

# Stav odgojitelja kao prediktor provedbe kinezioloških aktivnosti u predškolskoj ustanovi

---

Mrkonjić, Laura

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:147:111384>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-02-06**

*Repository / Repozitorij:*

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



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

**Laura Mrkonjić**

**STAV ODGOJITELJA KAO  
PREDIKTOR PROVEDBE  
KINEZIOLOŠKIH AKTIVNOSTI U  
PREDŠKOLSKOJ USTANOVI**

**Diplomski rad**

**Zagreb, srpanj 2023.**

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**

**UČITELJSKI FAKULTET**

**ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ**

**(Zagreb)**

**Laura Mrkonjić**

**STAV ODGOJITELJA KAO  
PREDIKTOR PROVEDBE  
KINEZIOLOŠKIH AKTIVNOSTI U  
PREDŠKOLSKOJ USTANOVI**

**Diplomski rad**

**Mentor rada: Prof. dr. sc. Ivan Prskalo**

**Zagreb, srpanj 2023.**

# Sadržaj

SAŽETAK .....	
SUMMARY .....	
1. UVOD .....	1
2. KINEZIOLOŠKA AKTIVNOST .....	2
3. VRSTE KINEZIOLOŠKIH AKTIVNOSTI .....	3
3.1. Opće kineziološke aktivnosti .....	3
3.1.1. Kineziološka igra .....	3
3.1.2. Poticajno tjelesno vježbanje .....	4
3.1.3. Jutarnje tjelesno vježbanje .....	4
3.1.4. Tjelesno aktivne pauze .....	5
3.1.5. Tjelesno vježbanje s roditeljima .....	5
3.1.6. Šetnja .....	5
3.1.7. Izlet .....	5
3.1.8. Zimovanje .....	6
3.1.9. Ljetovanje .....	6
3.2. Posebne kineziološke aktivnosti .....	6
3.2.1. Integrirani sportski programi u dječjim vrtićima .....	7
3.2.2. Specijalizirani sportski programi u dječjim vrtićima .....	7
4. ORGANIZACIJA KINEZIOLOŠKIH AKTIVNOSTI U PREDŠKOLSKOJ USTANOVI .....	8
4.1. Dijelovi sata tjelesne aktivnosti .....	8
4.2. Metodički organizacijski oblici rada .....	8
4.2.1. Frontalni oblik rada .....	9
4.2.2. Rad u parovima .....	9
4.2.4. Paralelno-odjeljenski oblik rada .....	10
4.2.5. Izmjenično-odjeljenski oblik rada .....	10
4.2.6. Poligon prepreka .....	11
5. ZNAČAJ KINEZIOLOŠKIH AKTIVNOSTI DJETETA .....	12
6. ODGOJITELJI I KINEZIOLOŠKE AKTIVNOSTI .....	13
6.1. Stručno usavršavanje odgojitelja .....	13
6.2. Stavovi odgojitelja o kineziološkim aktivnostima .....	13
6.3. Priprema odgojitelja .....	14
6.4. Priprema prostora .....	14
6.5. Priprema opreme .....	14
7. SUVREMENI IZAZOVI KINEZIOLOŠKE EDUKACIJE U ODGOJNO-OBRAZOVNOM SUSTAVU .....	15
7.1. Pokret kao temelj odgojno-obrazovnog procesa .....	15
7.2. Odgojno-obrazovni proces usmjeren prema zdravlju djece .....	15

7.3.	Aktivnosti koje „vraćaju“ prirodi.....	15
7.4.	Roditelji kao partneri u odgojno-obrazovnom procesu .....	15
7.5.	Poučavanje integrirane suvremene tehnologije.....	16
7.6.	Ulaganje u profesionalni razvoj stručnjaka .....	16
8.	PROBLEM I CILJ ISTRAŽIVANJA .....	17
9.	METODE RADA .....	17
10.	REZULTATI I RASPRAVA .....	18
11.	ZAKLJUČAK.....	27
	LITERATURA.....	28
	IZJAVA O SAMOSTALNOJ IZRADI RADA .....	30

## SAŽETAK

Cilj je ovog diplomskog rada ispitati stavove odgojitelja o kineziološkim aktivnostima u predškolskoj ustanovi, koji utječu na njihovu provedbu istog. Isto tako, ispitalo se koje vrste kinezioloških aktivnosti odgojitelji provode, koliko često, u kakvim prostorima te razgovaraju li s djecom o važnosti navedenog. Naposljetku se od odgojitelja tražilo da odgovore na pitanje bi li se profesionalno usavršavali na navedenu temu.

Kineziološke aktivnosti djece predškolske dobi važno je provoditi od najranijih dana. Mnoge su koristi od takvog zdravog načina življenja, od kojih su neke razvoj zdravih navika u djece, razvoj motoričkih znanja i sposobnosti, smanjenje rizičnih faktora poput pretilosti, visokog krvnog tlaka, psihološkog stresa i slično. Osim prednosti koje tjelesno vježbanje ima na zdravlje, postoje i one poput djetetove izgradnje slike o sebi, sudjelovanje i izgradnja timskog rada pa tako i suradnje, razvoj koncentracije i samopoštovanje.

Rezultati ovog rada pokazali su da se skoro svi odgojitelji predškolske djece slažu oko činjenice da u predškolskoj ustanovi treba provoditi kineziološke aktivnosti te većina ispitanika u skladu s navedenim i djeluje.

**Ključne riječi:** kineziološke aktivnosti, tjelesno vježbanje, djeca predškolske dobi, odgojitelji

## **SUMMARY**

The aim of this master's thesis is to examine the attitudes of educators towards kinesiological activities in preschool institutions, which influence their implementation. Likewise, the types of kinesiological activities that educators carry out, how frequently they do so, the environments in which they take place, and whether they discuss the importance of these activities with children were investigated. Finally, educators were asked to respond to the question of whether they would professionally develop themselves on the aforementioned topic.

It is important to implement kinesiological activities for preschool-age children from an early age. There are numerous benefits to such a healthy lifestyle, including the development of healthy habits in children, the development of motor skills and abilities, the reduction of risk factors such as obesity, high blood pressure, psychological stress, and more. In addition to the health benefits of physical exercise, there are also benefits related to a child's self-image, participation, teamwork, cooperation, concentration, and self-esteem.

The results of this study have shown that nearly all preschool educators agree on the fact that kinesiological activities should be implemented in preschool institutions, and the majority of respondents act accordingly.

**Keywords:** kinesiological activities, physical exercise, preschool-age children, educators.

# 1. UVOD

Kineziološke aktivnosti djece aktivnosti su koje utječu na njihov cjelokupni rast i razvoj. Iz tog razloga važno ih je provoditi u odgojno-obrazovnoj skupini, a odgojitelj je osoba zadužena za poznavanje važnosti istog kao i posjedovanje kompetencija nužnih za planiranje, pripremu, realizaciju i evaluaciju aktivnosti.

Osim odgojitelja, na kvalitetu kinezioloških aktivnosti utječu i prostorno-materijalni uvjeti. Oni uvelike određuju mogućnosti provedbe i vrste kinezioloških aktivnosti u predškolskoj ustanovi. Za neku djecu, vrtić predstavlja jedino mjesto na kojem se bave tjelesnim vježbanjem te je zato zadaća odgojitelja da budu model djeci i potiču ih na stjecanje zdravih navika. U dječjim vrtićima postoji i mogućnost integriranog sportskog programa kojeg provode doškolorani odgojitelji ili kineziolozi, a baš takvi programi sve su više popularni među interesima roditelja.

Početak ovog rada, dio „Vrste kinezioloških aktivnosti“ dijeli ih na opće i posebne te se nabrajaju iste i detaljnije pojašnjavaju. Dio „Organizacija kinezioloških aktivnosti u predškolskoj ustanovi“ pomnije opisuje dijelove sata tjelesne aktivnosti, ali i metodičke organizacijske oblike rada. Slijedi ga dio „Značaj kinezioloških aktivnosti djeteta“ koji se bavi dobrobitima tjelesnog vježbanja, a zatim se u dijelu „Odgojitelji i kineziološke aktivnosti“ govori o stručnom usavršavanju odgojitelja, njihovim stavovima i pripremi za provedbu istih. Naglašava se i važnost prostora i opreme u doprinosu kvaliteti provedbe kinezioloških aktivnosti u predškolskoj ustanovi. Posljednji teorijski dio „Suvremeni izazovi kineziološke edukacije u odgojno-obrazovnom sustavu“ ističe teškoće s kojima se susreće kineziološka edukacija, a zatim slijedi istraživački dio koji prikazuje problem i cilj istraživanja, metode rada, rezultate i raspravu te rad završava zaključkom.



## 2. KINEZIOLOŠKA AKTIVNOST

Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) definira tjelesnu aktivnost kao svaki tjelesni pokret koji je nastao radom skeletnih mišića, a za to je nužna potrošnja energije iznad razine mirovanja. To uključuje i aktivnosti koje se izvode tijekom rada, igre, putovanja i bilo kakvih rekreacijskih aktivnosti (Tomac, Vidranski, Ciglar, 2015).

