

# Organizirana kineziološka aktivnost na otvorenom prostoru vrtića

---

**Valjak, Andreja**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2022**

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

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:834503>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-07-05**

*Repository / Repozitorij:*

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



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

**Andreja Valjak**

**ORGANIZIRANA KINEZIOLOŠKA AKTIVNOST NA OTVORENOM  
PROSTORU VRTIĆA**

**Diplomski rad**

**Zagreb, srpanj 2022.**

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

**Andreja Valjak**

**ORGANIZIRANA KINEZIOLOŠKA AKTIVNOST NA OTVORENOM  
PROSTORU VRTIĆA**

**Diplomski rad**

**Mentor rada: doc. dr. sc. Marijana Hraski**

**Zagreb, srpanj 2022.**

## *Zahvala*

*Hvala dragom Bogu jer me pozvao na ovo putovanje i pomogao mi doći do odredišta.*

*Hvala mojoj mami Verici i mom tati Franji koji su me odgojili tako da ja mogu odgajati druge.*

*Hvala mojoj Maji i Nini koje su maknule studentsko trnje i ostavile mi cvjetni put.*

*Hvala mom jedinom Karlitu koji mi daje nadu da ću svu ljepotu studija iskoristiti i privatno.*

*Hvala mojoj Miki koja je našim studentskim danima dala dušu.*

*Hvala mojoj mentorici doc. dr. sc. Marijani Hraski na divnoj suradnji kojom završava jedno i započinje drugo putovanje.*

# Sadržaj

Sažetak .....	5
Summary .....	6
Uvod.....	1
1. Kineziološka aktivnost u ranoj dobi .....	2
1.1. Kineziološka aktivnost na otvorenom prostoru .....	2
2. Posljedice kineziološke aktivnosti.....	3
2.1. Pozitivne posljedice .....	3
2.2. Moguće negativne posljedice .....	5
3. Dosadašnja istraživanja .....	6
4. Metodologija istraživanja .....	7
4.1. Cilj istraživanja i hipoteze .....	7
4.2. Metode rada .....	8
4.2.1. Uzorak ispitanika .....	8
4.2.2. Uzorak varijabli.....	8
4.2.3. Metode obrade podataka .....	10
5. Rezultati i rasprava.....	11
5.1. Deskriptivna statistika .....	11
5.2. T-test analiza.....	20
5.2.1. Razlike na temelju spola roditelja .....	20
5.2.2. Razlike na temelju dobi roditelja.....	22
5.2.3. Razlike na temelju stečenog obrazovanja roditelja.....	24
5.2.4. Razlike na temelju dobi djeteta.....	27
5.3. Korelacijska analiza .....	29
Zaključak.....	31
Literatura.....	32
Prilozi.....	34
Prilog 1. Anketni upitnik.....	34
Prilog 2. Izjava o izvornosti diplomskog rada .....	37

## Sažetak

Tjelesne aktivnosti vrlo su važne u periodu djetinjstva. Dijete samostalno započinje tjelesne aktivnosti tijekom svakodnevne slobodne igre. Osim vremena u kojem dijete bira aktivnosti kojima se želi baviti, tijekom boravka u ustanovi ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja, odvija se i planirani proces odgoja i obrazovanja. U tom smislu planira se i provodi sat kineziološke kulture na otvorenom prostoru vrtića. Posebnost takvog sata očituje se u boravku djeteta na zraku i vježbanju pomoću prirodnih materijala. Cilj istraživanja bio je ispitati stavove roditelja prema provođenju organizirane kineziološke aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića i njenim pozitivnim i negativnim posljedicama. Ispitano je pedeset roditelja pomoću anketnog upitnika sastavljenog od četiri kategorije pitanja – sociodemografskih podataka, općih uvjeta provođenja organiziranog sata kineziološke kulture na otvorenom, te pozitivnih posljedica i mogućih negativnih posljedica takve aktivnosti. Rezultati istraživanja pokazali su kako se većina roditelja u potpunosti ili uglavnom slaže sa svim općim uvjetima sata kineziološke kulture na otvorenom i pozitivnim posljedicama takve aktivnosti. Ispitanici su se u većini složili i s dvije tvrdnje u kategoriji negativnih posljedica. Jedina tvrdnja u kojoj su roditelji u većini izrazili neslaganje odnosila se na teže ozljede zadobivene tijekom sata kineziološke kulture na otvorenom prostoru. Također, utvrđeno je kako se s tvrdnjama u većem broju slažu ispitanici ženskog spola, pripadnici starije dobne skupine, osobe sa stečenom višom stručnom spremom te roditelji djece u mlađoj dobnoj skupini. Na osnovu dobivenog može se zaključiti da se roditelji uglavnom slažu sa provođenjem organiziranog sata kineziologije na otvorenom prostoru dječjeg vrtića te njegovim posljedicama na dijete.

**Ključne riječi:** sat kineziološke kulture, vanjski prostor, roditelji, djeca

## Summary

Physical activity is a very important part of childhood. A child starts doing those activities on its own during everyday free play. Apart from the time when a child chooses the activities it wants to do, during its stay in kindergarten, there are also planned educational and upbringing activities. In that sense, there are also planned kinesiology classes in the open space of a kindergarten. A great value of such a class is spending time in the fresh air and using resources from the nature in the exercise.

The goal of this research was to study parents' attitude towards conducting organized kinesiological activity in the open space of a kindergarten and its positive and negative results. There were 50 subjects who answered a questionnaire consisting of four categories of questions – sociodemographic information, general conditions for conducting kinesiological activities in the open, and positive and negative results of such activities. The results have shown that most parents completely or mostly agree with the statements about conditions of such activities and with positive results. The subjects mostly agree with two statements in the category of negative effects. The only statement they did not mostly agree with referred to more serious injuries got during the activities. Also, the research has found that female subjects, members of older age category, subjects with higher education levels and parents of children in younger age groups agreed more with the statements. Based on the obtained data it can be concluded that parents mostly agree with conducting organized kinesiological activities in the open space of a kindergarten and their results for children.

**Key words:** kinesiology class, open space, parents, children

## Uvod

Djeca rane i predškolske dobi imaju potrebu za fizičkom aktivnošću. Njihov organizam koji je u procesu rasta i razvoja potražuje aktivno kretanje i vježbanje kako bi se pravilno razvijao. Upravo je iz tog razloga djetinjstvo doba kada se ljudski organizam značajno mijenja. Također, tijekom perioda djetinjstva, kineziološkom aktivnošću moguće je značajno utjecati na ljudski organizam. On je u tom periodu najspremniji na promjene koje su omogućene utjecajem procesa vježbanja. Kvalitetno organiziranom tjelesnom aktivnošću, moguće je vrlo pozitivno utjecati na dječji razvoj. Djeca koja su uključena u sustav ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja, priliku za takvim kineziološkim aktivnostima trebala bi imati vrlo često. Također, boravak na otvorenom prostoru zdrav je za ljudski organizam. Umjereno i kontrolirano izlaganje raznim vremenskim uvjetima u različitim okruženjima povoljno je za fizičko, ali i psihičko zdravlje pojedinca. Dvorište predškolske ustanove prema standardima treba odgovarati potrebama djece koja u njemu borave. Slijedom navedenog, provođenje kinezioloških aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića na djecu može utjecati vrlo pozitivno ostavljajući trajne dobre učinke na dječji organizam. Ipak, neisključive su i moguće negativne posljedice kineziološke aktivnosti kako u zatvorenom, tako i na otvorenom prostoru. Iako se uz pripremu prostora i stručnost odgojitelja djece rane i predškolske dobi, one mogu svesti na minimum, ipak su moguće. Stoga se s pozitivnim i negativnim posljedicama organizirane tjelesne aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića susreću odgojitelji, djeca, ali i prvi skrbnici djece rane i predškolske dobi – roditelji.



# 1. Kineziološka aktivnost u ranoj dobi

Već od najranije dobi, dijete ima potrebu za kretanjem koje se očituje u mahanju rukama, podizanjem trupa, puzanjem, hodanjem itd. Razne strukture kretanja razvijaju se sukladno dobi djeteta, a tjelesnom napretku može pomoći i poticajna okolina. „Dječji stav prema svojoj okolini, načinu života, odnosu prema životu, kretanju, vježbanju, stav prema zdravim obrascima ponašanja ovisi i od stava roditelja“ (Prskalo i Sporiš, 2016; str. 131). Stoga bi odrasle osobe u djetetovoj okolini poput roditelja i odgojitelja trebali osvijestiti važnost svoje uloge i poticati dijete u iskorištavanju svojih potencijala. Rana dob ključna je za razvoj određenih područja o čemu govori i Findak (1995) koji spominje plastičnost kao glavnu karakteristiku djeteta što označava lako mijenjanje dječjeg organizma. Rana i predškolska dob izuzetno je važno razdoblje podložno mnogobrojnim promjenama koje se mogu razviti pod utjecajem sata kineziološke kulture. U suprotnom, ukoliko su djeca prepuštena sedentarnom načinu života kako naglašava Breslauer i suradnici (2014), neće biti moguće usvajanje motoričkih znanja koja su čovjeku neophodna za svakodnevno preživljavanje. Važnost tjelesne aktivnosti naglašava i Hrvatski zavod za javno zdravstvo (2017) koji potiče minimalnu tridesetominutnu kineziološku aktivnost na dan koja čini značaj u prevenciji gojaznosti, blage arterijske hipertenzije, šećerne bolesti, povišenih masnoća u krvi, bolesti srčanožilnoga sustava u čijoj je podlozi ateroskleroza, prvenstveno koronarne bolesti srca. Dakle, kineziološka aktivnost u ranoj dobi ne bi trebala biti opcija, nego prema Prskalu (2004) postaje imperativ vremena.

## *1.1. Kineziološka aktivnost na otvorenom prostoru*

Djeca u današnje vrijeme sve manje vremena provode na otvorenom prostoru zbog suvremenog načina života koji često uključuje sjedenje i aktivnosti u zatvorenom prostoru. Ipak, djeci je potreban boravak u prirodi jer se u njoj nalazi bezbroj poticaja za razvoj kreativnosti, a istovremeno djeci pruža osjećaj slobode. Takvo razmišljanje potvrđuje i Cols (2010) kada govori kako korištenje vanjskih prostora nudi okvir za stjecanje novih znanja, stvaranje novih prijateljstava i veza, a ujedno time se omogućuje rast različitih kolektivnih iskustava. Isto vrijedi i za organiziranu tjelesnu aktivnost u kojoj se prirodni materijali maštovito iskorištavaju kao pomoć u ostvarivanju postavljenih zadaća. „Ako želimo da igrališni objekti ustupe prostor ukupnoj motoričkoj aktivnosti djece, okoliš mora sadržavati zelenilo i široke prostore za dječju igru“ (Martensson, 2010; str. 12). Iako gotove sprave i rekviziti pomažu u procesu vježbanja, na otvorenom bi prostoru do izražaja prvenstveno

trebala doći priroda sa svim svojim iskoristivim potencijalima koji pridonose dječjem razvoju. Zelena boja koja se nalazi u prirodi potiče kreativnost i odmara oči, a samo provođenje vremena na otvorenom prostoru odmara čovjeka na psihičkoj razini. Na taj način priroda pomaže u ostvarivanju dobrobiti za djecu na kineziološkom području i zdravlju djeteta, a djeca „ujedno uče čuvati prirodu i odgovorno se odnositi prema njoj, kao i prema svim živim bićima“ (Martinović, 2015; str. 36). Upravo je to razlog zašto valja svakodnevno izvoditi djecu na vrtićko dvorište i omogućiti im tjelesno vježbanje vani. Razni vremenski uvjeti djeci mogu donijeti razna iskustva jer nude pregršt aktivnosti poput grudanja na snijegu, preskakanja lokvica na kiši ili valjanja po travi tijekom sunčanih razdoblja. Štoviše, razni vremenski uvjeti važni su i za zdravlje djeteta što napominje i McMillan (2014) kada govori kako će dijete od Sunca dobiti vitamin D vrlo važan za kosti, zube i imunološki sustav djeteta. Stoga je bitno ponuditi djetetu boravak vani u različitim vremenskim uvjetima uz osiguravanje prikladne opreme poput sportske odjeće, kreme za sunčanje, vodonepropusnih cipela i sl. Na taj način djeca će biti bogatija za iskustvo boravka u prirodi, a ujedno osigurana od mogućih negativnih posljedica.

## 2. Posljedice kineziološke aktivnosti

„Proces tjelesnog vježbanja je zajednički rad djeteta i odgojitelja kojem je cilj da djeca rukovođena odgojiteljem ostvare antropološke, obrazovne i odgojne zadaće tjelesne i zdravstvene kulture“ (Findak i Prskalo, 2004; str. 65). Tijekom sata kineziološke kulture pod utjecajem brojnih čimbenika iz okoline u dječjem se organizmu događa niz promjena. Trag koji takva aktivnost ostavlja ponekad je vidljiv izvana, a ponekad ostavlja utjecaj na unutarnje stanje pojedinca. Stručne osobe koje vode organizirani sat kineziološke kulture, trebale bi uvidjeti određene promjene te naredne sate planirati u skladu s potrebama i mogućnostima sudionika procesa vježbanja. Brojne su posljedice tjelesne aktivnosti pozitivne, ali neisključive su i negativne posljedice koje se neplanirano događaju tijekom sata kineziološke kulture na otvorenom prostoru.

### 2.1. Pozitivne posljedice

Bavljenje djece tjelesnom aktivnošću može ostaviti pozitivne rezultate na dječji antropološki status. „Sat tjelesne i zdravstvene kulture osnovni je organizacijski oblik rada koji osigurava plansko i sustavno djelovanje na antropološki status djeteta“ (Findak i Prskalo,

2004; str. 69). Pod antropološka obilježja spadaju: motoričke sposobnosti, motorička znanja, funkcionalne sposobnosti, kognitivne sposobnosti, konativne sposobnosti, sociološki status i antropometrijske dimenzije.

