

# Utjecaj izvanvrćkih aktivnosti na razvoj predškolske djece

---

Car, Ivana

Master's thesis / Diplomski rad

2023

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

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:571700>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-15**

Repository / Repozitorij:

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



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

**Ivana Čar**

**UTJECAJ IZVANVRTIČKIH AKTIVNOSTI NA RAZVOJ PREDŠKOLSKE DJECE**

**Diplomski rad**

**Zagreb, veljača 2023.**

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

**Ivana Car**

**UTJECAJ IZVANVRTIČKIH AKTIVNOSTI NA RAZVOJ PREDŠKOLSKE DJECE**

**Diplomski rad**

**Mentor rada:**

**dr.sc. Vatroslav Horvat**

**Zagreb, veljača 2023.**

## SADRŽAJ

Sažetak.....	2
Summary.....	3
1. Uvod.....	4
2. Razvoj djeteta predškolske dobi.....	5
2.1. Razvoj motorike.....	6
2.2. Razvoj spoznaje.....	8
2.3. Razvoj govora.....	9
2.4. Socio-emocionalni razvoj.....	11
3. Dosadašnja istraživanja.....	13
3.1. Slobodno vrijeme i izvanvrtičke aktivnosti.....	13
3.1.1. Slobodno vrijeme.....	13
3.1.2. Izvanvrtičke aktivnosti.....	15
3.2. Predškolsko dijete i tjelesna aktivnost.....	17
3.2.1. Pozitivni utjecaj tjelesne aktivnosti na predškolsko dijete.....	18
3.2.2. Posljedice tjelesne neaktivnosti na predškolsko dijete.....	20
3.3. Obitelj kao uzor djetetu.....	21
3.4. Društvo kao uzor djetetu.....	23
4. Istraživanje „Uključenost djece predškolske dobi u izvanvrtičke aktivnosti na području grada Duge Rese“ .....	24
4.1. Cilj i hipoteze istraživanja.....	25
4.2. Uzorak ispitanika i varijabli.....	25
4.3. Metode obrade podataka.....	26
5. Rezultati istraživanja i rasprava.....	27
5.1. Općeniti podaci.....	27
5.2. Stavovi roditelja.....	33
6. Zaključak.....	37
Literatura .....	38
Izjava o samostalnoj izradi rada.....	40

# UTJECAJ IZVANVRTIČKIH AKTIVNOSTI NA RAZVOJ PREDŠKOLSKE DJECE

## SAŽETAK

U suvremenom načinu života, gdje prevladava tehnologija i sjedilački način života, kvalitetno provođenje slobodnog vremena je od iznimne važnosti za cjelokupni razvoj i zdravlje djece.

Ovim diplomskim radom je, kroz dosadašnja istraživanja i odabrane literature, pobliže objašnjena važnost slobodnog vremena i kvalitetno provođenje istog u životu djeteta. Ističu se pozitivne strane tjelesne aktivnosti djece i negativne strane tjelesne ne aktivnosti. Naglašava se važnost roditelja i društva kao uzora djeci pri odabiru kvalitetne aktivnosti za slobodno vrijeme. za potrebe ovog rada provedeno je istraživanje „Uključenost djece predškolske dobi u izvanvrtičke aktivnosti na području grada Duge Rese“.

Cilj istraživanja u radu je utvrditi koliko djece predškolske dobi je uključeno u izvanvrtičke aktivnosti na području grada Duge Rese te kakvi su stavovi roditelja o važnosti bavljenja izvanvrtičkim aktivnostima. Istraživanje je provedeno putem anketnog upitnika, a ispitanici su bili roditelji djece predškolske dobi s područja grada Duge Rese. Rezultati su ukazali da je veći dio djece uključen u izvanvrtičke aktivnosti koje su uglavnom sportske aktivnosti te su interes za te aktivnosti iskazala sama djeca. Roditelji su svjesni važnosti izvanvrtičkih aktivnosti te da one pozitivno utječu na djetetov cjelokupni razvoj i zdravlje.

Ključni pojmovi: slobodno vrijeme, izvanvrtičke aktivnosti, tjelesna aktivnost, djeca predškolske dobi

# **THE IMPACT OF EXTRACURRICULAR ACTIVITIES ON DEVELOPMENT OF PRESCHOOL CHILDREN**

## **SUMMARY**

In the modern way of life, where technology and a sedentary lifestyle prevail, spending quality free time is of great importance for the overall development and health of children.

This paper, through previous research and selected literature, has further explained the importance of free time and the quality of spending it in a child's life. The paper points out the positive aspects of children's physical activity and the negative aspects of physical inactivity. Furthermore, it explains the importance of parents and the society as role models for children when choosing quality leisure activities. For this paper's purposes, the research "Preschool children involvement in extracurricular activities in the area of the city of Duga Resa" was conducted.

The aim of the research was to determine how much preschool children are involved in extra-kindergarten activities in Duga Resa. Additionally, it explored what the views of parents are about the importance of engaging in extra-kindergarten activities. The research was conducted through a questionnaire and the respondents were parents of preschool children from Duga Resa. The results indicated that the majority of children are involved in extracurricular activities, mostly sports activities, and the children themselves expressed interest in these activities. Also, parents are aware of the importance of extracurricular activities and they understand their positive effect on the overall development and health of children.

Key terms: free time, extra-kindergarten activities, physical activity, preschool children

## 1. UVOD

Suvremeni način života je obilježio razvoj tehnologije, čovjek je zamijenjen robotima i sve češće se zadaci i poslovi odrađuju u fizički pasivno. Uz sve pozitivne strane koje nam je takav način života priuštio, javlja se sve više i negativnih strana. Čovjek se, gotovo nikako ili vrlo slabo bavi tjelesnom aktivnošću. Razlog tomu je, uglavnom, manjak slobodnog vremena. Na površinu ispoljavaju problemi koji se javljaju kao posljedica ne kretanja, a to je sve veći broj osoba s prekomjernom težinom i bolestima. Zbog manjka slobodnog vremena, čovjek vrlo često unosi ne kvalitetnu prehranu poput brze hrane, raznih zašećernih sokova i slastica kako bi, u tom trenutku, zadovoljili potrebu za hranom. Uz odrasle osobe, svjedočimo i porastu djece s prekomjernom tjelesnom težinom uzrokovanu unosom nezdrave prehrane i tjelesne neaktivnosti.

„Tjelesne aktivnosti pridonose našem tjelesnom i psihičkom zdravlju, većoj radnoj sposobnosti, boljem uspjehu i učinkovitosti, kao i lakoći snalaženja u raznim životnim situacijama.“ (Rečić, 2006, 7). Uzimajući u obzir situaciju u društvu, velika je odgovornost na obiteljima, odgojno – obrazovnim djelatnicima i društvu da vlastitim primjerom usade djeci navike tjelesne aktivnosti. Kvalitetno i aktivno provođenje slobodnog vremena pozitivno utječe na djetetov razvoj, na stvaranje pozitivnih navika te potiču dijete na razvijanje osobnosti.

Roditelji imaju sve manje vremena za boravak na zraku sa svojom djecom, te taj nedostatak upotpunjavaju uključujući djecu na izvanvrtičke aktivnosti. Djeca tada borave s odraslom osobom koja osmišljava igre i aktivnosti u skladu s pravilima. Iako izvanvrtičke aktivnosti pozitivno utječu na djetetov razvoja, važno je uzeti u obzir želi li dijete pohađati tu aktivnost. Uloga roditelja, odgojitelja i društva je upravo da usmjeravaju djecu na aktivno i kvalitetno provođenje slobodnog vremena, uvažavajući djetetove želje i potrebe.

Radom ću se usmjeriti na pozitivne strane tjelesne aktivnosti i posljedice neaktivnosti djeteta te koliko tjelesna aktivnost utječe na razvoj djeteta. Obuhvatit ću i temu važnosti slobodnog vremena djece te uključivanja u izvanvrtičke aktivnosti. Istraživanjem želim ispitati koliko je djece uključeno u izvanvrtičke aktivnosti te kakvi su stavovi roditelja o uključivanju djeteta u izvanvrtičke aktivnosti.

## 2. Razvoj djeteta predškolske dobi

„Kao razvoj razumijemo slijed promjena u osobinama, sposobnostima i ponašanju djeteta poradi kojih se ono mijenja te postaje sve veće, spretnije, sposobnije, društvenije, prilagodljivije, itd.“ (Starc i sur., 2004, 13). Vrlo je važno da smo upoznati s fazama dječjeg razvoja kako bi mogli osigurati podržavajuću i poticajuću okolinu za predškolsko dijete. „Jedno razdoblje slijedi poslije drugoga, a na stručnjaku je da poznaje svako od njih, kako bi u tijeku rada mogao reagirati na promjene koje proistječu iz specifičnosti svakoga pojedinog razvojnog razdoblja.“ (Findak, 1995, 17).

„Jedno je od najkarakterističnijih svojstava dječjeg organizma njegova plastičnost. Plastičnost je sposobnost lakog mijenjanja pod utjecajem promjenjivih povoljnih ili nepovoljnih uvjeta. To će nam biti razumljivije ako znamo da su tkivo i organi mladog organizma koji raste u stanju promjenjive ravnoteže.“ (Ivanković, 1978, 12). „To je „detalj“ o kojemu moramo brinuti u radu s djecom predškolske dobi, a da bismo to mogli, potrebno je poznavati osobine dječjeg organizma.“ (Findak, 1995, 20).

Do prve godine djetetova života rast i razvoj djeteta je iznimno brz te je iz tog razloga podijeljen na kraća razdoblja (Starc i sur., 2004). No, vrlo bitno je naglasiti da granice tih razdoblja „... nisu strogo određene jer se sva djeca ne razvijaju jednako.“ (Ivanković, 1978, 10). Svako dijete je individua za sebe te ih tako treba i promatrati. „Razlike u rastu razvoju, gledajući do rođenja pa dalje prema pojedinim razvojnim razdobljima, nazočne su ne samo između dječaka i djevojčica nego i kod svakog pojedinog djeteta.“ (Findak, 1995, 18). „Ono u čemu se djeca međusobno razlikuju u razvoju jest tempo razvoja i granice do kojih će se razviti pojedina osoba.“ (Andrilović, Čudina-Obradović, 1994, 166).

Obzirom na razvojne karakteristike djeteta u pojedinoj dobi, predškolsku dob djeteta možemo podijeliti na nekoliko faza. Findak (1995) u svojoj knjizi, osobine razvojne dobi djece dijeli na rano djetinjstvo i predškolsko doba. Rano djetinjstvo obuhvaća period djetetova života od rođenja do navršene tri godine, dok predškolsko doba obuhvaća period od navršene tri godine do šeste ili sedme godine djetetova života (Findak, 1995).

Razvoj djeteta predškolske dobi možemo pratiti kroz slijedeće aspekte razvoja:

- Razvoj motorike
- Razvoj spoznaje
- Razvoj govora



- Socio-emocionalni razvoj (Starc i sur., 2004)

## 2.1. Razvoj motorike

„Kao razvoj motorike razumijemo djetetovu sve veću sposobnost svrhovitog i skladnog korištenja vlastitog tijela za kretanje i baratanje predmetima.“ (Starc i sur., 2004, 15). Autor Findak (1995) u svojoj knjizi navodi da „Pod pojmom „motorika“ razumijemo sve oblike kretanja, tzv. dinamičke stereotipe kojima se čovjek služi u svladavanju prostora“. Taj razvoj možemo pratiti kroz faze „koje su vidljive u usavršavanju držanja tijela (posturalne kontrole), kretanja (lokomocije) i baratanja predmetima (manipulacije).“ (Starc i sur., 2004, 15).

Findak (1995) navodi podjelu motorike na filogenetske i ontogenetske oblike kretanja, „Filogenetski oblici kretanja determinirani su prije svega naslijeđem i među njih ubrajamo hodanje, trčanje, skakanje, puzanje, penjanje itd. Ontogenetske dinamičke stereotipe uglavnom vežemo za učenje tijekom razvoja jedinke i među njih ubrajamo plivanje, skijanje, klizanje, vožnju bicikla itr.“ (Findak, 1995, 30).

„Predškolsku dob karakterizira velika djetetova pokretljivost, ali su pokreti nesigurni i neprecizni zbog nedovoljne razvijenosti središnjeg živčanog sustava, zbog procesa okoštavanja, zbog male mišićne mase i funkcionalne neprilagođenosti dišnog i krvožilnog sustava.“ (Findak, 1995, 45).

„U prvoj godini života u dojenčeta ćemo lako uočiti refleksne i stereotipne pokrete.“ (Starc i sur., 2004, 15). „Najveći dio repertoara novorođenčeta jesu refleksi. To su urođenje, automatske radnje velike preciznosti, a katkad i velike složenosti.“ (Andrilović, Čudina-Obradović, 1994, 170). „Stereotipni pokreti nisu reakcija na vanjski podražaj, niti imaju vidljivu svrhu.“ (Starc i sur., 2004, 15).

„U tijeku prve dvije godine djetetova života postupno se mijenja ta vanjska aktivnost od neusmjerenih, neodređenih pokreta u organizirane, precizne mišićne pokrete i reakcije koje su usmjerene prema točno određenom cilju, rukovođene vanjskim i unutarnjim senzornim podacima i izvođene na najekonomičniji, najizravniji način.“ (Andrilović, Čudina-Obradović, 1994, 171).

