

# Osviještenost odgojitelja o važnosti provođenja tjelesnih aktivnosti kod djece

---

**Potočki, Kristina**

**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:147:798425>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-01-16**

*Repository / Repozitorij:*

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



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Kristina Potočki

OSVIJEŠTENOST ODGOJITELJA O VAŽNOSTI PROVOĐENJA TJELESNIH  
AKTIVNOSTI KOD DJECE

Diplomski rad

Zagreb, rujan, 2022.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Kristina Potočki

OSVIJEŠTENOST ODGOJITELJA O VAŽNOSTI PROVOĐENJA TJELESNIH  
AKTIVNOSTI KOD DJECE

Diplomski rad

Mentor rada:

izv. prof. dr. sc. Vatroslav Horvat

Zagreb, rujan, 2022.

## **Sažetak s ključnim riječima**

Cilj ovog diplomskog rada je provjeriti koliko su odgojitelji svjesni da je tjelesna aktivnost izuzetno važna za razvoj i razvitak djeteta. Tjelesna aktivnost potiče razvoj djeteta i stvara temelj za njegovo daljnje razvijanje u starijoj životnoj dobi. Redovitom tjelesnom aktivnošću, povećava se funkcionalna sposobnost djeteta, ponajprije poboljšavanjem sposobnosti sustava za disanje, apsorpcija energijskih tvari svih ostalih regulativnih mehanizama živčanog sustava.

Za potrebe pisanja diplomskog rada, provodila se anketa koja se sastojala od 30 pitanja, a provodila se digitalnim putem među odgojiteljima koji su zaposleni u vrtiću. Anketu je popunilo svega 109 osoba. Istraživanjem se pokušalo potvrditi dvije hipoteze i to: H1. Odgojitelji su svjesni velike važnosti tjelesnih aktivnosti u razvoju djece i H2. Odgojitelji ne provode dovoljan broj sati tjelesnih aktivnosti s djecom u vrtiću. Na kraju provedenog istraživanja, potvrdilo se da su odgojitelji itekako svjesni važnosti utjecaja tjelesnih aktivnosti na razvoj djeteta te da se ne provodi dovoljan broj sati tjelesnih aktivnosti u vrtićima te su postavljene hipoteze prihvaćene.

Ključne riječi: tjelesne aktivnosti, odgojitelji, vrtić, razvoj djece

## **Summary with key words**

The aim of this thesis is to check how much educators are aware that physical activity is extremely important for the development and growth of the child. Physical activity stimulates the child's development and creates a foundation for his further development in old age. Regular physical activity increases the child's functional ability, primarily by improving the ability of the breathing system, the absorption of energy substances and all other regulatory mechanisms of the nervous system.

For the purposes of writing a diploma thesis, a survey consisting of 30 questions was carried out, and it was carried out digitally among the educators who are employed in the kindergarten. Only 109 people filled out the survey. The research attempted to confirm two hypotheses: H1. Educators are aware of the great importance of physical activities in the development of children and H2. Educators do not spend enough hours of physical activities with children in kindergarten. At the end of the research, it was confirmed that the educators are well aware of the importance of the influence of physical activities on the child's development and that not enough hours of physical activities are spent in kindergartens, and the set hypotheses were accepted.

**Keywords:** physical activities, educators, kindergarten, child development

## Sadržaj

|   |    |
|---|----|
| 1. Uvod.....                                    | 1  |
| 2. Dosadašnja istraživanja.....                 | 3  |
| 3. Metode rada .....                            | 6  |
| 3.1. <i>Cilj i hipoteze</i> .....               | 6  |
| 3.2. <i>Uzorak ispitanika i varijable</i> ..... | 6  |
| 3.3. <i>Metode za obradu podataka</i> .....     | 6  |
| 4. Rezultati i diskusija.....                   | 8  |
| 5. Zaključak.....                               | 30 |
| 6. Literatura.....                              | 31 |

## 1. Uvod

Provođenje tjelesnih aktivnosti izuzetno je bitno za razvoj i zdravlje djece i odraslih. Suvremenim načinom života djeca sve manje provode tjelesne aktivnosti na otvorenom i sve više provode aktivnosti u zatvorenim prostorima. Pod tjelesnim aktivnostima na otvorenom podrazumijevaju se sve aktivnosti koje ne uključuju današnju tehnologiju kao što su trčanje, hodanje, šetnja, igranje u parkovima i slično. Naravno, u određenim okolnostima navedene aktivnosti se mogu provoditi i u zatvorenim prostorima, ukoliko je djeci omogućen dovoljno velik prostor za provođenje tih aktivnosti. Pod današnjom tehnologijom smatra se korištenje pametnih telefona, gledanje televizije, igranje video igrica, korištenje računala i slično. Smanjenjem tjelesnih aktivnosti na otvorenom djeca gube naviku provođenja takvih aktivnosti i kao prioritet postaje korištenje tehnologije, a to se kasnije održava i na školsku dob, a i na odraslog čovjeka. Redovitim tjelesnim aktivnostima osigurava se rast i razvoj djece, njihovo zdravlje i sposobnost te se smanjuju rizici za razvitak raznih tjelesnih bolesti. Neki od najizraženijih bolesti koje se mogu razviti su prekomjerna tjelesna težina, hipokinezija i arterioskleroza (Prskalo, 2001.). Prema autoru Vučinić, M. (2001.) užurbani način života potiče djecu na konzumiranje nekvalitetne hrane poput brze prehrane i služenje aktivnostima koji ne zahtijevaju mišićni napor. Zato je izuzetno važno razviti svijest kod odgojitelja o provođenju redovitih tjelesnih aktivnosti, kako bi se osigurao ispravan rast i razvoj djeteta. Pod pojmom razvoj djeteta, autori priručnika za odgojitelje, roditelje i sve one koji odgajaju djecu predškolske dobi (*Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi, 2004.*) podrazumijevaju „...slijed promjena u osobinama, sposobnostima i ponašanju djeteta poradi kojih se ono mijenja te postaje sve veće, spretnije, sposobnije, društvenije, prilagodljivije itd“

Činjenicu da veliki utjecaj na značaj tjelesnog vježbanja imaju dječji vrtići, potvrđuje i autorica Trajkovski, B. (2011.) u svom radu *Kinantropometrijska obilježja djece predškolske dobi i njihova povezanost s razinom tjelesne aktivnosti roditelja*, u kojem navodi kako veliki utjecaj izvan obiteljski odgoj ima na otklanjanje negativnih posljedica suvremenog načina života.

