

Organizacijski oblici rada u predškolskoj dobi u Sisku

Jelić, Janica

Undergraduate thesis / Završni 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:147:155095>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-23**

Repository / Repozitorij:

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



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Janica Jelić

ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA U PREDŠKOLSKOJ DOBI U
SISKU

Završni rad

Petrinja, rujan 2023.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Janica Jelić

ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA U PREDŠKOLSKOJ DOBI U
SISKU

Završni rad

Mentor rada:
prof. dr. sc. Ivan Prskalo

Petrinja, rujan 2023.

SADRŽAJ

1. UVOD.....	1
2. KINEZILOŠKA AKTIVNOST	2
3. VAŽNOST TJELESNE AKTIVNOSTI	2
4. ULOGA ODGOJITELJA U PROVOĐENJU AKTIVNOSTI.....	4
5. ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA.....	5
5.1. SAT TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE	5
5.1.2. PRIPREMNI DIO SATA.....	7
5.1.3. GLAVNI DIO SATA.....	10
5.1.4. ZAVRŠNI DIO SATA.....	11
6. JUTARNJE TJELESNO VJEŽBANJE	12
7. MIKROPREDAH.....	13
8. PRIREDBE.....	14
9. ŠETNJE	15
10. IZLETI.....	16
11. ZIMOVANJE.....	17
11.1. ORGANIZACIJA ZIMOVANJA.....	17
11.1.1. AKTIVNOSTI I SADRŽAJI NA ZIMOVANJU.....	18
12. LJETOVANJE	20
12.1. ORGANIZACIJA LJETOVANJA	20
12.1.1. AKTIVNOSTI I SADRŽAJI NA LJETOVANJU	21
13. ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI U DJEČJEM VRTIĆU SISAK NOVI	22
13.1. Cilj i hipoteza	22
13.2. Uzorak ispitanika i varijabli	22
15. ZAKLJUČAK	34
16. LITERATURA.....	35

SAŽETAK

U ovome radu *Organizacijski oblici rada u predškolskoj dobi*, ukratko su navedene vrste kinezioloških aktivnosti te važnost tjelesne aktivnosti, a samim time i važnost odgojitelja koji provodi tjelesne aktivnosti. Također, opisani su organizacijski oblici rada od kojih je najviše izdvojen sat tjelesne i zdravstvene kulture gdje se naglasak stavlja na opis dijelova od kojih se sat i sastoji, a riječ je o uvodnom dijelu sata, pripremnom dijelu sata te su navedeni primjeri općih pripremnih vježbi. Uz navedeno, pojašnjen je i glavni dio sata od kojih razlikujemo glavni „A” i „B” dio sata te završni dio sata. Dodatno, navedeno je i jutarnje tjelesno vježbanje koje se provodi svakodnevno u odgojno obrazovnim ustanovama te mikropredah kao oblik aktivnog odmora. Rad naglašava i važnost priredbe, šetnje i izleti kao oblike rada kroz koje dijete uči, istražuje, osamostaljuje se i radi na svome samopouzdanju i upornosti. Proveden je anketi upitnik na temu *Organizacijski oblici rada djece predškolske dobi u Dječjem vrtiću Sisak Novi* u svrhu istraživanja zastupljenosti organizacijskih oblika rada te je anketni upitnik uspoređen s Planom i programom tjelesne i zdravstvene kulture za djecu od tri do šest godine, autora Findaka Vladimira.

Ključne riječi: dijete, organizacijski oblici rada, odgojitelj, tjelesna aktivnost

SUMMARY

In this paper Organizational forms of work in preschool age, the types of kinesiological activities and the importance of physical activity are briefly stated, and thus the importance of the educator who conducts physical activities. Also, the organizational forms of work are described, the most isolated of which is the hour of physical and health culture, where the emphasis is placed on the description of the parts of which the clock consists, and this is the introductory part of the clock, the preparatory part of the clock, and examples of general preparatory exercises are given. In addition to the above, the main part of the hour of which we distinguish the main „A” and „B” part of the clock and the final part of the clock have been clarified. Additionally, the morning physical exercise conducted daily in educational institutions and the microrespite as a form of active rest are also listed. The paper emphasizes the importance of events, walks and excursions as forms of work through which the child learns, explores, independent and works on his self-confidence and perseverance. A survey was conducted on the topic Organizational forms of work in preschool age in Sisak Novi Kindergarten for the purpose of researching the representation of organizational forms of work, and the survey questionnaire was compared with the Plan and the program of physical and health cultures for children from three to six years, by Findak Vladimir.

Keywords: child, organizational forms of work, educator, physical activity

1. UVOD

Pozitivnom dječjem razvoju uveliko pridonose zdrave navike u koje ubrajamo tjelesno vježbanje koje je važan čimbenik u rastu i razvoju djece predškolske dobi. Prema Mraković (1997) kineziologija je definirana kao jedina znanost koja proučava zakonitosti upravljanoga procesa vježbanja kojemu su ciljevi sljedeći: unapređenje zdravlja, optimalan razvoj i održavanje na što višoj razini antropoloških obilježja i razine motoričkih znanja, sprječavanje pada određenih antropoloških osobina, sposobnosti te motoričkih znanja i maksimalan razvoj osobina i sposobnosti u natjecateljski usmjerenim kineziološkim aktivnostima, dakle sve navedeno iznimno je važno u razvoju djeteta od njegove rane dobi što djeca kroz igru ostvaruju, spontano i uz zadovoljstvo.

Rano i predškolsko doba razvoja djetetovih motoričkih vještina omogućuje, uz pravilno pristupanje, znatne prednosti u njihovome razvoju. Danas, utjecajem tehnologije i sve većim brojem sati koje djeca provode u odgojno obrazovnim ustanovama, dječja se aktivnost smanjuje, a posljedice tj. nedovoljno aktivnosti, reflektiraju se na dječju prekomjernu težinu koja i uzrokuje zdravstvene probleme. Uzevši u obzir današnju problematiku povezanu uz dječju tjelesnu neaktivnost, ustanova ranog odgoja ima iznimno važan zadatak, a odnosi se na ispunjavanje i omogućavanje djetetove potrebe za tjelesno izražavanje, kretanje i vježbanje. Djeca uče kroz igru te im je tako i potrebno predstaviti i približiti tjelesni sadržaj aktivnosti, a kroz zadane i ciljane aktivnosti se ostvaruju i realiziraju ciljevi i zadaće pomoću organizacijskih oblika rada. Organizacijski oblici rada provode se svakodnevno u odgojno obrazovnim ustanovama, kao što su jutarnje tjelesno vježbanje i sat tjelesne i zdravstvene kulture, a također su zastupljene i drugi oblici rada, mikropredah, priredbe, šetnje, izleti, zimovanja i ljetovanja.

2. KINEZIOLOŠKA AKTIVNOST

Kineziološka aktivnost je pojam za ukupnu populaciju aktivnosti koje su podijeljene na konvencionalne i nekonvencionalne aktivnosti. Konvencionalne aktivnosti su aktivnosti čiji su sadržaji limitirani pravilima te im je primarna funkcija razvoj motoričkih znanja. Primarna funkcija nekonvencionalnih sadržaja je u razvoju osobina i sposobnosti. (Findak i Prskalo, 2004:41)

Djeca usvajaju osnove pokreta velikom brzinom od malih nogu, kako bi usvojili i razvili svoje motoričke sposobnosti, najbolji način za to je spontano, kroz igru.

Igra, kao najstariji oblik tjelesne i zdravstvene kulture i najautonomnija čovjekova aktivnost, spontana je i slobodno izabrana čovjekova aktivnost koju karakterizira raznovrsnost kretanja i prati snažan osjećaj ugone i zadovoljstva. (Findak, 1995:13)

Petrić (2019) ističe kako se pomoću raznih vrsta tjelesnog vježbanja, ostvaruje motorička pismenost djece predškolske dobi tj. tijekom kinezioloških aktivnosti.

Kineziološke aktivnosti Mraković (1997) dijeli na četiri skupine:

- Monostrukturalne kineziološke aktivnosti ubrajaju natjecateljske aktivnosti kao što su plivanje, veslanje i skijanje, a cilj aktivnosti je svladavanje prostora vlastitim tijelom.
- Polistrukturalne kineziološke aktivnosti posjeduju pravila motoričkih gibanja koja su nastala od borilačkih vještina.
- Polistrukturalne kompleksne aktivnosti su aktivnosti koje čini suradnja tima, ubrajaju se nogomet, odbojka i ostale momčadske igre.
- Polistrukturalne konvencionalne aktivnosti ubrajaju aktivnosti kao što je ples, gimnastika, klizanje tj. aktivnosti u kojima je izražena ravnoteža, koordinacija, brzina i snaga.

3. VAŽNOST TJELESNE AKTIVNOSTI

Tjelesno vježbanje i tjelesna aktivnost imaju veliku ulogu kod djece predškolske dobi, utječe na razvoj pokreta, ali i na opći razvoj djece (Ivanković, 1980).

Svrha tjelesne aktivnosti je utjecati na unaprjeđenje zdravlja, motoričku i funkcionalnu sposobnost djeteta, usvajanje motoričkih znanja, stjecanje svakodnevnih životnih znanja te razvoj psihičkih i moralnih svojstava djece. Pravilan je rast i razvoj rezultat tjelesnog vježbanja.

Pejčić (2005) navodi kako se vježbanjem ispunjava djetetova potreba za kretanjem i igrom, ali isto tako dijete uči što je sportsko ponašanje i dobre navike, a najviše uče ne odustajati tj. uče što je to upornost. Samim time raste im razina samopouzdanja, napreduju i procjenjuju svoje mogućnosti.

Zbog neispunjenih i smanjenih tjelesnih aktivnosti kod djece, uz nepravilnu i nezdravu prehranu, smanjuje se fizička sposobnost i povećava se mogućnost pojave poremećaja u ponašanju. Naposljetku u ranoj dobi djece, izostankom redovne tjelesne aktivnosti, razvoj motoričkih vještina djece je narušen, a kasnije ga je sve teže nadomjestiti i nadoknaditi (Petrić, 2019).

Što se tiče tjelesnih aktivnosti, djeci današnjice, uskraćena je ili znatno manja obzirom na djetinjstva prijašnjih generacija. Uzrok tome je razvoj tehnologije, sama izloženost djece tehnologiji i provođenje sve više vremena u zatvorenim prostorima. Smanjena tjelesna aktivnost može uzrokovati nepravilan rast i razvoj te narušava zdravlje djeteta, a upravo se u odgojno-obrazovnim ustanovama žele postići zdrave navike kod djece, vježbanje i kretanje (Dvorski, Kokanović, Bogovčić i Matić, 2015).

Prema Findak i Marković (1998), benefiti tjelesne aktivnosti su;

- Pozitivan utjecaj na rast i razvoj
- Jačanje imuniteta
- Efikasno uklanja i sprječava umor
- Omogućuje održavanje razvoja antropometrijskih, motoričkih, funkcionalnih i adaptacijskih sposobnosti
- Usporava proces starenja
- Poboljšanje stupnja zdravlja

Vježbanje i tjelesnu aktivnost poželjno je i efikasno provoditi onda kada se dijete osjeća slobodno, a to je tijekom igre. Dakle, kroz igru su djeca najviše uključena u proces vježbanja i tako razvijaju motoriku i motoričke sposobnosti, stječu zdravstveno-higijenske navike te funkcionalne sposobnosti. Igra je za dijete predškolske dobi iznimno važna, koliko zbog usavršavanja prirodnih oblika kretanja toliko zbog razvoja antropoloških obilježja, stjecanja životnih navika i boljeg razvitka motoričkih dostignuća (Findak, Delija, 2001).