Razvoj od druge godine djetetova života prikazan je u tablici. Starc i sur. (2004) u knjizi „Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi“ prikazuju tablicu glavnih prekretnica u razvoju motorike (str 18-19):

<i>Prosječna dob pojavljivanja</i>	<i>Motorička vještina</i>		<i>Raspon dobi u kojem većina djece postiže vještinu</i>
	<i>Držanje i pokretanje u prostoru</i>	<i>Hvatanje i baratanje predmetima</i>	
<b>2-3 godine</b>	Održavanje ravnoteže, naizmjenični pokreti ruku i nogu pri hodanju, hoda stubama istom nogom naprijed, trči uz teškoće zaustavljanja, poskakuje, penje se	Baca i hvata loptu, gradi rotanj (6-7 kocaka s 30 mj., 8 kocaka s 3 godine); jednostavno samostalno oblačenje i obuvanje (30 mj.), uporaba malih škara (30 mj.); s 3 godine crta krug	Ovisno o prilikama za vježbanje aktivnosti
<b>3-4 godine</b>	Usavršavanje ravnoteže (stoj na jednoj nozi), izmjenično penjanje stubama, usavršavanje trčanja, skakanja, skok u dalj (25 cm), samostalno penjanje na tobogan i penjalicu	Bacanja i hvatanja; gradi toranj od 8-10 kocaka; usavršavanje hvatanja prstima (umetanje u rupice, nizanje), zakapčanje puceta, nalijevanje s obje ruke; s 4 godine crta kvadrat	Ovisno o prilikama za vježbanje aktivnosti
<b>4-5 godine</b>	Usavršavanje ravnoteže, hodanje u svim smjerovima, usavršavanje trčanja, skok u vis, u dalj, u dubinu; teškoće s preskakivanjem prepreka; usavršeno penjanje, silaženje i provlačenje	Usavršavanje bacanja (jednoručno); toranj od 10 kocaka, jednoručno nalijevanje, zakapčanje i otkapčanje; s 5 god. crta trokut; složenije vještine (tricikl, igranje loptom); uspostavlja se desnorukost ili ljevorukost (do 5 godina)	Ovisno o prilikama za vježbanje aktivnosti
<b>5-6 godine</b>	Uspostavljena ravnoteža; hodanje poput odraslih; usavršavanje skakanja (preko užeta,	Usavršeno bacanje i hvatanje (bacanje u cilj); reže, lijepi, modelira; sa 6 god. crta romb	Ovisno o prilikama za vježbanje aktivnosti

	školica); penjanje poput odraslog		
<b>6-7 godine</b>	Usavršavanje ravnoteže – povezivanje hodanja, trčanja i bacanja; brzo trčanje 40 metara; usavršavanje skakanja i penjanja	Usavršavanje bacanja i hvatanja: jednom rukom, uz koordinaciju cijelog tijela; usavršavanje baratanja priborom za jelo (vilica i nož); vezivanje vezice; modeliranje, rezanje	Ovisno o prilikama za vježbanje aktivnosti

*Tablica 1. Glavne prekretnice u razvoju motorike (Starc i sur., 2004)*

## 2.2. Razvoj spoznaje

„Sposobnost spoznavanja vanjskog svijeta, uočavanje veza i odnosa među stvarima i pojavama te mogućnost rješavanja problema i prilagođavanja na nove i promijenjive situacije postupno se stječe i usavršava od rođenja do kraja adolescencije.“ (Andrilović, Čudina-Obradović, 1994, 178). „Glavni procesi koji su u osnovi spoznajnog razvoja jesu postupno razvijanje unutarnjih zamjena (reprezentacija, uporaba simbola) za osobe i predmete i postupno razvijanje misaonih operacija (baratanje zamjenama za stvarnost „u glavi“: usporedba, analiza, sinteza, reverzibilnost, apstrahiranje, generalizacija).“ (Starc i sur., 2004, 20).

„Jednostavne zamjene za predmete i pojave u okolini (motoričke i slikovne sheme) dijete stječe od 6. mjeseca nadalje, a od kraja 2. do 6. godine najviše se služi zamjenama riječi/slika (simboličke sheme).“ (Starc i sur. 2004, 20).

„Najpotpuniji prikaz razvoja dječjeg mišljenja dao je Jean Piaget koji opisuje četiri jasno određene faze (senzomotoričk faza, predoperacionalna faza, faza konkretnih operacija i faza formalnih operacija) i velik broj podfaza u njihovu sklopu. (Andrilović, Čudina-Obradović, 1994, 188). Vasta, Haith i Miller (1998) navode tablicu Piagetova četiri razvojna razdoblja:

<b>Faza</b>	<b>Djetetova misaona postignuća</b>
<b>Senzomotoričko (0-2. godine)</b>	Dijete spoznaje svijet kroz izravno djelovanje koje se odražava u senzomotoričkim shemama. Tijekom ranog djetinjstva te sheme postaju složenije i povezanije te dolazi do decentracije, a dijete počinje shvaćati stalnost predmeta.
<b>Predoperacijsko (2-6 godina)</b>	Dijete može rješavati probleme pomoću predočavanja, umjetno izravnim djelovanjem. Mišljenje je brže, učinkovitije, pokretljivije i više socijalno uklopljeno. Djetetovi početni pokušaji predočavanja pokazuju određena ograničenja kao što su egocentrizam i centracija.
<b>Konkretno (6-12 godina)</b>	Pojava operacija omogućava djetetu operacijsko nadvladavanje ograničenja predoperacijskog mišljenja. Operacije su sustavi unutrašnjeg mentalnog djelovanja koje se nalazi u podlozi logičkog rješavanja problema. Dijete počinje shvaćati različite oblike konzervacija, klasifikacije i odnosnog rasuđivanja.
<b>Formalno (12 godina – odraslo)</b>	Daljnji razvoj operacija dovodi do operacijske sposobnosti hipotetičko-deduktivnog rasuđivanja. Misao započinje pretpostavkom i kreće se sustavno i logično prema stvarnosti. Primjer takvog logičkog rasuđivanja jest znanstveno rješavanje problema.

*Tablica 2. Piagetova četiri razvojna razdoblja (Vasta, Haith i Miller, 1998)*

### 2.3. Razvoj govora

Govor je jedan od načina sporazumijevanja kod ljudi. Starc i sur. (2004, 26) navode da je govor „viša psihička aktivnost čovjeka koja mu omogućuje da pomoću sustava znakova i simbola priopćava svoja znanja, osjećaje, potrebe i mišljenje drugim ljudima.“ „Da bi dijete moglo učiti govor, ono istodobno mora razviti sposobnost simbolizacije i razumijevanja simbola.“ (Nikolić, 1996, 41-42).

Razvijenost živčanog sustava i proces socijalizacije također su uvjeti koje dijete treba ispuniti prije usvajanja jezika (Nikolić, 1996). Važnu ulogu u procesu usvajanja govora ima obitelj jer je to je prva okolina u kojoj dijete boravi (Jovančević i sur., 2009). „Usvajanjem

govorne i negovorne komunikacije dijete se priprema za uključivanje u zajednicu, za školovanje i za rad.“ (Jovančević i sur., 2009, 238).

Postoje dva osnovna razdoblja putem kojih se može pratiti razvoj govora (Starc i sur., 2004), a to su predverbalno i verbalno razdoblje. Predverbalno razdoblje obuhvaća dio djetetova govornog razdoblja od rođenja do prve izgovorene riječi (Starc i sur., 2004). „U predverbalnom razdoblju stvaraju se važni preduvjeti za kasniji razvoj govora i jezika“ (Starc i sur., 2004, 27).

Najraniji djetetovi glasovi se sastoje od cviljenja i plakanja te raznih drugih grlenih i fizioloških zvukova koji ukazuju na neku neugodu (Vasta, Haith, Miller, 1998). Oko 2. mjeseca djetetova života dolazi faza kada „djeca počinju proizvoditi jednosložne vokalne zvukove poznate kao gukanje...“ te su ti glasovi uglavnom povezani sa smješkanjem i pozitivnim emocijama (Vasta, Haith, Miller, 1998, 411). Zatim slijedi faza slogovanja, oko 6. mjeseca djetetova života kada dijete „počinje oponašati glasove iz svoje okoline i sve je više komunikacijski usmjereno prema njoj.“ (Starc i sur., 2004, 28).

<b>Dob djeteta</b>	<b>Faza</b>
<b>0 mj.</b>	Faza kričanja
<b>2 mj.</b>	Faza gukanja
<b>6 mj.</b>	Faza slogovanja
<b>9. mj.</b>	Predverbalne geste

*Tablica 3. Faze predverbalnog razdoblja. (Starc i sur., 2004.)*

Verbalno razdoblje započinje prvom riječi koja se javlja između 12. i 18. mjeseca djetetova života – tzv. holofraze, tj rečenice od jedne riječi (Starc i sur., 2004). „Potkraj 2. godine dijete oblikuje svoju prvu rečenicu, najčešće od dvije riječi.“ (Starc i sur., 2004, 29). Naziva se još i telegrafski govor (Starc i sut., 2004). Tada započinje i svladavanje gramatike i nagli napredak u govoru (Starc i sur., 2004). „Četvrta i peta godina su godine dječjih pitanja, pa u tom razdoblju govor ima važniju ulogu u spoznajnom razvoju.“ (Starc i sur., 2004, 29). „Približavajući se 6. i 7. godini artikulacija glasova se „čisti“, dijete rabi sve vrste riječi i ovladalo je gotovo svim vrstama rečenica. Usvojilo je gramatička pravila i iznimke.“ (Starc i sur., 2004, 30).

## 2.4.Socio-emocionalni razvoj

Dijete svoj emocionalni odnos postupno razvija i uči prepoznavati emocije kod drugih i izražavati vlastite emocije (Starc i sur., 2004). „Emocionalni je razvoj jedan od najvažnijih procesa u razvoju osobnosti. On je rezultat međusobnih utjecaja pojedinačnih bioloških karakteristika (uzbudljivosti, reaktivnosti, temperamenta) i njegova socijalnog učenja.“ (Andrilović, Čudina-Obradović, 1994, 193).

Starc i sur. (2004) u svojoj knjizi navode razvojne osobine i procese koje promatramo unutar emocionalnog i socijalnog razvoja, a to su:

1. Temperamet,
2. Emocionalni razvoj u izražavanju vlastitih i razumijevanju tuđih emocija,
3. Ravoj privrženosti
4. Socio-spoznajni razvoj u razumijevanju pojma o sebi i razumijevanju odnosa s drugima,
5. Razvoj samoregulacije (vladanja sobom),
6. Razvoj društvenosti.

Izražavanje emocija kod predškolskog djeteta razlikuju se od izražavanja emocija kod odraslih osoba (Starc i sur., 2004). „U predškolskoj i početnoj školskoj dobi emocije su vrlo snažne, kratkotrajne i brzo se smjenjuju: iz plača u smijeh i obrnuto. Djeca te dobi nisu naučila kontrolirati izražavanje emocija; zato su one vidljive i „na površini“.“ (Andrilović, Čudina-Obradović, 1994, 195).

„Najvažniji oblik razvoja u okviru emocionalno-socijalnog razvoja djeteta jest razvoj privrženosti.“ (Starc i sur., 2004, 38). Privrženost možemo definirati kao čvrstu emocionalnu vezu između djeteta i odrasle osobe (najčešće majke) (Starc i sur., 2004). „Uspostavljanje afektivne veze s majkom za dojenče ima dvije neposredne vrijednosti: daje djetetu sigurnost za sve šire istraživanje okoline i sve duže odvajanje od majke i temelj je budućih socijalnih i emocionalnih odnosa.“ (Andrilović, Čudina-Obradović, 1994, 208). „Istraživanja pokazuju da i fizičko zdravlje ne samo u djetinjstvu već i u odrasloj dobi ovisi o emocionalnoj sigurnosti koju nam je pružala okolina u prvim godinama života.“ (Jovančević i sur., 2009, 71).

<p><b>0 – 6 tjedana</b> <b>FAZA</b> <b>PRETPRIVRŽENOSTI</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dijete prepoznaje miris i glas majke (skrbnika), ali podjednako reagira na sve osobe u svojoj okolini.</li> <li>• Dijete okolini upućuje različite „signale privlačenja“ (grljenje, praćenje pogledom, smiješak).</li> <li>• Dijete se umiruje i utješuje kad ga se primi u naručje, gladi i govori mu se tihim glasom, ali mu je još svejedno koja to osoba radi.</li> </ul>
<p><b>6 tjedana – 6 (8) mjeseci</b> <b>FAZA NASTAJANJA</b> <b>PRIVRŽENOSTI</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dijete počinje iskazivati drugačije reakcije prema „najvažnijoj osobi“ (skrbniku) nego prema ostalima.</li> <li>• Više gukanja i upućivanja smiješka usmjerava prema skrbniku nego prema ostalima.</li> <li>• Brže se umiruje i prestaje plakati u naručju skrbnika.</li> <li>• Još ne pokazuje nikakav strah ili prosvjed pri odvajanju od skrbnika</li> </ul>
<p><b>6 (8) mj. – 18 (24) mj.</b> <b>FAZA JASNO</b> <b>IZRAŽENE</b> <b>PRIVRŽENOSTI</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Započinju znakovi jasno izražene privrženosti u obliku prosvjeda zbog odvajanja i straha od nepoznatih ljudi. Taj razvoj znakova povezan je s djetetovim ostalim razvojnim postignućima: s uspostavljanjem pojma postojanosti predmeta (pamćenja skrbnikova lika), razvojem emocije straha i s usavršenim kretanjem puzanjem, koje mu omogućuje slijeđenje skrbnika.</li> <li>• Skrbnik može najbolje i najbrže utješiti i umiriti dijete uznemireno zbog odvajanja, i to već samom svojom nazočnošću i dodirom.</li> <li>• Dijete pokazuje sigurnost i hrabrost istraživanja okoline u blizini skrbnika.</li> </ul>
<p><b>18. mj. – 2 (3) godine</b> <b>FAZA</b> <b>RECIPROČNOG</b> <b>ODNOSA</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• U spoznajnom razvoju započinje primjena predodžba i govora (unutarnjih reprezentacija) te dijete postupno počinje razumijevati privremenost odvajanja, osobito ako mu skrbnik kratko i jasno rastumači razlog odvajanja i kako će dijete i s kim provoditi vrijeme odvojenosti. Prosvjed zbog odvajanja postupno se smanjuje i većina</li> </ul>

	djece s navršenih tri godine može podnijeti privremenu odvojesnost od skrbnika.
--	---

*Tablica 4. Tijek razvoja privrženosti (Starc i sur., 2004)*

„Uspostavljanjem sigurne privrženosti sa skrbnikom dijete stječe sigurnost koja mu je potrebna a udaljavanje od skrbnika i stupanje u odnose s vršnjacima.“ (Starc i sur., 2004, 45). „Za razvoj društvenosti u predškolskoj dobi znakovito je da se dijete sve manje obraća i sve manje ovisi o odraslim osobama u okolini, a traži sve više kontakata i interakcija s vršnjacima. Ujedno, važnost i utjecaj vršnjaka postaju sve veći.“ (Andrilović, Čudina-Obradović, 1994, 198).

