijatelje i jedva čeka ići na trening, a 7,6% ih je primijetilo kako je dijete često umorno od treninga, ali zadovoljno. Djeca ukupno 6,5% roditelja maštaju kako će postati sportske zvijezde u budućnosti, a 4,3% roditelja nije primijetilo nikakve značajne promjene kod djece. Zanimljivo je kako postoje i ona djeca koja se ljute ukoliko ne pobjeđuju zbog čega odbijaju ići na daljnje treninge (*Tablica 6*).

U sljedećem pitanju roditelji su na Likertovoj ljestvici označavali svoj stupanj slaganja odnosno neslaganja s tvrdnjama koje se odnose na cijenu i kvalitetu sportskih programa u kojima njihova djeca sudjeluju (*Tablica 7*). S tvrdnjom „Cijena sportskog programa koje moje dijete pohađa je pristupačna“ najveći broj roditelja se složio (n=33), a da se u potpunosti ne slaže potvrdilo je njih tek dvoje. Što se tiče tvrdnje oko profesionalnosti trenera i kvalitete organizacije treninga, roditelji su većinom zadovoljni. Naime, ukupno 60 roditelja naznačilo je da se slaže ili u potpunosti slaže.

Tablica 7. Slaganje s tvrdnjama povezanim s cijenom i kvalitetom sportskih programa

Tvrdnja	U potpunosti se slažem	Slažem se	Niti se slažem niti se ne slažem	Ne slažem se	U potpunosti se ne slažem
Cijena sportskog programa koje moje dijete pohađa je pristupačna.	18	33	28	11	2
Zadovoljan/na sam profesionalnošću trenera i načinom organizacije treninga.	23	37	26	4	1
Grupe su prekrpane i smatram da je sportski klub orijentiran na kvanitet, a ne kvalitet.	-	9	31	31	21
Želim da u sklopu sportskog programa bude više natjecanja.	15	14	34	18	11
Spreman/na sam snositi znatno veći trošak ukoliko to znači da će moje dijete biti uspješan sportaš.	16	18	33	12	13

Da su sportske grupe pretrpane roditelji su većinom odgovorili sa „Niti se slažem niti se ne slažem“ (n=31) ili sa „Ne slažem se“ (n=31). Oko toga žele li da u sklopu sportskog programa bude više natjecanja roditelji su većinom različitih mišljenja, a najveći broj ih je na tvrdnju „Spreman/na sam snositi znatno veći trošak ukoliko to znači da će moje dijete biti uspješan sportaš.“ reagiralo kako se niti slažu niti ne slažu (n=33).

Kako bi se ispitali stavovi roditelja o sudjelovanju njihove djece u elitnom sportu te spremnosti na žrtvovanje sebe i djece, pred roditelje je stavljena hipotetska situacija koja se prenosi u cijelosti:

*Što biste učinili u sljedećoj hipotetskoj situaciji. Vaše petogodišnje dijete od strane trenera prepoznato je kao budući talent u određenom sportu. Dakle, postoji mogućnost da će Vaše dijete jednog dana biti u elitnom sportu, no to od Vas i od djeteta zahtijeva sljedeće:*

- visoke izdatke za plaćanje profesionalnog trenera,
- treninge visokog intenziteta nekoliko puta dnevno,
- pridržavanje strogog režima prehrane,
- redovitu kupovinu sportske opreme i rekvizita.

*Osim toga, Vaše dijete tvrdi da voli sport kojim se bavi i u kojem je uspješno, ali da bi se u većini slučajeva radije ostalo igrati s prijateljima nego ići na trening. Što ćete učiniti?*



Grafikon 8. Reakcije roditelja na postavljenu hipotetsku situaciju

Reakcije roditelja su različite (Grafikon 8). Najveći broj roditelja svoju djecu ne bi podvrgavali navedenim režimima. Ukupno 37% ih je odabralo tvrdnju „Ako dijete ističe da bi se radije igralo nego bavilo sportom to mi je dovoljan pokazatelj da ne idem preko njegove volje“. Slijedi 27,2% roditelja koji tvrde kako ne dolazi u obzir da svoje dijete od pet godina podvrgavaju ovakvom režimu, bez obzira na novac ili na mogući uspjeh te smatraju kako dijete treba biti dijete. Ukupno 12% ih je navelo finansijske probleme koji ih ograničavaju, odabravši tvrdnju koja glasi: „Nemam dovoljno finansijskih sredstava da bi uopće uzeo/ka u obzir ovu opciju, neovisno koliki je sportski talent moje dijete“. Međutim, postoje i roditelji koji su spremni udovoljiti različitim zahtjevima da im dijete postane elitni sportaš. Tako je 8,7% roditelja navelo kako bi dijete slalo na treninge i podvrgavalo djetetama, bez obzira što je dijete zaigrano. Ovi roditelji stava su kako su slavni i uspješni samo ljudi koji se odriču i koji su samodisciplinirani. Nadalje, 7,6% roditelja odabralo je tvrdnju „Naravno da bi poduzeo/ka sve od navedenog ako je to put do uspjeha. Moje dijete će mi jednog dana biti zahvalno!“, a 6,5% ih tvrdi kako ne samo da će poduzeti sve što se od njih kao roditelja traži, već će i sami biti aktivno uključeni u djetetove treninge kako bi dali vlastiti doprinos razvoju njegove buduće sportske karijere. Jedan roditelj odabrao je tvrdnju koja glasi: „Spreman/a sam se izvrnuti visokim troškovima (i zadužiti ako je potrebno) te zapovjediti djetetu da mora trenirati i pridržavati se pravila jer će ga to učiniti slavnim i bogatim jednog dana“.