Velika uloga odgojitelja ogleda se u tome da je dječju igru, odnosno tjelesnu aktivnost potrebno dobro organizirati, a što podrazumijeva pravilan izbor aktivnosti, pomagala, rekvizita potrebnih za ostvarenje aktivnosti, određivanje broja djece u određenoj tjelesnoj aktivnosti te dobra demonstracija i objašnjavanje tjelesne aktivnosti. (Pejčić 2005.) Ukoliko odgojna osoba nije potpuno upoznata s detaljima i pravilnim izvođenjem određene tjelesne aktivnosti, svakako

je potrebno prethodno se dobro informirati jer ako se tjelesna aktivnost ne provodi pravilno, moguće je doći do određenih tjelesnih ozljeda. "Bez smišljeno planiranog, sistematskog i organizirano upravljanog procesa ne može se utjecati na djetetove motoričke i funkcionalne sposobnosti kao ni na njegove kognitivne sposobnosti, konativna obilježja i socijalni status, ali i na stjecanje motoričkih znanja i postignuća.“ (Trajkovski, B. i Pejčić, A.,2018., str. 24).



## 2. Dosadašnja istraživanja

Da je tjelesna aktivnost izuzetno važna potvrđuju mnoga različita djela autora koji se bave proučavanjem raznih kinezioloških aktivnosti i njihov utjecaj na razvoj djeteta. U svom radu „*Istraživanje uloge sportskih programa u predškolskim ustanovama u spretnosti djeteta za školu i uspjehu u početnom školovanju*“ autori Špelić, A. i Božić, D. (2002.) govore o utjecaju tjelesnih programa u predškolskim ustanovama na razvitak motoričkih sposobnosti u školskim razdoblju. Zaključak istraživanja je taj da djeca koja su se bavila tjelesnim aktivnostima u predškolskom razdoblju kasnije bila više uključena u tjelesne aktivnosti tijekom školovanja, a i u tjelesne aktivnosti izvan školskog programa. Također, autorice stručnog istraživačkog rada Breslauer, N. i Zegnal, M. (2011.) pod naslovom „Usvajanje motoričkih vještina kroz igru i poligone“ pažnju su posvetili sadržajima koji učenici sami uvrštavaju u igre i tjelesne aktivnosti. Kroz svladavanje radnih prepreka i otpora, prikazan je utjecaj tjelesnih aktivnosti na razvoj primarnih biotičkih motoričkih znanja i vještina. Upravo zahvaljujući raznim tjelesnim aktivnostima, poput penjanja, trčanja, provlačenja, klizanja, hodanja i slično, djeca povećavaju svoju motoriku, razvijaju osjet ravnoteže i snalažljivost u prostoru i vremenu te se jačaju i razne mišićne skupine. Zaključak navedenog istraživačkog stručnog rada je taj da dijete kroz tjelesnu aktivnost podiže svoje zdravlje i kompetencije, razvija osjećaj odgovornosti i pripadnosti grupi.

Isto tako, autor Findak, V. (2012.) u svom radu *Kineziološka prevencija u području edukacije* navodi kako tjelesna i zdravstvena kultura ima sve značajniju razvojno-kompenzacijsku ulogu u životu djece. Primjereno tjelesno vježbanje sasvim sigurno utječe na ublažavanje svih negativnih posljedica kojima su djeca izložena suvremenim načinom života, odnosno korištenjem suvremene tehnologije. Kako bi se takve negativne posljedice što uspješnije uklonile, potrebno je provoditi tjelesnu aktivnost u što je moguće većoj mjeri. Prema tome, jedna od temeljnih uvjeta za bolje iskorištavanje svih tjelesnih aktivnosti je osiguravanje adekvatnog broja sati nastave tjelesne kulture.

Autori Freeman Koester, C. i Dennison, G. (2010.) u svom istraživanju navode: „Dok u tehnološkim kulturama gotovo svatko ima pristup informacijama, zajedništvo osjećaja i kreativnosti uz snalažljivost za njihovo iskorištavanje daju pravu inteligenciju – način kretanja i znanja koji stvara jasnu misao i svrsishodnu radnu.“ Pravo učenje zapravo nije samo mentalno, nego pravo učenje rezultira snažnim senzorno – motoričkim događajima kojima se kroz razne fizičke aktivnosti oblikuje zdrav i razvijen mozak. S time su se složili i autori Dennison, P. i

Dennison, G. (2013.) koji tvrde: „...u nekoliko minuta dnevno učenje koji se temelji na pokretu ponovo angažira djecu pri svladavanju takvih fizičkih vještina učenja kao što su samoorijentacija, koordinacija i fokus. Ova pronicljivost vodi paralelnom uspjehu u sportu, glazbi i školi. Jednom kada djeca usvoje fizičku vještinu, mentalne vještine koje su im potrebne za uspješnu interpretaciju i primjenu onoga što uče prirodno će uslijediti.“ Na taj način razvijaju se razne tjelesne sposobnosti poput eksplozivne snage koja omogućuje maksimalno ubrzavanje nekom tijelu (Findak, V., Prskalo, I. 2004.)

Međutim, iako svakako treba dijete poticati na provođenje tjelesnih aktivnosti, postoje i određene situacije kada se jednostavno ne treba forsirati dijete. Autorica S. Goddard Blythe u svojoj knjizi pod naslovom „*Uravnoteženi razvoj*“ navodi: „Zahtjevi okoline nadmašivali su sposobnost pojedinca da se nosi s okolinom, a što je dijete bilo više trenirano, nagovarano, podmićivano ili prisiljavano na postignuće, problem ili emocionalni stres se povećavao.“ (Goddard Blythe, 2008., str. 19).