### **3. Dosadašnja istraživanja**

#### 3.1. Slobodno vrijeme i izvanvrtičke aktivnosti

##### *3.1.1. Slobodno vrijeme*

Slobodno vrijeme možemo definirati kao „vrijeme u kojem je pojedinac potpuno slobodan i kad vrijeme može ispunjavati i oblikovati sasvim prema vlastitim željama, a ne prema bilo kojoj izvanjskoj nuždi ili po nekoj za život neophodnoj potrebi.“ (Rosić, 2005, 65). Svaki pojedinac to vrijeme koristi na svoj način ovisno o njegovim interesima. „Činjenica da pojedinac slobodno vrijeme ispunjava i oblikuje prema vlastitim željama, bez prinude i obveze, kod određenog broja ljudi izaziva nemoć. Naučeni smo da nam obveze i aktivnosti nameću drugi, ne znajući što sami možemo učiniti i za što smo sposobni, ne uviđamo načine i mogućnosti oplemenjivanja svoga života“ (Pejić Papak, Vidulin, 2016, 48).

Slobodno vrijeme kao pojam svakodnevnog čovjekovog vremena se proučava još od antičkih vremena (Rosić, 2005). U ubrzanom načinu života kakvim danas živimo, teško je kvalitetno provesti slobodno vrijeme. Vrlo često se dogodi da tokom dana niti nemamo slobodnog vremena već nam je dan ispunjen obvezama prema obitelji, poslu ili društvu. Autor Rosić (2005) navodi tri funkcije slobodnog vremena, a to su odmor, razonoda i razvoj ličnosti.



„Suvremeno društvo sve veću pozornost poklanja slobodnom vremenu kao bitnom čimbeniku poboljšanja kvalitete života.“ (Andrijašević, 2000, 7). Sve više se ističu problemi uzrokovani ubrzanim načinom života te potreba za kvalitetnim provođenjem slobodnog vremena je sve veća. Kako za odrasle tako i za djecu predškolske dobi.

S obzirom da je slobodno vrijeme ima sve veći značaj u razvoju djece, isto mora biti društvena briga i treba se proučavati s više znanstvenih polja (Rosić, 2005). „Isto tako, organizacija rada slobodnom vremenu, naročito djece i mladeži, ne može ostati isključivo briga škole i odgovarajućih organizacija, već zajednička akcija svih radnih organizacija, škola i drugih odgojno-obrazovnih institucija, te ustanova.“ (Rosić, 2005, 12-13).

Autori Sindik i Andrijašević (2000) u svom radu navode kako je kod djece predškolske dobi bitno naglasiti da je svo njihovo raspoloživo vrijeme, ujedno i slobodno vrijeme. Slobodno vrijeme djece i mladih bitno se razlikuje od slobodnog vremena odraslih. Badrić i Prskalo (2011, 480) prema Previšić (1987) navode da „Djeca i mladi imaju znatno više slobodnog vremena od odraslih te zbog svog specifičnog biopsihosocijalnog statusa u okolini i društvu, njihovo slobodno vrijeme mora biti specifično i organizirano, a ne prepušteno slučaju.“

„Djecu i mlade treba usmjeriti na to da u slobodnom vremenu stječu nova znanja, razvijaju vještine, obogaćuju svoj emocionalni život, razvijaju društvene odnose i da se osamostaljuju.“ (Pejić Papak, Vidulin, 2016, 59). Kod djece osnovnoškolske i srednjoškolske dobi je puno lakše popuniti slobodno vrijeme jer djeca već iskazuju svoje interese i znaju što žele raditi i čime se baviti nakon dolaska iz škole. „Slobodne su aktivnosti vid učenja prema interesima i potrebama svakog pojedinog djeteta onako kako se oni pojavljuju.“ (Došen-Dobud, 1982, 28).

Autorica Bokulić (2019) u svom istraživanju utvrđivala je razlike u načinu provođenja slobodnog vremena djece predškolske dobi u dvije godine, 2017. i 2019. Rezultati istraživanja između navedene dvije godine utvrđuju razlike u navikama djece ispitanika. 2017. godine većina ispitanika navela je da djeca najčešće slobodno vrijeme provode u slobodnoj igri te se 70% njih bavilo sportom. Roditelji su bili zadovoljni korištenjem slobodnog vremena djece te su se izjasnili da potiču svoju djecu na bavljenje tjelesnom aktivnošću u slobodnom vremenu. 2019. godine primjećen manji postotak djece koja sama biraju aktivnosti za slobodno vrijeme te se broj djece koja se bave nekom sportskom aktivnošću smanjilo za 2%. Povećao se broj djece koja svoje slobodno vrijeme provode

pred računalima i gledajući televiziju. Također, djeca nakon dvije godine, sve više provode u pasivnoj igri. Obzirom na dobivene rezultate, autorica zaključuje da se navike djece u slobodno vrijeme mijenjaju.

Predškolskom djetetu je bitna uloga roditelja kao poticatelja na kvalitetno provođenje slobodnog vremena. „Zbog velike važnosti kvalitetnog i svrhovitog korištenja slobodno vremena, djecu i mlade treba pravilno poticati i stvarajući povoljne uvjete za razvoj njihovih interesa i sklonosti usmjeravati ih na kvalitetno provođenje slobodnog vremena. Stoga o pravilnom korištenju slobodnog vremena djecu treba učiti u najranijoj dobi. Roditeljska je funkcija informirati, usmjeriti i poduprijeti dijete u odabiru određenih aktivnosti i bavljenju njima.“ (Pejić Papak, Vidulin, 2016, 65-66).

### 3.1.2. *Izvanvrtičke aktivnosti*

„Izvanastavne i izvanškolske aktivnosti imaju u ostvarivanju ciljeva veliko značenje. Uz stjecanje znanja, nove kvalitete znanja, važna je zadaća poticanje interesa, pobuđivanje znatiželje, identifikacija i podrška darovitih i učenika koji pokazuju pojačani interes za pojedina područja. Slobodne aktivnosti pogodno su mjesto za poticanje društveno-korisnih aktivnosti, posebice u području socijalnih odnosa. Znanja se ne stječu samo na nastavi (školi) već i kroz široku lepezu aktivnosti u slobodnom vremenu.“ (Rosić, 2005, 148).

Livazović (2018) prema Previšić (1987:38) ističe strukture i vrste slobodnih aktivnosti:

- Sportsko – rekreativna društva (nogomet, atletika, planinarstvo, plivanje itd.)
- Kulturno – umjetnička društva (balet, dramske sekcije, pjevački zborovi, folklor, tamburaški zborovi itd.)
- Znanstveno-predmetne družine (grupe matematičara, geografa, nuzmatičara itd.)
- Stručno – tehnička društva (radioamateri, računalne i prometne sekcije, fotosekcije, itd.)
- Proizvodno – ekonomska društva (vinogradarske udruge, rukotvorne udruge, ribarske udruge, itd.)

Autorica Došen-Dobud u svojoj knjizi „Odgoj i slobodne aktivnosti predškolskog djeteta“ (1982, 32-33) naglašava zadatke slobodnih aktivnosti koje obuhvaćaju

- omogućavanje, oslobađanje i pokretanje dječje inicijative djelovanja u svim potencijalnim pravcima,
- omogućavanje i poticanje spontanih oblika druženja u neformalnim grupama, stjecanje osobnih iskustava o postojanju drugih i samog sebe u raznovrsnim interakcijama i odnosima s drugima,
- davanja djeci prilika i poticaja za iskušavanje vlastitih mogućnosti za izgradnju prihvatljivih mehanizama ponašanja, stila rada, učenja i izražavanja.

Iz osobnog iskustva, djeca predškolske dobi uglavnom se odlučuju za sportsko – rekreativna društva zbog popularnosti određenih sportova u društvu. Iz tog razloga, u daljnjem tekstu ćemo govoriti upravo o toj vrsti slobodnih aktivnosti

„Sportska rekreacija čini značajan dio slobodnog vremena suvremenog čovjeka. Slobodnom voljom odabrana, ona predstavlja nezaobilazan sadržaj kvalitetnog života sve većeg broja osoba. Programi namijenjeni različitim dobnim skupinama imaju za cilj očuvati i unaprijediti zdravlje u svim njegovim značajkama.“ (Andrijašević, 2000, 9). „Sport sve više služi uživanju, doživljaju, promjeni i vlastitoj kreativnosti. Podaci pokazuju da nikada do sada sport nije bio toliko popularan. Nakon čitanja, glazbe i druženja a prijateljima, sport spada u najdraže aktivnosti mladih u slobodnom vremenu.“ (Rosić, 2005, 124).

Mišigoj-Duraković i sur. (1999) ističu kako se većina tjelesne aktivnosti djece i mladi događa izvan okvira školske nastave tjelesnog odgoja kroz organizirane sportske programe i igre. „Postoje dva najčešća oblika bavljenja tjelesnom aktivnošću u slobodno vrijeme. Jedan se odnosi na uključivanje djece u razne sportske klubove, rekreativna društva, izviđačke udruge i ostale institucije, dok se drugi odnosi na individualno tjelesno vježbanje.“ (Badrić, Prskalo, 2011, 488).

Autorica Prgomet (2019) za potrebe svog diplomskog rada „Udio aktivnog vremena u slobodnom vremenu djece“ provela je istraživanje o tjelesnoj aktivnosti djece predškolske dobi u slobodno vrijeme. Utvrdila je da 57,3% djece ispitanika nije uključeno u izvanvrtičke programe što se kosi s rezultatima gdje su roditelji odgovarali da se povremeno (57,3%) i redovito (24,7%) bave tjelesnom aktivnošću. Ispitanici iz ovog istraživanja su zadovoljni načinom provođenja slobodnog vremena njihove djece do kojeg je rezultata došla i autorica Bokulić (2019) u svom istraživanju za 2017. godinu.

### 3.2. Predškolsko dijete i tjelesna aktivnost

„Predškolska životna dob izvor je sveobuhvatnih razvojnih potencijala, a to je vrijeme za stimuliranje razvoja morfoloških karakteristika, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te povećanja optimalnog dosega biotičkih motoričkih znanja.“ (Tkalčić, Horvatin, Kralj, 2000, 73). Dijete ima prirodnu potrebu za kretanjem i aktivnošću. Na taj način istražuje svoju okolinu i razvija se. „Tjelesna aktivnost, odnosno tjelesno vježbanje za dijete predškolske dobi jedan je od važnih poticaja njegova rasta i razvoja.“ (Findak, 1995, 32).

Pojam tjelesna aktivnost obuhvaća „sve pokrete i kretanja koje čovjek svjesno koristi za svoj razvoj, razvoj svojih osobina i sposobnosti, za usvajanje motoričkih znanja, usavršavanje motoričkih dostignuća i, dakako, za očuvanje i unapređivanje svojega zdravlja.“ (Findak, 1995, 32). Prema Mišigoj-Duraković i sur. (1999) isti taj pojam obuhvaća „mišićni rad s odgovarajućim povećanjem energetske potrošnje iznad razine mirovanja, a uključuje aktivnosti u slobodnom vremenu, rekreaciji i sportu, unutar profesionalne djelatnosti, kao i obavljanje prigodnih poslova.“. Svi ti pokreti i kretanje polaze od osnovnih prirodnih oblika kretanja, a to su hodanje, trčanje, skakanje, kotrljanje, bacanje, hvatanje i gađanje, puzanje i provlačenje, penjanje, potiskivanje i vučenje, dizanje i nošenje (Findak, 1995).

Vrlo je važno da tjelesne aktivnosti provode stručne osobe koje su upoznate sa svim segmentima razvoja predškolskog djeteta i načinima na koje usvaja određena znanja. „Tjelesne aktivnosti djeteta sastavni su dijelovi njegova svakodnevnog života u komu dominira igra kao temeljna aktivnost za koju je dijete predškolskog uzrasta najviše motivirano.“ (Rečić, 2006, 12). Kod predškolskog djeteta najučinkovitiji način usvajanja znanja i vještina jest igra, jer je djetetu to najprirodniji način. „Kada se tjelesne vježbe i tjelesno vježbanje provode kao igra, djeca će to oduševljeno prihvatiti, a snagom svoje mašte odmah će se ili vrlo brzo prilagoditi svakoj ulozi u tako postavljenom zadatku, vježbi, pokretu ili kretanju.“ (Findak, 1995, 34). U igri dijete može iskazati što sve zna i što je sve usvojilo te time raste njegovo zadovoljstvo, a upravo iz tog razloga igra ima odgojnu važnost (Findak, 1995). Tjelesnim vježbanjem možemo otkriti potencijale djece s ciljem unapređivanja (Findak, 1995).