Određeno kretanje može biti kineziološka ili nekineziološka aktivnost, ovisno o tome odgovara li na navedene ciljeve, pri čemu kineziološka aktivnost odgovara, a nekineziološka ne odgovara na ciljeve. Dolazi do toga da se nekineziološka kretanja zamjenjuju kineziološkima, pogotovo zbog napretka tehnologije, a što posljedično dovodi do smanjenog udjela mišićnog rada koji onemogućuje unapređenje zdravlja, pozitivne promjene antropoloških osobina, sposobnosti i motoričkih znanja. Također, kineziologija kao znanost proučava ima li tjelesno vježbanje kakve posljedice na ljudski organizam odnosno dolazi li do promjena u osobinama, sposobnostima i motoričkim znanjima (Prskalo, Sporiš, 2016).

Organizirane kineziološke aktivnosti u ustanovama ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja za mnogu djecu predstavljaju jedinu priliku za provođenje tjelesne aktivnosti. Ista je iznimno važna, pogotovo u današnjem svijetu u kojem prevladava sjedilački način života. Motoričke sposobnosti koje dijete savlada od najranije dobi ispunit će njegove potrebe za kretanjem i doprinijeti razvoju motoričkih potencijala (Kostadin, Petrić, Minić, 2019).

### 3. VRSTE KINEZIOLOŠKIH AKTIVNOSTI

„Kineziološke aktivnosti u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju predstavljaju različite vrste tjelesnog vježbanja za djecu rane i predškolske dobi koje proizlaze iz znanstvenih i stručnih spoznaja kineziološke metodike“ (Petrić, 2022, str. 43). Cilj kinezioloških aktivnosti je optimalan i cjelovit motorički razvoj i razvoj antropoloških obilježja. Time se utječe na cjeloviti razvoj djeteta te poboljšavaju intelektualna postignuća. Važno je provoditi ih s djecom od najranije dobi, pritom se koristeći suvremenim metodama te poticati u djece iskustveno učenje. Kineziološkom aktivnošću zadovoljavaju se djetetove potrebe i interesi (Petrić, 2022).

Isto tako, osim što je svrha predškolskih ustanova pripremiti dijete za polazak u školu, cilj je pripremiti ga intelektualno, verbalno, ali i tjelesno (Mandić, Pelemiš, Džinović, Madić, Kojić 2019).

Petrić (2022) kineziološke aktivnosti dijeli na opće i posebne te će iste biti opisane u nastavku.

#### *3.1. Opće kineziološke aktivnosti*

„Opće kineziološke aktivnosti sastavni su dio integriranog učenja u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju te zajedno s ostalim aktivnostima doprinose cjelovitom razvoju djeteta“ (Petrić, 2022, str. 43). Putem tih aktivnosti djeca ostvaruju vlastite interese i razvijaju motoričke sposobnosti, a odgojitelj putem njih uvodi pokret u odgojno-obrazovni rad čime kretanje postaje sastavni dio svakodnevnog rada u odgojnoj skupini. Pod opće kineziološke aktivnosti spadaju: kineziološka igra, poticajno tjelesno vježbanje, jutarnje tjelesno vježbanje, tjelesno aktivne pauze, tjelesno vježbanje s roditeljima, šetnja, izlet, zimovanje i ljetovanje.

#### *3.1.1. Kineziološka igra*

Igra je djetetova najznačajnija aktivnost putem koje uči, osobno se izražava, upoznaje samog sebe i druge te iskazuje vlastite interese. Igra mu pruža mogućnost cjelovitog razvoja, a temeljna osobina svih dječjih igara je pokret ili kretanje. Prema tome, kineziološke igre djetetu predstavljaju najprirodnije tjelesno vježbanje (Petrić, 2022).

Andrijašević (2000) smatra da igra ima veliki značaj u sportskoj rekreaciji jer je osobno i intrinzično motivirana, a pruža kvalitetu životu djece. Uz to pridonosi zdravlju pojedinca, a ima i motivirajuću funkciju.

Petrić (2022) navodi da sadržaji kineziološke igre nisu istih motoričkih struktura, odnosno da su u skladu s djetetovom dobi i sposobnostima. Na taj način doprinose motoričkom razvoju djece, ali i doprinose postignuću kinezioloških ciljeva. Postoje tri vrste kinezioloških igara, a to su pojedinačne, ekipne i hvatačke. Kod pojedinačnih kinezioloških igara djeca imaju isti motorički zadatak te svako dijete nastoji ostvariti zadani cilj. Ekipne kineziološke igre podrazumijevaju podjelu djece u ekipe koje se mogu međusobno natjecati, ali i ne moraju, a trebaju ispuniti zadani motorički zadatak. U hvatačkim kineziološkim igrama postoji podjela djece na lovce i lovine, a takve igre djeci su kao prirodno urođene i događa se da ih samostalno krenu izvoditi, bez uputa odraslih osoba.

### *3.1.2. Poticajno tjelesno vježbanje*

Cilj poticajnog tjelesnog vježbanja je zadovoljiti osnovne (biotičke) potrebe djece za kretanjem. Ono što dijete potiče na isto je poticajno prostorno okruženje gdje dijete instinktivno počinje izvoditi motoričke sadržaje. Pritom odgojitelj po istom prostoru postavlja razne materijale koji potiču djetetov motorički razvoj te iz tog razloga isti moraju biti dobro promišljeni. Ovakav način kineziološke aktivnosti može se svakodnevno provoditi u predškolskoj ustanovi i na taj način pokret postaje sastavni dio odgojno-obrazovnog rada. Važno je voditi brigu o tome da sadržaji vježbanja budu u skladu s dobi djeteta i materijalnim uvjetima rada. Poticajno tjelesno vježbanje najčešće se provodi u sobi dnevnog boravka, ako se radi o zatvorenom prostoru, a ako je u pitanju otvoreni prostor, onda je to dvorište dječjeg vrtića (Petrić, 2022).

### *3.1.3. Jutarnje tjelesno vježbanje*

Jutarnje tjelesno vježbanje važno je provoditi svakodnevno, bilo kod kuće ili u vrtiću. U slučaju da se radi o vježbanju u vrtiću, važno je da se isto provodi prije doručka što doprinosi stvaranju ugodnog raspoloženja. Isto tako, preporuča se da se navedeno provodi kada god je moguće vani, na otvorenom (dvorište, igralište, natkrivena prikladna mjesta i slično). Sadržaji pritom trebaju biti dinamični i usmjereni na aktivaciju cijelog organizma, pogotovo dišnog, krvožilnog i lokomotornog sustava. Odgojitelj ima zadaću brinuti o individualnim karakteristikama djece, a iznimno je važno pravilno disanje. Jutarnjim tjelesnim vježbanjem djecu se fizički i psihički priprema na nadolazeći dan (Findak, 1995).

#### *3.1.4. Tjelesno aktivne pauze*

Tjelesno aktivne pauze važan su oblik kineziološke aktivnosti jer pružaju djeci aktivan odmor koji sprječava posljedični rast umora. Također, ono poboljšava koncentraciju djece. Sadržaji su jednaki kao i kod jutarnjeg tjelesnog vježbanja, a najviše aktivnim sadržajem smatra se tjelesno aktivna pauza putem multimedije. Pritom djeca na većem ekranu promatraju i imitiraju sadržaje koje vide, izvode pokrete uz glazbu koje samostalno osmišljavaju ili prate odgojitelja. Tjelesno aktivna pauza provodi se u trenutku kad odgojitelj primijeti pad u koncentraciji i nemir kod djece, a tada je njegov zadatak motivirati ih na aktivno sudjelovanje. Pauza traje do deset minuta odnosno dok djeca ne povrate pažnju, poprave tjelesno držanje i nastave s intelektualnim radom (Petrić, 2022).

#### *3.1.5. Tjelesno vježbanje s roditeljima*

Tjelesno vježbanje s roditeljima prije svega odnosi se na edukaciju roditelja o vrstama tjelesne aktivnosti koje uključuju pokret, a korisne su pri korištenju slobodnog vremena. Također ih se upoznaje s dobrobitima istog. Najčešći sadržaji koji se provode su poticajno okruženje za tjelesno vježbanje, tjelesno vježbanje uz suvremenu tehnologiju i integracija tjelesnog vježbanja. Organizacija istog s roditeljima trebala bi se provoditi tri puta godišnje, a može biti u obliku radionice, završnog susreta, roditeljskog sastanka, promotivnog letka, slikovnice i slično (Petrić, 2022).

#### *3.1.6. Šetnja*

Šetnja kao organizacijski oblik rada odnosi se na vrijeme koje dijete provede hodajući na zraku, pri čemu se preporuča odlazak svaki dan, ako to omogućuju vremenski uvjeti. Osobito je važno voditi djecu u šetnje u predškolskim ustanovama koje nemaju prigodne vanjske uvjete (igrališta, dvorišta i slično). Dob djece određuje dužinu puta kojim će se ići u šetnju, a važno je odrediti i cilj šetnje, zadaće, trasu, sadržaj i trajanje. Odgojitelj za vrijeme šetnje treba imati svu djecu u vidnom polju, konstantno ih pratiti te znati prepoznati kada im je potreban odmor (Findak, 1995).

#### *3.1.7. Izlet*

Izlet je osobito vrijedan organizacijski oblik rada u kojem se djeca upoznaju s prirodom što ga čini vrlo korisnim i poželjnim oblikom rada. Izlet je temeljen na pješaćenju s mogućom

kombinacijom prijevoza. Više od dva kilometra pješaćenja za djecu predškolske dobi predstavlja izlet. Kao i ostali oblici rada, za izlet je također iznimno važna kvalitetna priprema i organizacija s unaprijed određenim ciljevima i zadaćama. Na samom izletu važno je imati i odmore u kojima je predviđeno jelo i piće. Sadržaje i dojmove vezane uz izlet bitno je iskoristiti kao poticaj za druge aktivnosti, kako kod kuće, tako i u vrtiću (Findak, 1995).