Cilj ovog istraživanja je provjeriti razinu osviještenosti odgojitelja u provođenju tjelesnih aktivnosti djece i objasniti razloge njihovog djelovanja te potencijalno probuditi važnost korištenja navedenih aktivnosti. Izuzetno je važno osvijestiti odgojitelje i usmjeriti ih u pravcu povećanja provođenja tjelesnih aktivnosti s djecom kako bi se djetetu razvio cjelokupni živčani i mišićni sustav te kako bi se, međuostalim, razvio rad organa za disanje. Sve to postiže se redovitim uključivanjem tjelesnih aktivnosti u proces odgoja. Redovitim vježbanjem razvija se veća struktura mozga, stvaraju se novi nervni putovi, razvijaju se biološke funkcije i priprema se za život. „Kineziološke vježbe podržavaju cjelovito učenje jer poboljšavaju vezu između mozga i tijela te poboljšavaju prirodan tijek pokreta i energije u tijelu.“ (Baureis, Wagenmann, 2015., str. 74).

Problemi istraživanja ogledaju se u tome što dječji vrtići u većini slučajeva nemaju adekvatan prostor za provođenje tjelesnih aktivnosti u smislu adekvatnih sportskih dvorana i adekvatne sportske opreme. Instrumenti za praćenje procjene motoričkog razvoja djeteta uglavnom su prilagođeni populaciji odraslih ispitanika, što se ogleda u jednom od najvažnijih problema, a to je praćenje i provjera motoričkih sposobnosti (Horvat, 1999.). Potrebno je pažljivo odabrati testove kako bi se izmjerio djetetov tjelesni napredak. Primjerice, za procjenu stabilnosti djeteta, najprihvatljiviji test je hodanje po dasci (Horvat, Jenko Miholić, Blažević, 2009.).

Istraživanje je usmjereno prvenstveno odgojiteljima, od kojih će se doći do zaključka jesu li i koliko osviješteni kolika je važnost u provođenju tjelesnih aktivnosti kod djece u vrtićima. Također, cilj je saznati motiviraju li djecu, kako i na koji način na sudjelovanje u izvan vrtićkim tjelesnim aktivnostima i svakodnevnu vježbu kod kuće.

### **3. Metode rada**

#### *3.1. Cilj i hipoteze*

Cilj ovog istraživačkog rada je provjeriti koliko su odgojitelji svjesni činjenice da tjelesna aktivnost pozitivno utječe na djetetov cjelokupni razvoj te ujedno provjeriti koliko su i vrtići u kojima rade, odnosno uprava svjesni te činjenice. Također, cilj je potaknuti što više odgojitelja na pozitivno razmišljanje o provođenju tjelesnih aktivnosti.

Prije provođenja ovog istraživanja, postavljaju se dvije hipoteze, a to su: H1. Odgojitelji, odnosno ispitanici, a i uprava vrtića u kojem rade, svjesni su velike važnosti tjelesnih aktivnosti u razvoju djece i H2. Odgojitelji, odnosno ispitanici, ne provode dovoljan broj sati tjelesnih aktivnosti s djecom u vrtiću. Na kraju istraživanja, donijet će se rezultati i zaključak.

#### *3.2. Uzorak ispitanika i varijable*

Za potrebe istraživačkog dijela ovog diplomskog rada, koristila se metoda ispitivanja odgojitelja putem digitalnih anketa u obliku Likertove skale. U provedbi istraživanja poštivana su sva etička načela u skladu s Etičkim kodeksom Sveučilišta u Zagrebu. Svi ispitanici dobrovoljno su pristali na sudjelovanje u anketi, a ukupno je sudjelovalo 109 osoba.

Anketa je posložena na način da su ispitanici u prvom dijelu ankete, u pitanjima od 1. do 5., odgovarali na osobna pitanja poput radnog iskustva, mjesto stanovanja, mjesto rada te struktura odgojno – obrazovne skupine u kojima rade. U pitanjima od 6. do 25. primjenjivala se Likertova skala te su ispitanici odgovarali u rasponu od pet ponuđenih odgovora i to:

- U potpunosti se slažem
- Slažem se
- Ni da ni ne
- Ne slažem se
- U potpunosti se ne slažem

Na pitanja od 26. do 30. ispitanici su odgovarali odabirom jednog ili više ponuđenih odgovora ili svojim riječima.

#### *3.3. Metode za obradu podataka*

Dobiveni rezultati donijet će odgovore u kojoj se mjeri ispitanici slažu s nizom postavljenih tvrdnji te će biti prikazani grafički. Stupanj slaganja odnosno ne slaganja s

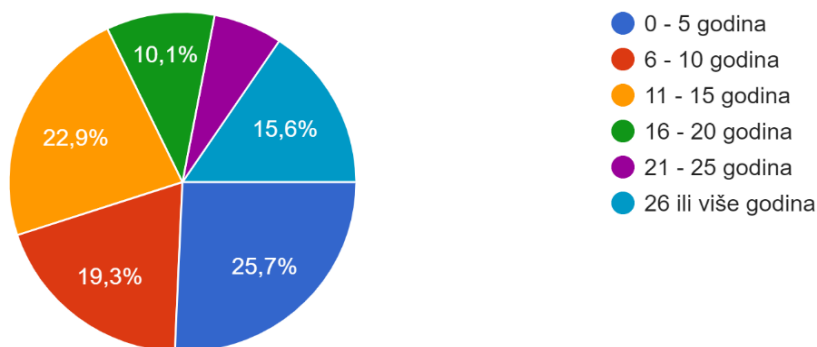
navedenim tvrdnjama govori o tome koliko su odgojitelji svjesni utjecaja tjelesnih aktivnosti na razvoj djece te u kojoj mjeri se tjelesne aktivnosti primjenjuju unutar njihove vrtićke skupine.