4. ULOGA ODGOJITELJA U PROVOĐENJU AKTIVNOSTI

Odgojitelj ima veliku ulogu u razvoju djece, a kako bi odgojitelj bio dobar u svome poslu, mora dobro poznavati svoju struku. Stav odgojitelja i njegova predviđanja o mogućnostima dječjeg razvoja imaju veliku ulogu na učenje, razvoj, obrazovanje i odgoj (Miljak, 1996). Interes djece potrebno je pobuditi i potaknuti kroz raznovrsne aktivnosti koje će djeci biti zanimljive jer će na taj način djeca biti potaknuta na suradnju, samoučenje i aktivno će učiti.

Odgojno-obrazovni proces utječe na antropološka obilježja subjekta, odnosno djece, kroz organizirani proces. Organizirani proces učenja motoričkih gibanja zatim utječe na sudionike tj. djecu kroz odgojne učinke direktnim ili izravnim vođenjem odgojitelja (Findak i Prskalo, 2004).

Prema Šagud (2002) primarni zadatak odgojitelja je „učenje načina igranja” gdje se djeca postupno i kontinuirano uče i osposobljavaju za samostalnu i slobodnu igru. Svakodnevno je vježbanje izrazito važno za djecu zbog pravilnog rasta i razvoja. Odgojitelj bi trebao u odgojno – obrazovnim ustanovama najmanje 3 puta tjedno provoditi sat tjelesne i zdravstvene kulture, Aktivnosti tjelesnog odgoja moraju biti organizirani i isplanirani od strane odgojitelja kako bi djeca bila potpuno angažirana, kako tjelesno tako i psihički. Temeljni uvjet da aktivnost tjelesnog odgoja bude uspješna je dobra priprema.

Odgojitelj odlučuje koliko će dijelovi sata trajati, a također ovisi i o dobi djece. Reakcije djece odgojitelju daju do znanja treba li određeni dio aktivnosti vremenski skratiti ili produžiti. Također, kada odgojitelj uvidi da djeca gube zanimanje za vježbanje (ako ne slušaju ili prate), aktivnost se može prekinuti od strane odgojitelja bez obzira o kojem se dijelu aktivnosti radi.

Svi dijelovi aktivnosti zajedno čine nedjeljivu cjelinu tako što jedan dio aktivnosti stvara povoljne uvjete za prijelaz na drugi dio aktivnosti.

5. ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA

Organizacijski oblici rada uz program tjelesne i zdravstvene kulture su organska cjelina, a definirani su ciljevima i zadaćama. Razlikujemo više organizacijskih oblika rada kojima je temeljna zadaća ispunjavanje urođene potrebe za kretanjem kod djece: svakodnevni su jutarnja tjelovježba i sat tjelesne i zdravstvene kulture, a oblici rada koji se provode rjeđe su izleti, priredbe, šetnje i ostale aktivnosti. Predviđeni organizacijski oblici rada za djecu predškolske dobi, osjetno se razlikuju kada je riječ o sadržaju i organizaciji, ali to se smatra prednošću jer se do realizacije dolazi sustavnim provođenjem svih oblika rada te su primarni dječji interesi i potrebe. (Findak, 1995).

5.1. SAT TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE

Osnovni organizacijski oblik rada je sat tjelesne i zdravstvene kulture koji omogućava i sadrži najbolje izražene učinke na organizam djeteta odnosno na njegov antropološki status. Sadržaj sata svojim uspješnim provođenjem pozitivno se odražava na motoričke, morfološke i funkcionalne sposobnosti djeteta, a isto tako omogućava se usvajanje elementarnih teorijskih znanja koja će djeci biti neophodne u odrastanju i svakodnevicu. (Findak, Delija, 2001).

Od mnoštva pojavnih oblika sati tjelesne i zdravstvene kulture onaj koji povežemo uz predškolski odgoj nazivamo sat tjelesnog vježbanja. Sat tjelesnog vježbanja, kao i svi ostali, razlikuju se u trajanju, ali imaju istu strukturu.

Struktura sata ostaje nepromijenjena, bez obzira provodi li se u predškolskoj ustanovi ili na fakultetu. Razliku uviđamo u sveukupnom trajanju sata te u trajanju pojedinih dijelova sata, koje je potrebno prilagoditi ovisno o dobi djeteta. Uzimaju se u obzir ponajprije antropološka obilježja djece. Prema Findak (1995) strukturu sata tjelesne i zdravstvene kulture čine četiri povezana dijela, a to su:

- a) Uvodni dio sata
- b) Pripremni dio sata
- c) Glavni dio sata („A” i „B” dio sata)
- d) Završni dio sata

Obzirom na grupu u kojoj se sat provodi potrebno je prilagoditi trajanje dijelova sata, sat tjelesne i zdravstvene kulture u mlađoj dobnoj skupini traje 25 minuta;

1. Uvodni dio sata (trajanje od 2 do 3 minute)
2. Pripremni dio sata (trajanje od 5 do 7 minuta)

3. Glavni dio sata (trajanje od 14 do 16 minuta)
4. Završni dio sata (trajanje od 2 do 3 minute)

Sat tjelesne i zdravstvene kulture u srednjoj dobnoj skupini traje 30 minuta;

1. Uvodni dio sata (trajanje od 2 do 4 minute)
2. Pripremni dio sata (trajanje od 5 do 7 minuta)
3. Glavni dio sata (trajanje od 16 do 18 minuta)
4. Završni dio sata (trajanje od 2 do 3 minute)

Sat tjelesne i zdravstvene kulture u starijoj dobnoj skupini traje 35 minuta;

1. Uvodni dio sata (trajanje od 4 do 5 minuta)
2. Pripremni dio sata (trajanje od 5 do 7 minuta)
3. Glavni dio sata (trajanje od 20 do 22 minute)
4. Završni dio sata (trajanje od 2 do 4 minute)

Svaki dio sata potrebno je prilagoditi dječjim interesima i vremenski prilagoditi obzirom na njihovu dob, a svaki sat ima svoju organizaciju, zadaću i sadržaj uvodnog, pripremnog, glavnog i završnog dijela sata (Findak, 1995).

5.1.1. UVODNI DIO SATA

U uvodnome dijelu sata dijete se priprema emocionalno, organizacijski i fiziološki za ostale dijelove sata. Organizam se mora pripremiti za nadolazeće napore, pokretanje zglobova, razvija se motorika cijeloga tijela te se povećava funkcija krvožilnog i dišnog sustava. U ovome dijelu sata kada govorimo o antropološkim zadacima, potrebno je podignuti funkciju središnjeg kardiovaskularnog i respiracijskog sustava na višu razinu kako bi se postignula ravnoteža između energije koje dijete ima u sebi te one energije koju će tijekom izvođenja sata potrošiti.

Pomoću obrazovnih zadataka djeci se približava sadržaj te im se omogućava napredovanje motoričkih dostignuća također savladavaju i upoznaju se sa raznim vrstama igara kroz koje uče i ponavljaju elemente različitih cjelina. Ugodna atmosfera tijekom sata i motivacija djece za rad rezultat su odgojnih zadataka kroz koje se potiče djecu na formiranje pozitivnih i pravilnih stavova prema tjelesnom vježbanju te međusobnom uvažavanju. (Lorger, M., Findak, V., Prskalo, I., 2013).

Sadržaji ili sredstva koja se koriste u uvodnome dijelu sata su tjelesne aktivnosti koje djeci omogućavaju jednostavno i adekvatno ostvarivanje ciljeva i zadatka pojedinog dijela sata.

Izbor tema odnosno sadržaja, ovisi o djeci, koliko oni pokazuju zainteresiranost za određene igre tj. sadržaje i teme, ako govorimo o trčanju, zadaci mogu biti slijedeći; trčanje sa zadacima, pretrčavanje, preskoci, poskoci i skokovi. Trčanje se može uklopiti u elementarne ili jednostavne igre. Kako je teme igara potrebno prilagoditi interesu djece, isto tako moraju biti prilagođene raspoloživim uvjetima, prostoru u kojemu se izvodi sat, a neophodan je djeci primjeren sadržaj koji je potrebno prilagoditi njihovoj dobi i mogućnostima. Sadržaj mora biti jednostavan za izvedbu i djeci razumljiv.

Okupljanjem djece i formiranjem npr. formiranje vrste, započinje se organizacija. Djeca i odgojitelji koriste naučeni pozdrav, tako je najbolje započeti sat jer se djeci ukazuje na početak sata. U uvodnome dijelu sata je uglavnom zastupljen frontalni oblik rada, djeca za vrijeme održavanje sata gledaju prema odgojitelju odnosno odgojitelj ima poziciju na kojoj ima uvid na djecu tijekom izvođenja vježbi kako bi mogao po potrebi intervenirati. (Findak i Delija, 2001).

5.1.2. PRIPREMNI DIO SATA

Cilj pripremnog dijela sata služi kao priprema tijela za veće fiziološke napore tijekom izvođenja vježbi, a antropološkim zadaćama priprema se lokomotorni sustav za nadolazeće napore tijekom sata tjelesnog vježbanja, utječe se na istezanje i jačanje svih mišića te na razvoj funkcionalnih i motoričkih sposobnosti.

Kada se govori o obrazovnim zadaćama, cilj je naučiti djecu kako se vježbe pravilno izvode, ponavljanje i usavršavanje naučenih opće pripremnih vježbi i njihovo korištenje u svakodnevicu. Djecu je potrebno potaknuti na surađivanje kako bi se postigla skladnost u skupini te u samome radu pri izvođenju vježbi.

Prema Lorger i suradnicima (2013) potrebno je kod djece razviti disciplinu te ih motivirati na daljnji rad tijekom kojeg će vladati dobra atmosfera.

Sadržaj pripremnog dijela sata su opće pripreme vježbe koje se mogu izvoditi uz pomoć sprava ili bez njih, a izvode se u svrhu labavljenja, jačanja i istezanja. Vježbe labavljenje služe za smanjivanje mišićne napetosti kako bi se unaprijedila i poboljšala prirodnost i mekoća pokreta tijekom vježbanja. Vježbe jačanja služe ojačavanju svih mišićnih skupina dok vježbe istezanja služe kako bi se pokretljivost organizma djeteta održala na funkcionalnoj razini. Djeca predškolske dobi najlakše će shvatiti izvedbu vježbe ako vježbe opišemo i demonstriramo kao radnje povezane sa njihovom neposrednom okolinom.

Primjeri općih pripremnih vježbi u pripremnom dijelu sata:

5.1.2.1. OPĆE PRIPREMNE VJEŽBE:

Prva vježba:

Poskoci s pljeskom iznad glave

Djeca stanu uspravno, stopala raširite u širini ramena, ruke ispružene uz tijelo, dlanove okrenutih prema tijelu. Iz početne pozicije skaču uvis, noge u raznoženje i doskaču na poziciju, sunožno. Istovremeno, dok izvode skok, rašire ruke do pozicije iznad glave i pljesnu.

Zadatak se ponavlja 10 puta.

Utjecaj vježbe: jačanje velikih mišićnih skupina

Druga vježba: „Spavanje“

Djeca spoje dlanove i stavljaju ih na ramenu isto vrijeme naslanjaju glavu na dlanove. Vježba se ponavlja 5 puta.