Posljednje pitanje iz anketnog upitnika odnosilo se na uočene razlike između dječaka i djevojčica povezanih sa vrstom sporta koje pohađaju. Roditelji su upitani smatraju li kako postoje isključivo sportovi namijenjeni djevojčicama i sportovi namijenjeni dječacima ili bi djeca trebala pohađati sportske aktivnosti koje im se sviđaju bez obzira na spol. Odgovori su priloženi na Grafikonu 9.



Grafikon 9. Stavovi roditelja o postojanju isključivo muških i isključivo ženskih sportova

Rezultati su pokazali kako je većina današnjih roditelja otvorenih vidika i smatraju kako ne bi trebale postojati razlike među sportovima u odnosu na spol. Najveći udio roditelja (njih 39,1% navelo je sljedeće: „Ako curice žele trenirati nogomet, a dječaci balet, ne vidim nikakav problem u tome. Najveći problem je u današnjem društvu koje nameće pravila o tome što je prihvatljivo za jedne ili za druge“. Njih 31,5% tvrdi da „Svatko iole normalan neće voditi brigu o ovakvim 'nazovimo' pravilima. Veći problem je što su sportski klubovi organizirani na takav način da svoje usluge nude ili jednima ili drugima pa djeca često nemaju ni izbora“. Dosta roditelja (19,6%) primijetilo je kako je u rodnim razlikama u odnosu na sport najveći problem same djece koja su u tim godinama sklona izrugivanju, pa će tako „djevojčica koja trenira nogomet najčešće biti izopćena iz ženskog društva, a dječak koji pleše balet od strane svojih vršnjaka najvjerojatnije će biti proglašen curicom“. Međutim, iako nizak, postoji i određeni udio roditelja (9,8%) koji smatraju kako će „Nogomet uvijek biti muški, a ples i gimnastika ženski sportovi“.

## 5.5. Ograničenja istraživanja

Provedeno istraživanje ima nekoliko ograničenja, pri čemu se prvo odnosi na sam instrument istraživanja, odnosno anketni upitnik. Naime, zbog strukturiranosti većine pitanja, ispitanici su obvezni birati između ponuđenih odgovora koji u većini slučajeva ne mogu u potpunosti opisati njihove stavove ili iskustva koja bi se mogla dubinski ispitati prilikom provođenja intervjua ili korištenjem nekog drugog instrumenta istraživanja koji koristi model istraživanja jedan na jedan. Drugo ograničenje odnosi se na broj ispitanika. Premda je riječ o reprezentativnom uzorku, isti je nizak u odnosu na ukupan broj roditelja djece koja pohađaju organizirane sportske programe diljem Hrvatske. Iz tog razloga mora se uzeti u obzir kako dobiveni rezultati nisu potpuna preslika stavova i iskustava svih roditelja djece rane i



predškolske dobi. Posljednje ograničenje povezano je s iskrenošću ispitanika prilikom odgovaranja na pitanja. Premda je anketni upitnik anonimn, uvijek postoji mogućnost da pojedini sudionici istraživanja nisu na sva pitanja odgovorili u potpunosti iskreno zbog srama ili zato jer ne žele sa svojim stavovima „iskakati iz mase“ pa samim time daju odgovore za koje misle da su društveno prihvatljivi. Ovo bi se, konkretno, moglo odnositi i na slučaj prilikom odgovaranja na hipotetsku situaciju gdje je velika većina roditelja istaknula kako svoje dijete ne bi podvrgavali nikakvim režimima prehrane i treninga i da bi poštovali njihove želje u kojima radije biraju igru s vršnjacima nego naporne sportske treninge.

## 6. RASPRAVA

U ovom dijelu rada prilažu se odgovori na istraživačka pitanja postavljena u prethodnom poglavlju na temelju kojih je istraživanje provedeno. Na pitanja se odgovara redoslijedom kojim su postavljena.

**IP.1.:** *Koje karakteristike roditelja i obitelji predviđaju sudjelovanje djece u sportskim aktivnostima?* Theokas i Bloch (2006) istraživanjem su ustanovili kako su ranije sportsko iskustvo roditelja i ekonomske prilike kućanstva glavni prediktor sudjelovanja djece rane i predškolske dobi u organiziranim sportskim aktivnostima. Isto je potvrđeno i u istraživanju provedenom za potrebe ovog rada. Naime, prema rezultatima istraživanja, najveći udio roditelja koji su sudjelovali, prijavio je ukupne mjesečne prihode koji se kreću od 7.001 do 15.000 kuna i više. Tek 9 roditelja od ukupno 92 prijavilo je primanja do 7.000 kuna. S druge strane, prilikom ispitivanja motiva za upis djece na organizirane sportske aktivnosti, najveći udio roditelja (38%) navelo je kako se i samo bavi sportom te da znaju koliko sport blagotvorno djeluje na ljudski organizam i psihofizičko zdravlje.

**IP.2.:** *Koji su sportovi najčešće zastupljeni među djecom rane i predškolske dobi?* Za razliku od izvješća Australске sportske komisije (ASC, 2018) prema kojem je najčešće prakticirana sportska aktivnost među djecom rane i predškolske dobi plivanje, ovo istraživanje ističe nogomet i gimnastiku kao dominantne sportske aktivnosti, a slijedi ih ples, pa plivanje na četvrtom mjestu po zastupljenosti.