„Briga za zdravlje djece, briga za njihov pravilan tjelesni razvitak poznata je kao jedna od najvažnijih zadaća odgoja predškolskog djeteta. Prirodne potrebe djeteta za kretanjem treba zadovoljiti“ (Tkalčić, Horvatin, Kralj, 2000, 74). Vrlo je važno djetetu omogućiti

zadovoljavanje potrebe za kretanjem u poticajnoj okolini. Na taj način dijete ima priliku usavršavati i razvijati svoje pokrete, ali i unaprijeđivati svoje zdravlje i pravilan rast i razvoj. „Dok se tjelesnim vježbanjem može utjecati na poboljšanje ili, još konkretnije, na transformaciju antropološkog statusa djece, to bi trebala biti osnovna orijentacija tjelesne i zdravstvene kulture u predškoli i svih njezinih ciljeva i zadaća.“ (Findak, 1995, 42).

„Rane motoričke aktivnosti čine temelj za razvoj osnovnih pokreta i prirodnih oblika kretanja koji se pojavljuju u dobi između druge i sedme godine.“ (Starc i sur., 2004, 16). Zato je vrlo bitno što više vremena provoditi u igri i kretanju na otvorenom, jer je to preduvjet za usvajanje složenijih motoričkih radnji. „Ovladavanjem osnovnim (bazičnim) aktivnostima pripremamo dijete za lakše usvajanje spoznaja i omogućavamo razvijanje djetetovih sposobnosti koje će pridonijeti lakoći aktivnosti snalaženja u svakodnevnom životu.“ (Rečić, 2006, 8).

Autorica Gamilec (2020) provela je istraživanje u kojem je utvrđivala postoje li razlike u motoričkim sposobnostima djece predškolske dobi obzirom na uključenost djece u izvanvrtičke sportske programe. Istraživanje se sastojalo od šest motoričkih testova te anketnog upitnika koji je služio za informiranje bave li se djeca sportom u slobodno vrijeme. Rezultati istraživanja pokazuju da djeca koja su uključena u izvanvrtičke sportske programe imaju bolje rezultate na motoričkim testovima od djece koja nisu uključena u izvanvrtičke sportske programe.

Autorica Šeremet (2019) provela je slično istraživanje gdje je utvrđivala utjecaj organiziranog tjelesnog vježbanja na pojedine antropološke karakteristike djece. Ispitanici su podjeljeni u dvije kategorije: djeca koja pohađaju sportsku grupu u vrtiću i djeca koja se ne bave dodatnom sportskom aktivnošću u vrtiću. Istraživanje promatra pet područja motoričkih sposobnosti, a to su brzina, ravnoteža, gibljivost, koordinacija i snaga (eksplozivna i repetitivna). Rezultati istraživanja su potvrdili autoričinu petpostavku te je došla do zaključka da djeca koja pohađaju sportsku grupu u vrtićku imaju značajno bolje rezultate u odnosu na drugu skupinu djece.

### *3.2.1. Pozitivni utjecaji tjelesne aktivnosti na predškolsko dijete*

„Tjelovježbena aktivnost ima svoj puno zdravstveno preventivni utjecaj samo ukoliko se kontinuirano provodi tijekom cijelog života. Imajući na umu utjecaj vježbanja na

regulaciju tjelesne mase, funkcijsku i motoričku sposobnost djece, ali i poznavajući posebno činjenicu da u odrasloj dobi relativno aktivnije ostaju osobe čije su funkcijske sposobnosti tijekom adolescentne dobi bile više, postajemo svjesni važnosti ranog poticanja i uključivanja u aktivno provođenje slobodnog vremena.“ (Mišigoj-Duraković, 2000, 49).

Tjelesna aktivnost zadovoljava djetetovu potrebu kretanjem. „Najmanja djeca imaju jako veliku potrebu za kretanjem, jer upravo kretanjem upoznaju okružujući svijet, razvijaju osjetila, uče i stječu kontrolu nad vlastitim tijelom“ (Sindik, 2008, 15). No, vrlo je važno naglasiti da postoje i druge potrebe koje tjelesna aktivnost zadovoljava kod djeteta. „U sportu dijete stječe samopouzdanje i osjeća se sigurnije, upoznaje druge ljude i djecu te se s njima zbližava, potvrđuje svoje sposobnosti, postiže društveno priznanje itd.“ (Sindik, 2008, 15).

Postoje mnoge koristi koje dijete dobiva baveći se tjelesnom aktivnošću. „Prednosti i koristi koje tjelesna aktivnost donosi djetetovom razvoju su:

- jačanje organizma i očuvanje dječjeg zdravlja,
- bogatije otkrivanje svijeta preko perceptivnog sustava,
- doprinos razvoju pojmova o vlastitom tijelu te o prostoru i vremenu,
- učenje kooperativnosti i vještini natjecanja,
- spoznavanje i poštovanje različitosti,
- razvoj moralne odgovornosti,
- razvijanje sposobnosti svjesne regulacije vlastitog ponašanja. „ (Tkalčić, Horvatin, Kralj, 2000, 74).

Osim što dijete ima trenutne koristi od bavljenja tjelesnom aktivnošću, bitno je naglasiti kako mu to može koristiti i u odrasloj dobi. „Planiranim i svakodnevno osmišljenim tjelesnim aktivnostima pridonosimo kvaliteti vlastitog zdravlja, a djetetu omogućujemo optimalan razvoj i usavršavanje onih spoznaja, sposobnosti, vještina i osobina kojima je u pojedinim razdobljima doraslo, a tako promičemo zdravlje i zdrav način življenja kao važnu sastavnicu radne sposobnosti, uspješnosti i snalažljivostim u odrasloj dobi.“ (Rečić, 2006, 11).

„Tijekom kretanja dijete stječe mnogobrojna iskustva, a to utječe na razvitak njegovih spoznajnih, emocionalnih, socijalnih i raznih mogućnosti.“ (Tkalčić, Horvatin, Kralj, 2000, 74). „Misaoni procesi su na složen način povezani s motoričkim vještinama pa motorička

aktivnost svakako potiče spoznajni razvoj u djetinjstvu, pogotovo u prvih 6 godina.“ (Sindik, 2008, 22). Također, „Sportska aktivnost pozitivno djeluje na razvoj ličnosti tako što pomaže procesu djetetove socijalizacije, razvija poželjne osobine, nudi pozitivne modele ponašanja, stvara korisne navike i smanjuje patološke oblike reagiranja.“ (Sindik, 2008, 24).

Neizostavno je naglasiti kako tjelesna aktivnost pozitivno djeluje na tjelesno i mentalno zdravlje pojedinca (Sindik, 2008). Sindik (2008) ističe kod tjelesnog zdravlja da se tjelesnom aktivnošću utječe na temeljne motoričke sposobnosti, imuni sustav, krvožilni sustav te na sposobnost lokomotornog sustava.

U istraživanju I. Brdar i D. Lončarića u časopisu Društvena istraživanja Instituta Ivo Pilar (2004). vidljivo je da djeca i adolescenti koje se bave tjelesnom aktivnošću u slobodno vrijeme imaju bolji uspjeh u školi, lakše rješavaju stresne situacije, imaju bolji društveni život i zadovoljniji su iskorištenim slobodnim vremenom (Rečić, 2006).

„Neka tjelesne aktivnosti budu sastavni dio življenja cijele obitelji s ciljem podizanja kvalitete zdravlja, životnog zadovoljstva i radne kondicije, uz ugodna i često nezaboravna druženja, potrebna i draga odraslima i djeci.“ (Rečić, 2006, 29).

### 3.2.2. *Posljedice tjelesne neaktivnosti na predškolsko dijete*

„Suvremenu civilizaciju karakterizira izrazito smanjenje tjelesne aktivnosti.“ (Mišigoj-Duraković, 2000, 48). Zbog sve bržeg načina života i sve manje slobodnog vremena, roditelji gotovo uvijek djeci nude modernu tehnologiju (TV, mobiteli, tablet, računalo i sl.) umjesto tjelesne aktivnosti. Zbog takvog načina života, tjelesne aktivnosti djece, ali i odraslih su minimalne. Badrić i Prskalo (2011) ističu da su prekomjerne težine i živčane napetosti sve izraženije i kod djece te da se njihovo slobodno vrijeme svodi na aktivnosti u kojima nije potreban mišićni napor.

Koliko god ulagali truda, propuštenu mogućnost za kvalitetan razvoj u predškolskoj dobi je teško nadoknaditi kasnije (Tkalčić, Horvatin, Kralj, 2000). „Očito je da se neprirodan i neprimjeren način života i rada, kojeg provodi jedan dio najmlađih i mladih, negativno odražava i na njihovo zdravlje.“ (Mišigoj-Duraković, 1999, 287). Tkalčić, Horvatin i Kralj (2000) ističu kako nedovoljna motorička aktivnost u predškolskoj dobi djeteta ne utječe štetno samo na zdravlje već i na razvoj sposobnosti i znanja.

Sve više uočavamo djecu koja ne znaju pravilno hodati, a kamoli trčati ili skakati. Roditelji odrađuju jednostavne zadatke umjesto djece uz opravdanje da su još mali i da ne mogu sami, a upravo time ih čine „malima“ i sputavaju u njihovom razvoju. Vrlo često se susrećem s roditeljima koji nose trogodišnje dijete na rukama jer ih je ono to tražilo. Ne shvaćaju koliko mu štetu čine i koliko sputavaju njegov motorički razvoj. „Kretanje je prirodni odraz održanja života, a njegovo ograničavanje nepovoljno djeluje na čitav antropološki sustav čovjeka. Progresivni pad ljudskih sposobnosti ne može nadomjestiti nikakva suvremena tehnologija.“ (Andrijašević, 2000, 5).

Osim nedovoljnog kretanja i bavljenja tjelesnom aktivnošću, javlja se i problem pravilne i zdrave prehrane koja zajedno s nedovoljnim kretanjem dovodi do pretilosti djece. „Istraživanja su pokazala da su neaktivna djeca, u odnosu na aktivnu, u znatno većem riziku za pretilost, dijabetes tipa II i hipertenziju.“ (Đuranović, Klasnić, 2020, 46).

„Posljedice nedovoljnog kretanja moguće je u suvremenim uvjetima življenja nadomjestiti specifičnim programima vježbanja, ali i rekreacijskim sportskim aktivnostima.“ (Sindik, 2008, 38).

### 3.3. Obitelj kao uzor djetetu

U literaturi možemo pronaći različite definicije obitelji iz razloga što su se istraživanjem pojma obitelji bavili stručnjaci raznih znanstvenih disciplina. Autorice Đuranović i Klasnić u svojoj knjizi „Dijete, odgoj i obitelj“ navode definicije obitelji prema područjima određenja.

<b>Područje određenja</b>	<b>Obitelj je...</b>
<b>Pravo</b>	skup osoba koje su međusobno povezane srodstvom, brakom ili kojom drugom pravnom relevantnom odrednicom, između kojih postoje zakonom utvrđena prava i dužnosti (Alinčić, 1994).
<b>Sociologija</b>	osnovna jedinica društvene organizacije koja ispunjava osnovne društvene uloge, od kojih je socijalizacija djece najvažnija (Haralambos i Holborn, 2002).



<b>Psihologija</b>	bitan čimbenik primarne socijalizacije i uopće psihičkog razvoja djeteta (Petz i sur., 1992).
<b>Statistika</b>	u užem smislu, obiteljski nukleus koji čine osobe u privatnom ili institucionalnom kućanstvu koje su u međusobnom odnosu muža i žene ili kao roditelji neoženjene (neudane) djece po krvi ili usvojenju (prema preporuci Ujedinjenih naroda, Nacionalna obiteljska politika, 2002:6).
<b>Pedagogija</b>	odgojna zajednica roditelja i djece koja je zasnovana na emocijama ljubavi i privlačenja, a karakterizira ju zajedničko stanovanje i ekonomska kooperacija članova (Maleš, 1988).

*Tablica 5. Definicije obitelji (Đuranović, Klasnić, 2020, 43)*

Iz navedenih definicija možemo donjeti zaključak kako je obitelj prva djetetova zajednica koja ima snažan utjecaj na dijete i njegov cjelokupni psihofizički razvoj. „Odgojno djelovanje počinje u obitelji koja predstavlja proces primarne socijalizacije gdje se događaju prvi spontani odgojni procesi i usvajaju sustavi vrijednosti.“ (Badrić, Prskalo, 2011, 489). Roditelji su prvi djetetovi modeli od kojih uče i usvajaju navike. Đuranović i Klasnić (2020) prema Berk (2008) naglašavaju da se niti jedan kontekst razvoja djeteta ne može mjeriti sa snagom utjecaja obitelji. Vrlo često, tokom dječje igre ili razgovora s djecom, uočavam na koji način provode vrijeme s roditeljima kada su kod kuće. Zato je vrlo važno biti pozitivan uzor djeci, baviti se aktivnostima koje nas ispunjavaju i nude nam nove prilike za učenje. „Prenesite djetetu ljubav za sportom tako da se i sami aktivno bavite nekim sportom.“ (von Krafft, Semke, 2008, 111). Također i autori Mišigoj-Duraković i sur. (1999) ističu važnost obitelji kod uključivanja djeteta u tjelovježbu od malih nogu.