Utjecaj vježbe: razgibavanje vratnih mišića.

Treća vježba: „Policajac“

Djeca ispruže ruke ispred tijela tako da im se dlanovi dodiruju.

Pomiču ruku u jednu stranu te je prate pokretom. Vraćaju ruku u početni položaj te ponavljaju istu radnju sa drugom rukom u drugu stranu.

Vježba se ponavlja 10 puta.

Utjecaj vježbe: jačanje ruke i ramenog pojasa.

Četvrta vježba: „Branje jabuka“

U početnom položaju ruke su ispružene uz tijelo. Na znak djeca podižu ruke iznad glave praveći se da beru jabuke. Na znak odgojitelja spuštaju se dolje kako bi ih stavili u košaru.

Vježba se ponavlja 5 puta.

Utjecaj vježbe: jačanje i razgibavanje mišića nogu uz razgibavanje ramenog pojasa.

Peta vježba: „Vjetar „

Ruke su u ispruženom položaju iznad glave. Na znak odgojitelja djeca se cijelim tijelom naginju bočno u lijevu odnosno u desnu stranu.

Vježba se ponavlja 5 puta.

Utjecaj vježbe: Razgibavanje gornjeg dijela tijela, s naglaskom na bočne trbušne mišiće.

Šesta vježba: „Miješanje juhe“

Djeca spoje ruke ispred sebe praveći se da drže kuhaču i kružnim pokretima ruku i bokova simuliraju miješanje juhe.

Vježba se ponavlja 6 puta. Utjecaj vježbe: jačanje ramenog pojasa i mišića ruku.

Sedma vježba: „Buba naopačke“

Djeca legnu na leđa, stave koljena na prsa i ljuljaju se na leđima.

Vježba se ponavlja 5 puta.

Utjecaj vježbe: Razgibavanje leđnih mišića.

Osma vježba: „Superman“ . Djeca legnu na trbuh te na znak odgojitelja te istodobno podignu desnu ruku i lijevu nogu odnosno lijevu ruku i desnu nogu, glava u prirodnom položaju.

Vježba se ponavlja 5 puta.

Utjecaj vježbe: jačanje mišića leđa.

Deveta vježba: „Preskakivanje potoka“

Djeca sunožno poskakuju naprijed nazad te u lijevu i desnu stranu, a za to vrijeme pljesnu rukama, kod svakog skoka.

Vježba se ponavlja 5 puta.

Utjecaj vježbe: jačanje mišića nogu i utjecaj na razvoj koordinacije.

Kako bi se obuhvatio cijeli organizam potrebno je prilagoditi vježbe, koje dijelimo na vježbe vrata, ruku i ramenog pojasa, trupa, zdjeličnog pojasa i nogu. Poželjno je da prva vježba bude kompleksna odnosno da je pri vježbanju što više aktivnih mišićnih skupina nakon čega se izvode vježbe vrata, zatim ruku i ramenog pojasa, trupa te na posljetku zdjelični pojas i noge. Vježbe se također mogu izvoditi na spravama ili u parovima. Vježbe u parovima, moraju se

prilagoditi obzirom na antropometrijske ili morfološke karakteristike, djeca bi trebala biti približne visine i težine. (Findak i Delija, 2001).

Svaku je vježbu potrebno izvoditi kao konkretan sat kako bi njegov učinak bio što pozitivniji i korisniji tj. sat će kao takav imati svoju svrhu. Svakodnevno se vježbanje počinje izvoditi bez sprava, a poslije se prelazi na izvođenje uz pomoć sprava i na spravama. Kada se djeca priviknu na rad u skupini i zauzimanju formacija u prostoru tada je poželjno uvoditi vježbe na spravama. Izvođenje vježba na spravama pomaže razvoju sposobnosti za rad u skupini i razvoju mišićnih skupina. (Findak, 1995).

Završetkom uvodnog dijela sata započinje organizacija pripremnog dijela, prijelaz između dijelova trebao bi biti što brži kako bi se nastavio rad bez ometanja kontinuiteta. Zastupljen je frontalni oblik rada, odgojitelj stoji ispred djece dok djeca zauzmu određenu formaciju npr. slobodna formacija prilikom koje djeca imaju dovoljno prostora za neometano izvođenje vježbi. Odgojitelj započinje sat opisivanjem vježbe i samom demonstracijom, nakon toga daje znak za početak igre. Radi lakšeg izvođenja, vježbe se mogu upotpuniti glazbom ili taktom kako bi rad bio skladniji. Vježbe se ponavljaju u skladu sa interesom djece, ako odgojitelj procjeni zainteresiranost tijekom izvedbe, vježba se ponavlja više puta. Sve opće pripreme vježbe izvode se po redosljedu, u pravilu od glave prema noge te po intenzitetu, od jednostavnijih i lakših ka težim i kompleksnijim. (Findak i Delija, 2001).

5.1.3. GLAVNI DIO SATA

Cilj glavnog dijela sata je stvaranje najpovoljnijih uvjeta za ostvarivanje postavljenih zadataka pomoću tjelesnih vježbi te pozitivan potrebit i moguć utjecaj na antropološki status djece. (Findak, 1995).

Istaknuto je, kod antropoloških zadataka, utjecaj na pravilno držanje tijela, utjecaj na proporcionalnost potkožnog i mišićnog tkiva, razvijanje motorike i usavršavanje osnovnih motoričkih sposobnosti, povećanje funkcije krvožilnog i respiracijskog sustava. Glavni je dio sata najduži po trajanju, a samim time fiziološko je opterećenje najveće i najviše se može utjecati na organizam u tome dijelu sata.

Usavršavanje i usvajanje motoričkih znanja, poboljšanje motoričkih dostignuća rezultat je koji se želi postići obrazovnim zadacima kako bi funkcionalnost djece bila što veća i jednostavnija u njihovom svakodnevnom životu.

Poticanje djece na rad, motiviranje i razvijanje osobne volje, stjecanje radnih navika, ispunjavanje zadaća i poštivanje pravila je ono čemu teže odgojne zadaće. Najvažnija je samostalnost u radu, suradnja i pomaganje. (Lorger i sur., 2013).

Sadržaj je podijeljen na glavni „A“ dio sata i glavni „B“ dio sata.

5.1.3.1. GLAVNI „A“ DIO SATA

U glavnom „A“ dijelu sata zastupljeno je; hodanje, trčanje, bacanje, skakanje, gađanje, hvatanje, provlačenje, potiskivanje, plesne i igre. Biraju se dvije teme koje se odrađuju u dva zadatka, a uglavnom su lakšeg i težeg karaktera. Organizacija sata počinje nakon završetka pripremnog dijela sata, a isto kao i u pripremnom dijelu, zastupljen je frontalni oblik rada ili jednostavniji grupni oblici npr. kolone, krug, polukrug. Odgojitelj prije početka zadatka, objašnjava, detaljno opisuje i demonstrira.

5.1.3.2. GLAVNI „B“ DIO SATA

Glavni „B“ dio sata odvija se u sklopu igara, to mogu biti štafetne ili elementarne igre. Odgojitelj započinje sa objašnjenjem, opisom i demonstracijom nakon čega se počinje sa igrom ili zadatkom. Najveće se opterećenje upravo postiže u ovome dijelu sata zbog toga što se kroz karakter igara budi natjecateljski duh u djeci. U ovome dijelu dolazi do izražaja sposobnost, individualnost i samostalnost djece kroz rješavanje zadataka. Odgojitelj sudjeluje u ovome dijelu kao promatrač koji će po potrebi korigirati i potaknuti ispravnije izvedbe djece (Findak, Delija, 2001).

5.1.4. ZAVRŠNI DIO SATA

„Cilj je završnog dijela sata približiti sve fiziološke i psihičke funkcije stanju kakvo je bilo prije početka sata“ (Findak, 1995:60). Antropološke zadaće opisuju sadržaje kojima se smiruje organizam kroz sredstva i oblike rada uz odgovarajuću primjenu sadržaja u kojoj su zastupljene mirnije aktivnosti. Obrazovni zadaci manifestiraju se kroz motorička znanja, koja povezujemo uz elementarne igre, plesove. Prema Lorger i sur.(2013) odgojne zadaće potiču i zadržavaju raspoloženje tijekom sata, razvijaju higijenske navike i usvajanje radnih navika. Sadržaj u završnom dijelu sata ne stvara velika opterećenja kod djece, primjenjuju se zadaci koji će opustiti i smiriti organizam djeteta, a to su elementarne igre mirnijeg karaktera, plesovi, hodanje ili vježbe disanja.

Organizacija sata u završnome dijelu je rezultat sadržaja koji je odabran, može biti frontalni oblik rada, vrsta, kolona, krug ili polukrug. Odgojitelj, kao i u prethodnim dijelovima, opisuje

i demonstrira zadatak. Djeca samostalno izvode zadatak, a odgojitelj pomaže ukoliko je potrebno dodatno pojašnjenje. Kraj se sata može zatvoriti u cjelinu stjecanjem higijenskih navika, pranjem ruku i umivanjem (Findak i Delija, 2001).

6. JUTARNJE TJELESNO VJEŽBANJE

Jutarnje tjelesno vježbanje provodi se svakodnevno, pri dolasku djece u odgojno-obrazovnu ustanovu. Kroz takvo se vježbanje djeca razbude te se stvara pozitivno raspoloženje kratkim energičnim pokretima, a razvija se dječji psihofizički razvoj. Trajanje vježbanja određuje se ovisno o dobnoj skupini djece u kojoj se provodi, za mlađu od 3 do 4 minute, za srednje dobne skupine provodi se od 5 do 6 minuta, a u starijoj od 6 do 7 minuta.

Tijekom provođenja jutarnjeg tjelesnog vježbanja uključene su jednostavne igre, trčanje, poskoci, hodanje, opće pripremne vježbe, pojedinačne kineziološke igre, vježbanje uz glazbu ili tjelesno vježbanje uz priču (Petrić, 2019).

Mlađoj djeci ovakav način vježbanja olakšava daljnje uključivanje u aktivnosti tijekom dana, ali je potrebno vježbe prilagoditi ovisno o dobi skupine u kojoj se vježbe provode. Odgojitelj tijekom izvođenja vježba promatra djecu i uči ih pravilno udisati i izdisati jer ovaj oblik vježbanja ne zahtijeva detaljnu demonstraciju, opisivanje te samo ispravljanje već prilikom vježbanja djeca imaju veću fleksibilnost prilikom koje se pripremaju za boravak u odgojno-obrazovnoj ustanovi (Findak, 1995).

Kinkela i Marić (2010) ističu koristi jutarnje tjelovježbe koje se manifestiraju kroz:

- poticanje na aktivnost organskih sustava i organizama
- jutarnje aktiviranje mišićnih skupina ubrzat će metabolizam
- povećanje nivoa energije koji se osjeća tijekom cijelog dana
- termalni učinak nastaje tijekom i još ostaje nakon vježbanja što utječe na raspoloženje
- postiže se trenutačna mekoća i racionalizacija pokreta
- ubrzani rad srca povećava razinu kisika u mozgu što potiče rast novih stanica
- poboljšava se mentalna aktivnost i koncentracija
- jutarnjim vježbanjem bitno će se pojačati i osnažiti disanje, a jutarnji zrak je čišći
- razbuđuje apetit i potiče zdrav ritam prehrane
- ne preskače se najvažniji obrok doručak
- redovitom primjenom jutarnje tjelovježbe jednostavno potičemo stjecanje i održavanje zdravih navika.”