Podaci su obrađeni na način da su se zbrojili pojedinačni odgovori i podijelili s ukupnim brojem odgovora za navedeno pitanje. Time se dobio postotni prikaz podataka. Primjerice, ukoliko neko pitanje ima pet ponuđenih opcija, zbrojili su se odgovori za svaku od ponuđenih opcija te podijelili s ukupnim brojem odgovora za navedeno pitanje. Iz dobivenih podataka izračunao se postotak odgovora svakog pitanja o stajalištu ispitanika o određenoj temi. Navedeni postotci korišteni su za provjeru stajališta ispitanika o postavljenim hipotezama.

#### 4. Rezultati i diskusija

U nastavku su navedena istraživačka pitanja te su grafički prikazani odgovori. Na kraju svakog pitanja objašnjeni su dobiveni rezultati.

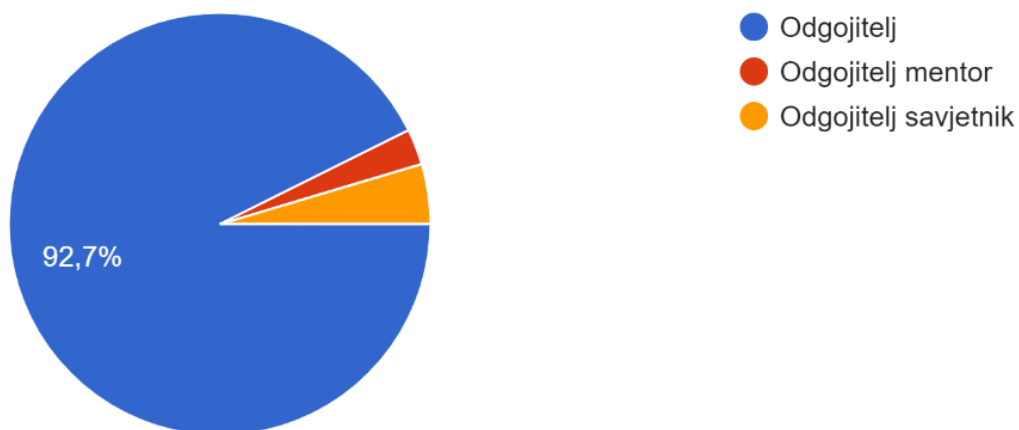
##### 1. *Godine radnog iskustva:*



*Slika 1. Godine radnog iskustva ispitanika*

Najveći broj ispitanika, njih 25,7% ima najviše 5 godina radnog iskustva, a potom slijede ispitanici s 11 do 15 godina radnog iskustva. Nakon njih, 19,3% ispitanika ima 6 do 10 godina radnog iskustva, a najmanji broj ispitanika ima od 21 do 25 godina iskustva.

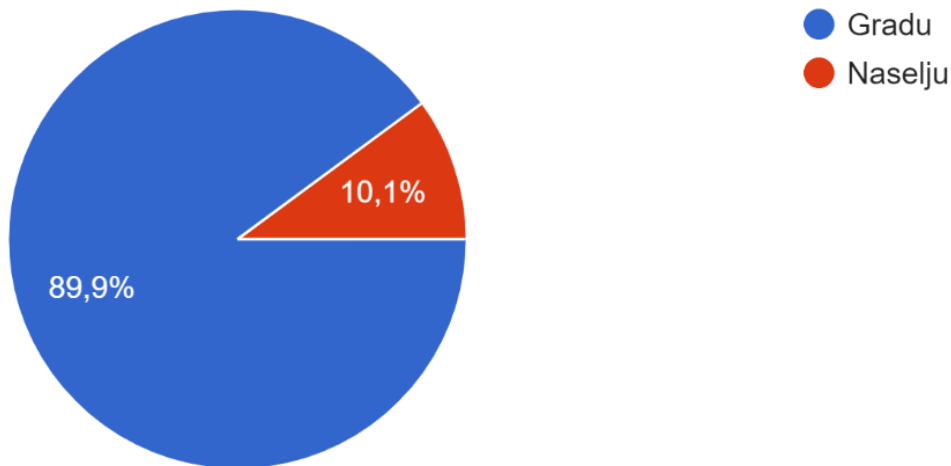
##### 2. *U zvanju sam:*



*Slika 2. Zvanje ispitanika*

92,7% ispitanika su odgojitelji, uz mali postotak odgojitelja savjetnika.

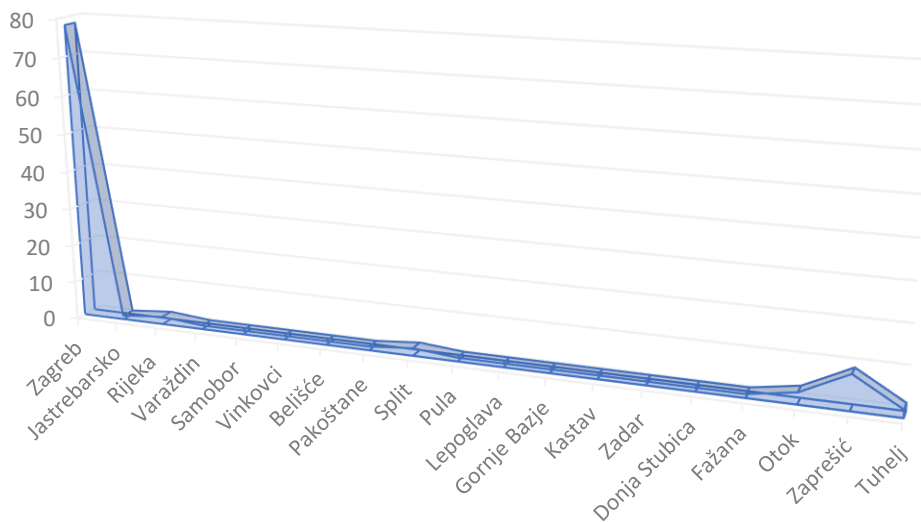
3. *Vrtić u kojem radim nalazi se u:*



*Slika 3. Lokacija vrtića u kojem rade ispitanici*

Najveći broj ispitanika (89,9%) radi u vrtiću koji se nalazi u gradu, a ne u naselju.