Autorica Jelovečki (2021) istraživala je koliko i na koji način roditeljski stil života utječe na djetetovo bavljenje kineziološkim aktivnostima. Istraživanje je provedeno anketnim upitnikom. Prema rezultatima istraživanja najveći postotak ispitanika je odgovorio da često i ponekad provode zajedničke rekreativne aktivnosti s djecom. Zanimljiva je činjenica da bez obzira na svoju kineziološku aktivnost, gdje većina označava da se ne bavi nikakvim oblikom kineziološke aktivnosti, roditelji navode da se 68,4% djece bave nekom kineziološkom aktivnošću. Ispitanici su mišljenja da je potrebno više vremena i više odobnog angažmana za kvalitetnije provođenje kinezioloških aktivnosti s djecom. Kao

najvažnije razloge zbog kojih bi se dijete trebalo baviti kineziološkim aktivnostima navode čuvanje i razvijanje snage, zdravlja i kretanje te da je to socijalna potreba – druženje s djecom, igra i zabava. Najčešće aktivnosti koje ispitanici provode u slobodno vrijeme je odlazak na kavu i šetnje. Autorica na kraju rada zaključuje da roditelji imaju vrlo važnu ulogu u razvoju djeteta te upravo oni imaju najveći utjecaj na uključenost djece u kineziološke aktivnosti.

Prema autoru Rečić, M. (2006) cilj tjelesnih aktivnosti u obitelji je dvostruko usmjeren:

- roditeljima kao aktivnost kojom bi održavali i podizali kvalitetu svog života te
- djeci kao aktivnost kojom razvijaju motoričke sposobnosti, imaju upotpunjeno slobodno vrijeme, koja im pomaže u njihovom cjelokupnom razvoju itd.

„Kako je odgoj namjerno vođenje djeteta u razvoju, u kojem je potrebna podrška i pomoć odraslih, ne može se samom djetetu ostaviti da se snalazi i angažira u slobodnom vremenu, već ga u tome treba poticati i usmjeravati te stvoriti povoljne uvjete za razvoj odabranih dječjih aktivnosti i sklonosti.“ (Rosić, 2005, 100). Roditelji trebaju poticati dijete na bavljanje izvanvrtičkom aktivnošću kako bi iskoristio sve svoje potencijale i pozitivno utjecao na cjelokupni razvoj. Raznolikost sadržaja za djecu sve je veća, od kreativnih do sportskih radionica i aktivnosti na koje se mogu priključiti i aktivno djelovati.

Autorica Šlibar (2019) u svom istraživanju ispitala je u kojoj mjeri roditelji pružaju podršku djeci i potiču ih kod odabira slobodnih aktivnosti. Iz rezultata istraživanja možemo uočiti kako se roditelji uglavnom oslanjaju na odgojno-obrazovne ustanove kada je u pitanju organiziranje slobodnih aktivnosti djece. Pozitivna činjenica je da većina djece ipak sama pokazuje interes za slobodne aktivnosti i samo ih odabire, a to su uglavnom sportske aktivnosti. 98% roditelja smatra da su slobodne aktivnosti važne te da iste pogoduju djetetovom cjelokupnom razvoju i zdravlju. Rezultati istraživanja su potvrdili autoričinu pretpostavku da su roditelji potpora djeci kod odabira slobodnih aktivnosti te da su svjesni važnosti slobodnih aktivnosti za razvoj djeteta.

### 3.4. Društvo kao uzor djetetu

„Društveno okruženje predstavlja kombinaciju društvenih, kulturnih, političkih i ekonomskih uvjeta koji mogu djelovati na tjelesne aktivnosti, zdravstveni fitness i na stupanj

zdravlja.“ (Mišigoj-Duraković i sur., 1999, 9). Koliko će društvo utjecati na pojedinca ovisi o samom pojedincu i njegovom prihvaćanju onoga što društvo „nametne“.

„Socijalna okolina, kao najvažniji čimbenik odgoja, utječe na pojedinca svojim različitim sadržajima: znanjima, uvjerenjima, stavovima, shvaćanjima itd.“ (Andrilović, Čudina-Obradović, 1994, 130). Primjerice, djevojčica u vrtiću donosi i pokazuje ostalim djevojčicama najnoviju igračku koju je dobila na poklon. Velika većina tih djevojčica će istu tu igračku tražiti od svojih roditelja. Ista situacija je s odabirom izvanvrtićke aktivnosti. Većina djece će se odlučiti za neku izvanvrtićku aktivnost koju polazi njegov/njezin prijatelj/prijateljica. Razlog tomu je da utjecaj i važnost vršnjaka postaje sve veći u predškolskoj dobi (Andrilović, Čudina-Obradović, 1994). Vasta, Haith i Miller (1998) navode da između druge i pete godine djetetova života, vršnjaci zauzimaju važnu ulogu odmah iza obitelji.

„Valja imati na umu da za razvoj motorike postaje sve važnija djetetova motivacija za kretanje i bavljenje raznovrsnim tjelesnim aktivnostima. U tome važnu ulogu uz odrasle imaju i vršnjaci, te tako i oni postaju sve važniji čimbenik u motoričkom razvoju predškolskog djeteta.“ (Starč i sur., 2004, 18).

Prema Badrić i Prskalo (2011) najvažnija zadaća suvremenog društva je stvaranje navike za kvalitetno provođenje slobodnog vremena. Upravo iz tog razloga društvo ima velik utjecaj na pojedinca, a pogotovo kada su u pitanju djeca i mladi kojima je najvažnije društvo i prihvaćenost u društvu. Vodeći time većina njih se opredjeljuje za aktivnosti kojima se bavi njegovo društvo. Treba uzeti u obzir kako taj utjecaj nije uvijek pozitivan, te da važnu ulogu ima i obitelj koja predstavlja prvu djetetovu okolinu.

### **3. Istraživanje „Uključenost djece predškolske dobi u izvanvrtićke aktivnosti na području grada Duge Rese“**

Za potrebe ovog diplomskog rada provedeno je istraživanje „Uključenost djece predškolske dobi u izvanvrtićke aktivnosti na području grada Duge Rese“. Anketni upitnik se sastojao od dva dijela. Prvi dio upitnika su općeniti podaci poput starost djeteta, da li je ili nije uključeno u izvanvrtićku aktivnost te iz kojeg razloga je uključeno u aktivnosti. Drugi dio anketnog upitnika se odnosi na stavove roditelja o važnosti uključivanja djeteta u izvanvrtićku aktivnost te o utjecaju izvanvrtićkih aktivnosti na cjelokupni razvoj djeteta.

#### 4.1. Cilj i hipoteze istraživanja

Cilj ovog istraživanja je utvrditi koliko djece predškolske dobi je uključeno u izvanvrtićke aktivnosti na području grada Duge Rese te kakvi su stavovi roditelja o važnosti bavljenja izvanvrtićkim aktivnostima.

H 1: Na području grada Duge Rese mali broj djece je uključeno u izvanvrtićke aktivnosti.

H 2: Djeca koja pohađaju predškolsku ustanovu (vrtić) više su uključena u izvanvrtićke aktivnosti.

H 3: Roditelji su svjesni pozitivnog utjecaja izvanvrtićkih aktivnosti na razvoj djeteta.

#### 4.2. Uzorak ispitanika i varijabli

Anketni upitnik su ispunila 34 ispitanika. Rezultati su prikupljeni u razdoblju od svibnja do kolovoza 2022. godine.

Istraživanje je provedeno metodom online anketnog upitnika koji je bio namjenjen roditeljima predškolske djece s područja grada Duge Rese te je bio objavljen na društvenim mrežama.

U svrhu ovog istraživanja osmišljen je anketni upitnik koji se sastoji od dva dijela. Prvi dio anketnog upitnika sastavljen je od 6 pitanja kojima se prikupljaju podaci o dobi djece, uključenosti djece u predškolske ustanove te uključenost djece u izvanvrtićke aktivnosti i razloge uključenosti/neuključenosti u iste. Postavljena pitanja su:

1. Koliko vaše dijete ima godina?
2. Pohađa li vaše dijete predškolsku ustanovu (vrtić)?
3. Sudjeluje li vaše dijete u nekoj izvanvrtićkoj aktivnosti?
4. Iz kojih razloga dijete ne sudjeluje u izvan vrtićkim aktivnostima?
5. Navedite u kojoj izvanvrtićkoj aktivnosti vaše dijete sudjeluje.
6. Koji su razlozi zbog kojih vaše dijete sudjeluje u izvanvrtićkoj aktivnosti?

Drugi dio anketnog upitnika sastoji se od 10 tvrdnji na koje su roditelji iznosili svoje stavove. Tvrdnje su postavljene na način da roditelji iznose svoje slaganje ili neslaganje označavajući broj od 1 do 5 obzirom na njihov stav. Pri čemu je:

- 1 – uopće se ne slažem
- 2 – ne slažem se
- 3 – nit se ne slažem, nit se slažem
- 4 – slažem se
- 5 – u potpunosti se slažem

Tvrdnje na koje su roditelji iznosili svoje slaganje ili neslaganje su:

1. Važno mi je da moje dijete sudjeluje u izvanvrtičkim aktivnostima zato što to on/ona želi.
2. Omogućio/la bi svom djetetu sudjelovanje u izvanvrtičkim aktivnostima za koje je pokazao interes.
3. Važno mi je da moje dijete sudjeluje u izvanvrtičkim aktivnostima.
4. Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na razvoj motoričkih sposobnosti (ravnoteža, koordinacija, snaga, brzina, gipkost, preciznost, izdržljivost).
5. Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na usavršavanje prirodnih oblika kretanja (hodanje, trčanje, skakanje, puzanje, penjanje, itd.)
6. Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na razvoj osobnosti („pojam o sebi“ – što sve mogu, koliko mogu, itd.)
7. Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na razvoj socijalnih vještina (kontakt i interakcija s vršnjacima).
8. Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na proširivanje znanja o pojedinoj izvanvrtičkoj aktivnosti (razvoj spoznaje).
9. Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na cjelokupni razvoj djeteta.
10. Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti pozitivno utječe na djetetovo zdravlje.

#### 4.3. Metode obrade podataka

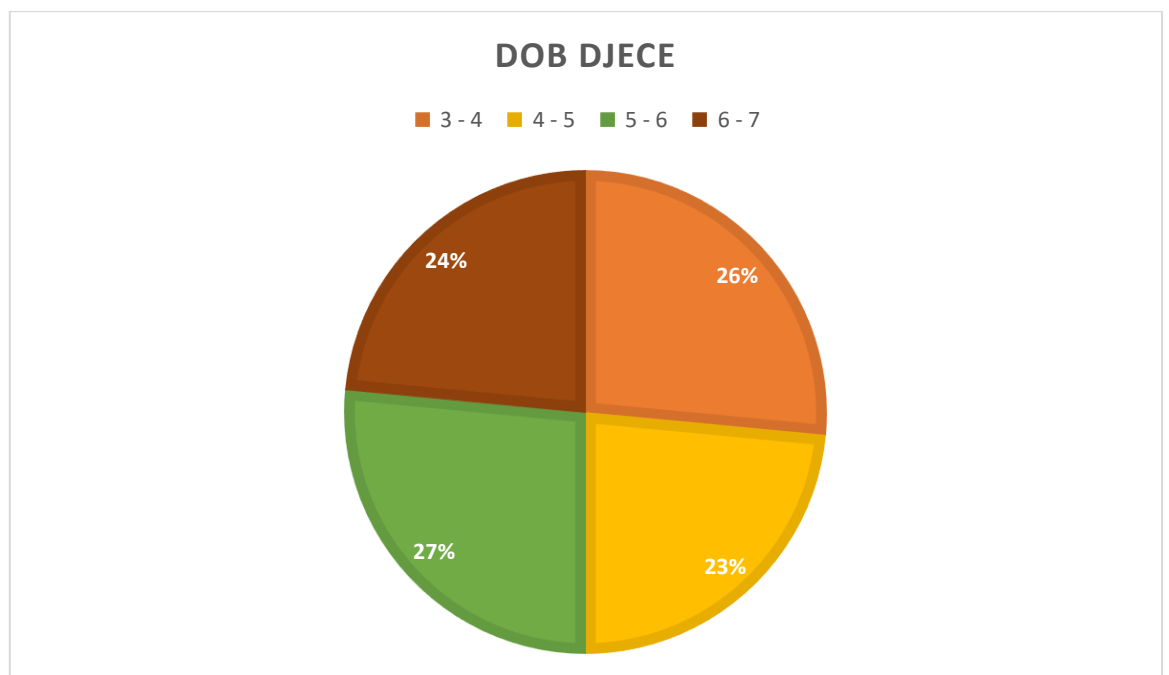
Rezultati istraživanja anketnog upitnika obrađeni su u računalnom programu Microsoft Exel i grafički su prikazani po kategorijama. Obradeni podaci istraživanja su prikazani u brojkama i postocima pomoću tablica i grafova.

### 5. Rezultati istraživanja i rasprava

Rezultati istraživanja obrađeni su u računalnom programu Microsoft Exel te će biti grafički prikazani.