„Motoričke sposobnosti uvjetno se definiraju kao latentne motoričke strukture koje su odgovorne za praktički beskonačan broj manifestnih reakcija i mogu se izmjeriti i opisati“ (Findak i Prskalo, 2004; str. 54). One se razvijaju kroz vježbanje, a kasnije se pomoću njih rješavaju motoričke zadaće. Motoričke sposobnosti dijele se na snagu, brzinu, gibljivost, koordinaciju, preciznost, ravnotežu, izdržljivost i agilnost. Snaga je sposobnost svladavanja otpora, a dijeli se na eksplozivnu, repetitivnu i statički snagu. Brzinu Zaciorski (1975) definira kao sposobnost osobe da učini neki pokret u najkraćem vremenskom periodu i time svlada određeni put. Ona se dijeli na brzinu reakcije, brzinu pojedinačnog pokreta i frekvenciju pokreta, a najpovoljnije razdoblje za njen razvoj je između 5. i 6. godine života djeteta. Nadalje, gibljivost je sposobnost izvođenja pokreta velikim amplitudama, a postoje aktivna te pasivna gibljivost. Djeca ranog i predškolskog uzrasta imaju relativno mekan lokomotorni sustav, stoga su vrlo fleksibilni u tom periodu života. Koordinacija je prema Milanoviću (1997) sposobnost upravljanja pokretima cijelog tijela ili dijelova tijela koja se očituje u brzom i preciznom izvođenju složenih motoričkih zadaća. Nadalje, preciznost je sposobnost kojom je omogućeno pogoditi neki cilj gađanjem ili ciljanjem. Ravnoteža je sposobnost zadržavanja tijela u ravnotežnom položaju, a dijeli se na statičku i dinamičku ravnotežu. Sposobnost svladavanja opterećenja, odnosno odupiranje umoru naziva se izdržljivost. Ovisno o tome radi li se o određenim skupinama mišića ili pak cijelom organizmu; dijeli se na lokalnu i opću izdržljivost. Posljednja motorička sposobnost je agilnost koja se definira kao sposobnost brze promjene pravca kretanja.

Prema Prskalu i Sporiš (2016) kineziološkim se aktivnostima može i mora utjecati na motoričke sposobnosti djece jer je istraživanjem dokazano kako takve sposobnosti stečene u vrtiću, uvelike doprinose spremnosti za školu. Ipak, nije moguće podjednako utjecati na razvoj svih motoričkih sposobnosti zbog različitog koeficijenta urođenosti istih. Tako je mnogo lakše utjecati na fleksibilnost zbog srednjeg koeficijenta urođenosti ( $H=0,60$ ), a teže na brzinu kojoj se koeficijent urođenosti kreće 0,90-0,95 što označava vrlo visok genetski značaj. Ipak, ono što je zajedničko svim motoričkim sposobnostima jest da ih je moguće mijenjati pod utjecajem vježbanja, a najviše se na njih može utjecati tijekom perioda djetinjstva.

„Motorička znanja su stupanj usvojenosti pojedinih motoričkih struktura a mogu biti na različitim razinama“ (Findak i Prskalo, 2004; str. 54). Pojedina motorička znanja su urođena i dijete ih savladava samo, no za neka je potrebna poduka. Tako se hodanje, trčanje, skakanje i slična znanja samostalno svladavaju dok je za usvajanje rolanja, vožnju bicikla ili vođenja lopte potrebna poduka odrasle stručne osobe, koja je u ustanovama ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja odgojitelj.

Pod funkcionalne sposobnosti spadaju aerobne i anaerobne sposobnosti pojedinca. Vježbanje izdržljivosti doprinosi poboljšanju dugoročne izvedbe uz malu količinu energije i naziva se aerobnim treningom, a anaerobni trening podrazumijeva kratkoročnu izvedbu koja troši energiju iz anaerobnih izvora.

Organiziranim satima kineziologije moguće je također utjecati na kognitivne sposobnosti pojedinca koje podrazumijevaju primanje, obradu i preradu informacija. Iako su one uvelike urođene, moguće je na njih djelomično utjecati. Isto vrijedi i za konativne sposobnosti. One utječu na sposobnost intrinzične motivacije i psihološku stabilnost osobe, a na njih se može utjecati tjelesnim vježbanjem. Također je moguće utjecati i na sociološka obilježja osobe koja se dijele na objektivni i subjektivni sociološki status. On se očituje u sposobnosti pojedinca da objektivno ili subjektivno definira vrijednosti unutar grupe.

Nabrojene pozitivne posljedice kineziološke aktivnosti najlakše je uočiti tijekom vježbanja s djecom u periodu djetinjstva. Stoga je zadaća odgojitelja da tijekom boravka u vrtiću doprinosi povećanju pozitivnih posljedica sata kineziološke kulture na otvorenom.

## ***2.2. Moguće negativne posljedice***

Dječji prirodni poriv za kretanjem dobar je i koristan u mnogobrojnim situacijama. Na taj način dijete uči, istražuje, shvaća svijet oko sebe i odrasta. Ipak, kretanje djeteta koje još nema dobro razvijenu ravnotežu ni ostale motoričke sposobnosti, dakako, predstavlja rizik. Kao i u svakodnevnom životu, tako i tijekom sata kineziološke kulture događaju se nepoželjne situacije s negativnim ishodom. Ponekad se radi o nespretnim ishodima u kojem strada obuća, odjeća ili neko drugo materijalno dobro na djetetu, ali događaju se i sportske ozljede poput udarca ili teže ozljede poput prijeloma. Njih je, nažalost, nemoguće eliminirati, no moguće je svesti ih na minimum. Dvorište vrtića trebalo bi biti sigurno mjesto na kojem se ne smiju naći opasni predmeti kojima bi dijete sebi ili drugima moglo nanijeti štetu. Također, „potrebno je dodatno poraditi na standardima vanjske opreme igrališta kako bi se uvjeti

kvalitativno standardizirali“ (Burić, 2006; str. 16), a na taj način spriječili bi razne varijante vrtićkih dvorišta koje predstavljaju opasnost za djecu zbog nepromišljenosti odgovornih osoba. Martinović (2015) govori o tome kako su odgojitelji odgovorni za sigurnost djece, ali ujedno su odgovorni i za ispunjavanje djetetovih potreba za kretanjem, senzornom stimulacijom i samim boravkom na svježem zraku. Stoga je bitno osigurati prostor i brinuti o dječjim aktivnostima te prilagoditi sat kineziološke kulture na otvorenom mogućnostima djeteta, ali nikako nije poželjno izbjegavati tjelesne aktivnosti toliko nužne dječjem razvoju. Miljak (2009) napominje kako dijete neće pristupiti zadatku ni aktivnosti za koju nije sigurno da može savladati. Iako dijete može pogriješiti u procjeni i na taj način se dovesti u opasnost, odgojitelj bi trebao kontrolirati situaciju te tako osigurati djetetu okruženje u kojem može ispitivati svoje mogućnosti. Na taj način djetetova želja za napretkom i odgojiteljev angažman na planu sigurnosti okruženja i prilagođenosti aktivnosti, otvaraju mogućnost pronalaženja djeteta u zoni proksimalnog razvoja uz minimalnu mogućnost negativnih posljedica tjelesne aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića.

### 3. Dosadašnja istraživanja

Na temu organizirane tjelesne aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića dosad nije provedeno istraživanje. Ipak, postoji nekoliko istraživanja koja su usko vezana uz spomenutu temu.

Autor Iveković (2017) u svom istraživanju navodi kako su odgojitelji svjesni kako provođenje tjelesnih aktivnosti na različitim podlogama pozitivno utječe na razne motoričke sposobnosti djece. Upravo zbog toga odgojiteljice vjeruju u dobro razvijene dječje motoričke sposobnosti. Ipak, naspram roditelja, odgojitelji nisu toliko spremni na poticanje rizičnih aktivnosti djece. U prilog tome govori i Katavić (2019) u istraživanju kojim napominje kako su odgojiteljice tijekom boravka na otvorenom prostoru djecu uglavnom nadzirale te upozoravale na sigurnost i poštivanje pravila, umjesto poticanja kvalitetnih aktivnosti. Također, istim je istraživanjem naglašena potreba za osnaživanjem kompetencija odgojitelja za provedbu aktivnosti na otvorenom prostoru zbog vrlo rijetkih slučajeva provedbe aktivnosti izvan odgojno-obrazovne ustanove. Dakle, zaključuje se kako su autori raznih istraživanja već uvidjeli potrebu provedbe aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića uz sve njene dobrobiti za djecu. Nažalost, istraživanja pokazuju manju sklonost odgojitelja provedbi aktivnosti izvan predškolske

ustanove, ali i govore o mogućnosti promjene dosadašnje prakse. Autorice Zlatar i Klišarić (2021) spominju važnost komunikacije roditelja i odgojitelja u planiranju i provedbi igre na otvorenom prostoru kako bi obje strane bile upoznate s njezinom dobrobiti. Osim toga, istraživanjem su prepoznate pozitivne strane igre djece na otvorenom poput sreće i zdravlja, ali i prepreke od kojih su neke vremenski uvjeti i promet. Spomenuto istraživanje usko je povezano s temom provođenja kinezioloških aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića, izuzev naglaska na organizaciji tjelesnih aktivnosti. Uglavnom se autori osvrću na slobodnu igru na otvorenom prostoru koja uključuje i fizičku aktivnost djece.

Dosadašnja istraživanja pokazala su važnost provedbe kinezioloških aktivnosti s djecom, a osim toga pokazuju i pozitivne učinke iskorištavanja vanjskog prostora u radu s djecom.

## 4. Metodologija istraživanja

### 4.1. Cilj istraživanja i hipoteze

Cilj istraživanja bio je ispitati stavove roditelja prema provođenju organizirane kineziološke aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića i njenim pozitivnim i negativnim posljedicama.

1. hipoteza: većina roditelja uglavnom ili u potpunosti se slaže s izjavama koje se odnose na opće uvjete izvođenja sata kineziološke kulture na otvorenom prostoru
2. hipoteza: većina roditelja uglavnom ili u potpunosti se slaže s izjavama koje posljedično pozitivno utječu na dijete
3. hipoteza: većina roditelja uglavnom ili u potpunosti se ne slaže s izjavama koje predstavljaju negativne posljedice kineziološke aktivnosti
4. hipoteza: u tvrdnjama u kojima postoji statistički značajna razlika; muški ispitanici će pokazati veće slaganje s tvrdnjama za razliku od žena
5. hipoteza: u tvrdnjama u kojima postoji statistički značajna razlika; stariji će roditelji pokazati veće slaganje s tvrdnjama za razliku od mlađih roditelja
6. hipoteza: u tvrdnjama u kojima postoji statistički značajna razlika; obrazovaniji roditelji će pokazati veće slaganje s tvrdnjama za razliku od manje obrazovanih

7. hipoteza: u tvrdnjama u kojima postoji statistički značajna razlika; roditelji starije djece će pokazati veće slaganje s tvrdnjama u usporedbi s roditeljima mlađe djece

## **4.2. Metode rada**

### **4.2.1. Uzorak ispitanika**

Anketni upitnik ispunjavali su roditelji djece pripadnika tri dobne skupine - mlađe, srednje i starije, a sveukupno je sudjelovalo pedeset roditelja, od čega šest muškaraca i četrdeset i četiri žene. Ispitani roditelji uglavnom su bili u dobi 31-40 godina (njih dvadeset i osam), a osamnaest ih je bilo u dobi 21-30 godina dok je ostatak od četvero ispitanika pripalo skupini 41-50 godina. Jedan roditelj završio je nižu stručnu spremu, a dvadeset i devet roditelja srednju stručnu spremu. Roditelje sa višom stručnom spremom činilo je dvanaest ispitanika, a ostalih osam ispitanika ima stečenu visoku stručnu spremu. Anketni upitnik bio je ispunjen za dvadeset i osmero djece muškog spola te dvadeset i dvoje djece ženskog spola. Od navedene djece, osamnaestero pripada mlađoj dobnoj skupini, šesnaestero srednjoj dobnoj skupini te također šesnaestero starijoj dobnoj skupini. Istraživanje je provedeno u prosincu 2021. godine u dječjem vrtiću u Varaždinskoj županiji.

### **4.2.2. Uzorak varijabli**

Istraživanje je uključivalo anketni upitnik sastavljen od sociodemografskih pitanja i dvadeset i dva pitanja na koja su ispitanici odgovarali zaokruživanjem broja koji se odnosi na razinu slaganja s navedenom tvrdnjom (Likertova skala).

Prva skupina pitanja odnosila se na sociodemografske podatke o ispitanicima. Postavljena su pitanja o spolu i dobi ispitanika te njihovoj razini obrazovanja. Također, postavljena su i pitanja o spolu i dobi djeteta čiji je roditelj ispitanik koji popunjava anketni upitnik.

Druga skupina pitanja odnosila se na općenito provođenje organizirane tjelesne aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića. Roditeljima su postavljene tvrdnje o provođenju kinezioloških aktivnosti s djecom na otvorenom: svaki dan (KASD), minimalno trideset minuta dnevno (KA30), bez obzira na vremenske uvjete (KAVU), koristeći sprave za vježbanje (KASV) i koristeći prirodne materijale (KAPM).