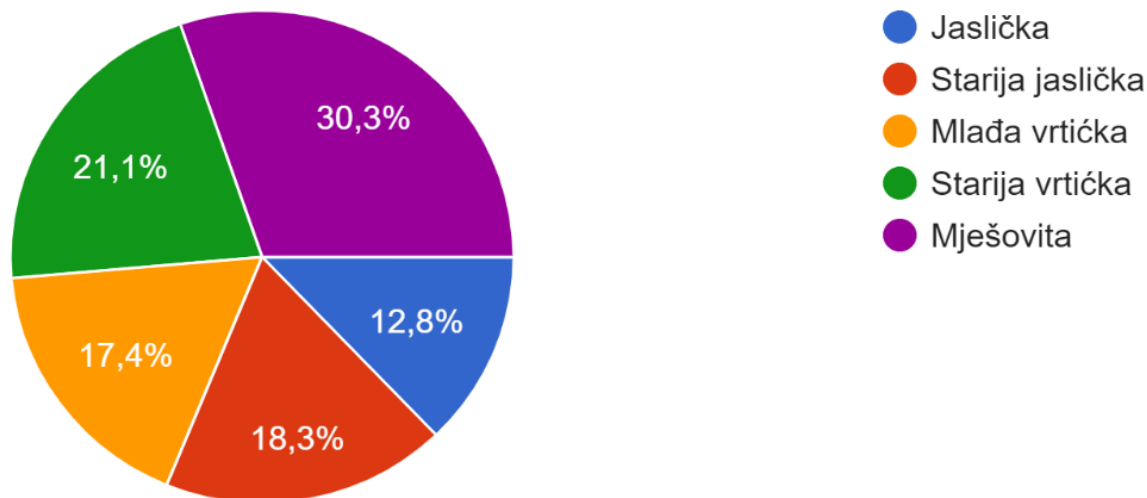
4. *Grad/naselje u kojem radim*



*Slika 4. Grad/naselje ispitanika*

Iz grafikona se može vidjeti kako najveći broj ispitanika, njih 78, odnosno 72%, dolazi iz grada Zagreba, a potom slijede grad Zaprešić te Tuhelj i Otok.

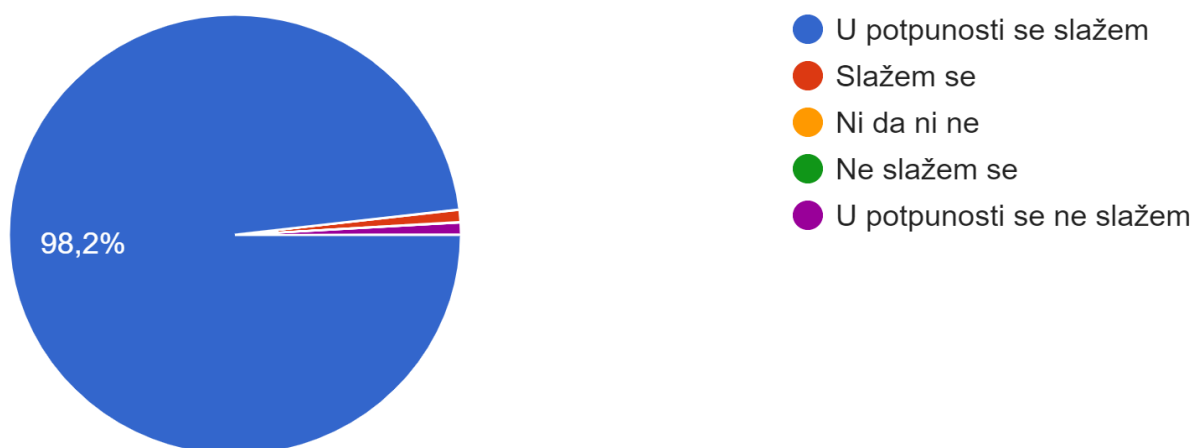
5. *Odgojno – obrazovna skupina u kojoj trenutno radim*



Slika 5. *Odgojno – obrazlovna skupina ispitanika*

Najveći broj ispitanika radi u mješovitoj skupini (njih 30,3%), a potom slijedi starija vrtićka skupina (21,1%). 18,3% ispitanika radi u starijoj jasličkoj skupini, dok najmanji broj ispitanika radi u jasličkoj skupini, njih 12,8%.

6. *Tjelesna aktivnost ima važan utjecaj na djetetov razvoj.*



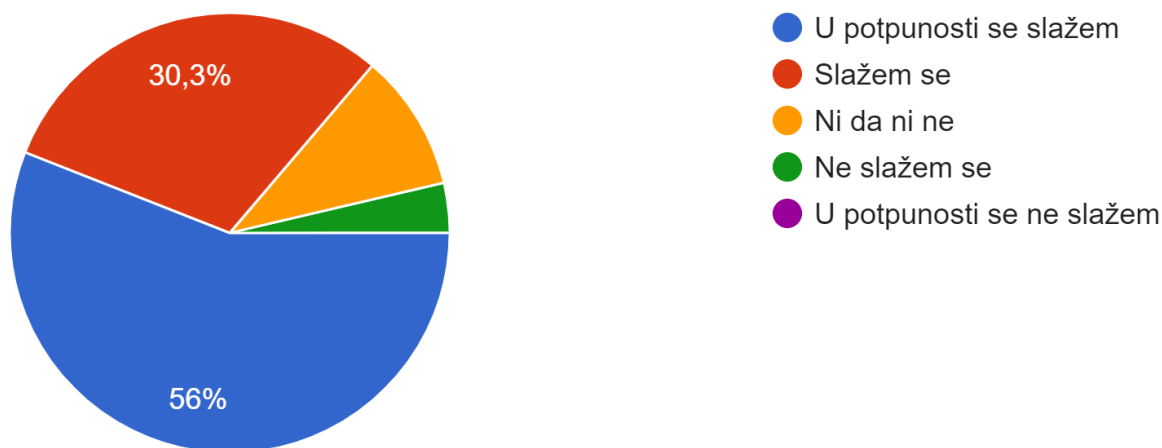
Slika 6. *Važnost tjelesne aktivnosti na djetetov razvoj*

98,2% ispitanika se u potpunosti slaže da tjelesna aktivnost ima važan utjecaj na djetetov razvoj, dok se manje od 1% ispitanika u potpunosti ne slaže, što govori o tome da je velika većina



ispitanika dovoljno educirana o utjecaju tjelesne aktivnosti na djetetov razvoj, ali treba poraditi na smanjenu broja needuciranih ispitanika.