**IP.3.:** *Koji su najčešće istaknuti zdravstveni benefiti sportskih aktivnosti na djecu rane i predškolske dobi?* Natpolovična većina roditelja (79,3%) zamijetila je visoku razinu utjecaja sportskih aktivnosti na motorički razvoj djece što se podudara s rezultatima prethodnih istraživanja Fisher i sur. (2011). Pritom su najčešće isticali poboljšanja u koordinaciji (85,9%), povećanje snage i otpornosti (48,9%), finoću pokreta (42,4%) i različite nove pokrete kod djece koji nisu zamijećeni prije njihovog upisa na organizirane sportske aktivnosti (35,9%). Istraživanje koje je proveo White (2021) je pokazalo kako sportske aktivnosti imaju isključivo pozitivne efekte na socio-emocionalni razvoj koji se očituju u povećanom samopouzdanju prilikom upoznavanja novih ljudi.

**IP.4.:** *Misle li roditelji kako postoje pretežito muški ili pretežito ženski sportovi?* Roditelji se većinom ne slažu s konstatacijom kako postoje pretežito sportovi za žene ili za muškarce i smatraju da bi djeca trebala moći sudjelovati u vrsti sporta koju žele. Međutim, uviđaju kako je društvo to koje radi razlike među muškarcima i ženama u sportu te da sportski

klubovi djeluju na način da svoju ponudu usmjeravaju ili samo dječacima ili djevojčicama. Uviđanja roditelja podudaraju se s analizom u kojoj Lenskyj (1990) objašnjava rodne predrasude u organizaciji sportskih programa koji su većeg interesa za određeni spol.

**IP.5.:** *Koliko su roditelji zadovoljni cijenom i kvalitetom kinezioloških programa na koje upisuju svoju djecu?* Oko ovog pitanja stavovi i iskustva roditelja dosta su podijeljena. Međutim, ukoliko se uzme u obzir najveći broj odgovora, većina roditelja potvrdila je kako se slaže s tvrdnjom da je cijena sportskog programa pristupačna i većinom su zadovoljni profesionalnošću sportskog osoblja i načinom organizacije sportskih treninga. Osim toga, većinom su izrazili neslaganje s tvrdnjom da su sportske grupe pretrpane te da su sportski klubovi orijentirani na kvantitetu, a ne kvalitetu. Slijednom navedenog moguće je iznijeti zaključak kako su roditelji većinom zadovoljni cijenom i kvalitetom kinezioloških programa koje njihova djeca pohađaju.

## 7. ZAKLJUČAK

Prije pojave interneta, videoigara i pametnih telefona djeca su većinu slobodnog vremena provodila u aktivnoj igri sa svojim vršnjacima. Međutim, pojava medija, široka dostupnost interneta učinila je da sve veći broj djece, ali i odraslih svoje vrijeme provodi u kući, pred ekranom. Navedeno je uzrokovalo sve veću pojavu pretilost kod djece u najranijem djetinjstvu i sve veće probleme u motoričkom razvoju. Kako bi se uhvatili s ovom negativnom pojavom u koštac, brojne organizacije, ali i akademska literatura ističu potrebu tjelesne aktivnosti djece od najranije dobi. Sport i tjelesna aktivnost općenito imaju brojne benefite za djecu rane i predškolske dobi. Utječu na zdrav motorički razvoj, poboljšavaju kognitivni razvoj, povećavaju socijalnu uključenost i uče djecu disciplini, odgovornosti te podižu razinu njihovih sportskih vještina.

U ovom radu provedeno je istraživanje među 92 roditelja djece rane i predškolske dobi s ciljem ispitivanja njihovih stavova i iskustva u području uključenosti djece u organizirane kineziološke aktivnosti i njihov utjecaj na cjelokupan dječji razvoj. Rezultati su pokazali kako se na organizirane sportske aktivnosti mahom upisuju djeca čije obitelji žive u dobrim ekonomskim uvjetima te djeca čiji roditelji imaju vlastita sportska iskustva. Dječaci najviše odlaze na nogomet, a djevojčice na gimnastiku i ples. Većinom se radi o djeci između 5 i 6 godina starosti, odnosno predškolcima, a prosječna dob prvog upisa djeteta na neku organiziranu sportsku aktivnost je 4,4 godine. Najveći broj djece sportske programe pohađa jednom do dva puta tjedno, a roditelji su istaknuli kako djecu treninzi čine sretnima i zadovoljnima te kako na njima upoznaju mnoštvo novih prijatelja. Organizirane sportske aktivnosti djeluju i na očuvanje zdravlja djece, što su roditelji potvrdili istaknuvši kako sport najviše pogoduje motoričkom razvoju, posebno u smislu poboljšanja koordinacije, snage i otpornosti, a svi roditelji svoju djecu na sportske aktivnosti upisuju s ciljem poboljšanja psihofizičkog zdravlja. Cijenom i kvalitetom sportskih programa koje djeca pohađaju roditelji su većinom zadovoljni, ističući kako su cijene pristupačne, organizacija treninga kvalitetna, a trenersko osoblje profesionalno. Istraživanje je pokazalo i kako roditelji ne pridaju veliku pažnju mogućnosti da se njihova djeca bave profesionalnim sportom i pokazali su kako većinom kako nisu spremni djecu podvrgavati različitim režimima prehrane i treninga visokog intenziteta, naročito u situacijama kada djeca ni sama ne pokazuju volju i želju za ganjanjem sportske karijere.