Nadalje, postavljena je i treća skupina pitanja koja se odnosila na pozitivne posljedice kineziološkog vježbanja. Radi lakšeg predočavanja pojedinih antropoloških obilježja koja se kod djece mijenjaju tijekom procesa sata kineziološke kulture, roditeljima je dan primjer

moгуće tjelesne aktivnosti kojom se postiže ciljana promjena kod djeteta. Tako su roditelji odgovarali koliko bi voljeli da njihovo dijete radi iduće aktivnosti na otvorenom:

- Dohvati granu na drvetu koja mu je dostupna s poda i držeći se rukama visi s nje neko vrijeme. Navedenom aktivnošću radi se na poboljšanju motoričke sposobnosti snage (KAOS).
- Trči uz brijeg natječući se s drugom djecom čime se radi na motoričkog sposobnosti brzine (KAOB).
- Raznožno sjedi na travi i pokušava dohvatiti češer ispred sebe. Takvom aktivnošću dijete poboljšava motoričku sposobnost pod nazivom gibljivost (KAOG).
- Kotrlja se niz brijeg po travi čime dijete dobiva priliku vježbati motoričku sposobnost koordinacije (KAOK).
- Grudama snijega gađa određeno mjesto označeno na stablu kojom se radi na unapređenju djetetove motoričke sposobnosti preciznosti (KAOP).
- Hoda po srušenom stablu na tlu pokušavajući ostati na njemu čime dijete vježba motorički sposobnost ravnotežu (KAOR).
- Pokušava što duže držati ruke ispred sebe držeći u njima kamen. Time dijete vježba motorički sposobnost pod nazivom lokalna izdržljivost (KAOI).
- Igra graničara gađajući djecu vodenim balonima u vrijeme ljetnih mjeseci. Pri navedenoj aktivnosti dijete često naglo mijenja smjer, a time vježba motoričku sposobnost agilnost (KAOA).
- Uči voziti bicikl, odnosno uči novo motoričko znanje (KAMZ).
- Trči preko grana i lokava vode na podu koje mu predstavljaju prepreke jer se takvom aktivnošću razvijaju dječje funkcionalne sposobnosti (KAFS).
- Uči brojati do 10 pomoću igranja nacrtane školice na betonu. Na taj način dijete poboljšava i svoje kognitivne sposobnosti (KAKG).
- Bude ponosan kada pobijedi u igri graničara čime postaje svjestan svojih konativnih obilježja (KAKO).



- Dobije pohvalu odgojiteljice kada točno doda loptu tijekom igranja nogometa jer time druga osoba, koja je u ovom slučaju odgojiteljica, objektivno definira dječji sociološki status u grupi (KASS).
- Dobije mišićnu masu i izgubi višak potkožnog masnog tkiva pomoću aktivnosti na otvorenom što je svakako pozitivna posljedica projicirana na dječji antropometrijske dimenzije (KAAD).

Posljednja, četvrta skupina pitanja odnosila se na moguće negativne posljedice organizirane tjelesne aktivnosti na otvorenom prostoru u kojima su postavljene tri tvrdnje. Roditelji su označavali bi li im bilo u redu da njihovo dijete:

- Zadobije lakšu ozljedu poput udarca u nogu ili pada na ruke koja rezultira modricom (KALO).
- Zadobije težu ozljedu poput udarca u glavu koja rezultira većom ogrebotinom ili oteklinom (KATO).
- Uništi odjeću ili obuću; zaprlja ju ili podere (KAOO).

#### 4.2.3. Metode obrade podataka

Prikupljeni podatci anketnim upitnikom statistički su obrađeni. Deskriptivnom statistikom (aritmetička sredina, minimum odgovora, maksimum odgovora, rang i standardna devijacija) prikazani su rezultati istraživanja pomoću histograma frekvencija, uključujući sve varijable u istraživanju. Nadalje, provedena je t-test analiza kako bi se utvrdilo postoje li statistički značajne razlike u odgovorima ispitanika te su prikazane pomoću box-plot grafova. Osim toga, korištena je i korelacijska analiza kojom se pomoću Pearsonovog koeficijenta korelacije željelo utvrditi postoji li povezanost između određenih varijabli.

## 5. Rezultati i rasprava

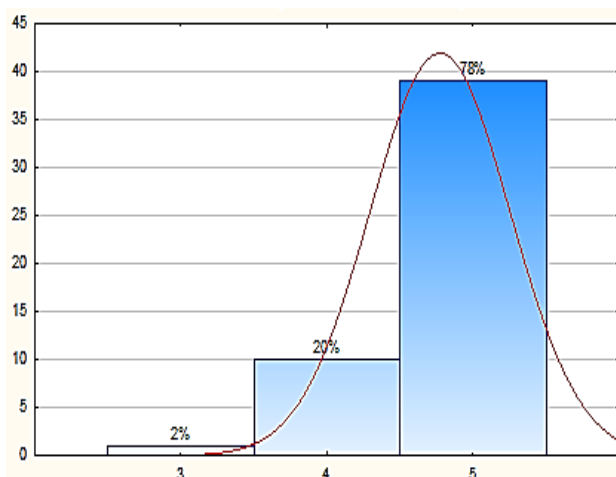
### 5.1. Deskriptivna statistika

Na osnovu prikupljenih podataka anketnog upitnika koji je bio proveden s roditeljima djece predškolske dobi sa ciljem utvrđivanja stavova o provođenju kineziološke aktivnosti na otvorenom, izračunati su osnovni deskriptivni parametri (aritmetička sredina, minimum i maksimum odgovora, rang i standardna devijacija) i histogrami frekvencija za sve varijable.

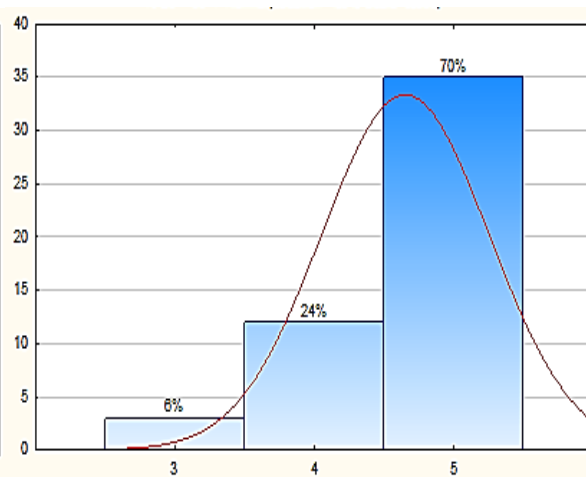
**Tablica 1.** Deskriptivna statistika

Varijable	N	AS	Minimum	Maksimum	Rang	SD
KASD	50	4,76	3,00	5,00	2,00	0,48
KA30	50	4,64	3,00	5,00	2,00	0,60
KAVU	50	3,82	1,00	5,00	4,00	1,24
KASV	50	4,42	1,00	5,00	4,00	0,91
KAPM	50	4,64	1,00	5,00	4,00	0,69
KAOS	50	3,94	1,00	5,00	4,00	1,35
KAOB	50	4,38	1,00	5,00	4,00	1,05
KAOG	50	4,74	3,00	5,00	2,00	0,49
KAOK	50	4,18	1,00	5,00	4,00	1,19
KAOP	50	4,72	3,00	5,00	2,00	0,54
KAOR	50	4,38	1,00	5,00	4,00	1,05
KAOI	50	4,58	3,00	5,00	2,00	0,61
KAOA	50	4,08	1,00	5,00	4,00	1,26
KAMZ	50	4,78	3,00	5,00	2,00	0,51
KAFS	50	4,42	1,00	5,00	4,00	0,99
KAKG	50	4,94	4,00	5,00	1,00	0,24
KAKO	50	4,92	4,00	5,00	1,00	0,27
KASS	50	4,86	2,00	5,00	3,00	0,50
KAAD	50	4,66	3,00	5,00	2,00	0,66
KALO	50	3,84	1,00	5,00	4,00	1,23
KATO	50	2,34	1,00	4,00	3,00	1,08
KAOO	50	4,22	1,00	5,00	4,00	1,17

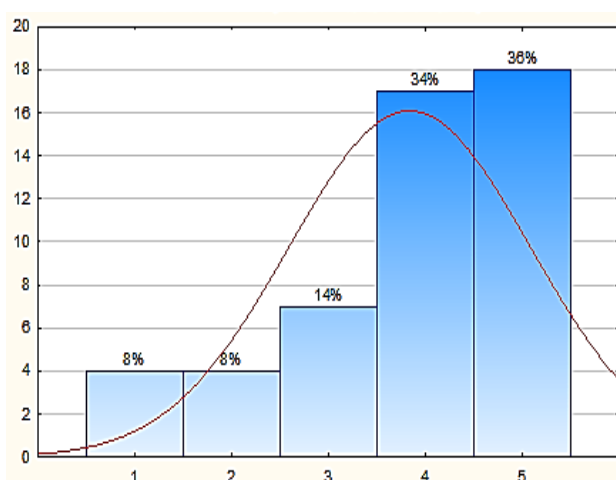
**Legenda:** KASD – svaki dan, KA30 – 30 min dnevno, KAVU – vremenski uvjeti, KASV – sprave za vježbanje, KAPM – prirodni materijali, KAOS – snaga, KAOB – brzina, KAOG – gibljivost, KAOK – koordinacija, KAOP – preciznost, KAOR – ravnoteža, KAOI – izdržljivost, KAOA – agilnost, KAMZ – motorička znanja, KAFS – funkcionalne sposobnosti, KAKG – kognitivne sposobnosti, KAKO – konativne sposobnosti, KASS – sociološki status, KAAD – antropometrijske dimenzije, KALO – lakše ozljede, KATO – teže ozljede, KAOO – odjeća i obuća, N – broj ispitanika, AS – aritmetička sredina, SD – standardna devijacija



**Graf 1.** Histogram frekvencija za varijablu KASD

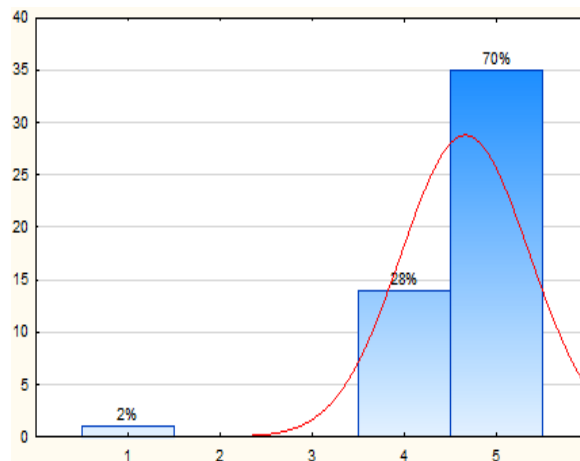
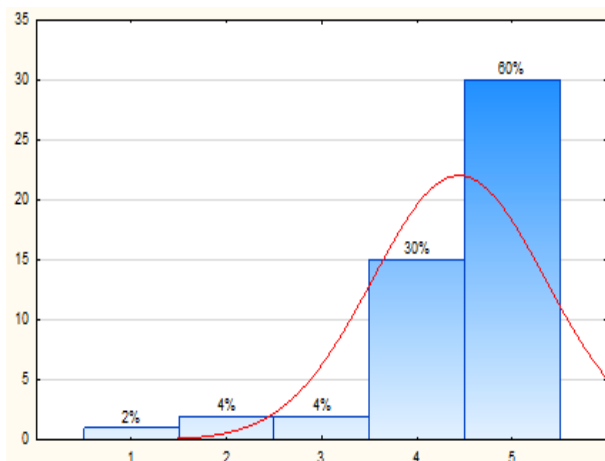


**Graf 2.** Histogram frekvencija za varijablu KA30



**Graf 3.** Histogram frekvencija za varijablu KAVU

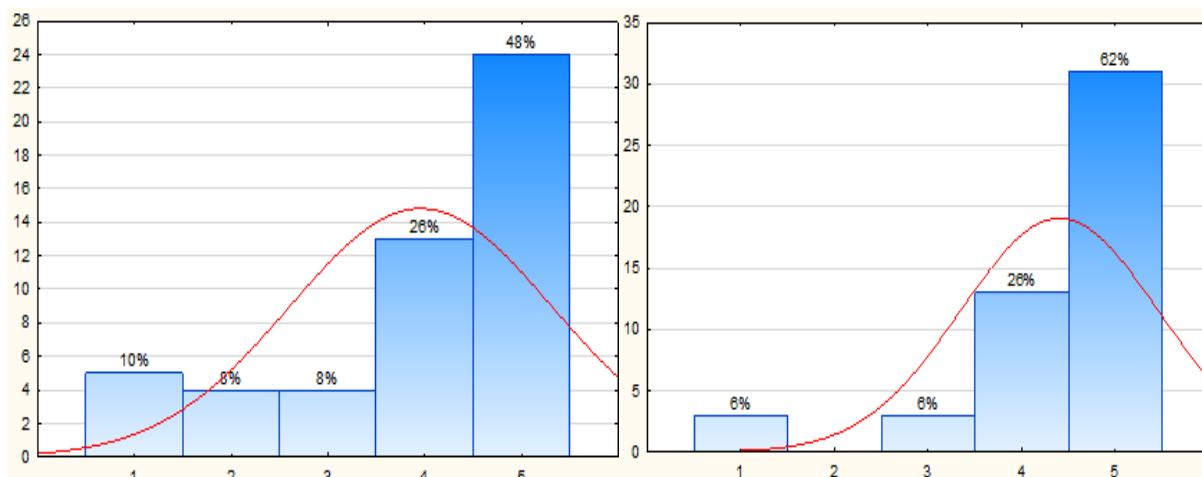
Iz prikazanih grafova vidljivi su postoci slaganja roditelja s kineziološkim aktivnostima na otvorenom prostoru vrtića koje se s djecom provode svaki dan (Graf 1), minimalno 30 minuta dnevno (Graf 2) te bez obzira na vremenske uvjete (Graf 3). Većina roditelja, njih čak 78% u potpunosti se slaže sa provođenjem kinezioloških aktivnosti na otvorenom svaki dan. Ipak, 2% ispitanika se ne može odlučiti sa slaganjem navedene tvrdnje, a preostalih 20% uglavnom se slaže s tvrdnjom. S organiziranim aktivnostima na otvorenom u trajanju od minimalno 30 minuta dnevno u potpunosti se slaže 70% roditelja dok se 24% roditelja uglavnom slaže, a preostalih 6% ne mogu se odlučiti. Većina roditelja se uglavnom slaže (34%) ili u potpunosti slaže (36%) kako bi djeca trebala sudjelovati u kineziološkim aktivnostima na otvorenom bez obzira na vremenske uvjete poput sunca, kiše, snijega ili visoke i niske temperature zraka. Ipak 8% roditelja uopće se ne slaže s tvrdnjom dok se isti postotak uglavnom ne slaže s tvrdnjom, a njih 14% ne može se odlučiti.