7. MIKROPREDAH

„Mikropredah je oblik aktivnog odmora koji se izvodi između aktivnosti u tijeku rada, a jedna od njih nije vezana uz tjelesnu i zdravstvenu kulturu“ (Findak, 1995:62).

Svrha mikropredaha je pojačani rad lokomotornog, dišnog i krvožilnog sustava, a primjenjuje se kada se kod djece pojavi umor te se tada prakticira aktivan odmor.

Mikropredah se odrađuje kroz opće pripremne vježbe i trajanje je određeno od tri do pet minuta. Provođenje mikropredaha uvjetovano je pojavljivanjem dječjeg umora tj. provodi se po procjeni odgojitelja sukladno tome koliko su djeca tijekom aktivnosti pasivna, nezainteresirana ili daju poneke znakove umora. Tijekom izvođenja vježbi poželjnije su jednostavnije vježbe kako se djecu ne bi pretjerano opteretilo, a ove jednostavne vježbe mogu izvoditi djeca svih uzrasta (Findak, 1995).

8. PRIREDBE

Priredbe se ubrajaju kao jedan od organizacijskih oblika rada u kojima sudjeluju djeca svih uzrasta prilikom kojih se prikazuju postignuća djece i njihova samostalnost.

Održavaju se na razini odgojno-obrazovne ustanove, za mlađe ili starije odgojne skupine, ali mogu se održavati za roditelje i ostalu publiku ovisno o važnosti događaja. Djeca uvježbavaju program tijekom cijele pedagoške godine koje provode odgojitelji, također planiraju program unaprijed kako bi djeca usvojila sadržaj (Findak, 1995).

Sadržaj predstave može biti povezan sa tjelesnom i zdravstvenom kulturom, ali mogu se uključiti i bilo koji drugi dijelovi svakodnevice ili područja koja se obrađuju s djecom u odgojno-obrazovnoj ustanovi. Cilj uvježbavanja određene priredbe je nastup za koji je potrebno i samopouzdanje djece, što bolje djeca usavrše zadane uloge, nastup će biti bolji, a djeca puna samopouzdanja. Vježbe se odvijaju na razini odgojno-obrazovne ustanove, djeca koja sudjeluju u priredbi nastupaju, dok su ostala djeca publika.

9. ŠETNJE

Svaka tjelesna aktivnost ima cilj i zadaću, isto tako imaju i šetnje. Prije polaska odgojitelj određuje zadaću i cilj zbog kojega se provodi šetnja.

Šetnja je organizacijski oblik rada koji obuhvaća boravak u prirodi, na zraku, a potrebno je provoditi ih što češće zbog djece koja imaju mogućnost istraživanja i upoznavanja okoliša – šume, igrališta ili livade.

Priprema za šetnju podrazumijeva duplu odjeću i obuću koja će djeca nositi sa sobom, a odgojitelj mora provjeriti ruksak svakog djeteta prije odlaska u šetnju.

Trajanje šetnje, duže je ili kraće, ovisno o dobi djece. Mlađa dobna skupina može šetati od 500 do 1000 metara, srednja dobna skupina nešto više, od 1000 do 1500 metara, dok najstarija dobna skupina može šetati od 1500 do 2000 metara, a kada se vremenski određuje trajanje šetnje, mlađa dobna skupina može hodati petnaest minuta bez stajanja, srednja dobna skupina do dvadeset minuta bez stajanja, a starija dobna skupina može hodati i do pola sata bez stajanje. Tijekom šetnje djecu je potrebno imati u vidnom polju, naročito ako se prolazi kroz naseljeno mjesto. Djecu je potrebno procijeniti koliko su tijekom šetnje zainteresirani za okolinu te je poželjno zaustaviti se, kako bi mogli promotriti okoliš. Promjena smjera je također poželjna kako bi šetnja ostavila što veći utisak na djecu kroz zapažene detalje. Povratkom u vrtić potrebno je očistiti obuću i odjeću, oprati ruke i pripremiti za nadolazeće aktivnosti u vrtiću. Šetnje se uglavnom provode prijepodne tj. poslije doručka, a povratak u vrtić je prije ručka.

Bez obzira na vremenske prilike, svaka šetnja na djecu ostavlja drugačiji dojam (Findak, 1995).

10. IZLETI

Izlete se smatra vrlo vrijednim oblicima rada, ali zbog urbanizacije i razvoja tehnologije sve se manje provode. Djeca u prirodi provode sve manje vremena te je, u današnje vrijeme, poželjno što više provoditi vrijeme u prirodi s djecom, odvesti ih na izlete u istraživanje i upoznavanje neposredne okoline i pravih vrijednosti.

Prema Findak (1995) izleti se temelje na povezanosti pješaćenja i prijevoza.

Organizacija izleta provodi se većinom tijekom jeseni, proljeća ili ljeta. Svaki izlet, isto kao i šetnje, ima svoj cilj i zadaću te se sastoji od bitnih sadržaja, pravca kretanja, programa samog izleta, mjesta odnosno lokacije na koju se putuje. Također, utvrđuje se dan i sat polaska i povratka, mjesto okupljanja, potrebne stvari djeci koje će ponijeti te upute roditeljima o pripremi djece.

Kada se govori o organizaciji potrebno je utvrditi slijedeće:

- odredište izleta, prvobitno mora biti sigurno za djecu
- obavijestiti roditelje, imati njihovu suglasnost
- dogovoriti koliko će roditelja pratiti djecu
- utvrditi način odlaska i povratka, ovisno o načinu prijevoza, potrebno je utvrditi putne troškove, vrijeme odlaska i povratka, a ako izlet uključuje pješaćenje treba odrediti pravac u kojemu se odlazi i dolazi i mjesta za odmor
- sa djecom potrebno je provesti aktivnosti u kojima se djeca informiraju o izletu i pokažu što bolji interes i atmosferu za isti
- djeci i roditeljima dati potrebne informacije i upute o odjeći, obući, hrani, piću i higijeni
- precizno se utvrđuje vrijeme i mjesto povratka

Provođenje izleta zahtijeva pridržavanje plana i programa, pridržava se dogovorenog vremena tj. odlazak i povratak što je i najvažniji uvjet izleta. Vrijeme obroka održava se u vrijeme odmora, na predviđenome mjestu.

Uspješnost izleta, očitava se kroz dječje geste, ponašanje, njihove doživljaje i ono najvažnije, raspoloženje (Findak, 1995).

11. ZIMOVANJE

Findak (1995) navodi zimovanje kao oblik višednevnog boravka u prirodi, odlazi se često u planine, ali se zimovanje može provoditi i u primorskim krajevima.

Organizirano zimovanje sadrži mnoge beneficije, kao što su:

- djeca borave u povoljnim klimatskim prilikama
- provođenje aktivnosti koje djeca nemaju priliku kod kuće
- puno vremena se provodi na zraku što pozitivno utječe na zdravlje
- djeca doživljavaju prave vrijednosti zajednice provodeći vrijeme zajedno te kroz suradnju
- kroz brojne aktivnosti djeca uče, a to ih potiče na primjenjivanje i razvoj znanja i vještina u svakodnevnome životu
- zadovoljavanje bioloških potreba kroz aktivnosti na snijegu

Cilj zimovanja kao organiziranog oblika rada djeci osim kvalitetnog odmora i unaprjeđivanja zdravlja pridonosi razvoju antropološkog statusa tj. razvijaju se njihove antropometrijske karakteristike, napreduju motoričke, funkcionalne i kognitivne sposobnosti, konativne osobine, pospješuje se socijalni i zdravstveni status.

11.1. ORGANIZACIJA ZIMOVANJA

Organizacija je ključan dio svakog izleta, a uz organizaciju važna je i priprema, fizička priprema djece te organizacija života i rada, odnosno aktivnosti, na zimovanju. Obavijestiti roditelje također je važan dio uz samu organizaciju i pripremu zimovanja.

Kako se za svaki organizacijski oblik rada određuje cilj tako se određuje i za zimovanje, ali ovdje se razmatra mjesto na koje se odlazi ovisno o dobi djece. Naime, ako su u pitanju djeca iz mlađe dobne skupine odabiru se bliže destinacije u nižim predjelima zbog sigurnosti djece.

Priprema djece za zimovanje podrazumijeva pravilnu pripremu opreme tj. kakvu opremu treba uzeti, gdje se ista može pronaći, potrebno je pripremiti opremu te pregledati njenu ispravnost.

Tjelesna priprema odnosi se na uspješnost zimovanja, koliko će djeci biti naporno, kako će podnositi napore, kakvog će biti raspoloženja i kako će se osjećati tijekom zimovanja.

Prema Findaku (1995) treba se poštivati izrada plana i programa, kako kroz razne aktivnosti djeca gube energiju, samim time se žele odmoriti i njihovi se interesi moraju poštivati.

Što se tiče plana i programa, Neljak (2009) navodi dnevni raspored aktivnosti prikazan u Tablici 1:

Tablica 1: Dnevni raspored aktivnosti

07:30 – Ustajanje
07:45 – Jutarnja tjelovježba
08:15 – Doručak
09:30 – Prijepodnevnne aktivnosti na skijalištu
12:00 – Priprema za odlazak na ručak
12:30 – Ručak
13:30 – Poslijepodnevnne aktivnosti na skijalištu
15:30 – Poslijepodnevni odmor
16:30 – Poslijepodnevnne tjelovježbene aktivnosti
18:30 – Večera
19:30 – Društveno zabavne večeri
21:30 – Osobna higijena i priprema za noćni odmor
22:00 – Noćni odmor

Izvor: Izrada autora prema Neljak, B., (2009:105) *Kineziološka metodika u predškolskom odgoju*. Skriptarnica Kineziološkog fakulteta, Zagreb.

11.1.1. AKTIVNOSTI I SADRŽAJI NA ZIMOVANJU

Aktivnosti raznih sadržaja mogu se provoditi, Findak i Stella (1985) navodi sportsko rekreacijske aktivnosti:

- Prirodni oblici kretanja u snijegu – hodanje i trčanje, skakanje i preskakivanje, bacanje i gađanje, dizanje i nošenje, potiskivanje i nadvlačenje
- Sanjkanje – sanjkanje na ravnom terenu, sanjkanje niz brijeg
- Igre na snijegu – elementarne, štafetne, sportske i momčadske
- Aktivnosti na ledu bez klizaljka – razni oblici i zadaci hodanja, trčanja, vučenja, klizanja na stazi i slično
- Klizanje na ledu
- Hodanje na skijama
- Igre sa skijama
- Skijanje

- Snježno gradilište
- Šetnje
- Izleti
- Natjecanja u sanjkanju, klizanje na stazi, natjecanja u klizanju i skijanju

Kako je važno uvažavanje dječjih interesa i njihovo vrijeme za zabavu i opuštanje, provode se društveno-zabavne aktivnosti. Aktivnosti se organiziraju u većem broju kako bi se više djece zainteresiralo te kako bi pronašli odgovarajuće aktivnosti u kojima će sudjelovati.