Za provedbu budućih istraživanja preporučuje se, uz anketno istraživanje koje bi obuhvatilo veći broj sudionika provesti i fokus grupe s roditeljima, odgojiteljima i organizatorima sportskih programa kako bi se ustanovili svi benefiti, ali i izazovi sudjelovanja djece rane i predškolske dobi u organiziranim sportskim aktivnostima. Na ovaj način otvorila bi se mogućnost uvida u stavove i iskustva svih dionika u sportskom životu male djece što bi utjecalo na implementaciju kvalitetnih prijedloga za poboljšanja načina organizacije sportskih programa i njihove prilagodbe djeci različite starosne dobi.

## LITERATURA

American Academy of Pediatrics [AAP]. (2001). Organized sports for children and Preadolescents. *Pediatrics*, 107(6), 1459-1562.

Anderson, S.E. & Whitaker, R.C. (2011). Attachment security and obesity in US preschool-aged children. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 165(3), 235-242.

Australian Sports Commision [ASC] (2018). *AusPlay Focus: Children's Participation in Organised Physical Activity Outside of School Hours*. Preuzeto 23.07.2022.: [https://www.sportaus.gov.au/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0004/675562/AusPlay\\_focus\\_Children\\_Participation\\_2.pdf](https://www.sportaus.gov.au/__data/assets/pdf_file/0004/675562/AusPlay_focus_Children_Participation_2.pdf)

Barnett, L.A. (2008). Predicting Youth Participation in Extracurricular Recreational Activities: Relationships with Individual, Parent, and Family Characteristics. *Journal of Park and Recreation Administration*, 26(2), 28-60.

Blue Cross and Blue Shield of North Carolina Foundation (2013). *Be Active Kids: Guide to early Childhood Physical Activity- Motor Skills and Movement concepts for Children Birth to five*. Durham, NC: BCBSNC Foundation. Preuzeto 21.07.2022.: <https://health.mo.gov/living/wellness/nutrition/movesmartguidelines/pdf/be-active-kids.pdf>

Boreham, C. & Riddoch, C. (2001). The physical activity, fitness and health of children. *Journal of Sports Sciences*, 19(12), 915-929.

Calero, C., Beesley, T. & Fraser-Thomas, J. (2018). Growing pains? Examining developmental claims of preschooler sport programs. *Revue pheneps/Phenex Journal*, 10(1), 1-22.

Caldwell, H.A.T. & Timmons, B. W. (2013). Preschooler Focus: How young is too young? *Child Health & Exercise Medicine Program*, 12, 1-2. Preuzeto 23.07.2022.: <https://fhs.mcmaster.ca/chemp/documents/PreschoolFocusIssue12October2013-SportParticipation-updatedSECURED.pdf>

Canadian Paediatric Society [CPS] (2005). Sport readiness in children and youth. *Paediatrics & Child Health*, 10(6), 343-344.

Centers for Disease Control and Prevention [CDC]. (2019). *Obesity Declines Among Low-Income Preschoolers*. Preuzeto 29.07.2022.: <https://www.cdc.gov/nccdphp/dnpao/division-information/media-tools/dpk/vs-childhood-obesity/index.html>

Clark, J.E. & Metcalfe, J.S. (2002). The mountain of motor development: A metaphor. In: J.E. Clark & J.H. Humphrey (eds.), *Motor development: Research and reviews* (Vol. 2, pp. 163-190). Reston, VA: National Association of Sport and Physical Education

Coakley, J. (1998). *Sport in society: Issues and controversies*. Boston: McGraw-Hill

Cote, J. & Fraser-Thomas, J. (2016). Youth involvement and positive development in sport. In: P.R.E. Crocker (ed.), *Sport psychology: A Canadian perspective* (Vol. 3., pp. 256-287). Toronto: Pearson Prentice Hall

Currie, J. & Almond, D. (2011). Human Capital Development before Age Five. In: O. Ashenfelter & D. Card (eds.), *Handbook of Labor Economics* (Vol. 4, pp. 1315-1486). Amsterdam: Elsevier

Cunha, F., Heckman, J., Lochner, L. & Masterov, D. (2006). Interpreting the Evidence on Life Cycle Skill Formation. In: E. Hanushek & F. Welch (eds.), *Handbook of the Economics of Education* (pp. 698-812). Amsterdam: Elsevier

Eccles, J.S., Adler, T.F., Futterman, R., Goff, S.B., Kaczala, C.M., Meece, J.L. & Midgley, C. (1983). Expectancies, values, and academic behaviors. In: J.T. Spence & R. Helmreich (eds.), *Achievement and achievement motives: Psychological and sociological approaches* (pp. 75-146). San Francisco, CA: W.H. Freeman

Eccles, J.S. & Harold, R.D. (1991). Gender differences in sport involvement: Applying the Eccles' expectancy value model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3, 7-35.

Fredricks, J.A. & Eccles, J.S. (2002). Children's competence and value beliefs from childhood through adolescence. Growth trajectories in two male-sex-typed domains. *Developmental Psychology*, 38, 519-533.

Fredricks, J.A. & Eccles, J.S. (2005). Family socialization, gender, and sport motivation and involvement. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27(1), 3-31.

Findak, V. i Prskalo, I. (2004). *Kineziološki leksikon za učitelje*. Petrinja: Visoka učiteljska škola

Findlay, L.C., Girardi, A. & Coplan, R.J. (2006). Links between Empathy, Social Behavior, and Social Understanding in Early Childhood. *Early Childhood Research Quarterly*, 21, 347-59.