#### 5.1. Općeniti podaci

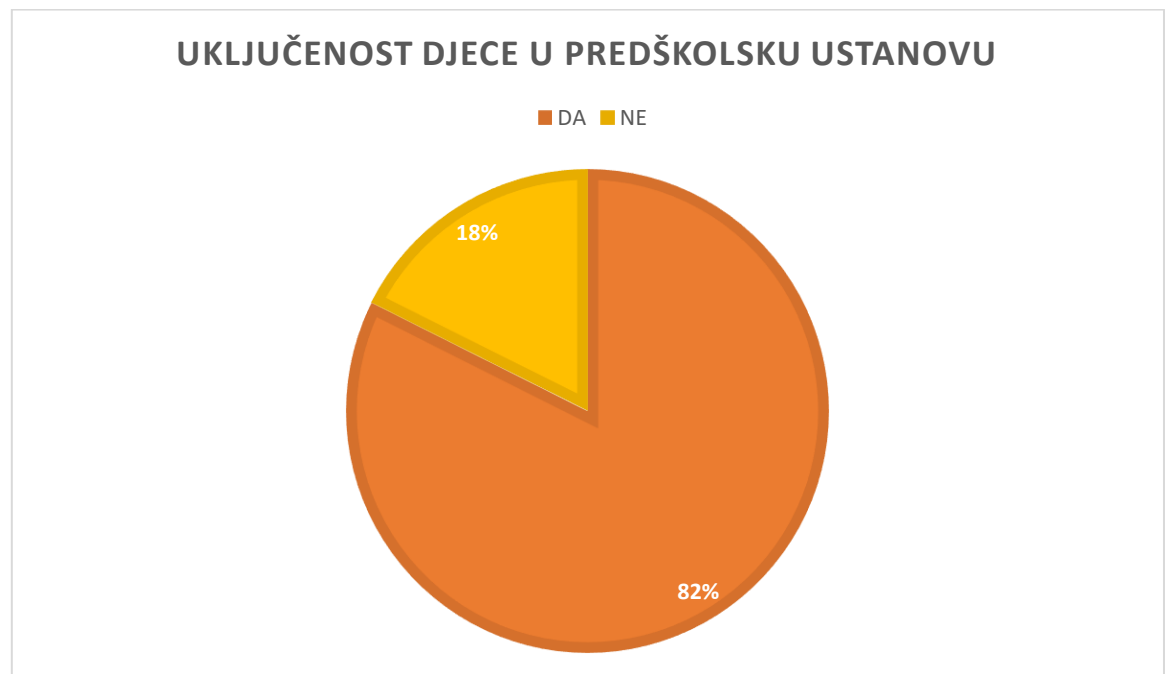
Prvi dio anketnog upitnika služio je za prikupljanje podataka o dobi djece, uključenosti u predškolske ustanove (vrtiće), uključenost u izvanvrtićke aktivnosti te razloge uključenosti, tj. neuključenosti u izvanvrtićke aktivnosti. Rezultati općenitih podataka bit će grafički prikazani u nastavku.



*Graf 1. Dob djece*

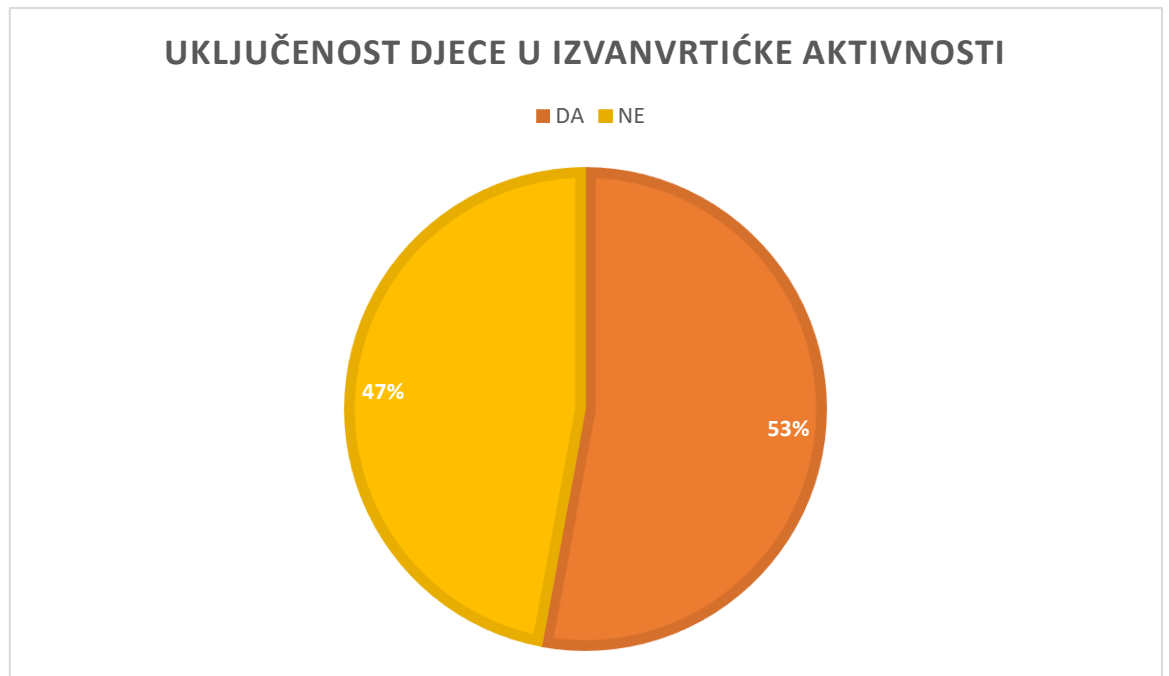
Na prvo pitanje „Koliko vaše dijete ima godina?“ ispitanici su mogli odgovoriti označavanjem odgovora „3-4 godine“, „4-5 godina“, „5-6 godina“ i „6-7 godina“.

Na pitanje je odgovorilo 100% ispitanika. 26,5% je odgovorilo da je dijete u dobnoj skupini 3-4 godine, 23,5% je odgovorilo da je dijete u dobnoj skupini 4-5 godina, 26,5% je odgovorilo da je dijete u dobnoj skupini 5-6 godina i 23,5% je odgovorilo da je dijete u dobnoj skupini 6-7 godina.



*Graf 2. Uključenost djece u predškolsku ustanovu*

Drugo pitanje glasilo je „Pohađa li vaše dijete predškolsku ustanovu (vrtić)?“. Na to pitanje ispitanici su mogli odgovoriti odgovorima „DA“ ili „NE“. Odgovorilo je 100% ispitanika od kojih je 28 ispitanika (82,4%) odgovorilo odgovorom „DA“ dok je 6 ispitanika (17,6%) odgovorilo odgovorom „NE“.



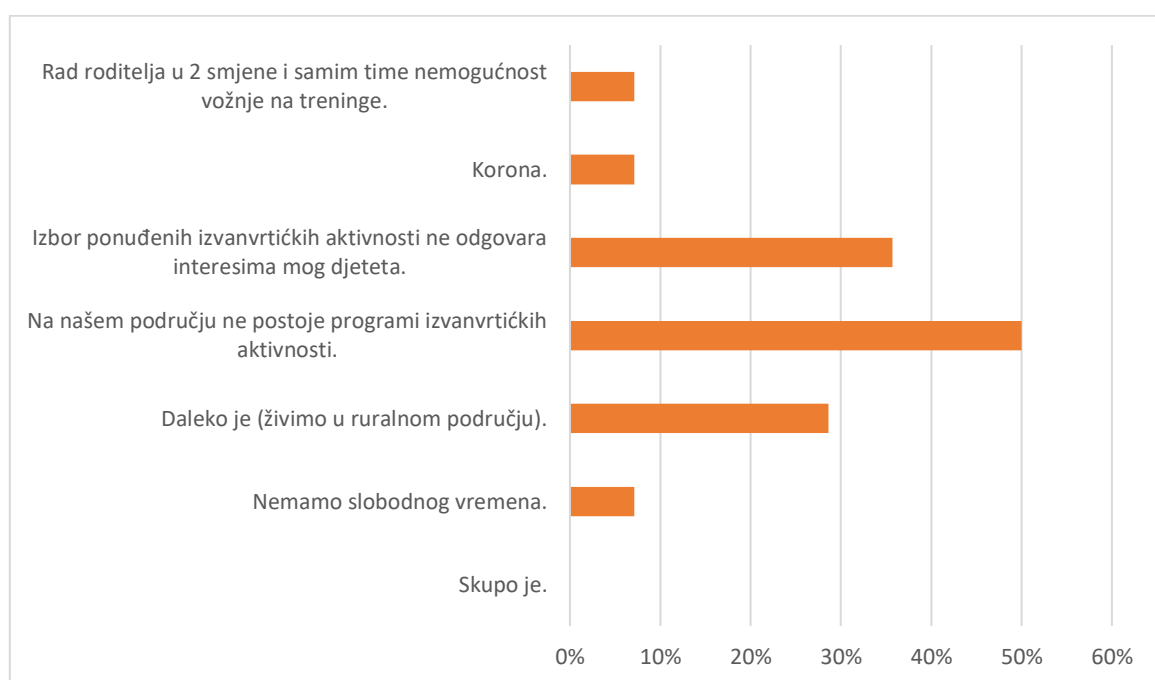
*Graf 3. Uključenost djece u izvanvrtičke aktivnosti*

Na treće pitanje „Sudjeluje li vaše dijete u nekoj izvanvrtičkoj aktivnosti?“ ispitanici su mogli odgovoriti odgovorima „Da“ ili „Ne“. Na ovo pitanje odgovorilo je 100% ispitanika od čega je 18 ispitanika (52,9%) odgovorilo s „Da“, a 16 ispitanika (47,1%) je odgovorilo s „Ne“. Iako je razlika vrlo mala, veći broj djece sudjeluje u izvanvrtičkim aktivnostima čime je hipoteza 1, „Na području grada Duge Rese mali broj djece je uključeno u izvanvrtičke aktivnosti.“, odbačena. S obzirom da grad Duga Resa nema veliku ponude izvanvrtičkih aktivnosti, što potvrđuje rezultat iz grafa 4, ovaj rezultat me ugodno iznenadio. 50% ispitanika je označilo odgovor „Na našem području ne postoje programi izvanvrtičkih aktivnosti.“. To može značiti da roditelji nisu upućeni što sve udruge na području grada nude za djecu predškolske dobi, što bi bila vrlo zanimljiva tema za buduće istraživanje koje bi se nadovezalo na ovo istraživanje.

Prema anketama, 46,4% od ukupnog broja djece koja pohađaju predškolske ustanove ne sudjeluje u izvanvrtičkim aktivnostima dok 53,6% sudjeluje. Od ukupnog broja djece koja ne pohađaju predškolsku ustanovu, polovica (50%) je uključena u izvanvrtičke aktivnosti. Podaci potvrđuju hipotezu 2, a ona glasi „Djeca koja pohađaju predškolsku ustanovu (vrtić) više su uključena u izvanvrtičke aktivnosti.“. Iznenađuje činjenica da je 50% djece koja ne pohađaju predškolsku ustanovu, uključena u izvanvrtičku aktivnosti.



Ispitanici su u anketama naveli da u dobnoj kategoriji 3-4 godine starosti, 8/9 djeteta pohađa predškolsku ustanovu, no tek 2/9 je uključeno u izvanvrtičku aktivnost. U dobnoj kategoriji 4-5 godina starosti, 6/8 pohađa predškolsku ustanovu, a četvero djece je uključeno u izvanvrtičku aktivnost. Kod dobne skupine 5-6 godina, 8/9 njih pohađa predškolsku ustanovu, a 7/9 je uključeno u izvanvrtičku aktivnost. U dobnoj skupini 6-7 godina, 6/8 pohađa predškolsku ustanovu, a tek polovica njih (4/8) je uključena u neku izvanvrtičku aktivnost.



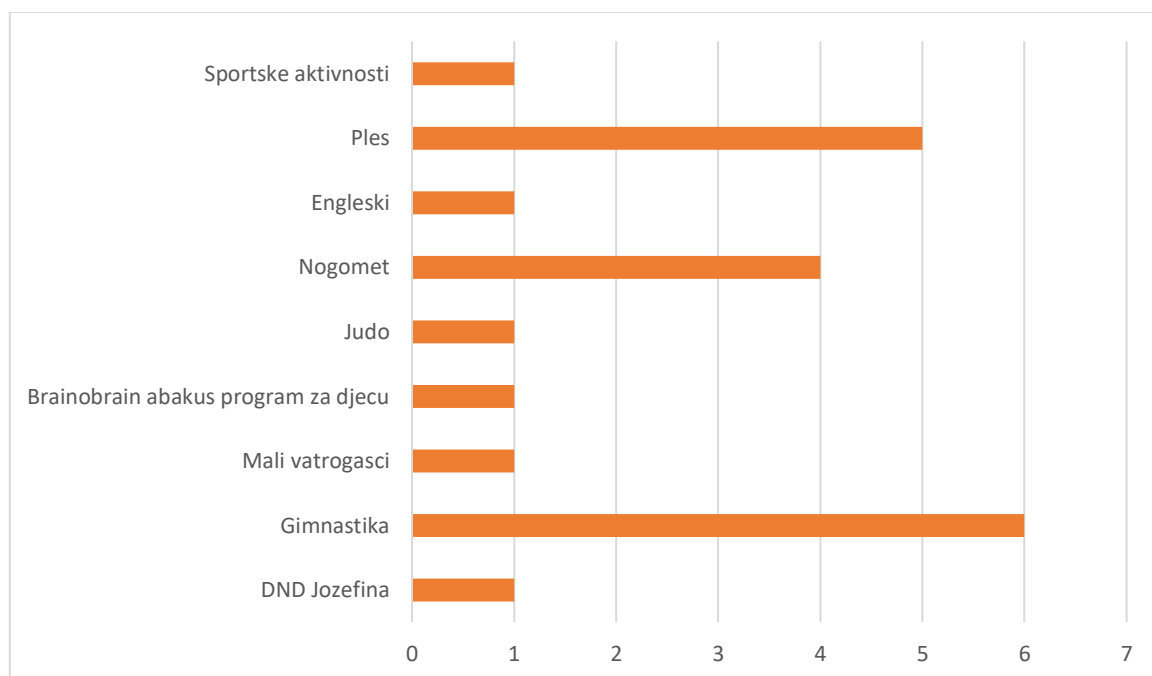
*Graf 4. Razlozi nesudjelovanja djece u izvanvrtičkim aktivnostima*

Na pitanje „Iz kojih razloga vaše dijete ne sudjeluje u izvanvrtičkim aktivnostima“ odgovarali su ispitanici koji su na predhodno pitanje, „Sudjeluje li vaše dijete u nekoj izvanvrtičkoj aktivnosti?“, odgovorili odgovorom „Ne“. Ponuđeni su im odgovori „Skupo je“, „Nemamo slobodnog vremena.“, „Daleko je (živimo u ruralnom području).“, „Na našem području ne postoje programi izvanvrtičkih aktivnosti.“, „Izbor ponuđenih izvanvrtičkih aktivnosti ne odgovara interesima mog djeteta“ te „Ostalo“. Na navedeno pitanje odgovorilo je 14 ispitanika.