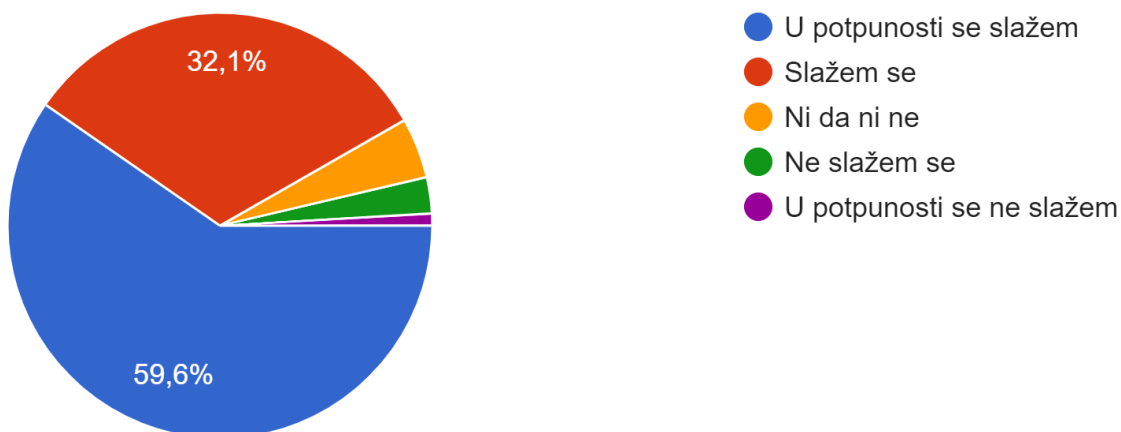
7. *Sam/s odabirem vrstu tjelesne aktivnosti.*



*Slika 7. Samostalni odabir vrste tjelesne aktivnosti*

86,3% ispitanika sami odabiru vrstu tjelesne aktivnosti, dok 3,7% ispitanika ne odabiru sami vrstu tjelesne aktivnosti. Time se može zaključiti da su ispitanici dovoljno kvalificirani za odabir adekvatne vrste tjelesne aktivnosti.

8. *Motiviran/a sam za provođenje tjelesnih aktivnosti s djecom u vrtićkoj skupini.*

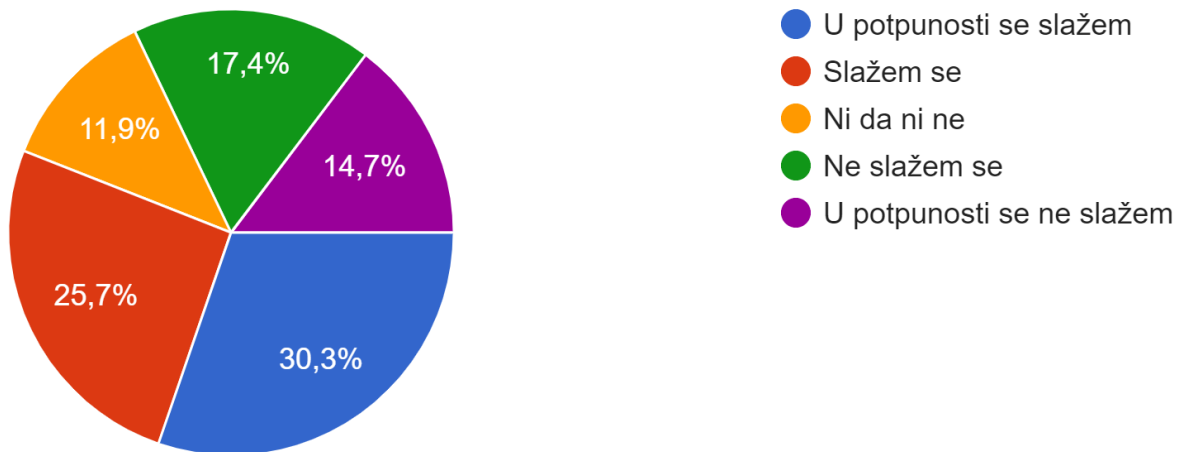


*Slika 8. Motiviranost ispitanika za provođenje tjelesnih aktivnosti*

91,7% ispitanika motivirano je za provođenje tjelesnih aktivnosti s djecom u vrtićkoj skupini, dok 3,7% ispitanika nije motivirano. Visoki postotak motiviranosti ispitanika pokazuje

pozitivan stav ispitanika prema provođenju tjelesnih aktivnosti, međutim s obzirom da postoje i ispitanici koji nisu dovoljno motivirani za isto, svakako bi trebalo poraditi na povećanju motiviranosti, kroz edukacije unutar vrtića.