Fisher, A., Boyle, J.M., Paton, J.Y., Tomporovski, P., Watson, C. McColl, J.H. & Reilly, J.J. (2011). Effects of a physical education intervention on cognitive function in young children: randomized controlled pilot study. *BMC Pediatrics*, 11(1). Preuzeto: 29.07.2022.: <https://bmcpediatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2431-11-97>

Fraser-Thomas, J. L., Cote, J. & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 10(1), 19-40.

Gokce, F. (2013). *Analyzing the Social-Emotional Accordance of 5-6 Year-Old Children with the Parenting Attitudes of Their Mothers*. Master's thesis. The Cukurova University

Goldfield, G. S., Harvey, A., Grattan, K. & Adamo, K. B. (2012). Physical activity promotion in the preschool years: A critical period to intervene. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 9(4), 1326-1342.

Goodway, J.D. & Branta, C.F. (2003). Influence of a motor skill intervention on fundamental motor skill development of disadvantaged preschool children. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74, 36-46.

Guardian News & Media Limited (2022). *The Joy of Six: US athletes' pushy parents*. Preuzeto 02.08.2022.: <https://www.theguardian.com/sport/blog/2015/dec/01/the-joy-of-six-athletes-pushy-parents>

Gulay, H. (2011). School Adjustment and Peer Relationships of 5-6 Years Old Children. *Electronic Journal of Social Sciences*, 10(36), 1-10.

Haibach-Beach, P., Reid, G. i Collier, D. (2011). *Motor learning and development*. 1st edition. Champaign, IL: Human Kinetics

Hamilton, M., Goodway, J., & Haubenstricker, J. (1999). Parent-assisted instruction in a motor skill program for at-risk preschool children. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 16, 415-426.

Haywood, K.M., & Getchell, N. (2005). *Lifespan motor development*. 4th edition. Champaign, IL: Human Kinetics

Hillman, C.H., Pontifex, M.B., Castelli, D.M., Khan, N.A., Raine, L.B., Scudder, M.R., Drollette, E. S., Moore, R. D., Wu, C.T., & Kamijo, K. (2014). Effects of the FITKids randomized controlled trial on executive control and brain function. *Pediatrics*, 134(4), 1063-1071. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-3219>



Iveković, I. (2020). Participation of Children in Organized Sports Activities During Preschool and Primary School Period: Research Overview. *Croatian Journal of Education*, 22(3), 823-863.

Kapikiran, A.N., Ivrendi, B.A. & Adak, A. (2006). Social Skills in Preschool Children: Situation Determination. *Pamukkale University Journal of Education*, 19(1): 19-28.

Kutteroff, A. i Behrens, P. (2006). *KIM Studie 2006: Kinder und Medien, Computer und Internet*. Medienpädagogischer Forschungsverbund Sudwest

Lally, M. i French, S.V. (2019). *Lifespan Development: A Psychological Perspective*. 2nd Edition. San Francisco, CA: Creative Commons

Larson, R.W. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist*, 55, 170-183.

Lenskyj, H. (1990). Power and play: Gender and sexuality issues in sport and physical activity. *International Review for Sociology of Sport*, 25, 235–245.

Lugowska, K.; Kolanowski, W.; Trafialek, J. (2022). The Impact of Physical Activity at School on Children's Body Mass during 2 Years of Observation. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 19(3287), 1-15. doi: 7. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063287>

Malina, R.M. (1996). Tracking of physical activity and physical fitness across the lifespan. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 67, 48-57.

Mandell, N. (2016). *Report: 48.8 percent of NBA players are related to 'elite' athletes*. Preuzeto 02.08.2022: <https://ftw.usatoday.com/2016/05/nba-family-matters>

Marojević, M. (2019). *Važnost bavljenja sportom u ranoj i predškolskoj dobi*. Završni rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet. Preuzeto 28.07.2022.: <https://repozitorij.ufzg.unizg.hr/islandora/object/ufzg%3A1911/datastream/PDF/view>

Nonis, K. P. (2005). Kindergarten teachers' views about the importance of preschoolers' participation in sports in Singapore. *Early Child Development and Care*, 175(7-8), 719- 742.

Nović, P. (2017). *Motoričke sposobnosti i kineziološka aktivnost djece predškolske dobi*. Završni rad. Petrinja: Sveučilište u Zagrebu – Učiteljski fakultet. Preuzeto 12.08.2022.: <https://zir.nsk.hr/islandora/object/ufzg%3A323/datastream/PDF/view>

ParticipACTION (2018). *Canadian kids need to move more to boost their brain health. The ParticipACTION Report Card on Physical Activity for Children and Youth*. Preuzeto

23.07.2022.: [https://participaction.cdn.prismic.io/participaction%2F38570bed-b325-4fc8-8855-f15c9aebac12\\_2018\\_participaction\\_report\\_card\\_-\\_full\\_report\\_0.pdf](https://participaction.cdn.prismic.io/participaction%2F38570bed-b325-4fc8-8855-f15c9aebac12_2018_participaction_report_card_-_full_report_0.pdf)

Perron-Gelinas, A., Brendgen, M. & Vitaro, F. (2017). Can sports mitigate the effects of depression and aggression on peer rejection? *Journal of Applied Developmental Psychology*, 50, 26-35.