Findak i Stella (1985) navode društveno-zabavne aktivnosti koje se mogu provoditi u slobodno vrijeme:

- Natjecanje – najoriginalnija oprema za zimovanje
- Maskenbal
- Noćna vožnja saonicama
- Kviz znanja
- Razne igre i zadaci u oblačenju, rukovanju, skidanju i spremanju zimske opreme
- Društvene igre
- Glazbene ili plesne večeri
- Večeri likovnog stvaralaštva
- Igrokazi ili prikazivanje kratkometražnih ili dugometražnih filmova

12. LJETOVANJE

Ljetovanje je organizirani višednevni boravak u prirodi uz povoljne klimatske uvjete. Ljetovanja se održavaju na moru, uz rijeke, jezera ili u planinama. Kao još jedan od organizacijskih oblika rada, ljetovanje je funkcionalan oblik boravka na određenoj lokaciji gdje se provodi slobodno vrijeme u prirodi. Aktivnosti koje se provode, djecu uče novim znanjima i vještinama, suradnji i životu u zajednici sa vršnjacima. Cilj ljetovanja je kvalitetan odmor i unapređenje antropološkog statusa.

12.1. ORGANIZACIJA LJETOVANJA

Organizacija se ljetovanja temelji na planu i programu, dakle potrebno je pripaziti na uvjete, mjesto i prostor u kojemu će djeca boraviti, dobi i broju djece, njihovim interesima, trajanju ljetovanja i klimatskim uvjetima.

Findak (1995) navodi dnevni raspored ljetovanja:

- Ustajanje
- Jutarnje tjelesno vježbanje
- Jutarnja higijena
- Doručak
- Prijepodneveni program
- Priprema za ručak i ručak
- Poslijepodneveni odmor
- Slobodno vrijeme
- Pripreme za večeru i večera
- Večernji program
- Pripreme za spavanje i spavanje

12.1.1. AKTIVNOSTI I SADRŽAJI NA LJETOVANJU

Aktivnosti se provode najčešće u prirodi, uz vodu ili u vodi, na zelenim površinama.

Razlikujemo tri vrste aktivnosti prema Findaku (1995):

1. Aktivnosti na otvorenim sportskim površinama
 - a) Prirodni oblici kretanja (trčanje, skakanje, bacanje, puzanje, penjanje, dizanje)
 - b) Razne igre
 - c) Rekreativne aktivnosti
 - d) Razna natjecanja

2. Aktivnosti u prirodi
 - a) Prirodni oblici kretanja
 - b) Razne igre
 - c) Terenske igre
 - d) Orijentacijsko pješaćenje
 - e) Šetnje, izleti

3. Sadržaji uz vodu i u vodi
 - a) Prirodni oblici kretanja u vodi
 - b) Igre u vodi
 - c) Obuka neplivača (vježbe disanja, kretanja, navikavanje na vodu, usavršavanje plivanja)

Neljak (2009) navodi kako ljetovanje i zimovanje smatramo najzahtjevnijim organizacijskim oblicima rada. Svaki od navedenih oblika rada zahtjeva razvoj plana i programa, organizaciju i realizaciju, a realizacija se dovija u potpunosti tijekom boravka posjećenom mjestu.

13. ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI U DJEČJEM VRTIĆU SISAK NOVI

13.1. Cilj i hipoteza

Važnost provođenja organizacijskih oblika rada u odgojno – obrazovnim ustanovama je velika jer rezultira pravilnim rastom i razvojem djece. Odgojitelj utječe na razvijanje i poticanje zdravih životnih kod djece provedbom sata tjelesne i zdravstvene kulture, jutarnjeg tjelesnog vježbanje i ostalim oblicima rada.

Cilj ovog istraživanja je:

- Provjeriti učestalost održavanja organizacijskih oblika rada u odgojnim skupinama
- Provjeriti jesu li sami odgojitelji zadovoljni provedbom navedenih organizacijskih oblika rada
- Provjeriti moguće nedostatke koje odgojitelji smatraju da je potrebno poboljšati za potrebnu provedbu organizacijskih oblika rada u odgojno – obrazovnoj ustanovi ako takvi postoje

Hipoteze:

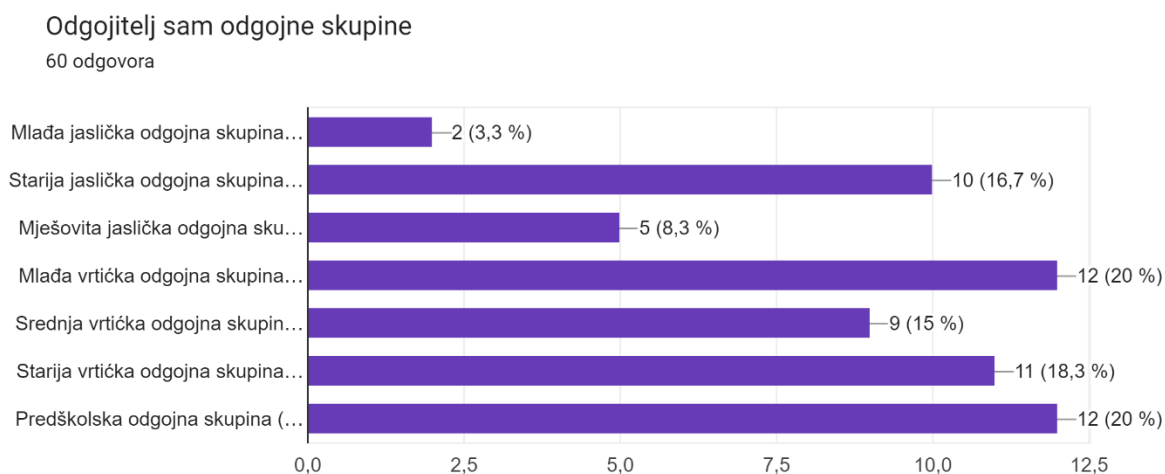
- Smatram da odgojitelji učestalo provode organizacijske oblike rada
- Smatram da su odgojitelji zadovoljni provedbom organizacijskih oblika rada

13.2. Uzorak ispitanika i varijabli

Kako bi se ispitivanje provelo, izrađen je anketi upitnik „Organizacijski oblici rada djece predškolske dobi u Dječjem vrtiću Sisak Novi” koji se sastoji od 10 pitanja. Proveden je tijekom srpnja 2023. godine. Uzorak ispitanika činilo je 60 odgojitelja zaposleno u Dječjem vrtiću Sisak Novi. Prvo pitanje odnosi se na dob skupine u kojoj odgojitelj radi, a ostala pitanja odnose se na organizacijske oblike rada odnosno njihovu provedbu u skupinama. Posljednja dva pitanja odnose se na zadovoljstvo odgojitelja provedbom i moguće nedostatke koje oni smatraju da je potrebno pospješiti kako bi provedba bila lakša i jednostavnija za djecu i same odgojitelje.

Prvi grafikon prikazuje odgojne skupine po dobi i broj odgojitelja koji rade u istima:

Grafikon 1. Odgojitelj sam odgojne skupine:

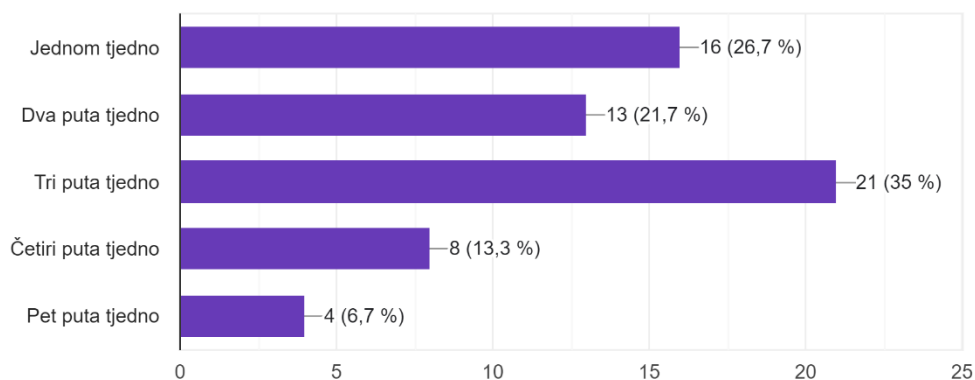


Iz grafikona 1. možemo uvjeti broj odgojitelja koji rade u navedenim odgojnim skupinama. U mlađoj jasličkoj odgojnoj skupini rade 2 (3,3%) odgojitelja. U starijoj jasličkoj odgojnoj skupini radi 10 (16,7%) odgojitelja. U mješovitoj jasličkoj odgojnoj skupini radi 5 (8,3%) odgojitelja. U mlađoj vrtičkoj odgojnoj skupini radi 12 (20%) odgojitelja. U srednjoj vrtičkoj odgojnoj skupini radi 9 (15%) odgojitelja. U starijoj vrtičkoj odgojnoj skupini radi 11 (18,3%) odgojitelja te u predškolskoj odgojnoj skupini radi 12 (20%) odgojitelja.

Grafikon 2. Sat tjelesne i zdravstvene kulture u skupini provodim:

Sat tjelesne i zdravstvene kulture u skupini provodim:

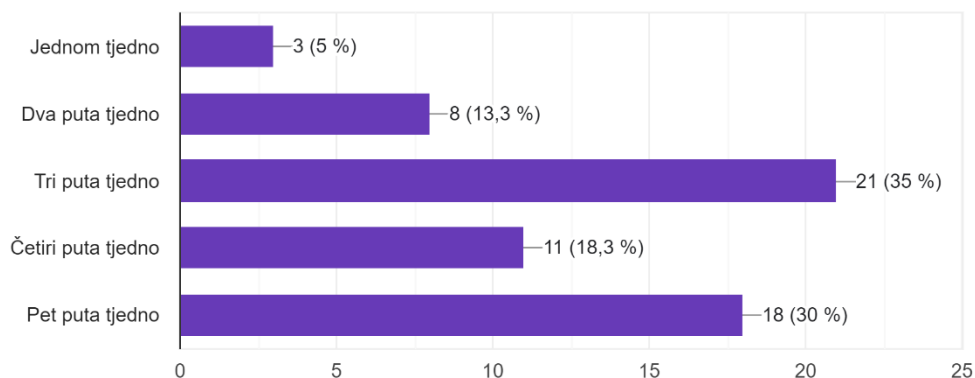
60 odgovora



Iz grafikona 2. možemo uvidjeti kolika je učestalost provedbe sata tjelesne i zdravstvene kulture. Tjelesnu i zdravstvenu kulturu jednom tjedno provodi 16 (26,7%) odgojitelja, a dva puta tjedno 13 (21,7%) odgojitelja. Tri puta tjedno provodi 21 (35%) odgojitelja. Četiri puta tjedno provodi 8 (13,3%) odgojitelja, a pet puta tjedno provodi 4 (6,7%) odgojitelja.

Grafikon 3. Jutarnje tjelesno vježbanje u skupini provodim:

Jutarnje tjelesno vježbanje u skupini provodim:
60 odgovora

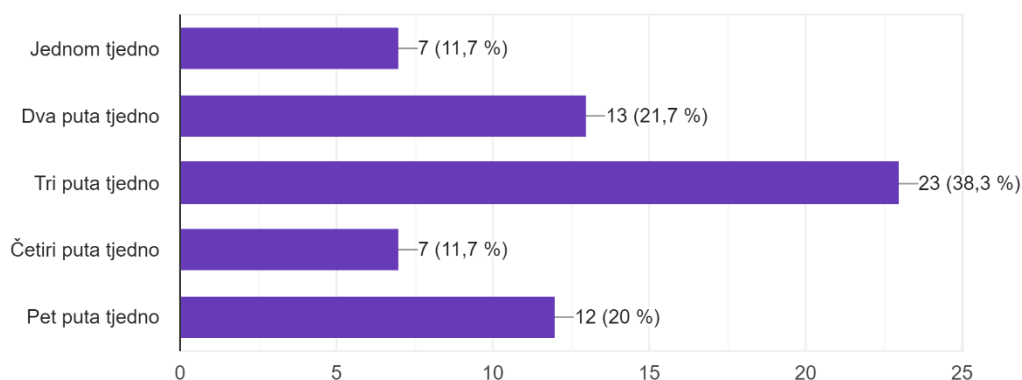


Iz grafikona 3. uočavamo kako jutarnje tjelesno vježbanje u skupini provodi jednom tjedno 3 (5%) odgojitelja, dva puta tjedno 8 (13,3%) odgojitelja, tri puta tjedno 21 (35%) odgojitelj, četiri puta tjedno 11 (18,3%) odgojitelja, a pet puta tjedno 18 (30%) odgojitelja.