### *3.1.8. Zimovanje*

Zimovanja predstavljaju višednevne organizirane boravke u prirodi, najčešće u planinama odnosno na snijegu, ali i u primorskim krajevima bez snijega. Zimovanja imaju brojne prednosti, od kojih su neke boravak djece u povoljnim klimatskim uvjetima, mogućnost bavljenja specifičnim tjelesnim aktivnostima, unaprjeđenje zdravlja zbog boravka na zraku, život u kolektivu s vršnjacima, svladavanje novih vještina i znanja i tako dalje. Priprema i organizacija zimovanja treba obuhvaćati pripremu zimovanja, opću fizičku pripremu djece i organizaciju života i rada na zimovanju (Findak, 1995).

### *3.1.9. Ljetovanje*

Ljetovanja, kao i zimovanja, odnose se na višednevne organizirane boravke u prirodi, ali u iznimno povoljnim klimatskim uvjetima. Provođi se u ljetnim mjesecima na moru, uz jezera, rijeke ili u planinama. Djeci pružaju prilike za zdravo provođenje slobodnog vremena, bavljenje specifičnim aktivnostima, bogaćenje iskustava, znanja i radnih navika, unaprjeđenje zdravlja i slično. Cilj ljetovanja je organizirani odmor djece, a sadržaji i aktivnosti dijele se na aktivnosti na otvorenim športskim površinama, sadržaje i aktivnosti u prirodi i sadržaje i aktivnosti uz vodu i u vodi (Findak, 1995).

### *3.2. Posebne kineziološke aktivnosti*

Petrić (2022) navodi da se posebne kineziološke aktivnosti odnose na sportske programe za djecu rane i predškolske dobi. Takve aktivnosti provode kineziolozi, školovani treneri, doškolorovani odgojitelji i slične osobe. Plan i program rada tih aktivnosti mora biti u skladu sa Zakonom o športu i propisima za rani i predškolski odgoj i obrazovanje kao i odobren od ministarstva. Postoje dvije vrste posebnih kinezioloških aktivnosti: institucijski i izvaninstitucijski sportski programi. Institucijski programi uključuju integrirane i specijalizirane sportske programe, a izvaninstitucijski uključuju edukacijske, terapijske, socijalne, rekreacijske i natjecateljske sportske programe.

### *3.2.1. Integrirani sportski programi u dječjim vrtićima*

Integrirani sportski programi predstavljaju dio redovnog dnevnog programa dječjeg vrtića koji se svakodnevno provode u odgojno-obrazovnoj skupini. Aktivnosti u takvim skupinama temelje se na pokretu, a izvode u svim mogućim prostorima dječjeg vrtića (soba dnevnog boravka, hodnik, dvorana, dvorište i drugo). Odgojitelji koji provode sportski program su doškolorani, a korisno je i da surađuju s kineziolozima. Uz pokret, potiče se integrirano učenje i cjeloviti motorički razvoj (Petrić, 2022).

Integrirani sportski program treba se voditi ciljevima kao što su učenje novih motoričkih znanja, razvoj motoričkih sposobnosti i stvaranje zdravih navika tjelesnog vježbanja. Sadržaji zato trebaju biti u skladu s interesima i sposobnostima djece, a važno je pritom usmjeriti se na svladavanje prostora, prepreka, otpora i manipulaciju predmetima (Privitellio, Caput-Jogunica, Gulan, Boschi, 2007).

Ovaj program podrazumijeva vježbanje u sportskoj dvorani u trajanju od 45 minuta, obično u jutarnjem terminu, četiri puta tjedno. Kao što je već rečeno, isto tako maksimalno se koriste i svi ostali prostori vrtića. Tako je i soba dnevnog boravka iznimno važna za provedbu sportskog programa, pogotovo jer djeca ondje provode najviše vremena u danu. U sobi se nalaze razni centri aktivnosti koji bi trebali posjedovati poticaje s ciljem motivacije djece za usvajanje novih znanja iz područja sporta. Uz postojeće centre, trebao bi postojati i sportski centar koji sadrži razne vizualne poticaje o sportu (slike, plakate...), poligone prepreka, strunjače, spužvaste elemente, taktilne staze i slično, ovisno o prostorno-materijalnim uvjetima. Kao i svi ostali centri, sportski centar se također mijenja sezonski i nadopunjava ovisno o dječjim interesima (Kruneš, 2020).

### *3.2.2. Specijalizirani sportski programi u dječjim vrtićima*

Specijalizirani sportski programi također se provode u dječjim vrtićima, ali ne u neposrednom radu odgojitelja, već nakon redovitog cjelodnevnog programa dva do tri puta tjedno u trajanju do 60 minuta. Takve programe najčešće provode kineziolozi, a sadržaji su specijalizirani i usmjereni na određenu sportsku aktivnost. Kod takvog oblika kineziološke aktivnosti ne postoji mogućnost integriranog učenja (Petrić, 2022).

## **4. ORGANIZACIJA KINEZIOLOŠKIH AKTIVNOSTI U PREDŠKOLSKOJ USTANOVI**

Trajkovski (2022) navodi kako se vođena organizirana kineziološka aktivnost u predškolskoj ustanovi naziva sat tjelesne aktivnosti, a održava se na različitim mjestima te u različitim materijalnim uvjetima. Pritom je prisutna struktura aktivnosti koja predstavlja organizirani plan rada kojeg planira i provodi odgojitelj, a sadrži optimalan izbor i raspored sadržaja.

### *4.1. Dijelovi sata tjelesne aktivnosti*

Trajanje sata tjelesne i zdravstvene kulture u vrtiću ovisi o dobnoj skupini u kojoj se sat provodi pa tako sat za mlađu dobnu skupinu traje 25 minuta, za srednju dobnu skupinu 30 minuta, a za stariju dobnu skupinu 35 minuta. Svaki sat sastoji se od uvodnog, pripremnog, glavnog i završnog dijela sata (Findak, 1995).

Prema Trajkovski (2022), neovisno o navedenim fazama, tijekom sata tjelesne i zdravstvene kulture mora postojati intenzivna motorička aktivnost, a navedena struktura sata ne postoji kako bi se striktno pridržavalo, već ona služi kao pomoć za uspješnost u pripremi i provedbi sata tjelesne aktivnosti...

Svaki dio sata tjelesne i zdravstvene kulture ima određen cilj čijem se ostvarenju teži. Tako uvodni dio sata nastoji organizacijski, fiziološki i emotivno pripremiti djecu. Pripremi dio, kao što sam naziv kaže, trebao bi pripremiti djecu za povećane napore, za podizanje funkcija tjelesnih sustava kao i utjecati na pravilno tjelesno držanje. Glavni dio sata omogućuje optimalne uvjete za postizanje željenih zadaća i utjecaja na antropološki status djeteta, a završni dio vraća sve funkcije organizma onom stanju kakvo je bilo na samom početku sata (Lorger, Prskalo, Findak, 2012).

### *4.2. Metodički organizacijski oblici rada*

Postoji nekoliko metodičkih organizacijskih oblika rada koji se koriste u radu s djecom. Prema Findak (1992), za koji od njih se odlučiti ovisi o željenim ciljevima i zadaćama, a isto tako u obzir treba uzeti i druge relevantne faktore, kao što su dob djece, broj prisutne djece, raspoloživi prostorno-materijalni uvjeti, mikroklimatski uvjeti rada i ostalo.

U radu s djecom najčešće se koriste sljedeći organizacijski oblici rada: frontalni oblik rada, rad u parovima, paralelno-odjeljenski oblik rada, izmjenično-odjeljenski oblik rada i poligon prepreka (Findak, 1992).

#### *4.2.1. Frontalni oblik rada*

Frontalni oblik rada predstavlja metodički organizacijski oblik u kojem sva djeca istovremeno izvode isti zadatak, a odgojitelj ih u tome cijelo vrijeme nadzire. Odgojitelj najprije daje verbalni opis vježbe, zatim pokazuje kako se ista pravilno izvodi te se tada kreće s izvedbom vježbe. Dok djeca vježbaju, odgojitelj ih prati, upućuje na pravilnost u izvedbi i daje dodatne upute po potrebi. Neke od pozitivnih strana ovog oblika rada su to što se može provoditi s djecom svih uzrasta, može se provoditi u svim prostornim i materijalnim uvjetima (igralište, dvorana, na snijegu, u vodi...), kao i u svim dijelovima sata, istodobno pedagoško-metodički djeluje na djecu, pogodan je za učenje te uvođenje u složenije vježbe i slično. S druge strane, postoje i negativne strane frontalnog oblika rada, kao što su ograničene mogućnosti pri slabijim uvjetima rada, nemogućnost individualnog doziranja opterećenja kao i nemogućnost uzimanja u obzir individualnih obilježja i mogućnosti djece, gubitak vremena pri čekanjima na red, nerazvijanje samostalnosti kod djece i ostalo (Findak, 1992).