**Graf 4.** Histogram frekvencije za varijablu KASV **Graf 5.** Histogram frekvencija za varijablu KAPM

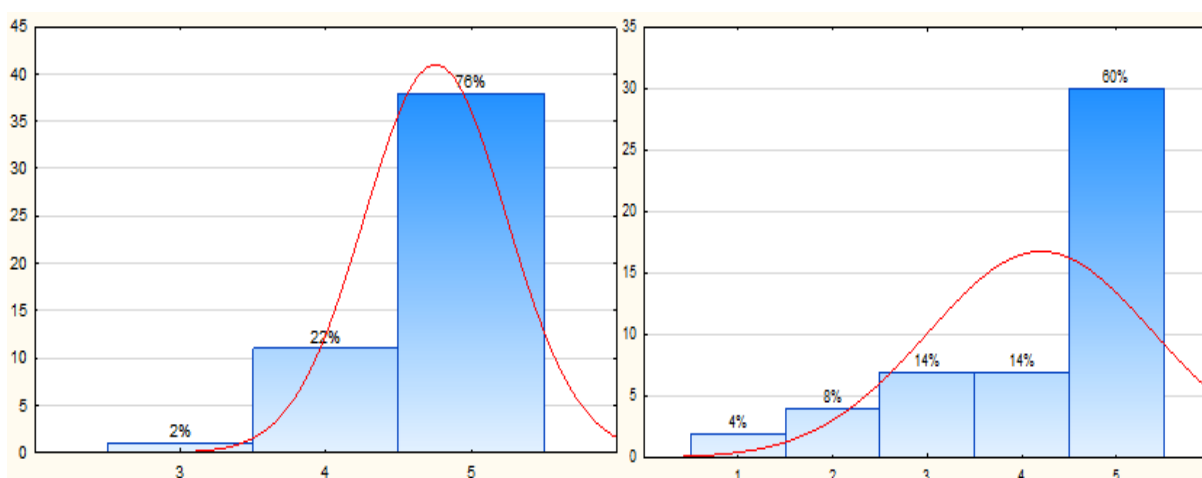
Prikazani grafovi prikazuju odgovore ispitanika na korištenje sprava za vježbanje (Graf 4) i prirodnih materijala (Graf 5) tijekom organizirane kineziološke aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića. Iz rezultata je vidljivo kako se većina roditelja u potpunosti slaže s korištenjem sprava za vježbanje (60%) i prirodnih materijala (70%) tijekom sata kineziološke kulture na otvorenom. Također, sličan broj ispitanika uglavnom se slaže s korištenjem sprava za vježbanje (30%) i prirodnih materijala (28%). U oba slučaja samo 2% ispitanika odgovara da se uopće ne slaže s tvrdnjom. Na tvrdnju o korištenju sprava za vježbanje na otvorenom prostoru vrtića 4% ispitanika odgovara da se ne može odlučiti te isti postotak odgovara da se uglavnom ne slaže s navedenim.

Slijedom navedenog, potvrđena je prva hipoteza koja se odnosila na uglavnom ili u potpunosti slaganje ispitanika s tvrdnjama koje se odnose na opće uvjete izvođenja organiziranog sata na otvorenom prostoru. U svim navedenim tvrdnjama, roditelji su u većini zaokružili potpuno ili djelomično slaganje s tvrdnjom.



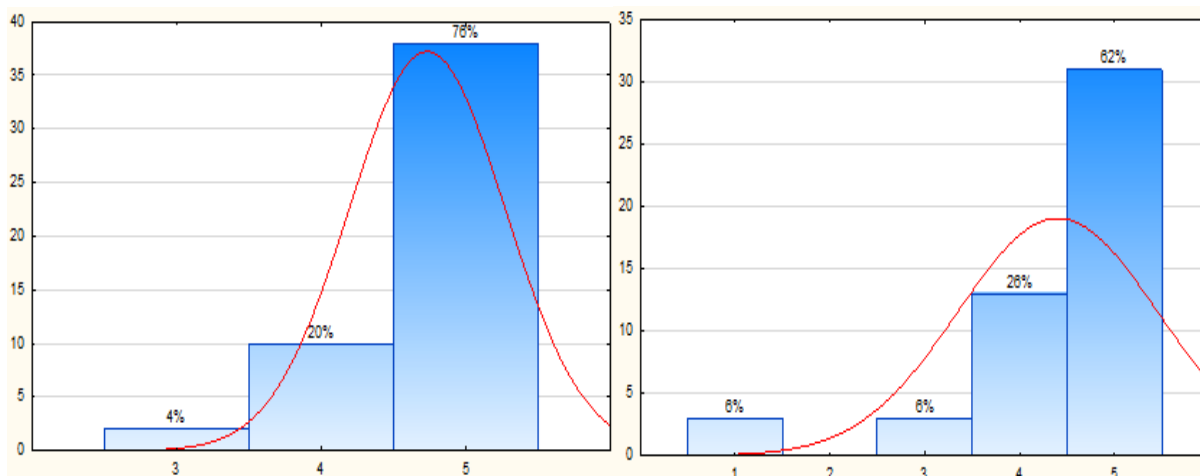
**Graf 6.** Histogram frekvencije za varijablu KAOS **Graf 7.** Histogram frekvencija za varijablu KAQB

Grafovi prikazuju slaganje roditelja s tvrdnjama o radu na snazi (Graf 6) i brzini (Graf 7) djeteta tijekom sata kineziološke kulture na otvorenom. S tvrdnjom da bi voljeli da njihovo dijete dohvati granu drveta koja mu je dostupna s poda i držeći se rukama visi s nje neko vrijeme 48% roditelja odgovara s potpunim slaganjem, 26% roditelja odgovara da se uglavnom slaže, 8% roditelja odgovara da se ne može odlučiti i da se uglavnom ne slaže dok 10% roditelja odgovara da se uopće ne slaže. Više roditelja pozitivno odgovara na tvrdnju kojom se poboljšava brzina djeteta. Naime, na tvrdnju da bi voljeli da dijete trči uz brijeg natječući se s drugom djecom, 62% roditelja odgovara da se u potpunosti slaže, a 26% roditelja da se uglavnom slaže. Isti postotak roditelja od 6% izjavljuje da se ne može odlučiti kao i da se uopće ne slaže s tvrdnjom.



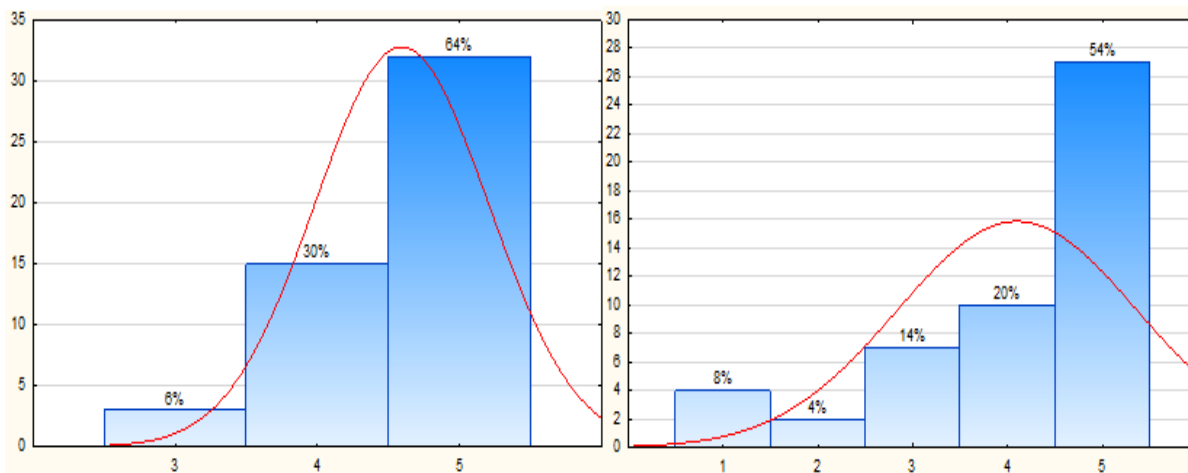
**Graf 8.** Histogram frekvencije za varijablu KAOG **Graf 9.** Histogram frekvencija za varijablu KAOK

Prikazani grafovi opisuju odgovore ispitanika na tvrdnju da dijete tijekom kineziološke aktivnosti na otvorenom raznožno sjedi na travi i pokušava dohvatiti češer (Graf 8) čime poboljšava svoju gibljivost i da se kotrlja niz brijeg po travi (Graf 9) čime radi na svojoj koordinaciji. Za rad na gibljivosti djece roditelji u velikom postotku odgovaraju da se u potpunosti slažu (78%), a manji dio (22%) odgovara da se uglavnom slaže dok samo 2% ispitanika odgovara da se ni slaže ni ne slaže s tvrdnjom. Tvrdnja kojom se poboljšava koordinacija djeteta uglavnom je izazvala potpuno slaganje s roditeljima – čak 60%. Ipak 4% roditelja uopće se ne slaže s tvrdnjom, a 8% roditelja uglavnom se ne slaže. Isti postotak od 14% ispitanika ne može se odlučiti za odgovor ili se uglavnom slaže s tvrdnjom.



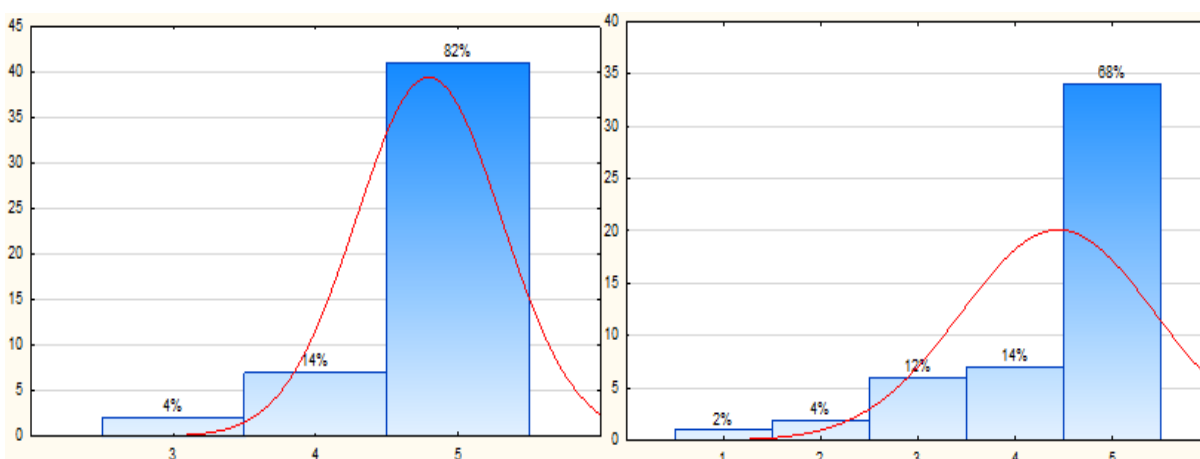
**Graf 10.** Histogram frekvencije za varijablu KAOP    **Graf 11.** Histogram frekvencija za varijablu KAOR

Iz prikazanih grafova vidljivi su odgovori ispitanika na tvrdnje o slaganju s vježbanjem preciznosti na način da djeca gađaju grudama snijega određeno mjesto na stablu (Graf 10) i da hodanjem po strušenom stablu (Graf 11) rade na svojoj ravnoteži. Vrlo visok postotak roditelja od 76% u potpunosti se slaže s vježbanjem preciznosti, a 20% ispitanika uglavnom se slaže dok se samo 4% ispitanika ne može odlučiti za odgovor. Dakle, gađanje grudama snijega u stablo poželjno je u gotovo svim odgovorima ispitanika. Ipak, roditelji se nisu u tolikom postotku složili i s tvrdnjom koja se odnosi na rad na motoričkoj sposobnosti ravnoteže kod djece. Naime, roditelji su na takvu tvrdnju u postotku od 6% odgovorili da se uopće ne slažu, te isti postotak roditelja nema konkretan odgovor. Ipak, 26% roditelja se uglavnom slaže, a 62%, dakle većina roditelja u potpunosti se slaže s tvrdnjom.



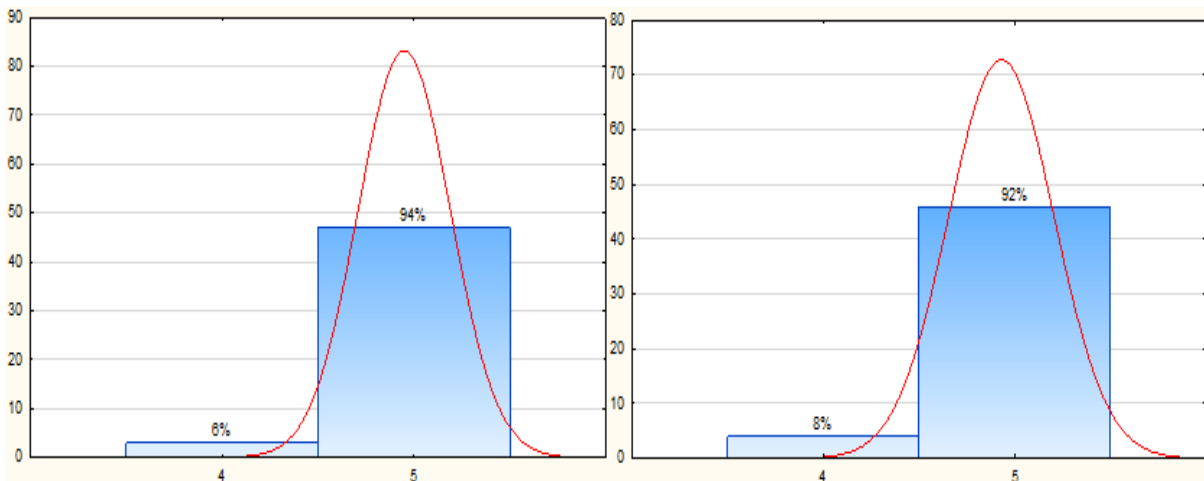
**Graf 12.** Histogramm der Frequenz für die Variable KAOI    **Graf 13.** Histogramm der Frequenz für die Variable KAOA

Na grafovima su vidljivi odgovori ispitanika na tvrdnju koja se odnosi na poboljšanje izdržljivosti djece aktivnošću držanja kamena u rukama ispred sebe (Graf 12) te poboljšanje agilnosti igranjem graničara vodenim balonima (Graf 13). Roditelji su u većini podržali vježbu izdržljivosti odgovorivši sa 64% kako se u potpunosti slažu s tvrdnjom te 30% da se uglavnom slažu, a samo 6% nije se moglo odlučiti za odgovor. S druge strane, roditelji nisu toliko složno odgovorili na tvrdnju koja se odnosi na vježbanje agilnosti, a njihovi odgovori bili su da se većinom u potpunosti slažu (54%) i uglavnom slažu (20%). Ipak, čak 8% ispitanika uopće se nije složio s aktivnošću, a 4% njih uglavnom se nije složilo. Ostatak od 14% nije se mogao odlučiti za odgovor.