Grafikon 4. Mikropredah u skupini provodim:

Mikropredah u skupini provodim:

60 odgovora

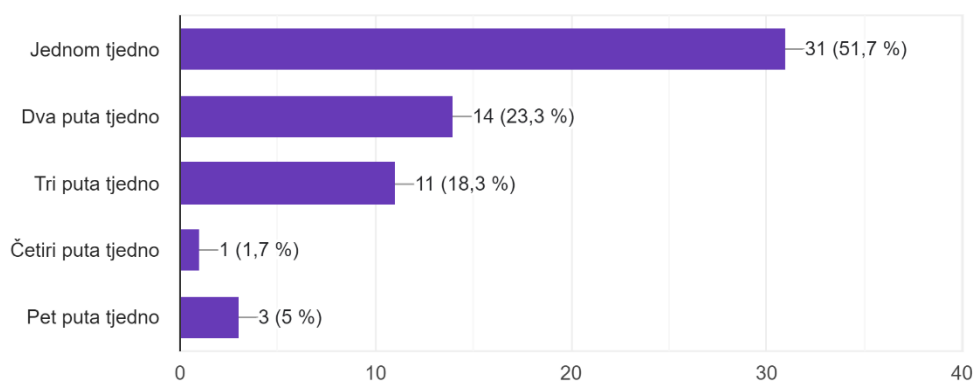


Grafikon broj 4 prikazuje provođenje mikropredaha jednom tjedno provodi 7 (11,7%) odgojitelja, dva puta tjedno 13 (21,7%) odgojitelja, tri puta tjedno 23 (38,3%) odgojitelja, četiri puta tjedno 7 (11,7%) odgojitelja, a pet puta tjedno 12 (20%) odgojitelja.

Grafikon 5. Šetnje u skupini provodim:

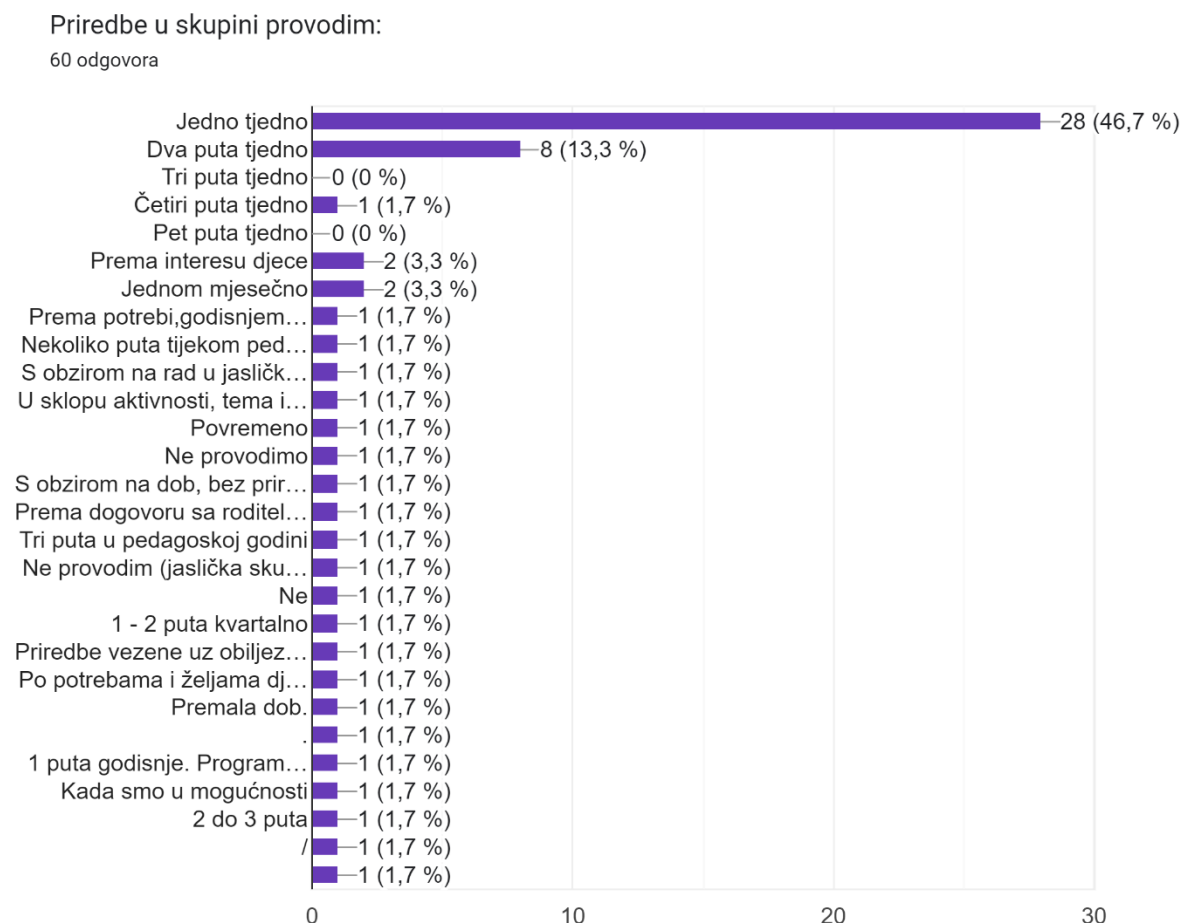
Šetnje u skupini provodim:

60 odgovora



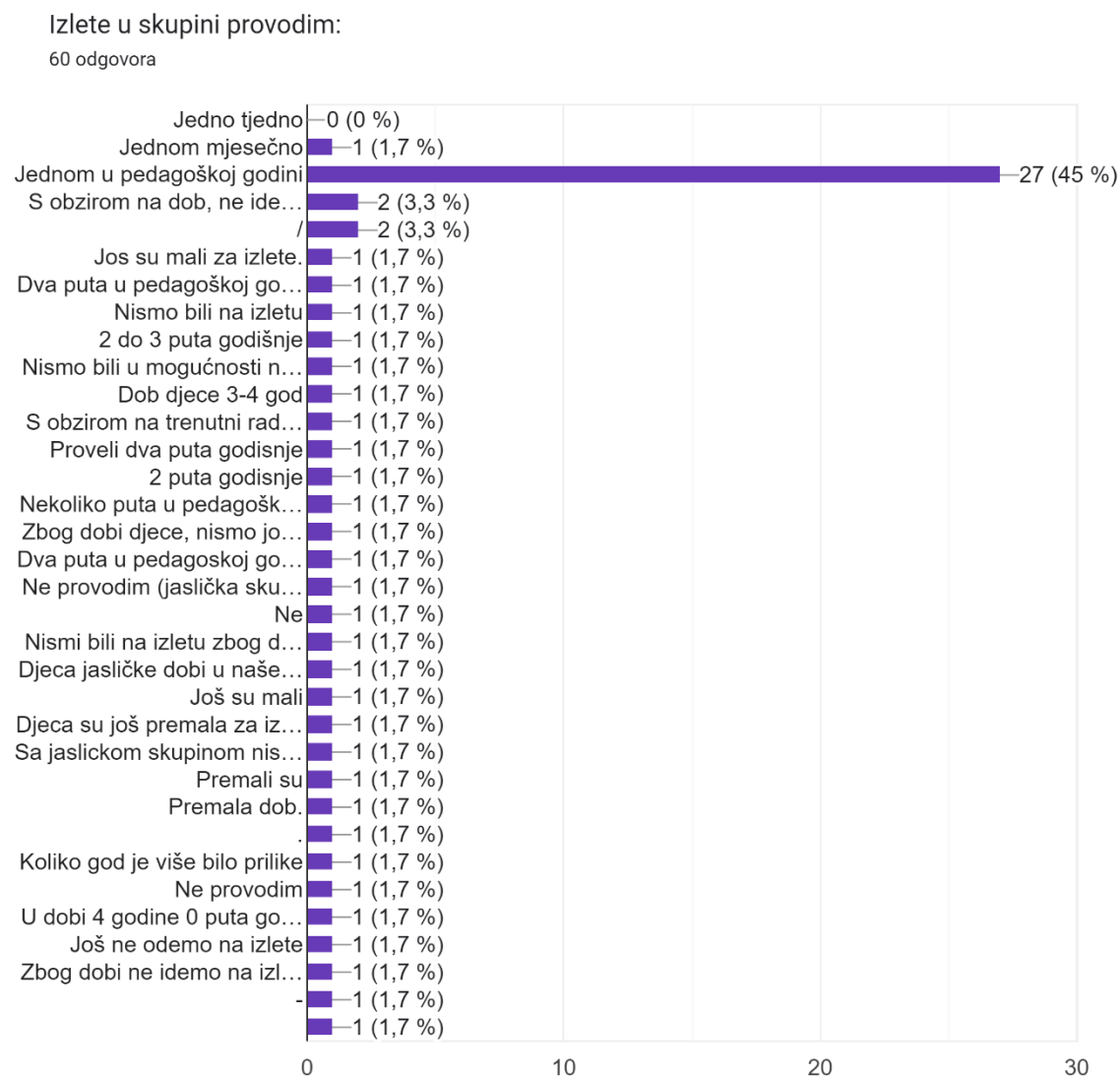
Grafikon 5. prikazuje provođenje šetnja, jednom tjedno provodi 31 (51,7%) odgojitelj, dva puta tjedno 14 (23,3%) odgojitelja, tri puta tjedno 11 (18,3%) odgojitelja, četiri puta tjedno 1 (1,7%) odgojitelj, a pet puta tjedno 3 (5%) odgojitelja.