Petrić, V. (2019). *Kineziološka metodika u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju*. Rijeka: Učiteljski fakultet Sveučilište u Rijeci

Piek, J. P., Dawson, L., Smith, L. M. & Gasson, N. (2008). The role of early fine and gross motor development on later motor and cognitive ability. *Human Movement Science*, 27(5), 668–681.

Porter, L.S. (1972). The impact of physical-physiological activity on infants' growth and development. *Nursing Research*, 21(3), 210-219.

Rockwool Foundation (2013). *Children spend five times as long in front of TV and computer screens as they do taking exercise*. Preuzeto 28.07.2022.: <https://www.rockwoolfonden.dk/app/uploads/2016/01/Newsletter-June-2013-2.pdf>

Roebers, C.M. & Kauer, M. (2009). Motor and cognitive control in a normative sample of 7-year-olds. *Developmental Science*, 12(1), 175-181.

Romani, A.Q. (2019). Parental behaviour and children's sports participation: evidence from a Danish longitudinal school study. *Sport, Education and Society*. Preuzeto 02.08.2022.: <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1577235>

Sindik, J. (2008). *Sport za svako dijete: kako odabrati pravi sport, brinuti se o zdravlju i osigurati pozitivno iskustvo od samog početka*. Buševac: Ostvarenje d.o.o.

Spencer, K.H. i Wright, P.M. (2014). *Quality Outdoor Play Spaces for Young Children*. Washington: NAEYC. Preuzeto 17.07.2022.: <https://cpin.us/sites/default/files/CC/HSS/YC1114QualityOutdoorPlaySpacesNAECYWrightv2.pdf>

Tammelin, T., Nayha, S., Hills, A.P. & Jarvelin, M-R. (2003). Adolescent participation in sports and adult physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 24, 22–28.

Theokas, C. & Bloch, M. (2006). *Out-of-school time is critical for children: Who participates in programs?* Child Trends publication 2006-20. Preuzeto 01.08.2022: <https://www.childtrends.org/wp-content/uploads/2013/08/2006-20OSTCritical.pdf>

Tremblay, M.S. i sur. (2012). Canadian Physical Activity Guidelines for the Early Years (aged 0–4 years). *Applied Physiology, Nutrition and Metabolism*, 37, 345-356. Preuzeto 15.07.2022.: <https://haloresearch.ca/wp-content/uploads2/2012/03/Canadian-Physical-Activity-Guidelines-for-the-Early-Years.pdf>

Vandermeerschen, H. (2016). *Being poor, being benched? Sports participation and opportunities for people in poverty: in search of an inclusive policy*. Dissertation. Preuzeto 01.08.2022.: [https://limo.libis.be/primo-explore/fulldisplay?vid=Lirias&search\\_scope=Lirias&tab=default\\_tab&docid=LIRIAS1675847&context=L](https://limo.libis.be/primo-explore/fulldisplay?vid=Lirias&search_scope=Lirias&tab=default_tab&docid=LIRIAS1675847&context=L)

Vilhjalmsson i Kristjansdottir (2003). Gender differences in physical activity in older children and adolescents: the central role of organized sport. *Social Science & Medicine*, 56, 363-374.

Vindiš Bratušek, B. (2022). Aktivnosti za razvoj fine motorike u ranom djetinjstvu kod djece s posebnim potrebama. *Varaždinski učitelj- digitalni stručni časopis za odgoj i obrazovanje*, 5(9), 3-5.

Welk, G.J., Babkes, M.L. & Schaben, J.A (2016). Parental Influences on Youth Sport Participation. In: M.J. Coelho E Silva, Figueiredo, A.J., Elferink-Gemser, M.T. & Malina, R.M. (eds.), *Youth Sports Participation, Trainability and Readiness* (Vol 2., pp. 75-102.). Coimbra University Press

White, J. (2021). *The Influence of Youth Sport Participation on Social-Emotional Development*. Goucher College. Preuzeto 30.07.2022.: [https://mdsoar.org/bitstream/handle/11603/21529/WhiteJessica\\_paper.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://mdsoar.org/bitstream/handle/11603/21529/WhiteJessica_paper.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Wingfield, A. & Eccles, J.S. (2000). Expectancy-value theory of achievement motivation. *Contemp Education Psychol.*, 25, 68-81.

## POPIS GRAFIKONA, SLIKA I TABLICA

### Grafikoni

<i>Grafikon 1.</i> Spol djeteta .....	24
<i>Grafikon 2.</i> Motivi za upis djeteta na sportsku aktivnost.....	26
<i>Grafikon 3.</i> Trenutna starosna dob djeteta .....	26
<i>Grafikon 4.</i> Stavovi o preporukama pedijatrijskih organizacija povezanih sa sportskom aktivnošću djece rane i predškolske dobi .....	28
<i>Grafikon 5.</i> Količina tjednih sportskih treninga unutar organiziranih sportskih programa .....	28
<i>Grafikon 6.</i> Procjena važnosti sudjelovanja djece rane i predškolske dobi u sportskim aktivnostima prema određenim kategorijama razvoja i ponašanja .....	29
<i>Grafikon 7.</i> Ciljevi upisa djece na organizirane sportske aktivnosti .....	30
<i>Grafikon 8.</i> Reakcije roditelja na postavljenu hipotetsku situaciju.....	33
<i>Grafikon 9.</i> Stavovi roditelja o postojanju isključivo muških i isključivo ženskih sportova...	34