**Graf 14.** Histogramm der Frequenz für die Variable KAMZ    **Graf 15.** Histogramm der Frequenz für die Variable KAFS

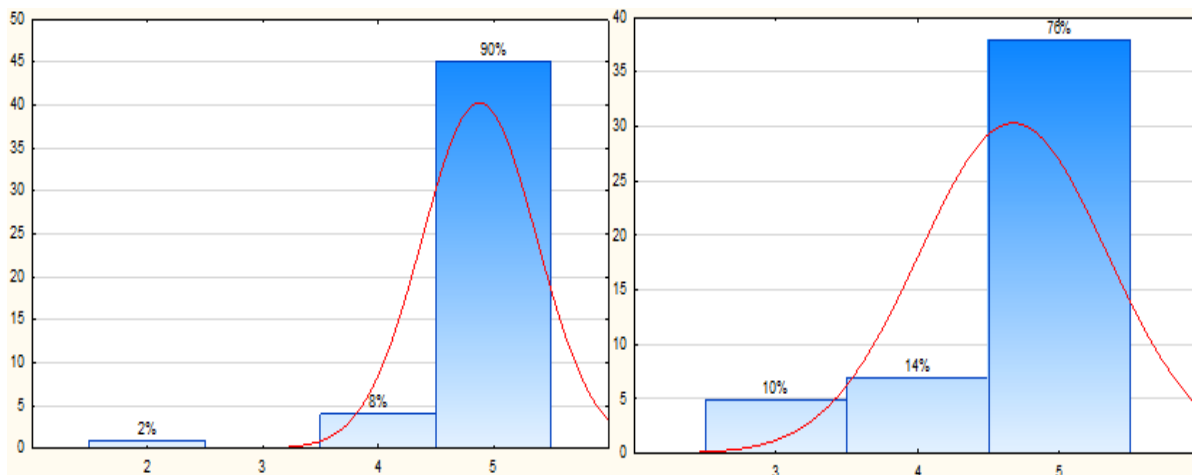
Prikazan Graf 14 opisuje odgovore ispitanika na tvrdnju da bi voljeli da njihovo dijete tijekom boravka na otvorenom u vrtiću uči voziti bicikl. Na taj način dijete bi steklo novo motoričko znanje – vožnju bicikla. Roditelji su se u većini od visokih 82% složili kako bi to u potpunosti voljeli dok se njih 14% uglavnom složilo, a 4% ostalo suzdržano. Na Grafu 15 vidljiva je veća razlika među odgovorima ispitanika kada se radi o tvrdnji da dijete trči preko grana i lokava vode na podu koje mu predstavljaju prepreke čime se radi na funkcionalnim sposobnostima djece – radu srca i pluća. Manji dio roditelja, njih 2% uopće se ne slaže s tvrdnjom, a 4% uglavnom se ne slaže. Ipak, i dalje većina roditelja od 82% u potpunosti se slaže, a 14% uglavnom se slaže dok je 12% roditelja reklo da se ni slaže ni ne slaže.



**Graf 16.** Histogram frekvencije za varijablu KAKG      **Graf 17.** Histogram frekvencija za varijablu KAKO

Idući grafovi prikazuju gotovo jednoglasne odgovore ispitanika. Graf 16 prikazuje odgovore roditelja na slaganje s tvrdnjom da njihovo dijete uči brojati do 10 pomoću nacrtane školice na betonu, a tom aktivnošću potiču se kognitivne sposobnosti djeteta pomoći fizičke aktivnosti. Mali dio roditelja uglavnom se slaže s tvrdnjom (6%), a svi ostali, njih čak 94% u potpunosti se slaže. Slični odgovori nalaze se i na Grafu 17 koji opisuje odgovore roditelja na utjecaj kineziološke aktivnosti na kognitivne sposobnosti djeteta, odnosno na tvrdnju koja označava da dijete bude ponosno kada pobijedi u igri graničara. Na navedenu tvrdnju 8% ispitanika odgovorilo je da se uglavnom slaže, a 92% da se slaže u potpunosti.

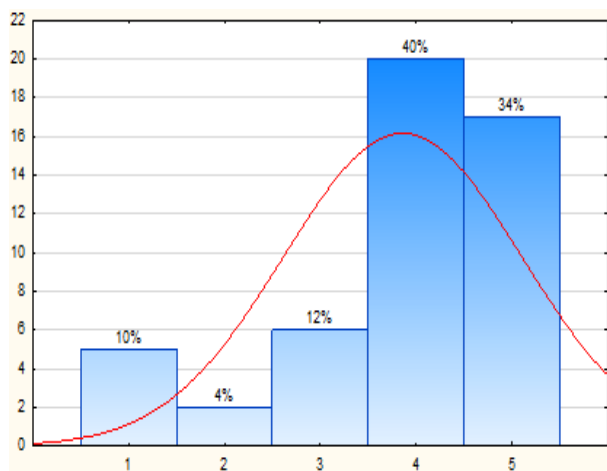




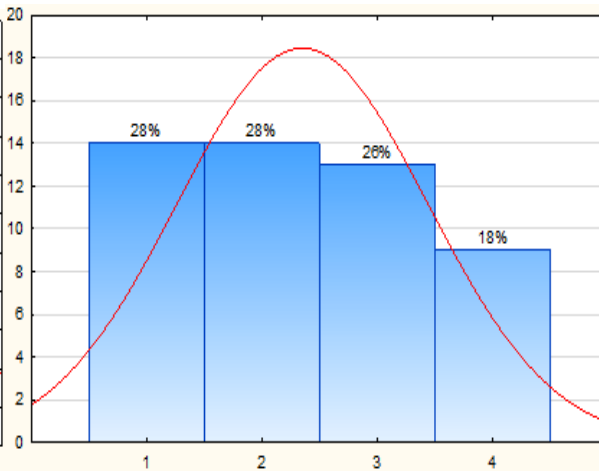
**Graf 18.** Histogram frekvencije za varijablu KASS      **Graf 19.** Histogram frekvencija za varijablu KAAD

Prikazani grafovi sadrže odgovore ispitanika na tvrdnju slažu li se s time da dijete dobije pohvalu odgojiteljice kada točno doda loptu tijekom igranja nogometa (Graf 18) čime razvija svoj sociološki status u grupi te odgovore na tvrdnju bi li voljeli da njihovo dijete tijekom organiziranog sata kineziološke kulture na otvorenom izgubi višak potkožnog masnog tkiva i dobije mišićnu masu (Graf 19). Gotovo svi roditelji, njih 90% voljeli bi u potpunosti da dijete dobije pohvalu odgojiteljice, a 8% uglavnom bi to voljelo dok se 2% uglavnom ne slaže s time. Također većina roditelja (76%) u potpunosti bi voljela da se dogode pozitivne promjene antropometrijske dimenzije djeteta, a iza njih slijedi 14% roditelja koji bi to uglavnom voljeli te 10% koji se ne mogu odlučiti za odgovor.

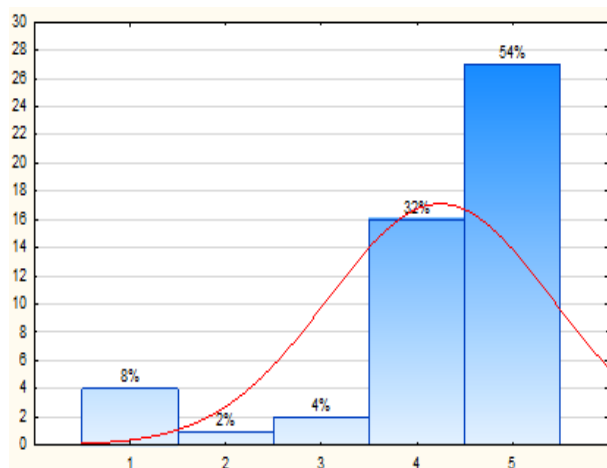
Prikazanim i opisanim grafovima koji opisuju rezultate istraživanja, dokazana je druga hipoteza koja govori o tome da se većina roditelja uglavnom ili u potpunosti slaže s tvrdnjama koje posljedično pozitivno utječu na razvoj antropoloških obilježja djeteta. Većina je roditelja pozitivno odgovorila na postavljene tvrdnje.



**Graf 20.** Histogram frekvencije za varijablu KALO



**Graf 21.** Histogram frekvencija za varijablu KATO



**Graf 22.** Histogram frekvencije za varijablu KAOO

Prikazani grafovi pokazuju stavove roditelja na tvrdnje o lakšim ozljedama djeteta (Graf 20), težim ozljedama djeteta (Graf 21) i šteti na odjeći i obući djece (Graf 22) koje mogu nastupiti kao negativna posljedica kineziološke aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića. Težina ozljede dosta utječe na odgovore ispitanika pa tako 10% roditelja izražava potpuno neslaganje s lakšim ozljedama djeteta, a 28% potpuno neslaganje s težim ozljedama. Također, 4% roditelja uglavnom se ne slaže da je u redu da se dijete lakše ozljedi, a isti odgovor za teže ozljede označilo je 28% roditelja. Suzdržanih roditelja kod lakših ozljeda bilo je 12%, a kod težih 26%. Roditelji koji se uglavnom slažu da je u redu da se dijete lakše ozljedi tijekom organiziranog sata kineziološke kulture je 40%, no kod težih ozljeda samo 18%. Na kraju, nitko se od ispitanika nije u potpunosti složio s tvrdnjom da je u redu da se dijete teže ozljedi, ali kod lakših ozljeda u potpunosti se složilo čak 34% ispitanika. Kada se govori o uništavanju

odjeće i obuće uslijed kineziološke aktivnosti na dvorištu vrtića, većina roditelja od 54% u potpunosti se slaže da je to u redu, a slijedi i 32% roditelja koji se uglavnom slažu. Roditelji koji se ne mogu odlučiti za odgovor broje 4%, dok se samo 2% uglavnom ne slaže s tvrdnjom. Preostalih 8% uopće se ne slaže da bi bilo u redu da se dijete zaprlja ili podere odjeću tijekom sata kineziološke kulture na otvorenom.

Slijedom navedenog, opovrgnuta je treća hipoteza kojom se smatralo da će se većina roditelja uglavnom ili uopće ne slagati s tvrdnjama koje imaju posljedično negativan utjecaj na dijete. Takvi rezultati dobiveni su jedino kod tvrdnje o težim ozljedama djeteta, a u tvrdnjama o lakšim ozljedama i uništavanju odjeće i obuće, većina se roditelja uglavnom ili u potpunosti složila s tvrdnjom.

## 5.2. T-test analiza

Prema rezultatima istraživanja dobivenih t-testom, uočene su pojedine statistički značajne razlike u odgovorima ispitanika obzirom na njihovu dob, spol ili obrazovanje te obzirom na dob djeteta.

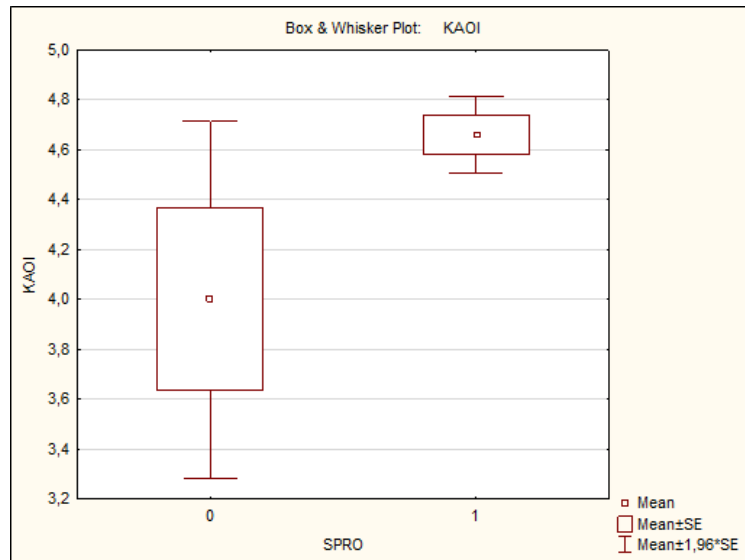
### 5.2.1. Razlike na temelju spola roditelja

**Tablica 2.** T-test analiza razlika u stavovima po spolu roditelja

Vabijable	AS 0	AS 1	t-vrijednost	p	Broj sudionika 0	Broj sudionika 1
KAOI	4,00	4,66	-2,63	0,01*	6	44
KALO	2,83	3,98	-2,21	0,03*	6	44
KAOO	3,33	4,34	-2,05	0,05*	6	44

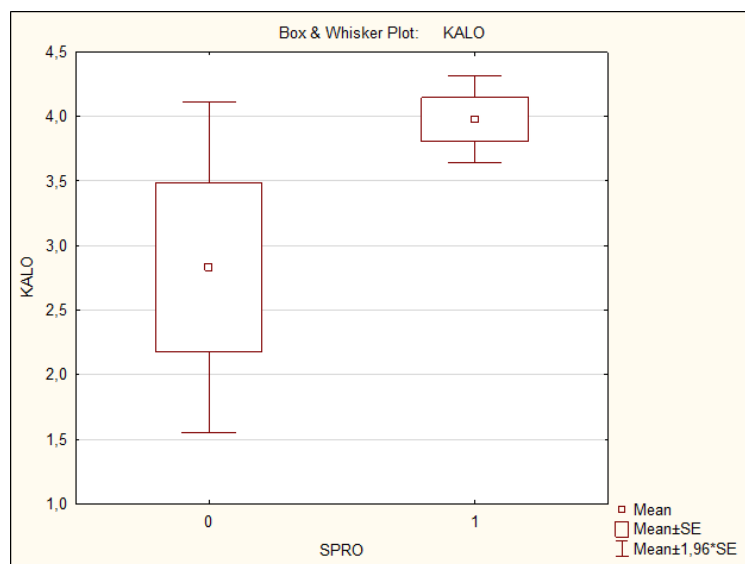
**Legenda:** AS 0 – aritmetička sredina muški spol, AS 1 – aritmetička sredina ženski spol, p – razina značajnosti  $p \leq 0,05$ , KAOI – izdržljivost, KALO – lakše ozljede, KAOO – odjeća i obuća, \* - statistički značajna razlika

Prikazana tablica sadrži statistički značajne razlike ( $p \leq 0,05$ ) u odgovorima ispitanika obzirom na njihov spol. Vidljive su razlike u odgovorima na slaganje s tvrdnjama o kineziološkoj aktivnosti na otvorenom prostoru kojom se radi na izdržljivosti djeteta. Također, razlike su u odgovorima na tvrdnju koja se odnosi na mogućnost dobivanja lakših ozljeda djeteta te na tvrdnju o mogućnosti uništavanja odjeće i obuće tijekom sata kineziološke kulture.