Grafikon 6. Priredbe u skupini provodim:



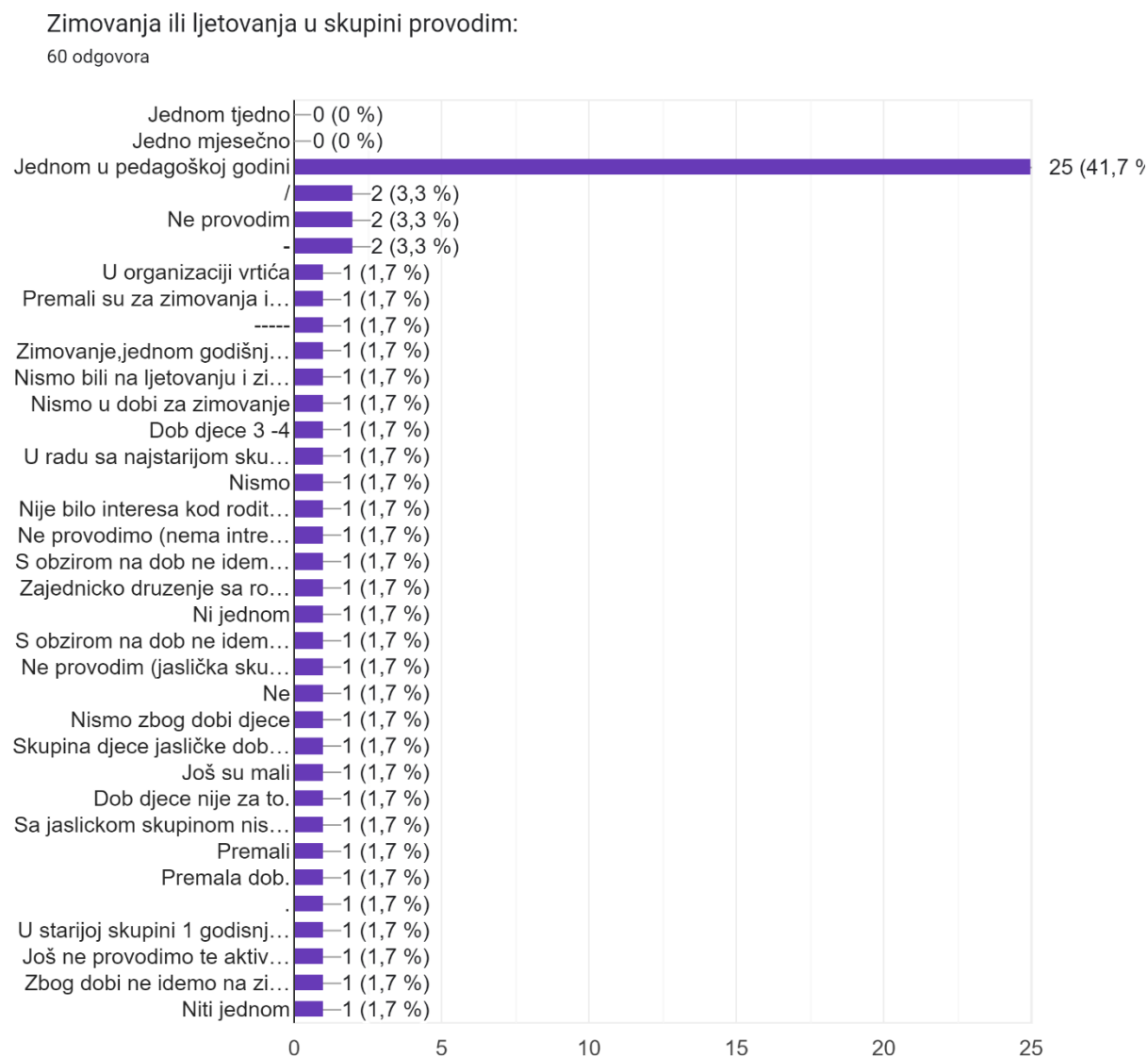
Grafikon 6. prikazuje nam tjednu provedbu priredi u odgojnim skupinama. Jednom tjedno provodi 28 (46,7%) odgojitelja, dva puta tjedno 8 (13,3%) odgojitelja, četiri puta tjedno 1 (1,7%) odgojitelj, a tri i pet puta tjedno nijedan odgojitelj. Prema interesu djece ili jednom mjesečno provodi zasebno po 2 (3,3%) odgojitelja. Ostali broj odgojitelja odnosno 13 (22,1%) odgojitelja provodi nekoliko puta godišnje, povremeno, obzirom na određene faktore kao što su manja dob djece ili mogućnosti, interes djece. Priredbe ne provodi 8 (13,6%) odgojitelja.

Grafikon 7. Izlete u skupini provodim:



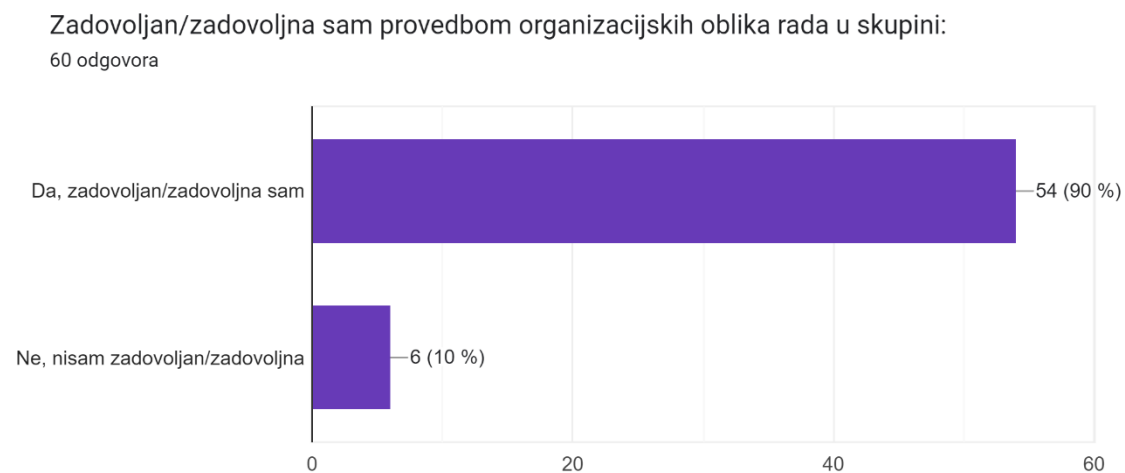
Grafikon 7. prikazuje zastupljenost provedbe izleta, jednom tjedno nitko ne provodi, jednom mjesečno provodi 1 (1,7%) odgojitelj, jednom u pedagoškoj godini 27 (45%) odgojitelja, dva ili tri puta godišnje 5 (8,5%) odgojitelja, 26 (44,2%) odgojitelja ne provodi zbog dobi djece koja je manja te samim time djeca ne idu na izlete.

Grafikon 8. Zimovanja ili ljetovanja u skupini provodim:



Grafikon 8 prikazuje provedbu zimovanja ili ljetovanja u skupinama od kojih nijedan odgojitelj ne provodi jednom tjedno ili mjesečno izlete. Jednom u pedagoškoj godini provodi 25 (41,7%) odgojitelj. Zimovanja ili ljetovanja ne provodi 30 (51%) odgojitelja zbog premale dobi djece ili nezainteresiranosti roditelja.

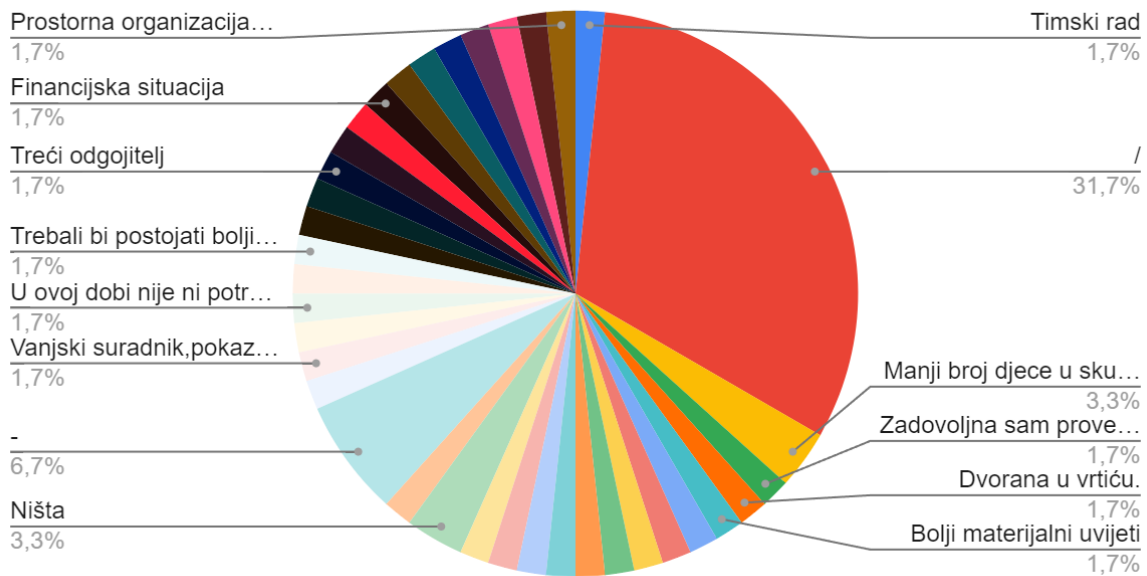
Grafikon 9. Zadovoljan/zadovoljna sam provedbom organizacijskih oblika rada u skupini:



Grafikon 9 prikazuje nam jesu li odgojitelji zadovoljni provedbom organizacijskih oblika rada u skupini od kojih je 54 (90%) odgojitelja zadovoljno, a 6 (10%) odgojitelja nije zadovoljno.

Grafikon 10. Što smatrate da bi trebalo poboljšati kako biste češće provodili organizacijske oblike rada u svome radu:

Što smatrate da bi trebalo poboljšati kako biste češće provodili organizacijske oblike rada u svome radu?



Grafikon 10 prikazuje nam odgovore odgojitelja što oni smatraju da bi poboljšalo i ostvarilo veće mogućnosti za češće provođenje organizacijskih oblika rada. Veći broj odgojitelja (43,4%) odgovorio je kako ne bi ništa mijenjali tj. zadovoljni su već dosadašnjom provedbom. Timski rad istaknut je kao jedan od odgovora (15,3%), također istaknuto je kako u grupi nedostaje treći odgojitelj, poželjniji je manji broj djece u skupini i dvorana u vrtiću za održavanje sata tjelesne i zdravstvene kulture te poboljšanje materijalnih uvjeta što ulazi u 15,3% odgovora odgojitelja.

13.3.Usporedba provedenog anketnog upitnika s Planom i programom tjelesne i zdravstvene kulture za predškolsku djecu (Findak, 1995)

Tablica 2 – Plan i program tjelesne i zdravstvene kulture za djecu od tri do šest godina

PROGRAM	Organizacijski oblici rada za mlađu, srednju i stariju dobnu skupinu	Plan aktivnosti i dobne skupine									
		svakodnevno			prema potrebi			povremeno		prema izboru	
		ml.	sr.	st.	ml.	sr.	st.	ml.	sr.	st.	
OSNOVNI PROGRAM	Sat tjelesne i zdravstvene kulture	X	X	X							
	Mikropredah	X		X							
	Makropredah				X	X	X				
	Šetnje	X	X	X							
	Izleti							X	X	X	
	Piredbe							X	X	X	
	Jutarnje tjelesno vježbanje	X	X	X							
DIFERENCIJANI PROGRAM	Zimovanje								X	X	X
	Ljetovanje								X	X	X

Izvor: Izrada autora prema Findak, V. (1995:47) *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju*. Zagreb: Školska knjiga.

Usporedivši plan i program tjelesne i zdravstvene kulture za djecu od tri do šest godina (Findak, 1995) te dobivene rezultate provedenog anketnog upitnika u kojemu su sudjelovali odgojitelji Dječjeg vrtića Sisak Novi, potvrđuje svakodnevnu provedbu sata tjelesne i zdravstvene kulture u postotku od 6,7%, većina odgojitelja provodi tri puta tjedno točnije 35% odgojitelja, jednom tjedno provodi 26,7% odgojitelja, a ostalih 35% odgojitelja provodi dva ili četiri puta tjedno. Učestalost provedbe sata tjelesne i zdravstvene kulture zastupljena je u svakoj dobnoj skupini najčešće tri puta tjedno.