Odgovor „Skupo je.“ nije označio niti jedan ispitanik. Odgovor „Nemamo slobodnog vremena.“ označio je 1 ispitanik koji čini 7,1% odgovora. Odgovor „Daleko

je (živimo u ruralnom području).“ odgovorilo je 4 ispitanika što čini 28,6% odgovora. Odgovor „Na našem području ne postoje programi izvanvrtićkih aktivnosti.“ Označilo je 7 ispitanika što čini 50% odgovora. Odgovor „Izbor ponuđenih izvanvrtićkih aktivnosti ne odgovara interesima mog djeteta.“ odgovorilo je 5 ispitanika što čini 35,7% odgovora. Pod odgovor „Ostalo“ 2 ispitanika su napisala svoj odgovor. 1 ispitanik je odgovorio odgovorom „Korona“ koji čini 7,1% odgovora te 1 ispitanik je napisao odgovor „Rad roditelja u 2 smjene i samim time nemogućnost vožnje na treninge.“ što čini 7,1% odgovora.

Ne iznenađuje me činjenica da je najveći broj roditelja označio odgovor „Na našem području ne postoje programi izvanvrtićkih aktivnosti.“ jer roditelji nisu informirani te uglavnom smatraju da tek polaskom u osnovnu školu mogu upisati dijete na izvanškolsku aktivnost, a i ponuda izvanvrtićkih programa za predškolsku djecu je vrlo malo.



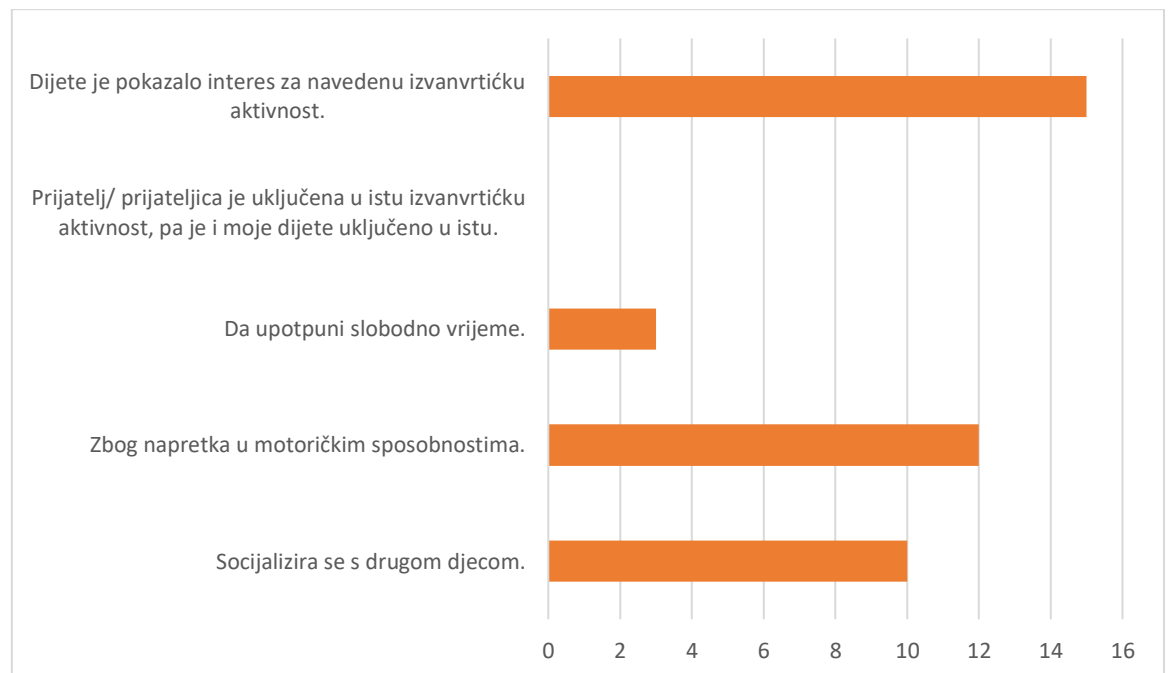
*Graf 5. Izvanvrtićke aktivnosti u koje su djeca uključena*

Na pitanje „Navedite u kojoj izvanvrtićkoj aktivnosti vaše dijete sudjeluje.“ odgovarali su ispitanici koji su na predhodno pitanje, „Sudjeluje li vaše dijete u nekoj izvanvrtićkoj aktivnosti?“, odgovorili odgovorom „Da“. Na ovo pitanje odgovorilo je

18 ispitanika. Ispitanici su sami upisivali izvanvrtičke aktivnosti koje njihova djeca pohađaju te su neki ispitanici naveli više aktivnosti na kojima sudjeluje njihovo dijete.

Po 1 ispitanik je naveo odgovor „Sportske aktivnosti“, „Engleski“, „Judo“, „Brainobrain abakus program za djecu“, „Mali vatrogasci“ te „DND Jozefina“. 5 ispitanika je naveo da dijete pohađa „Ples“. 4 ispitanika je naveo odgovor „Nogomet“ te 6 ispitanika „Gimnastika“ za aktivnost koju pohađaju njihova djeca.

S obzirom na popularnost sportskih aktivnosti među djecom, ne iznenađuje rezultat da je većina djece uključena na neke sportske aktivnosti, kao i činjenica da je većina ispitanika navela neke sportske aktivnosti kao odgovor.



*Graf 6. Razlozi uključenosti djece u izvanvrtičke aktivnosti*

Posljednje pitanje u prvom dijelu anketnog upitnika je „Koji su razlozi zbog kojih vaše dijete sudjeluje u izvanvrtičkoj aktivnosti?“. Na ovo pitanje odgovarali su ispitanici koji su na pitanje „Sudjeluje li vaše dijete u nekoj izvanvrtičkoj aktivnosti?“ odgovorili odgovorom „Da“. Ispitanicima su bili ponuđeni odgovori „Socijalizira se s drugom djecom.“, „Zbog napretka u motoričkim sposobnostima.“, „Da upotpuni slobodno vrijeme.“, „Prijatelj/prijateljica je uključena u istu izvanvrtičku aktivnost, pa je i moje dijete uključeno u istu.“, „Dijete je pokazalo interes za navedenu izvanvrtičku

aktivnost.“ te „Ostalo“. Na pitanje je odgovorilo 18 ispitanika te su mogli označiti više odgovora koji odgovaraju njihovom stavu. Odgovor „Socijalizira se s drugom djecom.“ odgovorilo je 10 ispitanika što čini 55,6%. „Zbog napretka u motoričkim sposobnostima.“ Odgovorilo je 12 ispitanika što čini 66,7%. 3 ispitanika odgovorilo je „Da upotpuni slobodno vrijeme.“ što čini 16,7%. Odgovor „Prijatelj/prijateljica je uključena u istu izvanvrtićku aktivnost, pa je i moje dijete uključeno u istu.“ nije odgovorio niti jedan ispitanik. Odgovor „Dijete je pokazalo interes za navedenu izvanvrtićku aktivnost.“ označilo je 15 ispitanika što čini 83,3%.

Roditelji bi trebali pratiti djetetove interese i u istima ih podržavati, a da su toga svjesni potvrđuje rezultat istraživanja da je 83,3% ispitanika označilo odgovor „Dijete je pokazalo interes za navedenu izvanvrtićku aktivnost“. Također, tome u prilog ide i činjenica da bi roditelji podržali svoje dijete u izvanvrtićkim aktivnostima da su pokazali interes što možemo vidjeti prema odgovorima na prvu i drugu tvrdnju u Tablici 6 koja prikazuje rezultate stavova roditelja.

Moja očekivanja su bila da će više roditelja označiti odgovore „Da upotpuni slobodno vrijeme.“ te „Prijatelj/prijateljica je uključena u istu izvanvrtićku aktivnost, pa je i moje dijete uključeno u istu.“. Ipak, smatram zadovoljavajuće činjenicu da su roditelji svjesni pozitivnih utjecaja izvanvrtićkih aktivnosti te činjenicu da prate interese svoje djece što znači da ih priznaju kao individue i podržavaju ih u ostvarivanju svojih potencijala.

## 5.2. Stavovi roditelja

U ovom dijelu obrađujemo rezultate drugog dijela upitnika koji se sastoji od prikupljanja podataka o stavovima roditelja na određenu tvrdnju.

	1	2	3	4	5
1	0 (0%)	0 (0%)	2 (5,9%)	2 (5,9%)	30 (88,2%)
2	0 (0%)	0 (0%)	1 (3%)	3 (9,1%)	29 (87,9%)
3	0 (0%)	2 (5,9%)	8 (23,5%)	6 (17,6%)	18 (52,9%)
4	0 (0%)	1 (2,9%)	1 (2,9%)	7 (20,6%)	25 (73,5%)
5	1 (2,9%)	0 (0%)	2 (5,9%)	7 (20,6%)	24 (70,6%)
6	0 (0%)	1 (2,9%)	3 (8,8%)	8 (23,5%)	22 (64,7%)

7	1 (2,9%)	0 (0%)	1 (2,9%)	8 (23,5%)	24 (70,6%)
8	0 (0%)	0 (0%)	1 (2,9%)	11 (32,4%)	22 (64,7%)
9	0 (0%)	0 (0%)	3 (8,8%)	6 (17,6%)	25 (73,5%)
10	0 (0%)	0 (0%)	3 (8,8%)	4 (11,8%)	27 (79,4%)

*Tablica 6. Prikaz učestalosti odgovora u pojedinoj čestici*

Na tvrdnju „Važno mi je da moje dijete sudjeluje u izvanvrtičkim aktivnostima zato što to on/ona želi.“ odgovorilo je 100% ispitanika. Najveći postotak ispitanika (88,2%) odgovorilo je „u potpunosti se slažem“. 0% ispitanika dali su odgovor „uopće se ne slažem“ i „ne slažem se“. Na odgovore „nit se ne slažem, nit se slažem“ i „slažem se“ odgovorio je jednak postotak ispitanika (5,9%). Mišljenja sam da roditelji podržavaju djecu u njihovim interesima te da im je vrlo važno da su zainteresirani za aktivnosti kojima se bave u slobodno vrijeme.

97,06% ispitanika odgovorilo je na tvrdnju „Omogućio/la bi svom djetetu sudjelovanje u izvanvrtičkim aktivnostima za koje je pokazao interes.“. Najveći broj ispitanika (87,9%) odgovorilo je „u potpunosti se slažem“. Na odgovore „uopće se ne slažem“ i „ne slažem se“ odgovorilo je 0% ispitanika. Odgovor „nit se ne slažem, nit se slažem“ označio je 1 ispitanik (3%), a odgovor „slažem se“ označilo je 3 ispitanika (9,1%). Nadovezujući se na prvu tvrdnju, smatram da bi roditelji učinili sve što je u njihovoj mogućnosti da svom djetetu omoguće uključivanje na aktivnosti za koje pokazuje interes te je iz tog razloga najveći postotak odgovora „u potpunosti se slažem“.

Svoj odgovor na tvrdnju „Važno mi je da moje dijete sudjeluje u izvanvrtičkim aktivnostima.“ dalo je 100% ispitanika. Najveći postotak ispitanika (52,9%) odgovorili su s odgovorom „u potpunosti se slažem“. Slijedi odgovor „nit se ne slažem, nit se slažem“ na koji je odgovorilo 23,5 % ispitanika. Na odgovor „slažem se“ svoj odgovor je dalo 17,6% ispitanika, a na odgovor „ne slažem se“ dalo je 5,9% ispitanika. Odgovor „uopće se ne slažem“ je označilo 0% ispitanika. Smatram da su roditelji svjesni pozitivnog utjecaja izvanvrtičkih aktivnosti na razvoj djece te da im je iz tog razloga važno da su uključeni u bilo kakvu izvanvrtičku aktivnost, bez obzira na interes djeteta.

Na tvrdnju „Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na razvoj njegovih motoričkih sposobnosti (ravnoteža, koordinacija, snaga, brzina, gipkost, preciznost, izdržljivost).“ svoj odgovor je dalo 100% ispitanika. Od toga je 73,5% ispitanika odgovorilo odgovorom „u potpunosti se slažem“, 20,6% ispitanika označilo je odgovor „slažem se“, na odgovore „nit se ne slažem, nit se slažem“ i „ne slažem se“

imamo jednak postotak, a to je 2,9% ispitanika. Odgovor „u potpunosti se ne slažem“ označilo je 0% ispitanika. Obzirom da je većina ispitanika odgovorila da su im djeca uključena u sportske aktivnosti, pretpostavljam da vide napredak u motoričkim sposobnostima.