### Slike

<i>Slika 1.</i> Sudjelovanje djece u organiziranim sportskim aktivnostima u odnosu na spol i dob (ASC, 2018, str. 5) .....	7
<i>Slika 2.</i> Zastupljenost vrsta sportova u odnosu na spol djece (ASC, 2018, str. 6).....	8
<i>Slika 3.</i> Barijere bavljenju sportskim aktivnostima djece u dobi 0-8 godina (ASC, 2018, str. 9).....	9
<i>Slika 4.</i> Prosječno trajanje sesije sportskog treninga prema dobi i spolu (ASC, 2018, str. 10)..	9

### Tablice

<i>Tablica 1.</i> Faze motoričkog razvoja djece u ranoj i predškolskoj dobi (Lally i French, 2019, str. 118).....	12
<i>Tablica 2.</i> Socio-demografske karakteristike ispitanika .....	22
<i>Tablica 3.</i> Vrste sportova / kinezioloških programa u kojima djeca sudjeluju .....	24
<i>Tablica 4.</i> Starosna dob pri kojoj je dijete prvi put upisano na neku organiziranu sportsku aktivnost .....	27
<i>Tablica 5.</i> Zamijećena poboljšanja u motoričkom razvoju djece.....	30
<i>Tablica 6.</i> Zamijećene reakcije djece .....	31
<i>Tablica 7.</i> Slaganje s tvrdnjama povezanim s cijenom i kvalitetom sportskih programa .....	32

## **PRILOG: Anketni upitnik**

### **Uključenost djece rane i predškolske dobi u organizirane kineziološke aktivnosti u slobodno vrijeme**

Poštovani,

za potrebe diplomskog rada na Učiteljskom studiju u Zagrebu provodim anketno istraživanje među roditeljima o uključenosti djece rane i predškolske dobi u organizirane kineziološke aktivnosti u slobodno vrijeme.

Uvjet za sudjelovanje u istraživanju je da imate barem jedno dijete rane ili predškolske dobi koji je upisano u neki organizirani sportski program ili aktivnost. Ukoliko ispunjavate navedene uvjete, usrdno Vas molim da izdvojite 5 minuta svog vremena te na taj način date vlastiti doprinos istraživanju i poduprete bolje shvaćanje navedene teme.

Prikupljeni podaci biti će prezentirani grupno, čime se jamči Vaša anonimnost.

Unaprijed zahvaljujem na Vašem sudjelovanju.

**1. Vaša dob:** \_\_\_\_\_

**2. Vaš spol:**

- žensko
- muško

**3. Stupanj obrazovanja:**

- NKV
- SSS
- VŠS
- VSS
- Magisterij
- Doktorat

**4. Ukupna visina mjesečnih primanja u obitelji:**

- do 5.000 kuna
- od 5.001 do 7.000 kuna
- od 7.001 do 10.000 kuna
- od 10.001 do 15.000 kuna
- iznad 15.000 kuna

**5. Spol Vašeg djeteta predškolske dobi?**

- žensko
- muško

**6. Na koji sport je dijete upisano?**

- Plivanje
- Ples
- Odbojka
- Nogomet
- Judo
- Gimnastika
- Program mješovitih sportova
- Ostalo :

**7. Što Vas je motiviralo da upišete svoje dijete na sportsku aktivnost?**

- I sam/a se bavim sportom te znam koliko isti blagotvorno djeluje na ljudski organizam i psihofizičko zdravlje.
- Djetetovi vršnjaci se bave sportom pa ne želim da se osjeća zakinuto ili izopćeno.
- Mediji su bili glavni motivator za upis djeteta na sport.
- Dijete je samo iniciralo upis na sport.

**8. Koja je dob Vašeg predškolskog djeteta?**

- 0-2 godine
- 2-5 godina
- 5-6 godina

**9. S koliko godina ste svoje dijete prvi put odveli (upisali) na neku sportsku aktivnost?**

---

**10. Preporuke Američke pedijatrijske akademije i Kanadskog pedijatrijskog društva upozoravaju da se djeca prije šeste godine života ne bi trebala baviti sportom. Mijenja li ovo saznanje na neki način Vaše percepcije, stavove i iskustva o sudjelovanju djece od 0 do 6 godina starosti u organiziranim sportskim aktivnostima?**

- Upoznat/a sam s navedenim, međutim, moji su stavovi suprotni - djeca se trebaju baviti sportom od najranije dobi.
- Da sam ovo znao/la ranije, ne bi dijete upisivao/la na nikakav sport prije polaska u školu.
- Prvi put čujem za ovakve preporuke i nimalo se s njima ne slažem. Djeci je fizička aktivnost od iznimnog značaja za zdrav razvoj i s istom bi trebalo krenuti što ranije.