**Graf 23.** Box i plot: razlike u odgovorima ispitanika o KAOI na temelju spola roditelja

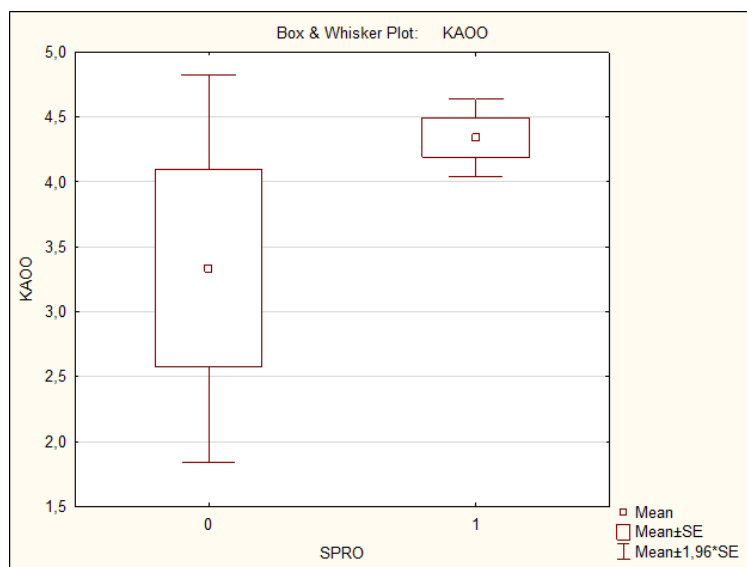
Iz prikazanog Grafa 23 vidljiva je razlika u odgovorima muških i ženskih ispitanika o vježbi koja se odnosi na kineziološku aktivnost sa ciljem poboljšanja motoričke sposobnosti izdržljivosti. Naime, muški ispitanici (SPRO=0), manje su se složili s navedenom tvrdnjom naspram ispitanika ženskog spola (SPRO=1). Tako je medijan odgovora muških ispitanika bio 4.00, a ženskih 4.66.



**Graf 24.** Box i plot: razlike u odgovorima ispitanika o KALO na temelju spola roditelja

Prikazani Graf 24 pokazuje razlike u odgovorima muških i ženskih ispitanika na tvrdnju da bi bilo u redu da dijete tijekom sata kineziološke kulture na otvorenom zadobije lakše ozljede.

Vidljivo je da su ispitanici muškog spola izrazili veće neslaganje (2.83) u usporedbi s ispitanicima ženskog spola (3.98).



**Graf 25.** Box i plot: razlike u odgovorima ispitanika o KAOO na temelju spola roditelja

Graf 25 prikazuje odgovore ispitanika na slaganje s tvrdnjom o uništavanju odjeće i obuće kao moguće negativne posljedice kineziološke aktivnosti na otvorenom. Na Grafu 25 je vidljivo da žene pozitivnije odgovaraju na navedenu tvrdnju te međusobno slično odgovaraju na pitanje, a medijan njihovih odgovora iznosi 4.34. Odgovori muških ispitanika nisu toliko ujednačeni, a njihov medijan je 3.33.

Iz navedenog, može se zaključiti da su žene pokazale veće slaganje s tvrdnjama u kojima postoji statistički značajna razlika u odgovorima među spolovima. Time je opovrgnuta četvrta hipoteza koja je glasila da će se muškarci više slagati s tvrdnjama.

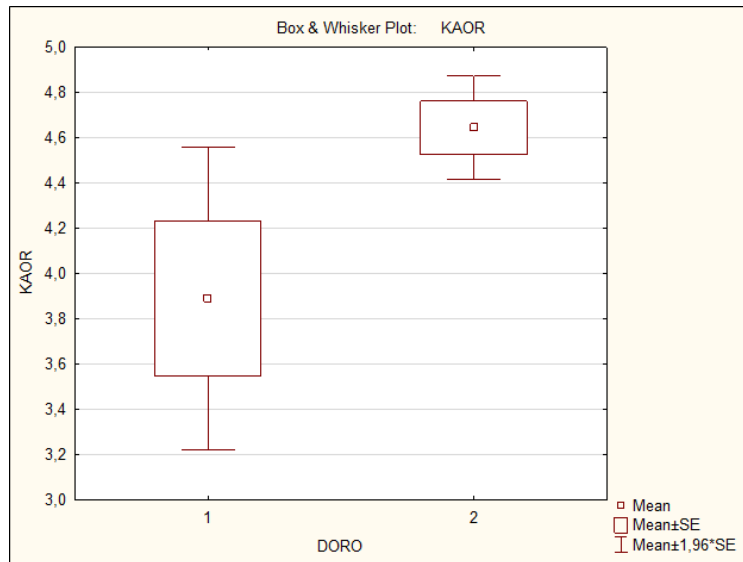
## 5.2.2. Razlike na temelju dobi roditelja

**Tablica 3.** T-test analiza razlika u stavovima po dobi roditelja

Vabijable	AS 1	AS 2	t-vrijednost	p	Broj ispitanika 0	Broj ispitanika 1
KAOR	3,89	4,64	-2,44	0,02*	18	28
KALO	3,39	4,14	-2,04	0,05*	18	28

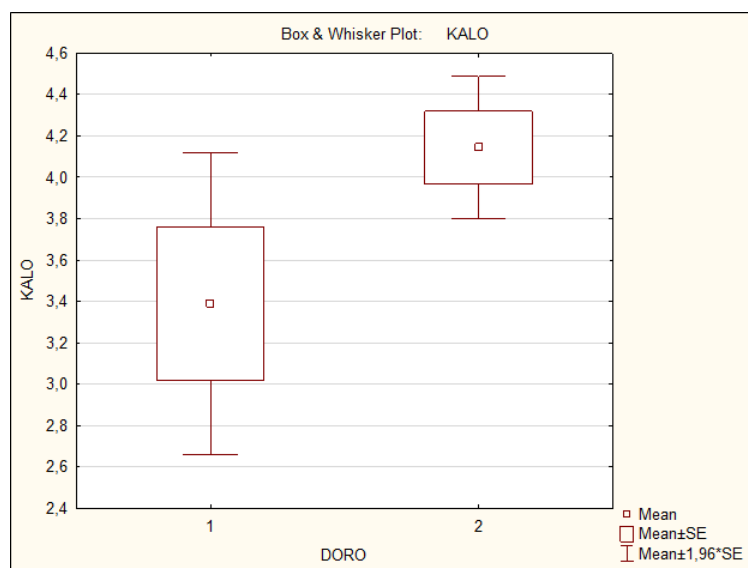
**Legenda:** AS 1 – aritmetička sredina dob 21-30 god., AS 2 – aritmetička sredina dob 31-40 god., p – razina značajnosti  $p \leq 0,05$ , KAOR – ravnoteža, KALO – lakše ozljede, \* - statistički značajna razlika

Prikazana tablica sadrži statistički značajne razlike ( $p \leq 0,05$ ) u odgovorima ispitanika obzirom na njihovu dob. Navedene razlike vrijede za ispitanike u dobi 21-30 godina te 31-40 god. Roditelji su različito odgovorili na dvije tvrdnje. Jedna od njih je tvrdnja koja se odnosi na vježbu ravnoteže u kojoj djeca hodaju po srušenom stablu. Druga je tvrdnja o slaganju sa lakšim ozljedama kod djece kao posljedici organizirane tjelesne aktivnosti na dvorištu vrtića.



**Graf 26.** Box i plot: razlike u odgovorima ispitanika o KAOR na temelju dobi roditelja

Prikazani Graf 26 prikazuje odgovore ispitanika na tvrdnju o slaganju hodanja njihova djeteta po srušenom stablu kao vježbi za razvoj ravnoteže djeteta. Vidljivo je kako su stariji roditelji (31-40 god.) pokazali veće slaganje s tvrdnjom s medijanom od 4.64 u usporedbi s mlađim roditeljima (21-30 god.) čiji su odgovori rezultirali medijanom 3.89.



**Graf 27.** Box i plot: razlike u odgovorima ispitanika o KALO na temelju dobi roditelja

Prikazani Graf 27 prikazuje odgovore ispitanika na tvrdnju o lakšim ozljedama djece koje se mogu zadobiti tijekom vježbanja na otvorenom. Značajna razlika vidljiva je u odgovorima ispitanika u dobi 21-30 godina te roditelja u dobi 31-40 godina. Naime, mlađi roditelji manje su se složili s tvrdnjom te medijan iznosi 3.39, a stariji roditelji više su se složili s tvrdnjom te složenije odgovorili na tvrdnju, a medijan njihovih odgovora iznosi 4.14.

Iz navedenog proizlazi potvrđivanje pete hipoteze u kojoj je izrečeno kako će se stariji roditelji više slagati s navedenim tvrdnjama. Prikazani rezultati pokazuju značajke koje idu u prilog navedenoj hipotezi, odnosno govore kako su se roditelji u starijoj dobnoj skupini u većem broju složili s tvrdnjama.

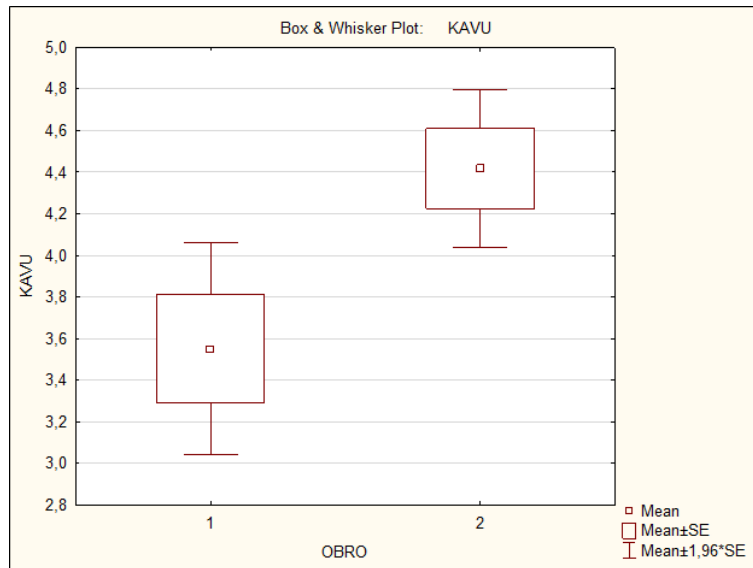
### 5.2.3. Razlike na temelju stečenog obrazovanja roditelja

**Tablica 4.** T-test analiza razlika u stavovima po obrazovanju roditelja

Varijable	AS 1	AS 2	t-vrijednost	p	Broj ispitanika 0	Broj ispitanika 1
KAVU	3,55	4,42	-2,03	0,05*	29	12
KAFS	4,07	5,00	-2,75	0,01*	29	12
Varijable	AS 2	AS 3	t-vrijednost	p	Broj ispitanika 2	Broj ispitanika 3
KAAD	5,00	4,50	2,32	0,03*	12	8

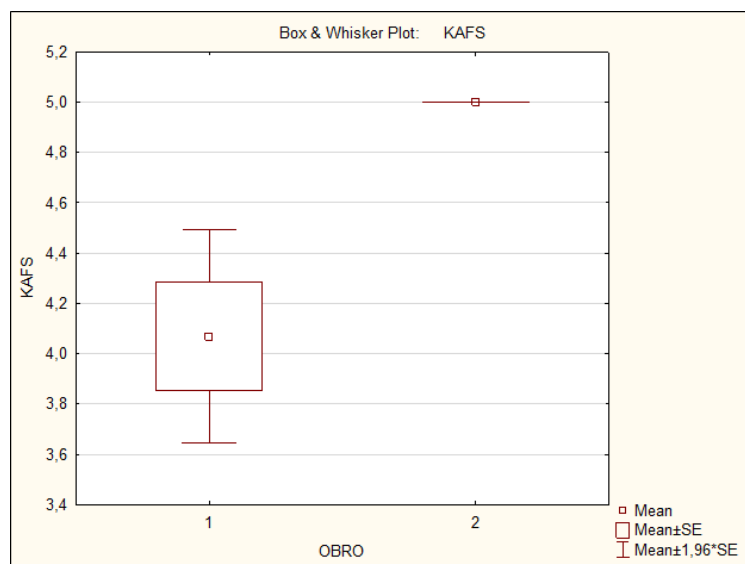
**Legenda:** AS 1 – aritmetička sredina ispitanika SSS, AS 2 – aritmetička sredina ispitanika VŠS, AS 3 – aritmetička sredina ispitanika VSS, p – razina značajnosti  $p \leq 0,05$ , KAVU – vremenski uvjeti, KAFS – funkcionalne sposobnosti, KAAD – antropometrijske dimenzije, \* - statistički značajna razlika

Tablica 3 prikazuje statistički značajne razlike ( $p \leq 0,05$ ) u odgovorima ispitanika obzirom na stečenu stručnu spremu. Vidljive su razlike između ispitanika sa srednjom stručnom spremom i višom stručnom spremom u stavovima prema izvođenju kineziološke aktivnosti na otvorenom u raznim vremenskim uvjetima i vježbe za funkcionalne sposobnosti djeteta. Osim toga, uočene su i razlike između ispitanika sa višom stručnom spremom i visokom stručnom spremom u mogućnosti poboljšanja antropometrijskih dimenzija djeteta.