Na tvrdnju „Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na usavršavanje prirodnih oblika kretanja (hodanje, trčanje, skakanje, puzanje, penjanje, itd.)“ odgovorilo je 100% ispitanika. Najveći postotak (70,6%) ima odgovor „u potpunosti se slažem“. Slijedi ga odgovor „slažem se“ s 20,6%, zatim odgovor „nit se ne slažem, nit se slažem“ s 5,9% te odgovor „uopće se ne slažem“ s 2,9%. Odgovor „ne slažem se“ označilo je 0% ispitanika. Nadovezujući se na prethodnu tvrdnju, smatram da roditelji uočavaju napredak i u usavršavanju pridonih oblika kretanja.

Svoj odgovor na tvrdnju „Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na razvoj osobnosti („pojam o sebi“ – što sve mogu, koliko mogu, itd.)“ dalo je 100% ispitanika. 64,7% ispitanika označilo je odgovor „u potpunosti se slažem“, 23,5% ispitanika označilo je odgovor „slažem se“, 8,8% označilo je odgovor „nit se ne slažem, nit se slažem“ te 2,9% ispitanika označilo je odgovor „ne slažem se“. Odgovor „uopće se ne slažem“ označilo je 0% ispitanika. Mišljenja sam da su roditelji svjesni koliko uključenost u izvanvrtičke aktivnosti pozitivno utječe na razvoj djetetove osobnosti te uočavaju napredak u samostalnosti i kod kuće.

100% ispitanika dalo je svoj odgovor na tvrdnju „Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na razvoj socijalnih vještina (kontakt i interakcija s vršnjacima)“. Odgovor „u potpunosti se slažem“ ima najveći postotak odgovora (70,6%), a odgovor „ne slažem se“ ima najmanji postotak odgovora (0%). Odgovor „slažem se“ označilo je 23,5%, dok odgovori „uopće se ne slažem“ i „nit se ne slažem, nit se slažem“ imaju jednak postotak (2,9%). Pretpostavljam da roditelji i u obiteljskom okruženju uočavaju napredak u interakciji s drugom djecom i odraslima.

Na tvrdnju „Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na proširivanje znanja o pojedinoj izvanvrtičkoj aktivnosti (razvoj spoznaje)“ svoj odgovor dalo je 100% ispitanika. Odgovore „uopće se ne slažem“ i „ne slažem se“ je označilo 0% ispitanika. Odgovor „nit se ne slažem, nit se slažem“ označilo je 2,9% ispitanika. 32,4% ispitanika je označilo odgovor „slažem se“. Najveći postotak ispitanika označilo je odgovor „u potpunosti se slažem“, njih 64,7%. Pretpostavljam da nakon izvanvrtičkih aktivnosti, roditelji u komunikaciji sa svojom djecom uviđaju nove pojmove i znanja o pravilima pojedine aktivnosti (pravila ponašanja, pravila određenog

sporta, nazivi rekvizita i vježbi, itd.) te iz tog razloga se većina u potpunosti slaže s ovom tvrdnjom.

Svoj stav za tvrdnju „Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti utječe na cjelokupni razvoj djeteta.“ iznjelo je 100% ispitanika. 73,5 % ispitanika označilo je odgovor „u potpunosti se slažem“. 17,6% označilo je odgovor „slažem se“ te je 8,8% označilo odgovor „nit se ne slažem, nit se slažem“. Odgovore „ne slažem se“ i „uopće se ne slažem“ označilo je 0% ispitanika. Roditelji se sve više informiraju o razvojnim stadijima djece pojedine dobi, putem Interneta i ostale literature te iz tog razloga vide pozitivne utjecaje uključenosti u izvanvrtičke aktivnosti na cjelokupni razvoj djeteta.

Za posljednju tvrdnju „Smatram da uključenost djeteta u izvanvrtičke aktivnosti pozitivno utječe na djetetovo zdravlje.“ svoj stav iznjelo je 100% ispitanika. 79,4% ispitanika odgovorilo je s „u potpunosti se slažem“, 11, 8% s „slažem se“ i 8,8% ispitanika označilo je odgovor „nit se ne slažem, nit se slažem“. Odgovore „ne slažem se“ i „uopće se ne slažem“ označilo je 0% ispitanika. Smatram da su roditelji u današnje vrijeme svjesniji koliko izvanvrtičke aktivnosti pozitivno utječu na mentalno i tjelesno zdravlje djece.

Rezultati ovog dijela anketnog upitnika pokazali su kako se ispitanici uglavnom slažu s navedenim tvrdnjama te smatraju da bavljenje izvanvrtičkim aktivnostima mogu imati pozitivan utjecaj na djecu i njihov razvoj. Time je hipoteza 3, „Roditelji su svjesni pozitivnog utjecaja izvanvrtičkih aktivnosti na razvoj djeteta.“, potvrđena.

Prema navedenim rezultatima ovog istraživanja, možemo zaključiti da su H2 i H3 potvrđene, dok je H1 odbačena. Smatram da su roditelji sve više svjesni važnosti i pozitivnih utjecaja izvanvrtičkih aktivnosti za djecu. Kada sam započela istraživanje, uglavnom sam očekivala rezultate kakve sam i dobila provođenjem istraživanja. Kao odgojno-obrazovnog djelatnika Dječjeg vrtića „Duga Resa“, veseli me činjenica da ipak prevladava uključenost djece u izvanvrtičke aktivnosti. To znači da postoji interes i kod djece, ali i kod roditelja te da im je važno da djeca provode kvalitetno slobodno vrijeme.

## 6. Zaključak

Za potrebe ovog rada provedeno je istraživanje „Uključenost djece predškolske dobi u izvanvrtićke aktivnosti na području grada Duge Rese“. Istraživanje je provedeno putem anketnog upitnika koji je bio objavljen na društvenoj mreži. Na upitnik je odgovorilo 34 roditelja djece predškolske dobi s područja grada Duge Rese. Anketni upitnik se sastojao od dva dijela. Prvi dio su bili općeniti podaci poput dobi djece, uključenost u predškolsku ustanovu i izvanvrtićku aktivnost te razloge uključenosti. Drugi dio je sastavljen od 10 tvrdnji na koje su roditelji iznosili svoje stavove.

Cilj istraživanja je bio utvrditi koliko djece predškolske dobi je uključeno u izvanvrtićke aktivnosti na području grada Duge Rese te kakvi su stavovi roditelja o važnosti bavljenja izvanvrtićkim aktivnostima. Prema tome postavljene su tri hipoteze od kojih su H2 i H3 prihvaćene, dok je H1 odbačena.

Prema rezultatima istraživanja možemo utvrditi da je većina djece (53%) s područja grada Duge Rese uključena u neku izvanvrtićku aktivnost. Uglavnom su to sportske aktivnosti (graf 5) te su djeca sama iskazala interes za navedene aktivnosti (graf 6). 47% djece nije uključeno u izvanvrtićke aktivnosti, a kao razlozi se navode nepostojanje izvanvrtićkih programa na području na kojem žive te da ponuđene aktivnosti ne odgovaraju interesu njihove djece (graf 4).

Rezultati drugog dijela anketnog upitnika pokazuju da je roditeljima važno da njihovo dijete sudjeluje u izvanvrtićkim aktivnostima i da bi omogućili svom djetetu sudjelovanje u izvanvrtićkim aktivnostima za koje su pokazali interes. Roditelji se slažu da izvanvrtićke aktivnosti pozitivno utječu na cjelokupni razvoj djeteta i na njihovo zdravlje.

S obzirom na rezultate istraživanja, bilo bi vrlo korisno nadograditi ovo istraživanje daljnjim istraživanjima o ponuđenim izvanvrtićkim aktivnostima na području grada te ponoviti istraživanje ovakvog tipa za godinu dana kako bi vidjeli da li je došlo do promjene uključenosti djece u izvanvrtićke aktivnosti te u stavovima roditelja o važnosti istih.

Možemo zaključiti kako su roditelji osvješteni o važnosti kvalitetnog provođenja slobodnog vremena djece te bi podržali svoje dijete u odabiru aktivnosti za slobodno vrijeme. Roditelji i društvo su modeli te bi svoju ulogu trebali shvatiti vrlo ozbiljno. Smatram da je vrlo važno da roditelji i društvo njeguju pozitivan stav prema aktivnostima za slobodno vrijeme i svjesni su svoje uloge u razvoju djeteta. Samo pozitivnim stavom i primjerom možemo utjecati na djecu.



## LITERATURA

1. Andrijašević, M. (2000). *Slobodno vrijeme i igra*. U Andrijašević, M. (Ur.) Zbornik radova – Znanstveno-stručno savjetovanje slobodno vrijeme i igra (str.7 -14). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu sveučilišta u Zagrebu.
2. Andrilović, V., Čudina-Obradović, M. (1994). *Osnove opće i razvojne psihologije*. Zagreb: Školska knjiga.
3. Badrić, M, Prskalo, I. (2011). *Participiranje tjelesne aktivnosti u slobodnom vremenu djece i mladih*. Časopis za interdisciplinarna istraživanja u odgoju i obrazovanju, Vol. 152 No. 3-4, str. 479-494. <https://hrcak.srce.hr/82788> (preuzeto: 11.08.2021.)
4. Bokulić, I. (2019). *Razlike u korištenju slobodnog vremena djece predškolske dobi u protekle dvije godine*. Zagreb: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu (preuzeto: 28.10.2022., Repozitorij UF)
5. Došen-Dobud, A. (1982). *Odgoj i slobodne aktivnosti predškolskog djeteta, od igre do humanih vrijednosti. Priručnik za prosvjetne radnike, odgajatelje, studente i roditelje*. Zagreb: Radničko i narodno sveučilište „Moša Pijade“.
6. Đuranović, M., Klasnić, I. (2020). *Dijete, odgoj i obitelj*. Zagreb: Grafika Markulin
7. Findak, V. (1995). *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju*. Zagreb: Školska knjiga.
8. Gamilec, T. (2020). *Razlika u motoričkim sposobnostima djece predškolske dobi s obzirom na uključenost u izvanvrtičke sportske programe*. Zagreb: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu (preuzeto: 28.10.2022., Repozitorij UF)
9. Ivanković, A. (1978). *Tjelesni odgoj djece predškolske dobi – priručnik za odgajatelje*. Zagreb: Školska knjiga.
10. Jelovečki, K. (2021). *Utjecaj stila života roditelja na uključenost djece u kineziološke aktivnosti*. Zagreb: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu (preuzeto: 28.10.2022., Repozitorij UF)
11. Jovančević, M. i sur. (2009). *Godine prve: zašto su važne. Vodič za roditelje i stručnjake koji rade s djecom predškolskog uzrasta. Sedmo prošireno izdanje*. Zagreb: SysPrint.
12. Mišigoj-Duraković, M. i sur. (1999). *Tjelesno vježbanje i zdravlje – znanstveni dokazi, stavovi i preporuke*. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.

13. Mišigoj-Duraković, M. (2000). *Biološki apsekti aktivnog provođenja slobodnog vremena*. U Andrijašević, M. (Ur.) Zbornik radova – Znanstveno-stručno savjetovanje slobodno vrijeme i igra (str. 48 – 50). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu sveučilišta u Zagrebu.
14. Nikoliš, S. (1996). *Svijet dječje psihe. Osnove medicinske dječje psihologije. IV dopunjeno i izmijenjeno izdanje*. Zagreb: Prosvjeta
15. Pejić Papak, P., Vidulin, S. (2016). *Izvannastavne aktivnosti u suvremenoj školi*. Zagreb: Školska knjiga.
16. Prgomet, A. (2019). *Udio aktivnog vremena u slobodnom vremenu djece*. Zagreb: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu (preuzeto: 28.10.2022., Repozitorij UF)
17. Rečić, M. (2006). *Tjelesne aktivnosti u obitelji*. Đakovo: Tempo
18. Rosić, V. (2005). *Slobodno vrijeme – slobodne aktivnosti. Priručnik za uspješno organiziranje i vođenje*. Rijeka: Naklada Žagar.
19. Šlibar, L. (2020). *Roditeljska podrška slobodnim aktivnostima djece predškolske dobi*. Zagreb: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu (preuzeto: 28.10.2022., Repozitorij UF)
20. Sindik, J. (2008). *Sport za svako dijete*. Zagreb: Ostvarenje
21. Sindik, J. I Andrijašević, M. (2000). *Igraonice sa sportskim sadržajima u funkciji zadovoljenja osnovnih potreba djece*. U Andrijašević, M. (Ur.) Zbornik radova – Znanstveno-stručno savjetovanje slobodno vrijeme i igra (str. 51 -55). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu sveučilišta u Zagrebu.
22. Starc, B. i sur. (2004). *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi*. Zagreb: Golden marketing – Tehnička knjiga.
23. Šeremet, T. (2019). *Utjecaj organiziranog tjelesnog vježbanja na pojedine antropološke karakteristike djece predškolske dobi*. Zagreb: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu (preuzeto: 28.10.2022., Repozitorij UF)
24. Tkalčić, S., Horvatin, M., Kralj, M. (2000). *Usvajanje motoričkih znanja djece predškolske dobi kroz igru i poligone*. U Andrijašević, M. (Ur.) Zbornik radova – Znanstveno-stručno savjetovanje slobodno vrijeme i igra (str. 73 -79). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu sveučilišta u Zagrebu.
25. Vasta, R, Haith, M. M., Miller, S. A. (1998). *Dječja psihologija-moderna znanost*. Zagreb: Naklada Slap
26. Von Krafft, T., Semke, E. (2008). *Kako otkriti i potaknuti darovitost*. Zagreb: Mozaik knjiga d.o.o.

## Izjava o izvornosti diplomskog rada

Ja, Ivana Car, izjavljujem da je moj diplomski rad izvorni rezultat mojeg rada te da u izradi istog nisam koristila drugim izvorima osim onih koji su u njemu navedeni.

---

(vlastoručni potpis studenta)