#### *4.2.2. Rad u parovima*

Rad u parovima podrazumijeva podjelu djece u „grupe“ po dvoje, odnosno u parove, pri čemu svaki par izvodi isti zadatak koji je opisan i demonstriran od strane odgojitelja. Prilikom izvedbe motoričkog zadatka, djeca mogu biti u različitim međuosobnim odnosima, kao što su bočno, čeonno, leđima ili jedno iza drugoga. Odgojitelj ima jednake uloge prilikom izvođenja kao i kod frontalnog oblika rada (ispravak pogrešaka, dodatna objašnjenja). Takav način rada predstavlja optimalan izbor za uvođenje djece u grupne oblike rada (Trajkovski, 2022).

Prema Findak (1992), postoje dvije vrste provedbe rada u parovima: u obliku suradnje i u obliku pasivnog, poluaktivnog ili aktivnog partnera. Suradnja podrazumijeva kada jedno dijete pazi na drugo dijete, svog para, ili kada mu pomaže odnosno asistira tijekom izvođenja vježbe. Pasivni, poluaktivni ili aktivni partner je dijete koje izvodi isti zadatak kao i njegov par, ali pritom ima drugačiju ulogu.

Isti autor (1992) naglašava važnost u načinu formiranja parova, odnosno smatra da pri formiranju parova treba pripaziti na spol djece, tjelesnu visinu kao i težinu, sposobnosti, postignuća te želje djece kad je to moguće.



Kao što postoji rad u parovima, tako postoji i rad u trojkama i četvorkama (Findak, 1995).

#### *4.2.3. Paralelan oblik rada*

Pri paralelnom obliku rada sva djeca u isto vrijeme izvode isto motoričko gibanje, ali na drugačije načine s različitim pomagalicama i na različitim mjestima. Takav oblik rada smatra se kombinacijom frontalnog oblika rada i jednostavnijih grupnih oblika rada. Uloga odgojitelja je da daje upute, ispravlja pogrešne načine rada, obilazi i surađuje s djecom. Prilikom izvedbe, djeca mogu biti u slobodnoj formaciji, u vrsti, koloni, polukrugu ili krugu (Findak, 1995).

#### *4.2.4. Paralelno-odjeljski oblik rada*

Kod paralelno-odjeljskog oblika rada dolazi do podjele djece na dva ili više odjeljenja, ovisno o broju djece, materijalnim uvjetima i sadržaju vježbanja. Djeca obično stoje u kolonama ili vrstama, izvode iste vježbe na jednakim ili srodno-različitim pomagalicama, a sukladno tome ostvaruju i iste zadaće. Odgojitelj je ponovno zadužen za opis, demonstraciju i nadzor vježbanja (Trajkovski, 2022).

Prednosti ovog oblika rada su u postizanju visokog intenziteta opterećenja jer nema puno čekanja niti postrojavanja te djeca idu jedan za drugim. Isto tako, djeca dobivaju priliku za osamostaljivanjem u radu, a odgojitelji za individualnim pristupom djeci. Dolazi do optimalnog korištenja prostora i sredstava za vježbanje. Korisno je postaviti što veći broj paralelnih motoričkih zadataka jer se time smanjuje broj djece po vježbovnom mjestu, a povećava broj ponavljanja zadatka (Trajkovski, 2022).

#### *4.2.5. Izmjenično-odjeljski oblik rada*

Pri izmjenično-odjeljskom obliku rada, djecu se dijeli na dva do četiri odjeljenja u kojima se istovremeno izvode različiti zadatci, a nakon određenog vremena na odgojiteljev znak, dolazi do promjene mjesta među odjeljenjima. To se događa dok svi ne prođu sva vježbačka mjesta tako da broj navedenih izmjena ovisi o broju odjeljenja. Broj odjeljenja ovisi o broju djece i prostorno-materijalnim uvjetima rada (Findak 1992).

Uloga odgojitelja u ovom obliku rada je ta da nadzire rad na vježbačkom mjestu na kojem se uči novo motoričko gibanje. Pritom je važno da postoji samo jedno takvo mjesto, a ostala služe za ponavljanje i usavršavanje prethodno naučenih gibanja. Prednosti takvog rada su prilika za provođenje raznovrsnih aktivnosti odjednom, velika aktivnost djece, primjereno fiziološko opterećenje, pozitivne promjene u slabijim uvjetima rada i slično (Findak 1992).

#### 4.2.6. Poligon prepreka

Trajkovski (2022) tvrdi kako poligon prepreka predstavlja vježbanje u nizu na stazi pri čemu djeca izvode vježbe kojima svladavaju prepreke u prostoru. Tijekom izvedbe nema stanke, a brzina izvođenja ovisi o vrsti prepreke. Takav oblik rada doprinosi usavršavanju motoričkih znanja i podizanju razine motoričkih postignuća što predstavlja i cilj poligona prepreka.

Sadržaj za poligon prepreka pod utjecajem je dječje dobi, njihovim trenutnim motoričkim sposobnostima i znanjima te broju i težini prepreka kako ne bi postojali zastoji te bi se iste nesmetano prelazile. Vrijeme prelaska vježbovnog mjesta trebalo bi biti jednako za sve (Trajkovski, 2022).

Ista autorica (2022) navodi tri vrste poligona prema načinu izrade: prirodni, umjetni i kombinirani. Prema namjeni poligona postoje poligon prepreka za opću tjelesnu spremu i poligon prepreka za sportske igre (atletski, gimnastički, za motoričke sposobnosti i kompleksni), a prema broju staza postoje jednostazni, dvostazni i višestazni poligoni.

## 5. ZNAČAJ KINEZIOLOŠKIH AKTIVNOSTI DJETETA

Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) posebnu pažnju pridaje nedovoljnoj tjelesnoj aktivnosti djece i obilježava to kao rizični faktor za razvoj hipertenzije i pretilosti. Zato postoji velika potreba za praćenjem i poboljšanjem kardiorespiratornog i motoričkog sustava (Kostadin, Petrić, Minić, 2019).

Pejčić i Trajkovski (2018) naglašavaju važnost predškolskih ustanova jer daju priliku djeci za uklanjanje negativnih strana modernog načina života koje utječu na njihovo zdravlje. Svakodnevne kineziološke aktivnosti nužne su radi razvoja morfoloških karakteristika, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti i povećanja optimalnog dosega biotičkih motoričkih znanja. U tom životnom razdoblju djeteta ne smiju se propustiti prilike za tjelesnim razvojem jer nisu nadoknadive u kasnijoj dobi. „Osnovna zakonitost koju treba uvažavati i provoditi očituje se u tvrdnji kako se tijekom rasta i razvoja organizma osobine i sposobnosti trebaju podići na što višu razinu jer će se dulje na toj razini zadržati, naravno, ako se redovito vježba“ (Pejčić i Trajkovski, 2018, str. 7).

Nedovoljna motorička aktivnost negativno utječe na djetetov zdravstveni status, točnije na porast balastne mase, opadanje mišićne mase, smanjenu funkciju sustava za kretanje, kao i krvožilnog sustava. Iz tog razloga, Tkalčić, Horvatin i Kralj (2000) također ističu dječje vrtiće kao sredine koje van obiteljskog doma imaju velik utjecaj na otklanjanje negativnih utjecaja na djetetovo zdravlje.

Još neke od dobrobiti provođenja kinezioloških aktivnosti u odgojnoj skupini su pružanje djeci mogućnosti za razvoj samoregulacije i emocionalne kontrole, stjecanje radnih navika, poboljšanje koncentracije, razvoj vještina timskog rada i suradnje, a isto tako utječe se na razvoj djetetove slike o sebi i samopoštovanja (Trajkovski, 2022).

Kod odabira kinezioloških aktivnosti, treba posebno pridati važnost aktivnostima koje su povezane s poboljšanjem srčanog rada, krvotoka i disanja. Na taj način, smanjuju se rizični faktori poput nastanka psihološkog stresa, povećanja razine kolesterola u krvi, visokog krvnog tlaka, prekomjerne tjelesne težine i slično. Svime navedenim doprinosi se cjelokupnom zdravstvenom stanju djeteta (Sindik, 2009).

## 6. ODGOJITELJI I KINEZIOLOŠKE AKTIVNOSTI

Za kvalitetnu i sigurnu provedbu kinezioloških aktivnosti u predškolskoj ustanovi, važno je da postoje dobri kadrovski resursi, odnosno odgovorni i kompetentni odgojitelji. Trebaju biti sposobni djelovati u određenim materijalnim i prostornim uvjetima, konzultirati se s nastavnicima tjelesne i zdravstvene kulture oko nastavnog plana, biti spremni konstantno unaprjeđivati svoje znanje kako bi mogli provoditi specifične motoričke aktivnosti i slično (Gregorc, Meško, Videmšek, Štihec, 2012).

Ponovno se naglašava važnost predškolske ustanove u odnosu na provođenje kinezioloških aktivnosti kod kuće, pogotovo obzirom na činjenicu da se stavovi roditelja i odgojitelja po pitanju istog razlikuju. Odgojitelji kao profesionalci imaju više znanja, time i povjerenja u djetetove tjelesne i motoričke sposobnosti nego što imaju roditelji. Isto tako, poznaju prednosti raznih aktivnosti na raznim podlogama, s raznim materijalima te kako isto utječe na djetetov cjelokupni razvoj (Iveković, 2017).