Mikropredah u odgojnim skupinama često provode, jednom do dva puta tjedno provodi 33,4% odgojitelja, tri puta tjedno 38,3% odgojitelja, a četiri i pet puta tjedno mikropredah provodi 31,7% odgojitelja iz čega zaključujemo kako je mikropredah jedan od zastupljenijih organizacijskih oblika rada u odgojno – obrazovnoj ustanovi.

Šetnje kao organizacijski oblik rada zastupljeni su u skupinama najčešće jednom tjedno prema anketnom upitniku odnosno 51,7%, dva do tri puta tjedno provode 41,6% odgojitelja, a četiri do pet puta tjedno provodi 6,7% odgojitelja. Iz navedenih podataka zaključujemo kako se šetnje provode najčešće jednom tjedno.

Izleti u ovome istraživanju zastupljeni su najčešće jednom godišnje kako je odgovorilo 45% odgojitelja. U mlađim dobnim skupinama ne prakticira se ova vrsta organizacijskog oblika rada zbog dobi djece koja je premala za odlazak na izlete bez pratnje roditelja.

Priredbe su zastupljenije kod pojedinih odgojitelja jednom tjedno odnosno 46,7%, dva puta tjedno provodi 13,3% odgojitelja dok povremeno provodi 22,1% odgojitelja. Usporedivši s tablicom u Dječjem vrtiću Sisak Novi priredbe su dosta zastupljenije.

Jutarnje tjelesno vježbanje najčešće je zastupljeno tri puta tjedno tj. 35% te pet puta tjedno 30%. Jednom do dva puta tjedno provodi 18,3% odgojitelja, također isti postotak odgojitelja provodi jutarnje tjelesno vježbanje četiri puta tjedno. Dakle, provedba jutarnjeg tjelesnog vježbanja zastupljena je u većem broju.

Zimovanja i ljetovanja Findak (1995) navodi kao organizacijski oblik rada koji se provodi po izboru ili interesu djece tj. potrebno je prilagoditi odlaske na zimovanja i ljetovanja obzirom na dob djece. Velik broj odgojitelja provodi navedeni organizacijski oblik rada u postotku od 41,7% jednom u pedagoškoj godini dok većina odgojitelja ne provodi zbog premale dobi djece odnosno 51% odgojitelja.

14. RASPRAVA O REZULTATIMA ISTRAŽIVANJA

Nakon provedenog anketnog upitnika, slijedi analiza navedenih hipoteza.

Prva hipoteza odnosno pretpostavka je učestalost provedbe organizacijskih oblika rada koju odgojitelji svakodnevno provode, iz kojih se iščitava kako većina odgojitelja odrađuje i slijedi plan i program tjelesne i zdravstvene kulture, usporedivši dobivene rezultate ankete s tablicom organizacijskih oblika rada za mlađu, srednju i stariju dobnu skupinu uočavamo zadovoljavajuću provedbu svih organizacijskih oblika rada u svim skupinama.

Druga pretpostavka odnosi se na zadovoljstvo odgojitelja vlastitom provedbom organizacijskih oblika rada te iz provedenog anketnog upitnika uočavamo kako je 90% odgojitelja zadovoljno provedbom, a ostalih 10% nije zadovoljno zbog materijalnih uvjeta, prostorne organizacije i rekvizita.

15. ZAKLJUČAK

Djeci je danas potrebno posvetiti više pažnje kada je riječ o njihovoj tjelesnoj aktivnosti. Odgojitelj svojim aktivnostima i održanim satovima tjelesne i zdravstvene kulture u djeci stvara pozitivnu sliku o vježbanju koje se provodi kroz igru i prilagođava se njihovoj dobi. Organizacijski oblici rada kao što su priredbe, šetnje i izleti su nešto gdje djeca najviše uživaju jer istražuju nešto novo, a samim time imaju priliku iskazati svoju samostalnost i stječu samopouzdanje koje kasnije koriste u svome svakodnevnome životu.

Provedeno vrijeme s djecom u tjelesnim aktivnostima donosi im velike benefite jer se njihov antropološki status poboljšava.

Roditelji i odgojitelji imaju važnu ulogu u poticanju djeteta u istraživanju prirode, a kroz poticanje djeteta na kretanje razvit će nesmetano i u potpunosti svoje motoričke i funkcionalne sposobnosti koje je poželjno što ranije razviti zbog mogućnosti poboljšanja i razvoja istih jer ako se motorika djeteta ne razvija na pravilan način od ranije dobi posljedice mogu biti vidljive na više područja. Važan faktor je uvažavanje dječjih interesa tj. kada su djeca umorna, potrebno je usporiti s vježbom ili im kroz aktivne pauze omogućiti kratak predah. Kroz igru djeca najviše uče, a ako im tjelesne aktivnosti ostavljaju pozitivan dojam, kao što im ostavlja igra, djeca će uživati i sudjelovati u svim organizacijskim oblicima rada.

Cilj istraživanja i provedenog anketnog upitnika bio provjeriti zastupaju li se odgojitelji zaposleni u Dječjem vrtiću Sisak Novi, za svakodnevno provođenje organizacijskih oblika rada, jesu li zadovoljni vlastitom provedbom te uočavaju li potencijalne nedostatke zbog kojih ne provode organizacijske oblike rada u željenoj mjeri. Većina odgojitelja odrađuje plan i program tjelesne i zdravstvene kulture, usporedivši dobivene rezultate ankete s tablicom organizacijskih oblika rada za mlađu, srednju i stariju dobnu skupinu uočavamo zadovoljavajuću provedbu svih organizacijskih oblika rada u svim skupinama. Također, jedan od važnih značajki jest zadovoljstvo odgojitelja vlastitim radom, prema anketnom upitniku 90% odgojitelja zadovoljno je svojim radom, a ostalih 10% smatra kako je potrebno poboljšati materijalne uvjete, prostor u kojemu se održavaju organizacijski oblici rada te rekvizite.

16. LITERATURA

1. Dvorski, M., Kokanović, T., Bogovčić, S. i Matić, I. (2015) *Stavovi odgojitelja o provođenju kineziološke kulture u vrtićima s obzirom na njihov stupanj obrazovanja*. Istraživanja paradigmi djetinjstva, odgoja i obrazovanja: Kineziološka edukacija sadašnjost i budućnost. Zagreb.
2. Findak, V. (1995.) *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju*. Zagreb: Školska knjiga.
3. Findak, V. i Delija, K. (2001.) *Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju*. Zagreb: Edip.
4. Findak, V. i Mraković, M. (1998). *Primijenjena kineziologija u rekreaciji*. Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu: Hrvatski savez sportske rekreacije „Sport za sve“
- 5.. Findak, V. i Prskalo, I. (2004). *Kineziološki leksikon za učitelje*. Visoka učiteljska škola u Petrinji, Petrinja.
6. Findak, V., Stella I. (1985.) *Izvanastavne i izvan školske aktivnosti u tjelesnoj i zdravstvennoj kulturi*. Zagreb: Školska knjiga
7. Ivanković, A. (1980.) *Tjelesni odgoj djece predškolske dobi*. Zagreb: Školska knjiga
8. Kinkela, D. i Marić, Ž. (2013) *Neopravdano zanemareni neki organizacijski oblici rada djece predškolske dobi*. 22. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske. Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.
9. Lorgjer, M., Findak, V., Prskalo, I. (2013). *Kineziološka metodika – vježbe / Priručnik za praćenje vježbi*. Zagreb: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu
10. Miljak, A. (1996). *Humanistički pristup teoriji i praksi predškolskog odgoja: model* Izvor. Velika Gorica: Persona.
11. Mraković, M. (1997): *Uvod u sistematsku kineziologiju*, Reprografika, Velika Gorica.
12. Neljak, B. (2009). *Kineziološka metodika u predškolskom odgoju*. Skriptarnica Kineziološkog fakulteta, Zagreb.

- 13 Pejčić, A. (2005.) *Kineziološke aktivnosti za djecu predškolske i rane školske dobi*. Rijeka: Visoka učiteljska škola.
14. Petrić, V. (2019.) *Kineziološka metodika u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju*. Rijeka: Učiteljski fakultet Sveučilište u Rijeci.
15. Šagud, M. (2002). *Odgajatelj u dječjoj igri*. Zagreb: Školske novine

Izjava o izvornosti završnog rada

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

(vlastoručni potpis studenta)

PRILOZI

Prilog 1. Primjer anketnog upitnika

Poštovani,

ova anketa se provodi u svrhu pisanja završnog rada *Organizacijski oblici rada u predškolskoj dobi*, studentice Janice Jelić, na studiju Ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja u Petrinji. Cilj ove ankete je saznati učestalost provedbe organizacijskih oblika rada u radu odgojitelja. Anketa je anonimna.

U istraživanju mogu sudjelovati odgojitelji Dječjeg vrtića Sisak Novi.

Za ispunjavanje ankete trebat će Vam otprilike 5 minuta koje bih Vas zamolila da izdvojite. Unaprijed Vam zahvaljujem na izdvojenom vremenu i Vašem doprinosu u ovome istraživanju.

Odgojitelj sam odgojne skupine

- Mlađa jaslička odgojna skupina (1 god - 2 god)
- Starija jaslička odgojna skupina (2 god - 3 god)
- Mješovita jaslička odgojna skupina (1 god - 3 god)
- Mlađa vrtićka odgojna skupina (3 god - 4 god)
- Srednja vrtićka odgojna skupina (4 god - 5 god)
- Starija vrtićka odgojna skupina (5 god - 6 god)
- Predškolska odgojna skupina (6 god - 7 god)

Sat tjelesne i zdravstvene kulture u skupini provodim:

- Jednom tjedno
- Dva puta tjedno
- Tri puta tjedno
- Četiri puta tjedno
- Pet puta tjedno

Jutarnje tjelesno vježbanje u skupini provodim:

- Jednom tjedno
- Dva puta tjedno
- Tri puta tjedno
- Četiri puta tjedno

- Pet puta tjedno

Mikropredah u skupini provodim:

- Jednom tjedno
- Dva puta tjedno
- Tri puta tjedno
- Četiri puta tjedno
- Pet puta tjedno

Šetnje u skupini provodim:

- Jednom tjedno
- Dva puta tjedno
- Tri puta tjedno
- Četiri puta tjedno
- Pet puta tjedno

Priredbe u skupini provodim:

*U opciji **ostalo** možete upisati Vaš odgovor, ako nijedan od ponuđenih odgovora ne odgovara provođenju navedenog organizacijskog oblika rada u Vašoj skupini.*

- Jednom tjedno
- Dva puta tjedno
- Tri puta tjedno
- Četiri puta tjedno
- Pet puta tjedno

Izlete u skupini provodim:

*U opciji **ostalo** možete upisati Vaš odgovor, ako nijedan od ponuđenih odgovora ne odgovara provođenju navedenog organizacijskog oblika rada u Vašoj skupini.*

- Jednom tjedno
- Jednom mjesečno
- Jednom u pedagoškoj godini

Zimovanja ili ljetovanja u skupini provodim:

*U opciji **ostalo** možete upisati Vaš odgovor, ako nijedan od ponuđenih odgovora ne odgovara provođenju navedenog organizacijskog oblika rada u Vašoj skupini.*

- Jednom tjedno
- Jednom mjesečno
- Jednom u pedagoškoj godini

Zadovoljan/zadovoljna sam provedbom organizacijskih oblika rada u skupini:

- Da, zadovoljan/zadovoljna sam
- Ne, nisam zadovoljan/zadovoljna

Što smatrate da bi trebalo poboljšati kako biste češće provodili organizacijske oblike rada u svome radu?

- Tekst dugog odgovora