**Graf 28.** Box i plot: razlike u odgovorima ispitanika o KAVU na temelju obrazovanja roditelja

Prikazani Graf 28 opisuje odgovore ispitanika na tvrdnju o provođenju sata kineziološke kulture na otvorenom bez obzira na vremenske uvjete (kišu, sunce, temperaturu zraka). Roditelji sa srednjom stručnom spremom manje su se složili s tvrdnjom (medijan 3.55) u usporedbi s roditeljima sa stečenom visokom stručnom spremom (medijan 4.42).

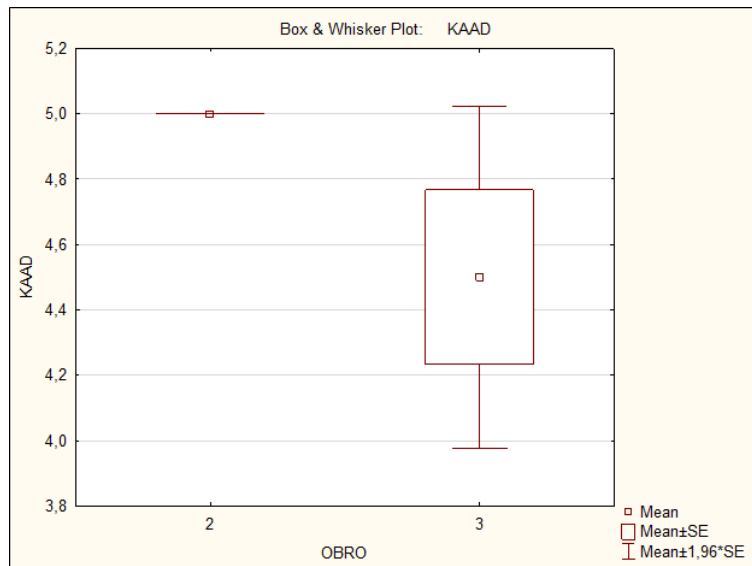


**Graf 29.** Box i plot: razlike u odgovorima ispitanika o KAFS na temelju obrazovanja roditelja

Na prikazanom Grafu 29 navedeni su odgovori ispitanika sa srednjom stručnom spremom (1) te sa višom stručnom spremom (2). Tvrdnja se odnosila na aktivnost u kojoj djeca trče preko



grana i lokava na podu te time poboljšavaju svoje funkcionalne sposobnosti. Dok su roditelji sa stečenom visokom stručnom spremom jednoglasno odgovorili da se u potpunosti slažu s tvrdnjom, roditelji sa stečenom srednjom stručnom spremom nisu jednako odgovorili na tvrdnju, a medijan njihovih odgovora iznosio je 4.07.



**Graf 30.** Box i plot: razlike u odgovorima ispitanika o KAAD na temelju obrazovanja roditelja

Prikazani Graf 30 sadrži odgovore roditelja sa stečenom višom stručnom spremom u usporedbi s odgovorima roditelja ispitanika sa stečenom visokom stručnom spremom. Graf 27 odnosi se na tvrdnju da dijete dobije mišićnu masu i izgubi višak potkožnog masnog tkiva pomoću aktivnosti na otvorenom. Obrazovaniji roditelji raznoliko su odgovorili na postavljenu tvrdnju, a medijan njihova odgovora iznosio je 4.50. Za razliku od njih, roditelji sa višom stručnom spremom jednoglasno su se u potpunosti složili s tvrdnjom.

Iako su prva dva grafa u skladu sa šestom hipotezom, Graf 27 pokazao je drukčije rezultate, odnosno da se obrazovaniji roditelji više slažu s tvrdnjama. Prema dobivenim rezultatima vidljivima iz grafova, slaganje s tvrdnjama u najvećoj su mjeri izrazili roditelji sa stečenom višom stručnom spremom. Time je djelomično potvrđena šesta hipoteza.

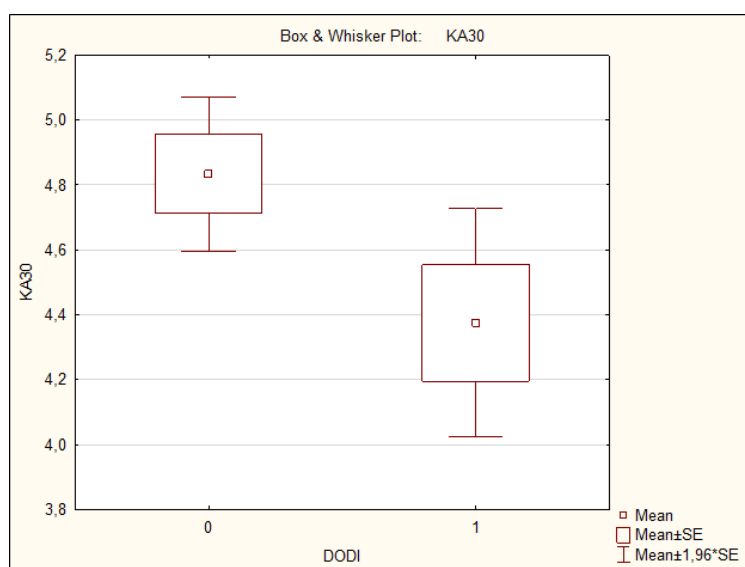
## 5.2.4. Razlike na temelju dobi djeteta

**Tablica 5.** T-test analiza razlika u stavovima po dobi djeteta

Varijable	AS 0	AS 1	t-vrijednost	p	Broj ispitanika 0	Broj ispitanika 1
KA30	4,83	4,38	2,16	0,04*	18	16
Varijable	AS 0	AS 2	t-vrijednost	p	Broj ispitanika 0	Broj ispitanika 2
KAPM	4,83	4,50	2,15	0,04*	18	16
KAOO	4,61	3,75	2,21	0,03*	18	16

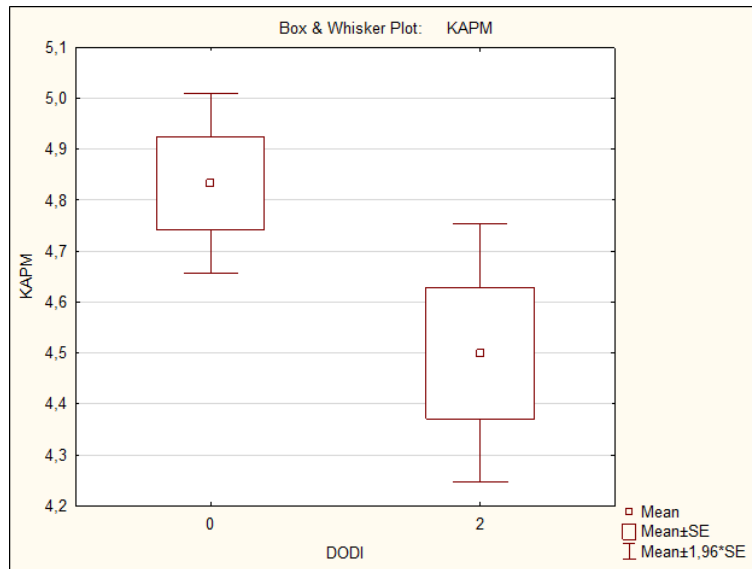
**Legenda:** AS 0 – aritmetička sredina mlađa dobna skupina, AS 1 – aritmetička sredina srednja dobna skupina, AS 2 – aritmetička sredina starija dobna skupina, p – razina značajnosti  $p \leq 0,05$ , KA30 – 30 minuta dnevno, KAPM – prirodni materijali, KAOO – odjeća i obuća. \* - statistički značajna razlika

Prikazana tablica sadrži statistički značajne odgovore ispitanika ( $p \leq 0,05$ ) čija djeca polaze različite dobne odgojno-obrazovne skupine. Vidljive su razlike u odgovorima između ispitanika roditelja djece iz mlađe dobne skupine u odnosu na srednju dobnu skupinu u tvrdnji o minimalnom provođenju sata kineziološke kulture na otvorenom u minimalnom trajanju od 30 minuta. Također, razlike su uočene u odgovorima roditelja djece pripadnika mlađe i starije dobne skupine gdje se odgovori razlikuju u tvrdnjama o korištenju prirodnih materijala te negativnoj posljedici zaprljane ili poderane odjeće i obuće.



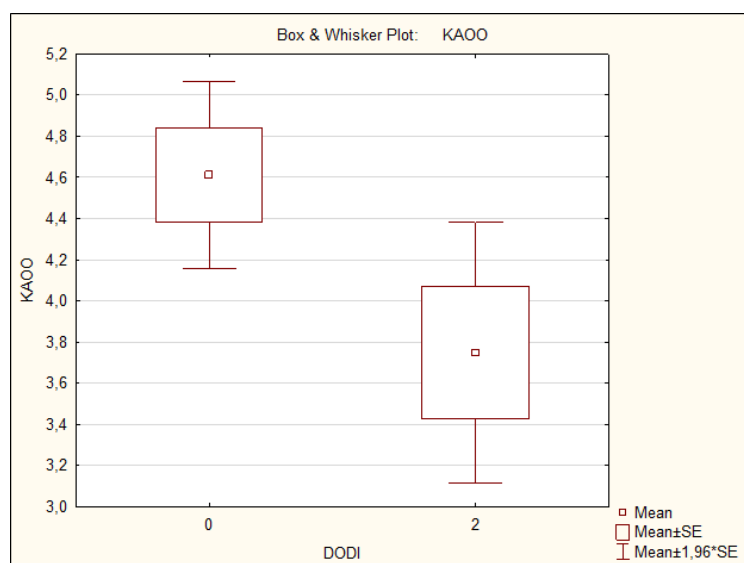
**Graf 31.** Box i plot: razlike u odgovorima ispitanika o KA30 na temelju dobi djeteta

Prikazani Graf 31 govori o odgovorima roditelja djece mlađe i srednje dobne skupine. Odgovori se odnose na tvrdnju koja se odnosi na opće uvjete izvođenja sata kineziologije na otvorenom, točnije, minimalnom provođenju djece na otvorenom u trajanju od 30 minuta dnevno. Roditelji djece iz mlađe dobne skupine više su se složili s tvrdnjom (4.83), nego roditelji djece iz srednje dobne skupine (4.38).



**Graf 32.** Box i plot: razlike u odgovorima ispitanika o KAPM na temelju dobi djeteta

Iz prikazanog Grafa 32 može se vidjeti veće slaganje roditelja djece iz mlađe dobne skupine (4.83) u odnosu na roditelje djece iz starije dobne skupine (4.50) s tvrdnjom o korištenju prirodnih materijala tijekom sata kineziologije na vanjskom prostoru vrtića.



**Graf 33.** Box i plot: razlike u odgovorima ispitanika o KAOO na temelju dobi djeteta

Prikazani Graf 33 odnosi se na tvrdnju koja opisuje moguće uništavanje odjeće i obuće uslijed kineziološke aktivnosti u dvorištu vrtića. Naime, roditelji djece iz mlađe dobne skupine više su se složili u odgovorima prema navedenoj tvrdnji, a medijan njihovih odgovora iznosi je 4.61. Roditelji djece iz starije dobne skupine manje su se složili s tvrdnjom te je medijan njihovih odgovora iznosio 3.75.

Iz prikazanog se može zaključiti da se roditelji djece pripadnika mlađe dobne skupine više slažu s postavljenim tvrdnjama. Time je opovrgnuta sedma hipoteza koja je pretpostavljala upravo suprotno dokazanome.

### 5.3. Korelacijska analiza

**Tablica 6.** Korelacija između varijabli

Varijable	KASD	KA30	KAVU	KASV	KAPM	KAOS	KAOB	KAOG	KAOK	KAOP	KAOR
<b>SPRO</b>	0,07	-0,02	0,05	0,17	0,17	-0,02	0,08	0,06	0,00	0,15	0,02
<b>DORO</b>	0,19	-0,06	0,04	-0,08	-0,15	<b>0,30*</b>	0,23	0,23	<b>0,30*</b>	0,07	<b>0,33*</b>
<b>OBRO</b>	0,24	0,12	0,23	0,25	0,21	<b>0,34*</b>	<b>0,36*</b>	0,27	0,24	0,22	0,24
<b>SPDI</b>	0,11	-0,14	-0,13	-0,01	0,00	-0,02	-0,05	0,23	-0,03	0,16	-0,01
<b>DODI</b>	0,03	-0,11	-0,03	0,05	-0,20	0,18	0,02	-0,18	0,03	-0,21	0,06
Varijable	KAOI	KAOA	KAMZ	KAFS	KAKG	KAKO	KASS	KAAD	KALO	KATO	KAOO
<b>SPRO</b>	<b>0,36*</b>	-0,03	-0,16	0,22	-0,09	-0,11	-0,11	-0,19	<b>0,30*</b>	0,17	<b>0,28*</b>
<b>DORO</b>	0,12	0,16	-0,20	-0,04	0,02	0,11	-0,07	0,06	0,21	0,02	0,03
<b>OBRO</b>	0,23	<b>0,28*</b>	0,05	<b>0,38*</b>	0,17	0,11	0,15	0,13	<b>0,30*</b>	0,24	0,25
<b>SPDI</b>	0,15	-0,12	-0,09	0,03	0,05	0,11	0,09	-0,03	-0,05	0,02	-0,10
<b>DODI</b>	-0,15	-0,02	-0,12	-0,23	<b>-0,32*</b>	-0,01	-0,11	-0,17	-0,15	-0,17	<b>-0,31*</b>

**Legenda:** SPRO – spol roditelja, DORO – dob roditelja, OBRO – obrazovanje roditelja, SPDI – spol djeteta, DODI – dob djeteta, KASD – svaki dan, KA30 – 30 min dnevno, KAVU – vremenski uvjeti, KASV – sprave za vježbanje, KAPM – prirodni materijali, KAOS – snaga, KAOB – brzina, KAOG – gibljivost, KAOK – koordinacija, KAOP – preciznost, KAOR – ravnoteža, KAOI – izdržljivost, KAOA – agilnost, KAMZ – motorička znanja, KAFS – funkcionalne sposobnosti, KAKG – kognitivne sposobnosti, KAKO – konativne sposobnosti, KASS – sociološki status, KAAD – antropometrijske dimenzije, KALO – lakše ozljede, KATO – teže ozljede, KAOO – odjeća i obuća, \* - statistički značajne razlike

Tablica prikazuje korelacijsku analizu, odnosno povezanost između varijabli. Prema rezultatima istraživanja, postoji povezanost između spola roditelja i tri tvrdnje. Jedna se odnosi na vježbu za poboljšanje motoričke sposobnosti izdržljivosti ( $r=0,36$ ). Druga se odnosi

na lakše ozljede ( $r=0.30$ ), a treća na uništavanje dječje odjeće i obuće ( $r=0.28$ ) kao negativne posljedice kineziološke aktivnosti na otvorenom. Nadalje, postoji povezanost između dobi roditelja i vježbi koje se odnose na poboljšanje djetetove snage ( $r=0.30$ ), koordinacije ( $r=0.30$ ) i motoričke sposobnosti ravnoteže ( $r=0.33$ ). Također, statistički značajnu korelaciju pokazali su odgovori ispitanika sa stečenim raznim razinama obrazovanja s tvrdnjama o motoričkim sposobnostima snage ( $r=0.34$ ), brzine ( $r=0.36$ ) i agilnosti ( $r=0.28$ ) te funkcionalnim sposobnostima ( $r=0.38$ ) te tvrdnjom o lakšim ozljedama djeteta ( $r=0.30$ ). Osim toga, korelacijska analiza pokazala je statistički značajnu snagu povezanosti između dobi djeteta i tvrdnji o kognitivnim sposobnostima ( $r=0.32$ ) te mogućnosti oštećenja odjeće i obuće ( $r=0.31$ ).