### *6.1. Stručno usavršavanje odgojitelja*

Zadovoljavanje djetetovih razvojnih i individualnih potreba ovisi o više faktora, kao što su odgojiteljske stručne kompetencije, osobine ličnosti, postupci, vrijednosti, stavovi, uvjerenja, stilovi odgojne interakcije, pedagoška kultura i tako dalje. Pritom je iznimno važan profesionalni razvoj odgojitelja, koji bi trebao doprinijeti promjenama u odgojiteljskim uvjerenjima kao i djelovanju. Iz tog razloga, primjereniji su oblici profesionalnog usavršavanja koji imaju transformacijski potencijal, odnosno ispituju uvjerenja, iskustva i praksu odgojitelja. Isto tako, odgojitelj pritom mora ostati objektivan, ne oslanjati se na svoje emocije (na primjer strah od ozljede djece) jer to vodi k stvaranju neutemeljenih stavova koji mogu upravljati odgojiteljskim ponašanjem pri tjelesnim aktivnostima djece (Iveković, 2018).

### *6.2. Stavovi odgojitelja o kineziološkim aktivnostima*

Odgojiteljski stavovi o kineziološkim aktivnostima snažno utječu na djetetove stavove o istome. Odgojiteljski stavovi djeluju na ponašanje kao model u radu s djecom, kod koje treba poticati pozitivne stavove o tjelesnim aktivnostima. U slučaju da odgojitelji imaju negativne stavove prema tjelesnom vježbanju, djeca ih također neće vidjeti kao prihvatljive i potrebne. Djetetov život u vrtiću predstavlja dugo razdoblje prije samog polaska u školu te je zato vrlo

važno da to razdoblje bude prožeto pozitivnim stavovima odgojitelja koji kod djece potiču i naglašavaju prednosti provođenja kinezioloških aktivnosti (Iveković, 2018).

### *6.3.Priprema odgojitelja*

Priprema odgojitelja nužan je proces za kvalitetno održavanje bilo kakve kineziološke aktivnosti. Postoji posredno i neposredno pripremanje odgojitelja. Posredna priprema odnosi se na pripremu tijekom planiranja, a neposredna priprema na pripremu za konkretan sat. Pritom neposredna priprema podrazumijeva teorijsku, metodičku i organizacijsku pripremu (Findak, 1995).

### *6.4.Priprema prostora*

Osim o pripremi odgojitelja, uspjeh i kvaliteta provedbe kinezioloških aktivnosti ovisi i o prikladnosti prostora. Postoje otvoreni i zatvoreni objekti koji se koriste u radu s djecom u predškolskoj ustanovi. Otvoreni objekti uključuju igrališta, bazene, klizališta, livade, kupališta, plaže i slično. S druge strane, od zatvorenih objekata koriste se dvorane, bazeni, klizališta i prikladne adaptirane prostorije (Findak, 1995).

### *6.5.Priprema opreme*

„Oprema je ugrađeni ili pokretni element ili sadržaj kojim se opremaju aktivnosti“ (Findak, 2003, str. 263).

Isti autor (1995) naglašava kako je uz prostor jednako važan čimbenik kvalitetne provedbe kinezioloških aktivnosti i oprema. Oprema se može podijeliti na sprave, rekvizite i pomoćno-tehničku opremu. Kako bi oprema ostala sigurna i kvalitetna za uporabu, važno je da se prati njezina tehnička ispravnost.

## 7. SUVREMENI IZAZOVI KINEZIOLOŠKE EDUKACIJE U ODGOJNO-OBRAZOVNOM SUSTAVU

Marković, Batinić i Krističević (2012) naglašavaju kako je provedba plana tjelesnog vježbanja u današnje vrijeme postala izazovna iz razloga što nedostaje materijalnih uvjeta, ali i zbog prevelikog broja djece u skupinama. Tako navode inventivnost kao glavnu vrijednost u kineziološkom radu koja vodi k zdravlju i edukaciji djece.

Navedenom tematikom bavi se i Petrić (2021) koji nabraja i pojašnjava suvremene izazove s kojima će se kineziološka edukacija susretati u budućnosti. U nastavku isti su opisani.

### *7.1. Pokret kao temelj odgojno-obrazovnog proces*

Pokret predstavlja biotičku potrebu djeteta za kretanjem, koji odgojitelji trebaju znati implementirati u integrirano učenje. Time dijete postaje istraživač vlastitih mogućnosti, a odgojitelj svojim primjerom pokazuje kako se pokret živi te ga potiče od najranije djetetove dobi.

### *7.2. Odgojno-obrazovni proces usmjeren prema zdravlju djece*

Kineziološke aktivnosti trebale bi biti vođene ciljem pravilnog rasta i razvoja te prevencijom bolesti u djece. Dokazano je kako osobe koje se bave tjelesnim vježbanjem imaju manju šansu obolijevanja od kroničnih bolesti. Također, postoje mnoge druge prednosti tjelesnog vježbanja, a najviše se ističu one koje se odnose na mogućnost suočavanja sa stresom koji je prisutan i kod djece rane dobi.

### *7.3. Aktivnosti koje „vraćaju“ prirodi*

U Republici Hrvatskoj provedeno je istraživanje Europske komisije (2013) koje je rezultiralo činjenicom da u hrvatskim kineziološkim planovima i programima ne postoji cjelina „aktivnost u prirodi“. Takve aktivnosti iznimno su bitne za stvaranje zdravih navika redovitog tjelesnog vježbanja kao i same kulture kretanja u kojoj se ponovno naglašava pokret. Brojne su pozitivne strane boravka u prirodi, kao što su poticanje ekološke svijesti kod djece, napredak aerobnih sposobnosti, smanjenje prekomjerne tjelesne mase i pretilosti i slično.

### *7.4. Roditelji kao partneri u odgojno-obrazovnom procesu*

Roditelji djece trebali bi biti partneri odgojno-obrazovnog procesa te van predškolske ustanove podržavati sve ono na čemu odgojitelji rade s djecom. Najbolji način na koji će to ostvariti je da budu primjer svojoj djeci kada je u pitanju kretanje. Nažalost, još uvijek postoji izazov za odgojitelje vezan uz način postizanja suradnje s roditeljima kojom bi im približili zdrave navike i svijest o određenim stvarima, a koja će rezultirati boljom kvalitetom života djece.

#### *7.5. Poučavanje integrirane suvremene tehnologije*

Tehnologija je postala sastavni dio dječje svakodnevnice, a time je negativno utjecala na kretanje djece. Izazov predstavlja način na koji smanjiti navedeni negativni utjecaj, a iskoristiti prednosti. Na odgojiteljima je da implementiraju suvremenu tehnologiju u odgojno-obrazovni rad i budu spremni na učenje i prilagodbu suvremenim trendovima.

#### *7.6. Ulaganje u profesionalni razvoj stručnjaka*

Od stručnjaka se očekuje da povezuje naučenu teoriju i znanstvene spoznaje s praktičnim radom. Zato stjecanje kompetencija predstavlja izazov jer će odgojitelji na taj način biti sposobni kreirati odgojno-obrazovni proces, ali i biti suradnici i savjetnici istog. Njihovim djelovanjem djeca postaju subjekti procesa koji razvijaju pozitivne stavove oko tjelesnog vježbanja.

## 8. PROBLEM I CILJ ISTRAŽIVANJA

Cilj istraživanja bio je istražiti i utvrditi na koji način stav odgojitelja utječe na provedbu kinezioloških aktivnosti u njihovom svakodnevnom radu u odgojnoj skupini, kao i utvrditi kakve aktivnosti te koliko često provode.

## 9. METODE RADA

Istraživanje se provelo putem anketnog upitnika kojeg su ispunjavali odgojitelji. Ispitano je 67 odgojitelja iz Republike Hrvatske, pretežito iz Grada Zagreba i Zagrebačka županije. U istraživanju je sudjelovalo 65 žena te 2 muškarca. Uz pitanja višestrukog izbora, bilo je i pitanja u kojima su odgojitelji trebali dopisati svoj odgovor kako bi izjasnili vlastite stavove o provedbi kinezioloških aktivnosti u predškolskoj ustanovi.

Pitanja koja su bila obuhvaćena anketnim upitnikom su:

1. Spol
2. Završeni stupanj obrazovanja
3. Godine radnog staža
4. Smatrate li da u predškolskoj ustanovi treba provoditi kineziološke aktivnosti?
5. Ako je odgovor na prethodno pitanje ne, zašto?
6. Na skali od 1 do 5, koliko važnim smatrate provedbu kinezioloških aktivnosti u vrtiću?
7. Smatrate li se kompetentnim za provedbu kinezioloških aktivnosti u vrtiću?
8. Kada biste imali priliku, biste li sudjelovali u bilo kakvom obliku profesionalnog usavršavanja na temu planiranja i provođenja kineziološke aktivnosti u vrtiću?
9. U kojoj odgojno-obrazovnoj skupini trenutno radite?
10. Provodite li kineziološke aktivnosti s djecom u svojoj grupi?
11. Ako je odgovor na prethodno pitanje ne, zašto?
12. Ako je odgovor na prethodno pitanje da, koliko često?
13. Koje vrste kinezioloških aktivnosti provodite?
14. Gdje najčešće provodite kineziološke aktivnosti?
15. Razgovarate li s djecom o važnosti provedbe kineziološke aktivnosti?
16. Smatrate li da su djeca zadovoljnija kada provodite kineziološke aktivnosti?