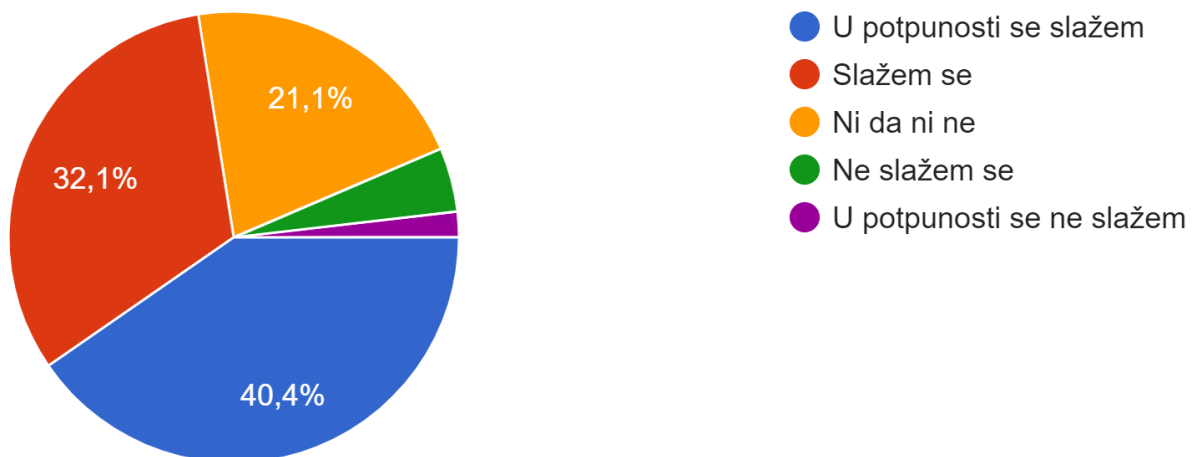
9. *Vrtić u kojem trenutno radim ima adekvatan prostor i opremu za provođenje tjelesnih aktivnosti.*



Slika 9. Adekvatna opremljenost vrtića za provođenje tjelesnih aktivnosti

Vrtići u kojima radi 56% ispitanika imaju adekvatan prostor i opremu za provođenje tjelesnih aktivnosti, dok vrtići u kojima radi 32,1% nemaju adekvatan prostor i opremu. Nažalost, veliki postotak vrtića nema adekvatan prostor i opremu za provođenje tjelesne aktivnosti, što je svakako nedostatak te bi trebalo usmjeriti dodatnu pažnju u poboljšanje prostora i opreme.

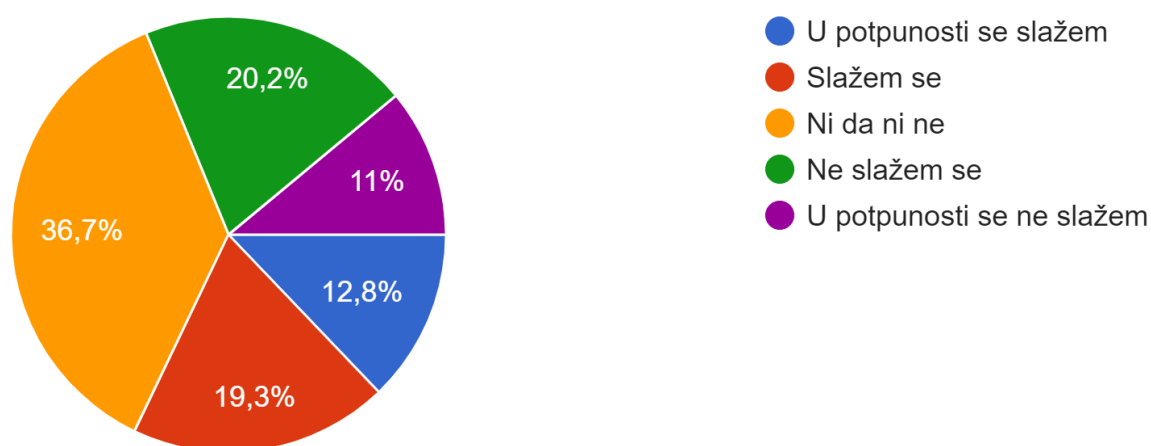
10. *Članovi uprave i stručni tim vrtića u kojem radim podupiru provođenje tjelesnih aktivnosti djece.*



*Slika 10. Podrška članova uprave i stručnog tima vrtića u provođenju tjelesnih aktivnosti*

Članovi uprave i stručnog tima podupiru 72,5% ispitanika za provođenjem tjelesnih aktivnosti, dok čak 6,4% ispitanika nema potporu u vrtićima u kojima rade. Činjenica da postoje vrtići u kojima ispitanici nemaju nikakvu potporu članova uprave i stručnog tima, ukazuje na nedovoljnu educiranost samih članova uprave i stručnog tima o važnosti provođenja tjelesnih aktivnosti.

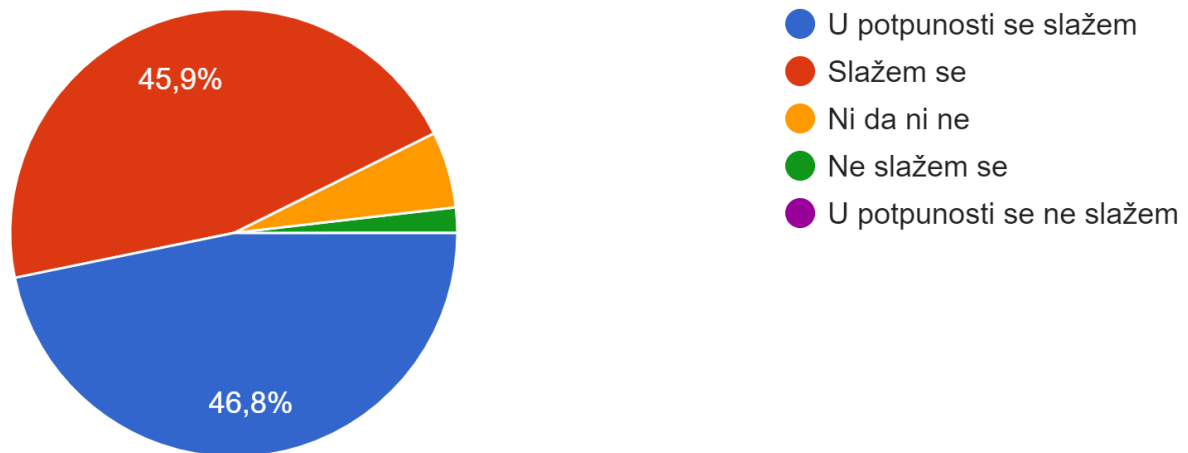
11. *Uprava vrtića u kojem radim spremna je investirati dodatna financijska sredstva u prostore i opremu za provođenje tjelesnih aktivnosti.*