Usporedbom provedenog istraživanja s dosadašnjim istraživanjima, uočene su neke sličnosti u rezultatima. Autor Iveković (2017) usporedio je stavove odgojitelja i roditelja o dječjim aktivnostima na otvorenom prostoru te zaključio kako roditelji smatraju da igra na spravama u dvorištu vrtića nije dovoljna za motorički razvoj djeteta u dobi do četvrte godine života. Rezultat je to koji je u skladu sa stavom roditelja da djeca koriste i prirodne materijale tijekom kinezioloških aktivnosti s kojim se u potpunosti složilo čak 70% roditelja. Osim toga, spomenuto istraživanje dokazalo je da „roditelji u odnosu na odgojitelje više bi dopuštali djetetu da se igra vani na kiši i kada je hladno, dok bi odgojitelji više dopuštali djetetu da se igra vani na snijegu nego roditelji“ (Iveković, 2017; str. 284). Slični rezultati vidljivi su i u odgovorima ispitanika o različitim vremenskim uvjetima tijekom sata kineziologije u kojima 36% roditelja tvrdi da se u potpunosti slaže s izjavom, 34% da se uglavnom slaže, a 14% se ne može odlučiti za odgovor. Ostatak roditelja podjednako je raspoređen između stava da se uglavnom ne slaže (8%) ili uopće ne slaže (8%). Takvi rezultati pokazuju da se roditelji slažu s većinom vremenskih uvjeta, ali ne i sa svima. Autorice Zlatar i Klišanić (2021) istraživanjem su pokazale koliko je važna suradnja između odgojitelja i roditelja kako bi dijete imalo dopuštenje za razne aktivnosti, pogotovo za rizičnu igru. Isto su tako anketnim upitnikom dobiveni rezultati koji govore kako se roditelji uglavnom slažu s lakšim ozljedama djeteta koje su moguća posljedica rizične igre djece. Jedina posljedica koju većina roditelja ne odobrava jesu teže ozljede nastale tijekom sata kineziološke kulture. Time se potvrđuje važnost dogovora oko aktivnosti između roditelja i odgojitelja kako bi negativne posljedice bile izbjegnute.

## Zaključak

Iznimno je važna djetetova fizička aktivnost tijekom perioda djetinjstva. Organiziranim tjelesnim aktivnostima na otvorenom prostoru vrtića djeca postižu postavljene odgojne i obrazovne zadaće, a ujedno uče brinuti za prirodu te primaju dobrobiti iz nje. Dvorište vrtića trebalo bi biti sigurno i pogodno za dječje kretanje kako bi se proces vježbanja kvalitetno odvijao. Na osnovu rezultata istraživanja može se zaključiti kako se većina roditelja slaže s općim uvjetima provođenja sata kineziološke kulture na otvorenom prostoru vrtića poput vremenskih uvjeta, korištenja sprava i prirodnih materijala i vremenskim periodom boravka djece vani. Također, roditelji su se u većini složili s pozitivnim posljedicama organiziranog tjelesnog vježbanja na otvorenom u koji su uključene motoričke sposobnosti, motorička znanja, funkcionalne sposobnosti, konativne sposobnosti, kognitivne sposobnosti, sociološki status i antropometrijske dimenzije djeteta. Ispitanici su u većini pokazali slaganje i s dvije tvrdnje koje se odnose na negativne posljedice kineziološke aktivnosti, ali se većina roditelja nije složila s tvrdnjom koja se odnosi na moguće teže ozljede djeteta dobivene tijekom vježbanja na dvorištu vrtića. Nadalje, može se zaključiti da se muški ispitanici manje slažu s tvrdnjama u usporedbi sa ženama. Također, manje slaganje pokazali su mlađi roditelji dok se stariji roditelji više slažu s tvrdnjama. Osim toga, uočeno je najveće slaganje s tvrdnjama roditelja sa stečenom višom stručnom spremom. Roditelji djece pripadnika mlađe dobne skupine u većem su se broju složili s tvrdnjama u odnosu na roditelje djece iz starijih dobnih skupina. Istraživanje je provedeno na uzorku od pedeset ispitanika, stoga je potrebno provesti istraživanje na većem uzorku ispitanika kako bi hipoteze bile u potpunosti potvrđene. Ipak, provedeno istraživanje može se uzeti kao polazište u narednim istraživanjima. Osim toga, navedeni rezultati mogu utjecati na rad odgojiteljica u odgojno-obrazovnim skupinama. Provođenje organiziranog sata kineziologije na otvorenom djeca dobivaju brojne učinke s kojima se roditelji uglavnom slažu.

## Literatura

### Radovi u časopisu

- Burić, H. (2006). Prostor iz perspektive vrtića. *Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima*, 12(44), 18-20.
- Cols, C. (2010). Izvan vrtića: svijet prepun mogućnosti. *Djeca u Europi: zajednička publikacija mreže europskih časopisa*, 2(4), 2-6.
- Iveković, I. (2017). Razlike u stavovima odgojitelja i roditelja o igri i tjelesnim aktivnostima djece od 0. do 4. godine. *Školski vjesnik: časopis za pedagoški teorijsku i praksu*, 66(2), 270-287.
- Katavić, P. (2019). Organizacija i planiranje odgojitelja za boravak na otvorenom: akcijsko istraživanje. *Školski vjesnik: časopis za pedagoški teorijsku i praksu*, 68(2), 551-572.
- Martensson, F. (2010). Igra na otvorenom u središtu zdravstvene kampanje. *Djeca u Europi: zajednička publikacija mreže europskih časopisa*, 2(4), 11-12.
- Martinović, N. (2015). Prirodno okruženje vrtića kao poticaj za razvoj. *Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima*, 21(79), 35-36.
- Prskalo, I., Babin, J. & Bavčević, T. (2010). Metodički organizacijski oblici rada i njihova učinkovitost u kineziološkoj edukaciji. *Metodika: časopis za teoriju i praksu metodikâ u predškolskom odgoju, školskoj i visokoškolskoj izobrazbi*, 11(20), 34-43.
- Prskalo, I., Horvat, V. & Hraski, M. (2014). Play and Children's Kinesiological Activities: A Precondition for Making Daily Exercise a Habit. *Croatian Journal of Education: Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*. 16(1), 57-68.
- Zlatar, S. i Klišanić, A. (2021). Prirodno okruženje kao izazov za igru i učenje djece na otvorenom kroz partnerstvo s roditeljima. *Krugovi detinjstva*, 9(1), 7-20.

### Knjige

- Breslauer, N., Hublin, T. & Zegnal Kuretić, M. (2014). *Osnove kineziologije*. Čakovec: Međimursko veleučilište Čakovec.
- Findak, V. (1995). *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju*. Zagreb: Školska knjiga.
- Findak, V., Prskalo, I. (2004). *Kineziološki leksikon za odgojitelje*. Petrinja: Visoka učiteljska škola.
- McMillan, M. (2014). *Outdoor play matters*. Dublin: Barnardos.

Milanović, D. (1997). Osnove teorije treninga. U: Milanović, D. (Ur.) *Priručnik za sportske trenere*, (str. 483-603). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.

Miljak, A. (2009). *Življenje djece u vrtiću*. Zagreb: SM naklada.

Prskalo, I. (2004). *Osnove kineziologije*. Petrinja: Visoka učiteljska škola.

Prskalo, I., Sporiš, G. (2016). *Kineziologija*. Zagreb: Učiteljski fakultet.

Zaciorski, V. M. (1975). *Fizička svojstva sportiste*. Beograd: Partizan.

### **Internetske stranice**

Hrvatska enciklopedija <https://www.enciklopedija.hr/> (11.2.2022.)

Hrvatski zavod za javno zdravstvo (2017). <https://javno-zdravlje.hr/tjelesna-aktivnost/> (7.2.2022.)



## Prilozi

### *Prilog 1. Anketni upitnik*

#### Sociodemografska pitanja

##### Podatci o roditelju

Spol    M    Ž

Dob    mlađi od 20 godina

          21-30 godina

          31-40 godina

          41-50 godina

          više od 50 godina

##### Obrazovanje

          NSS

          SSS

          VŠS

          VSS

##### Podatci o djetetu

          Spol    M    Ž

          Dob    Mlađa skupina

                  Srednja skupina

                  Starija skupina

##### Tvrdnje

1 – UOPĆE SE NE SLAŽEM

2 – UGLAVNOM SE NE SLAŽEM

3 – NE MOGU SE ODLUČITI

4 – UGLAVNOM SE SLAŽEM

5 – U POTPUNOSTI SE SLAŽEM

**Tvrdnje koje se odnose na opće uvjete izvođenja kineziološke aktivnosti na otvorenom prostoru vrtića**

Volio/voljela bih da moje dijete sudjeluje u kineziološkoj aktivnosti na otvorenom prostoru:

1. Svaki dan 1 - 2 - 3 - 4 - 5
2. Minimalno 30 minuta dnevno 1 - 2 - 3 - 4 - 5
3. Bez obzira na vremenske uvjete (sunce, kiša, snijeg, niska/visoka temperatura zraka) 1 - 2 - 3 - 4 - 5
4. Koristeći sprave za vježbanje poput strunjača, sanduka, ljestvi itd. 1 - 2 - 3 - 4 - 5
5. Koristeći prirodne materijale poput drveta, grana, brdašca, lokava, češera i sl. 1 - 2 - 3 - 4 - 5

**Tvrdnje koje se odnose na antropološka obilježja (ono što je pod utjecajem procesa vježbanja)**

Volio bih da moje dijete tijekom sata kineziologije na otvorenom prostoru:

6. Dohvati granu na drvetu koja mu je dostupna s poda i držeći se rukama visi s nje neko vrijeme 1 - 2 - 3 - 4 - 5
7. Trči uz brijeg natječući se s drugom djecom 1 - 2 - 3 - 4 - 5
8. Raznožno sjedi na travi i pokušava dohvatiti češer ispred sebe 1 - 2 - 3 - 4 - 5
9. Kotrlja se niz brijeg po travi 1 - 2 - 3 - 4 - 5
10. Grudama snijega gađa određeno mjesto označeno na stablu 1 - 2 - 3 - 4 - 5
11. Hoda po srušenom stablu na tlu pokušavajući ostati na njemu 1 - 2 - 3 - 4 - 5
12. Pokušava što duže držati ruke ispred sebe držeći u njima kamen 1 - 2 - 3 - 4 - 5

13. Igra graničara gađajući djecu vodenim balonima u vrijeme ljetnih mjeseci 1 - 2  
- 3 - 4 - 5
14. Uči voziti bicikl 1 - 2 - 3 - 4 - 5
15. Trči preko grana i lokava vode na podu koje mu predstavljaju prepreke 1 - 2 - 3 - 4 -  
5
16. Uči brojati do 10 pomoću igranja nacrtane školice na betonu 1 - 2 - 3 - 4 - 5
17. Bude ponosan kada pobijedi u igri graničara 1 - 2 - 3 - 4 - 5
18. Dobije pohvalu odgojiteljice kada točno doda loptu tijekom igranja nogometa 1 - 2  
- 3 - 4 - 5
19. Dobije mišićnu masu i izgubi višak potkožnog masnog tkiva pomoću aktivnosti na  
otvorenom 1 - 2 - 3 - 4 - 5

**Tvrđnje koje se odnose na moguće negativne posljedice sata kineziološke kulture na  
otvorenom**

Bilo bi mi u redu da moje dijete tijekom sata kineziološke kulture na otvorenom  
prostoru:

20. Zadobije lakšu ozljedu poput udarca u nogu ili pada na ruke koja rezultira modricom  
  
1 - 2 - 3 - 4 - 5
21. Zadobije težu ozljedu poput udarca u glavu koja rezultira većom ogrebotinom ili  
oteklinom  
  
1 - 2 - 3 - 4 - 5
22. Uništi odjeću ili obuću; zaprlja ju ili podere 1 - 2 - 3 - 4 - 5

*Prilog 2. Izjava o izvornosti diplomskog rada*

Izjavljujem da je moj diplomski rad izvorni rezultat mog rada te da se u izradi istoga nisam koristila tuđim izvorima osim onih koji su u njemu navedeni.

---

(vlastoručni potpis studenta)