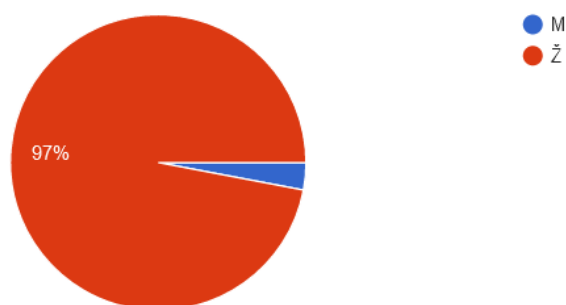


## 10. REZULTATI I RASPRAVA

Sljedeći grafički prikazi predstavljaju rezultate provedenog anketnog upitnika.

Spol

67 odgovora

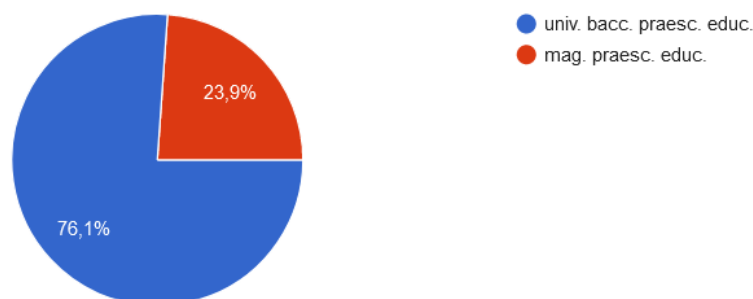


*Graf 1. Udio odgojitelja muškog i ženskog spola u istraživanju*

Crvenom bojom prikazan je postotak žena, a plavom bojom postotak muškaraca.

Završeni stupanj obrazovanja

67 odgovora

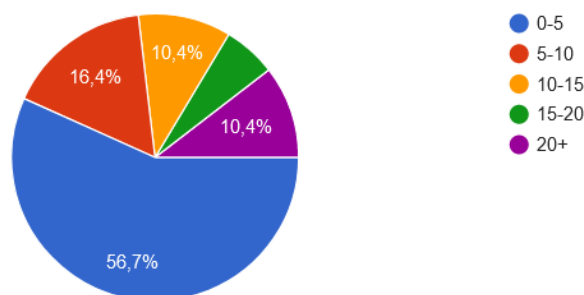


*Graf 2. Udio odgojitelja s titulom sveučilišnog prvostupnika i magistre ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja*

Manji dio odgojitelja koji sudjeluju u istraživanju predstavljaju magistre ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja (23,9% - njih 16) te su označeni crvenom bojom, a plavom bojom su označeni odgojitelji s titulom sveučilišnog prvostupnika ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja (76,1% - njih 51).

### Godine radnog staža

67 odgovora

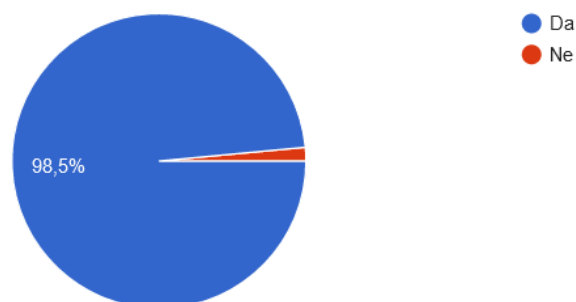


*Graf 3. Godine radnog staža odgojitelja koji sudjeluju u istraživanju*

U istraživanju su većinski sudjelovali odgojitelji koji imaju do pet godina radnog staža (56,7% - njih 38), a ostali sudionici predstavljaju 16,4% odgojitelja koji imaju 5-10 godina radnog staža (njih 11), 10,4% odgojitelja koji imaju 10-15 godina radnog staža (njih 7), 6% odgojitelja koji imaju 15-20 godina radnog staža (njih 4) i 10,4% odgojitelja koji imaju 20 i više godina radnog staža (njih 7)

Smatrate li da u predškolskoj ustanovi treba provoditi kineziološke aktivnosti?

67 odgovora



*Graf 4. Stav o provođenju kinezioloških aktivnosti u predškolskoj ustanovi*

Svi ispitanici koji su sudjelovali u istraživanju smatraju kako u predškolskoj ustanovi treba provoditi kineziološke aktivnosti (njih 66) osim jednog odgojitelja koji se s time ne slaže.

Ako je odgovor na prethodno pitanje ne, zašto?

2 odgovora

kretanje je bitno za svaki aspekt razvoja djeteta

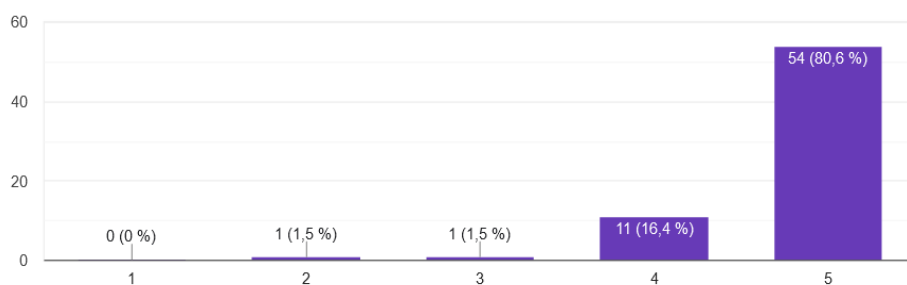
Cijeloviti rast i razvoj djeteta te stvaranje navika

*Graf 5. Odgovori na pitanje zašto ispitanici smatraju da se kineziološke aktivnosti ne trebaju provoditi u predškolskoj ustanovi*

Dani odgovori nisu jasni, a time ne pružaju adekvatan odgovor na pitanje.

Na skali od 1 do 5, koliko važnim smatrate provedbu kinezioloških aktivnosti u vrtiću?

67 odgovora

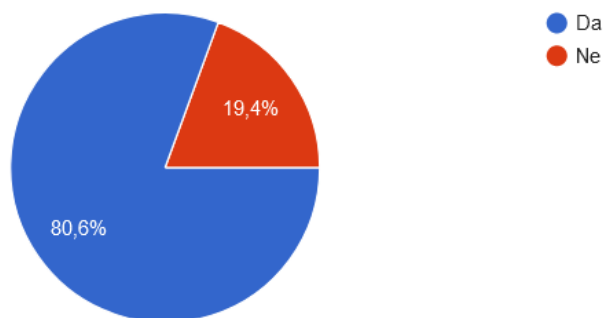


*Graf 6. Važnost provedbe kinezioloških aktivnosti u vrtiću*

Na temelju dobivenih rezultata, prema Likertovoj skali od 1 do 5 (pri čemu se brojem 5 označava najpozitivniji stav, a brojem 1 najnegativnij), 54 odgojitelja provedbu kinezioloških aktivnosti smatra iznimno važnim što čini 80,6% ispitanika.

Smatrate li se kompetentim za provedbu kinezioloških aktivnosti u vrtiću?

67 odgovora

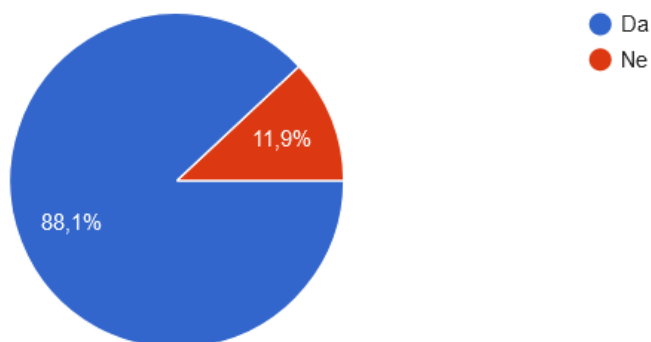


*Graf 7. Stav o vlastitoj kompetentnosti za provedbu kinezioloških aktivnosti u vrtiću*

Istraživanje pokazuje da se 80,6% odgojitelja (njih 54) smatra kompetentnim za provedbu kinezioloških aktivnosti u vrtiću, a 19,4% (njih 13) ne.

Kada biste imali priliku, biste li sudjelovali u bilo kakvom obliku profesionalnog usavršavanja na temu planiranja i provođenja kineziološke aktivnosti u vrtiću?

67 odgovora

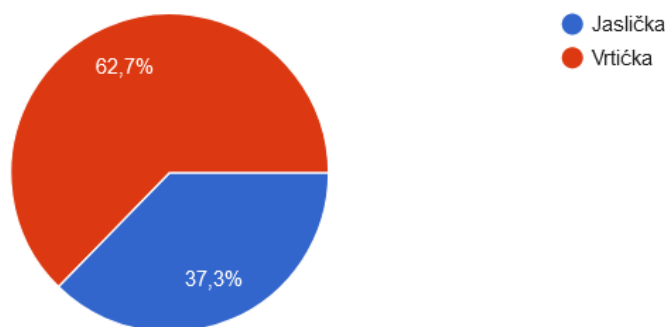


*Graf 8. Prilika za profesionalno usavršavanje na temu planiranja i provođenja kineziološke aktivnosti u vrtiću*

Od 67 ispitanika, njih 59 ističe kako bi se profesionalno usavršavalo na temu planiranja i provođenja kineziološke aktivnosti u predškolskoj ustanovi, dok njih 8 ne bi.

U kojoj odgojno-obrazovnoj skupini trenutno radite?