**11. Koliko puta tjedno dijete pohađa organizirane sportske aktivnosti?**

- do dva puta tjedno
- od dva do tri puta tjedno

- više od tri puta tjedno

**12. Ocjenom od 1 do 5 ocijenite važnost sudjelovanja djece rane i predškolske dobi u sportskim programima u slobodno vrijeme, prema navedenim kriterijima:**

Kategorija	1	2	3	4	5
Motorički razvoj	○	○	○	○	○
Kognitivni razvoj	○	○	○	○	○
Socijalna uključenost	○	○	○	○	○
Disciplina	○	○	○	○	○
Odgovornost	○	○	○	○	○
Samopouzdanje	○	○	○	○	○

**13. Kakva poboljšanja ste primjetili kod djeteta u smislu motoričkog razvoja? (mogućnost zaokruživanja većeg broja odgovora)**

- poboljšanja u koordinaciji
- finoća pokreta
- preciznost
- povećanje snage i otpornosti
- izvodi različite pokrete koje do sad nisam primjetio/la
- tehnički ispravno izvodi brojne vježbe
- ostalo: \_\_\_\_\_

**14. S kojim ciljem ste upisali dijete na sportsku aktivnost? (mogućnost zaokruživanja većeg broja odgovora)**

- Zdrav psihofizički razvoj
- Budući sportski uspjeh
- Odmak od televizije i interneta
- Strah od pretilosti zbog nedovoljnog kretanja
- Interakcija i upoznavanje novih ljudi
- Stjecanje discipline i odgovornosti
- Ostalo : \_\_\_\_\_

**15. Što najčešće primjećujete na svom djetetu otkako se bavi sportom u slobodno vrijeme?**

- Dijete je sretno i zadovoljno.
- Dijete je često umorno od treninga, ali zadovoljno.
- Dijete je agresivnije nego ranije.
- Dijete se ljuti kada ne pobjedi svoje vršnjake i odbija ići na idući trening.
- Dijete je steklo nove prijatelje i jedva čeka ići na trening.
- Dijete mašta kako će postati sportska zvijezda.
- Nisam primjetio/la ništa značajno.

**16. Ocijenite razinu svog slaganja sa sljedećim tvrdnjama koje su povezane sa sportskim programom koje Vaše dijete pohađa.**

Tvrđnja	U potpunosti se slažem	Slažem se	Niti se slažem niti se ne slažem	Ne slažem se	U potpunosti se ne slažem
Cijena sportskog programa koje moje dijete pohađa je pristupačna.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Zadovoljan/na sam profesionalnoću trenera i načinom organizacije treninga.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Grupe su prekrcane i smatram da je sportski klub orijentiran na kvanitet, a ne kvalitet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Želim da u sklopu sportskog programa bude više natjecanja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Spreman/na sam snositi znatno veći trošak ukoliko to znači da će moje dijete biti uspješan sportaš.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**17. Što biste učinili u sljedećoj hipotetskoj situaciji. Vaše petogodišnje dijete od strane trenera prepoznato je kao budući talent u određenom sportu. Dakle, postoji mogućnost da će Vaše dijete jednog dana biti u elitnom sportu, no to od Vas i od djeteta zahtijeva sljedeće:**

- visoke izdatke za plaćanje profesionalnog trenera,
- treninge visokog intenziteta nekoliko puta dnevno,
- pridržavanje strogog režima prehrane,
- redovitu kupovinu sportske opreme i rekvizita.

**Osim toga, Vaše dijete kaže da voli sport kojim se bavi i u kojem je uspješno, ali da bi se u većini slučajeva radije ostalo igrati s prijateljima nego ići na trening. Što ćete učiniti?**

- Spreman/a sam se izvrnuti visokim troškovima (i zadužiti ako je potrebno) te zapovjediti djetetu da mora trenirati i pridržavati se pravila jer će ga to učiniti slavnim i bogatim jednog dana.
- Bez obzira što je dijete zaigrano, slao/la bi ga na treninge i podvrgavao/la djetetama. Slavni i uspješni su samo ljudi koji se odriču i koji su samodisciplinirani.
- Naravno da bi poduzeo/ka sve od navedenog ako je to put do uspjeha. Moje dijete će mi jednog dana biti zahvalno!
- Nemam dovoljno financijskih sredstava da bi uopće uzeo/ka u obzir ovu opciju, neovisno koliki je sportski talent moje dijete.
- Ako dijete ističe da bi se radije igralo nego bavilo sportom to mi je dovoljan pokazatelj da ne idem preko njegove volje.
- Ne dolazi u obzir da svoje dijete od pet godina podvrgavam ovakvom režimu, bez obzira na novac ili na mogući uspjeh. Dijete treba biti dijete.
- Ne samo da ću poduzeti sve što se od mene kao roditelja traži, već ću u sam/a biti aktivno uključen u djetetove treninge kako bi dao/la vlastiti doprinos razvoju njegove buduće sportske karijere.



**18. Smatrate li kako postoje isključivo sportovi namijenjeni djevojčicama i sportovi namijenjeni dječacima ili bi djeca trebala poahdati sportske aktivnosti koje im se sviđaju bez obzira na spol?**

- Ako curice žele trenirati nogomet, a dječaci balet, ne vidim nikakav problem u tome. Najveći problem je u današnjem društvu koje nameće pravila o tome što je prihvatljivo za jedne ili za druge.
- Nogomet će uvijek biti muški, a ples i gimnastika ženski sportovi.
- Najčešći problem kod male djece je što su skloni izrugivanju, pa će tako djevojčica koja trenira nogomet najčešće biti izopćena iz ženskog društva, a dječak koji pleše balet od strane svojih vršnjaka najvjerojatnije će biti proglašen curicom.
- Svatko iole normalan neće voditi brigu o ovakvim „nazovimo“ pravilima. Veći problem je što su sportski klubovi organizirani na takav način da svoje usluge nude ili jednima ili drugima pa djeca često nemaju ni izbora.

## **Izjava o izvornosti diplomskog rada**

Izjavljujem da je moj diplomski rad izvorni rezultat mojeg rada te da se u izradi istoga nisam koristio drugim izvorima osim onih koji su u njemu navedeni

---

(vlastoručni potpis studenta)