67 odgovora

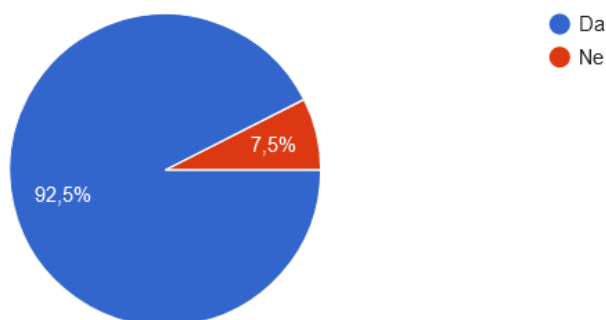


*Graf 9. Pripadajuća odgojno-obrazovna skupina*

Crvena boja na grafu predstavlja odgojitelje koji trenutno rade u vrtićkoj skupini, a plava boja označava odgojitelje koji trenutno rade u jasličkoj skupini.

Provodite li kineziološke aktivnosti s djecom u svojoj grupi?

67 odgovora



*Graf 10. Provedba kinezioloških aktivnosti s djecom u svojoj odgojno-obrazovnoj skupini*

Rezultati istraživanja pokazuju da 62 odgojitelja provode kineziološke aktivnosti s djecom u svojoj skupini, dok njih petero ne.

Ako je odgovor na prethodno pitanje ne, zašto?

6 odgovora

Zbog nedostatka znanja i ideja za rad

Odgovor je ni da ni ne jer sam nestalni odgojitelj koji često mijenja skupine u kojima radi.

Nemamo adekvatan prostor

Neki ni ne hodaju pa se nisam upuštala u to još :) sa starijima jesam

/

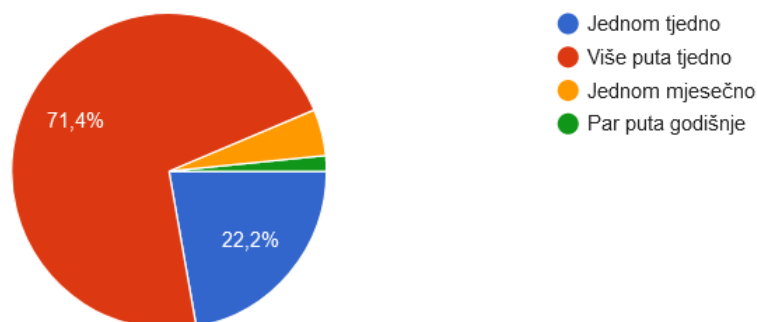
Mlađa jaslička skupina

*Graf 11. Razlozi neprovođenja kinezioloških aktivnosti u odgojno-obrazovnoj skupini*

Dvoje odgojitelja navodi kako ne provodi kineziološke aktivnosti u svojoj odgojno-obrazovnoj skupini iz razloga što rade u jasličkoj skupini, jedan odgojitelj navodi kako nemaju adekvatan prostor za provedbu kinezioloških aktivnosti, a jedan odgojitelj se ne smatra kompetentnim odnosno smatra da ne posjeduje znanje niti ideje za takav rad.

Ako je odgovor na prethodno pitanje da, koliko često?

63 odgovora

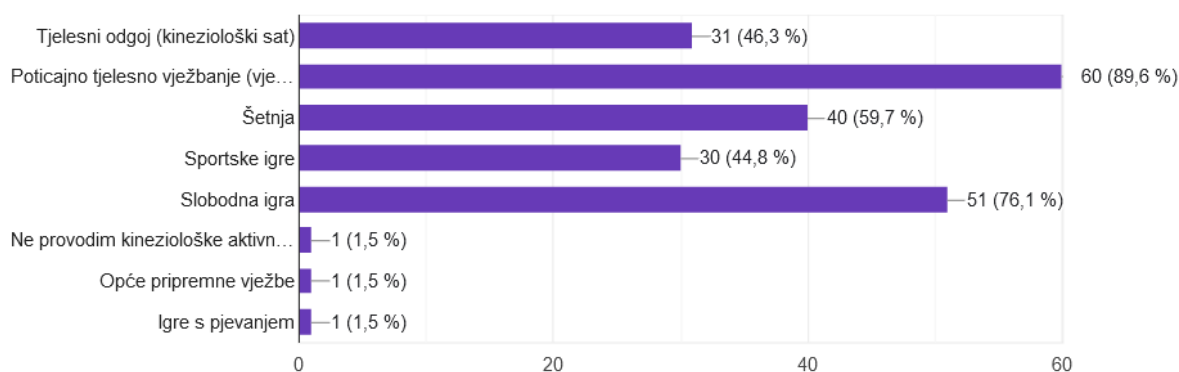


Graf 12. Učestalost provedbe kinezioloških aktivnosti u odgojno-obrazovnoj skupini

45 odgojitelja navodi da provodi kineziološke aktivnosti u svojoj skupini više puta tjedno (71,4%), 14 odgojitelja jednom tjedno (22,2%), 3 odgojitelja jednom mjesečno (4,8%), a 1 odgojitelj par puta godišnje (1,6%).

Koje vrste kinezioloških aktivnosti provodite?

67 odgovora

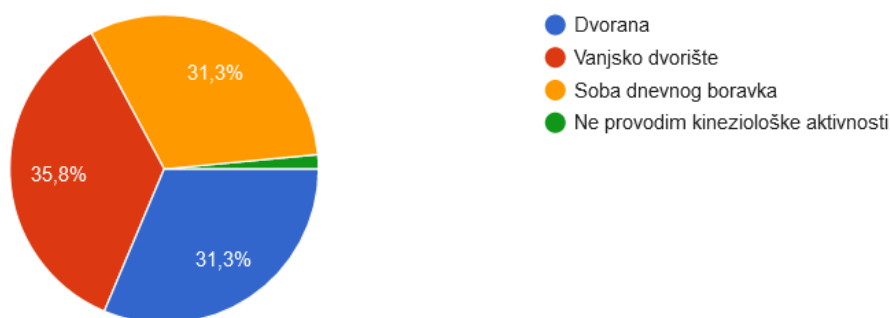


Graf 13. Vrsta kinezioloških aktivnosti koje se provode u odgojno-obrazovnoj skupini

Najviše provedena vrsta kineziološke aktivnosti jest poticajno tjelesno vježbanje, na primjer poligoni ili vježbanje s rekvizitima te ih provodi 89,6% odgojitelja. Zatim slijedi slobodna igra koju provodi 76,1% odgojitelja. 59,7% odgojitelja vodi djecu u šetnje, a 46,3% provodi tjelesni odgoj u obliku kineziološkog sata. 44,8% odgojitelja provodi sportske igre, a kao ostale vrste kinezioloških aktivnosti navode opće pripremne vježbe i igre s pjevanjem.

### Gdje najčešće provodite kineziološke aktivnosti?

67 odgovora

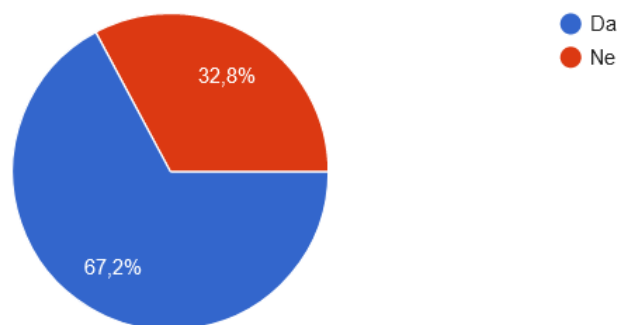


*Graf 14. Mjesto provedbe kineziološke aktivnosti u predškolskoj ustanovi*

Rezultati istraživanja pokazuju kako su mjesta provedbe gotovo jednako zastupljena, ali najviše odgojitelja kineziološke aktivnosti provodi na vanjskom dvorištu vrtića (24 odgojitelja). Podjednaki su rezultati provedbe kinezioloških aktivnosti u dvorani i sobi dnevnog boravka (21 odgojitelj odabrao je dvoranu kao i 21 odgojitelj koji je odabrao sobu dnevnog boravka).

### Razgovarate li s djecom o važnosti provedbe kineziološke aktivnosti?

67 odgovora

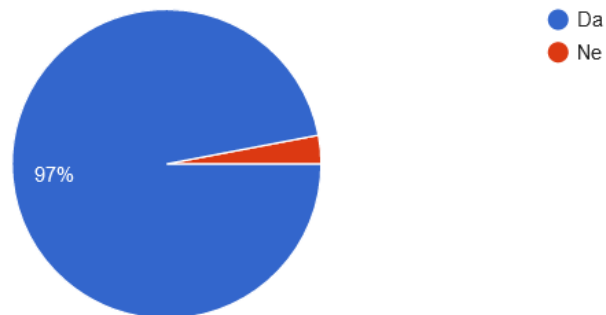


*Graf 15. Vođenje razgovora s djecom o važnosti provedbe kinezioloških aktivnosti*

Plavom bojom označen graf predstavlja odgojitelje koji razgovaraju s djecom o važnosti provedbe kinezioloških aktivnosti (45 odgojitelja), a crveni graf one koji to ne rade (22 odgojitelja).

Smatrate li da su djeca zadovoljnija kada provodite kineziološke aktivnosti?

67 odgovora



*Graf 16. Stav o zadovoljstvu djece provođenjem kinezioloških aktivnosti u predškolskoj ustanovi*

Samo 2 odgojitelja smatraju kako provođenje kinezioloških aktivnosti u predškolskoj ustanovi djecu ne čini zadovoljnijom, dok se ostali odgojitelji (njih 65) s navedenim slažu.

Sudionici su uspoređeni s obzirom na godine staža (1. skupina: 0-5 godina staža, 2. skupina: više od 5 godina staža). Kako bi se testirala značajnost razlike, provedeni su hi kvadrat testovi.



Rezultati hi-kvadrat testa pokazali su da postoje značajne statističke razlike obzirom na godine staža jedino u mjestu provođenja kinezioloških aktivnosti ( $\chi^2 = 13.01$ ,  $p = .00$ ) pri čemu sudionici s manjim stažem (0-5 godina) češće provode kineziološke aktivnosti u dvorani i vanjskom dvorištu, a sudionici s više godina radnog staža češće provode kineziološke aktivnosti u sobi dnevnog boravka (tablica 1).

Tablica 1

Razlike u mjestu provođenja kinezioloških aktivnosti s obzirom na staž

	Godine radnog staža		Total
	0-5	>5	
Gdje najčešće provodite kineziološke aktivnosti?			
Dvorana	17	7	24
Vanjsko dvorište	15	6	21
Soba dnevnog boravka	5	16	21
Total	37	29	66

U sljedećim varijablama nisu nađene statistički značajne razlike s obzirom na staž: potreba za provođenjem kinezioloških aktivnosti u predškolskoj ustanovi ( $\chi^2 = 1.33$ ,  $p = .25$ ), važnost provođenja kinezioloških aktivnosti u predškolskoj ustanovi ( $\chi^2 = 1.47$ ,  $p = .70$ ), kompetentnost za provođenje kinezioloških aktivnosti ( $\chi^2 = 2.19$ ,  $p = .14$ ), sudjelovanje u profesionalnom usavršavanju ( $\chi^2 = .17$ ,  $p = .68$ ), odgojno obrazovna skupina ( $\chi^2 = .008$ ,  $p = .93$ ), provođenje kinezioloških aktivnosti s djecom ( $\chi^2 = 2.967$ ,  $p = .08$ ), čestina provođenja kinezioloških aktivnosti ( $\chi^2 = 4.533$ ,  $p = .104$ ), čestina razgovora s djecom o važnosti provedbe kinezioloških aktivnosti ( $\chi^2 = .063$ ,  $p = .80$ ), percepcija zadovoljstva djece zbog provođenja kinezioloških aktivnosti ( $\chi^2 = .038$ ,  $p = .85$ )

## 11. ZAKLJUČAK

Temeljem dobivenih rezultata može se zaključiti da skoro svi ispitanici, odgojitelji predškolske djece, smatraju da u predškolskoj ustanovi treba provoditi kineziološke aktivnosti. Velika većina također smatra da je provedba istog vrlo važna te se smatraju kompetentnima za provedbu. Manji dio odgojitelja ne želi se profesionalno usavršavati na temu planiranja i provođenja kineziološke aktivnosti u vrtiću i ne provode kineziološke aktivnosti s djecom u svojoj odgojno-obrazovnoj skupini. Kao razloge za neprovođenje kinezioloških aktivnosti navode nedostatak znanja i ideja za rad, nepostojanje adekvatnog prostora, mlađu dob djece, djecu koja još ne hodaju te stalno mijenjanje skupina. Odgojitelji najčešće provode poticajno tjelesno vježbanje, više puta tjedno iako bi se određene vrste, prema Findak (1995), (kineziološki sat, jutarnje tjelesno vježbanje kao i šetnje) trebale provoditi svakodnevno u svim odgojnim skupinama te rezultati iz istog razloga pokazuju da odgojitelji ne provode kineziološke aktivnosti dovoljno često.

Govoreći o prostoru, jednaka je zastupljenost provedbe u tjelesnoj dvorani, dvorištu vrtića i sobi dnevnog boravka. Malo više od pola ispitanika razgovara s djecom o važnosti poticajno kineziološke aktivnosti, ali zato skoro svi smatraju da su djeca zadovoljnija kada se navedeno provodi.

Uloga odgojitelja nije samo provedba kinezioloških aktivnosti već i podizanje svijesti o dobrobitima tjelesne aktivnosti na cjelokupno zdravlje, na cjelokupni rast i razvoj ne samo s djecom, već i njihovim roditeljima. Iako suradnja s roditeljima na navedenu temu predstavlja izazov, nužno je da odgojitelji rade na tom obliku stvaranja partnerstva jer roditelji predstavljaju ravnopravne članove odgojno-obrazovnog procesa.

Odgojiteljski stavovi o kineziološkim aktivnostima pokazali su se vrlo pozitivnim i svakako utječu na njihovu provedbu u predškolskoj ustanovi. Istraživanje je pokazalo da su odgojitelji odgovorni, kompetentni i spremni na izazove tjelesnog rada te uspješno isto odrađuju.

## LITERATURA

- Andrijašević, M. (2000). Slobodno vrijeme i igra: Andrijašević, M. (ur.) Zbornik radova 9. Zagrebački sajam sporta i nautike, Zagrebački športski savez, Zagrebački velesajam, Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb, str. 7-14.
- Europska komisija/EACEA/Eurydice (2013). Tjelesna i zdravstvena kultura i sport u europskim školama. (engl. Physical Education and Sport at School in Europe). Izvješće Eurydicea. Luksemburg: Odjel za izdavaštvo Europske unije. Dostupno na: <http://eacea.ec.europa.eu/education/eurydice> (25.5.2023.)
- Findak, V. (1992). Metodički organizacijski oblici rada u edukaciji, sportu i sportskoj rekreaciji. Zagreb: Hrvatski savez za športsku rekreaciju, „Mentorex“.
- Findak, V. (1995). Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Zagreb: Školska knjiga.
- Findak, V. (2003). Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Školska knjiga.
- Gregorc, J., Meško, M., Videmšek, M., Štihec, J. (2012). Human resource factors as an element of the quality implementation of motor activities in kindergartens. 44(1), 73-82. <https://hrcak.srce.hr/file/124411> (3.6.2023.)
- Iveković, I. (2017). Razlike u stavovima odgojitelja i roditelja o igri i tjelesnim aktivnostima djece od 0. do 4. godine. 66(2), 270-286. <https://hrcak.srce.hr/file/275775> (24.5.2023.)
- Iveković, I. (2018). Stavovi odgojitelja o dječjim tjelesnim aktivnostima. 64(2), 183-193. <https://hrcak.srce.hr/file/329650> (3.6.2023.)
- Kostadin, M., Petrić, V., Minić, S. (2019). Children of an Early Age: Preferences with Regard to Different Types of Motor Contents and Multimedia during Their Realisation. 2(3-4), 129-144. <https://hrcak.srce.hr/file/337581> (9.6.2023.)
- Krunoš, J. (2020). Integrirani cjelodnevni sportski program-metodologija programiranja. <https://repositorij.ufzg.unizg.hr/islandora/object/ufzg:2286/datastream/PDF/view> (2.6.2023.)
- Lorger, M., Prskalo, I., Findak, V. (2012). Kineziološka metodika – vježbe. Zagreb: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

- Mandić, D., Pelemiš, V., Džinović, D., Madić, D., Kojić, F. (2019). Quantitative and Qualitative Characteristics of Preschool Children's Motor Skills. 21(1), 79-99. <https://hrcak.srce.hr/file/333494> (3.6.2023.)
- Pejčić, A., Trajkovski, B. (2018). Što i kako vježbati s djecom u vrtiću i školi. Rijeka: Sveučilište u Rijeci, Učiteljski fakultet.
- Petrić, V. (2021). Osnove kineziološke edukacije. Rijeka: Sveučilište u Rijeci, Učiteljski fakultet.
- Petrić, V. (2022). Kineziološke aktivnosti djece rane i predškolske dobi – postignuća kineziološke metodike. Rijeka: Sveučilište u Rijeci, Učiteljski fakultet.
- Privitellio, S., Caput-Jogunica, R., Gulan, G., Boschi, V. (2007). Utjecaj sportskog programa na promjene motoričkih sposobnosti predškolaca. 43(3), 204-209. <https://hrcak.srce.hr/file/36909> (12.6.2023.)
- Prskalo, I., Sporiš, G. (2016). Kineziologija. Zagreb: Školska knjiga, Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet, Kineziološki fakultet.
- Sindik, J. (2009). Kineziološki programi u dječjim vrtićima kao sredstvo očuvanja djetetova zdravlja i poticanja razvoja. 39(1-2), 19-28. <https://hrcak.srce.hr/file/59355> (24.5.2023.)
- Tkalčić, S., Horvatin, M., Kralj, M. (2000). Usvajanje motoričkih znanja djece predškolske dobi kroz igru i poligone: Andrijašević, M. (ur.) Zbornik radova 9. Zagrebački sajam sporta i nautike, Zagrebački športski savez, Zagrebački velesajam, Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb, str. 73-79.
- Tomac, Z., Vidranski, T., Ciglar, J. (2015). Tjelesna aktivnost djece tijekom redovnog boravka u predškolskoj ustanovi. 45(3-4), 97-104. <https://hrcak.srce.hr/file/224007> (12.6.2023.)
- Trajkovski, B. (2022). Kineziološke aktivnosti predškolske djece. Zagreb: Školska knjiga.
- Živčić Marković, K., Stibilj Batinić, T., Krističević, T. (2012). Kineziološka prevencija u predškolskoj i razrednoj nastavi. 27(2), 108-114. <https://hrcak.srce.hr/file/144694> (23.5.2023.)

## **IZJAVA O SAMOSTALNOJ IZRADI RADA**

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

---

Laura Mrkonjić