*Slika 11. Spremnost uprave vrtića na investiranje u prostore i opremu za provođenje tjelesnih aktivnosti*

Većina ispitanika, njih 36,7%, nije sigurno je li uprava vrtića u kojima rade spremna investirati dodatna financijska sredstva u prostore i opremu za provođenje tjelesnih aktivnosti. Ispitanici su podijeljeni oko stajališta o tome je li uprava vrtića spreman investirati ili ne. U ovom segmentu postoji veliki problem jer se nedovoljno komunicira o istome. Naime, uprava vrtića bi trebala biti spremna investirati u adekvatne prostore i opremu, a sve u svrhu poboljšanja kvalitete provođenja tjelesne aktivnosti. Postoji inicijativa sa strane odgojitelja za poboljšanje navedenih uvjeta, no mnogi nisu spremni poduzeti slijedeći korak u ostvarivanju istih.

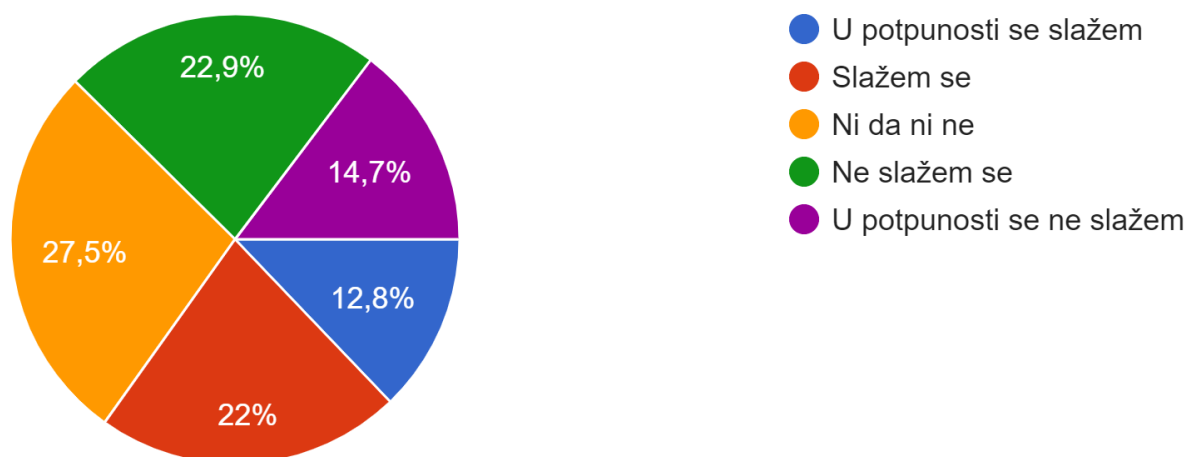
12. *Upoznat /a sam s odabirom adekvatne tjelesne aktivnosti za određenu dob djeteta.*



*Slika 12. Upoznatost ispitanika s odabirom adekvatne tjelesne aktivnosti*

92,7% ispitanika je upoznato s odabirom adekvatne tjelesne aktivnosti za određenu dob djeteta, dok 7,3% ispitanika nije sigurno ili nije upoznato s istim, što nam govori da su ispitanici veoma educirani o tjelesnim aktivnostima, ali postoji prostor za dodatnim programima edukacije onih koji smatraju da su nedovoljno educirani o istome.

13. *Vrtić u kojem radim spreman je angažirati vanjskog suradnika-trenera za provođenje tjelesnih aktivnosti.*

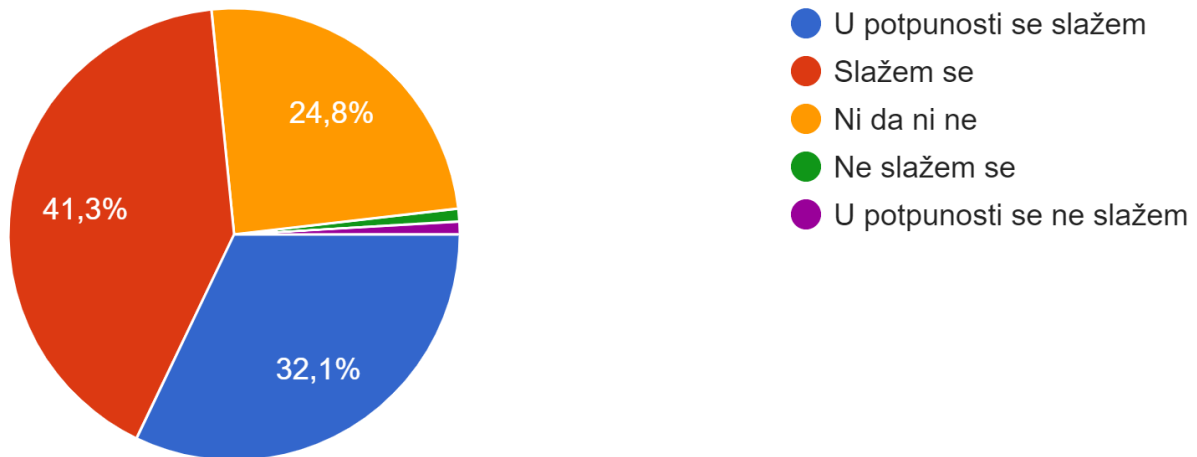


*Slika 13. Spremnost vrtića na angažiranje vanjskog suradnika - trenera*

Najveći postotak ispitanika, njih 37,6%, smatra kako vrtići u kojima rade nisu spremni angažirati vanjskog suradnika/trenera za provođenje tjelesnih aktivnosti. Time se potvrđuje

činjenica da su odgojitelji dovoljno educirani za odabir i provođenje adekvatnih tjelesnih aktivnosti s djecom u vrtiću.

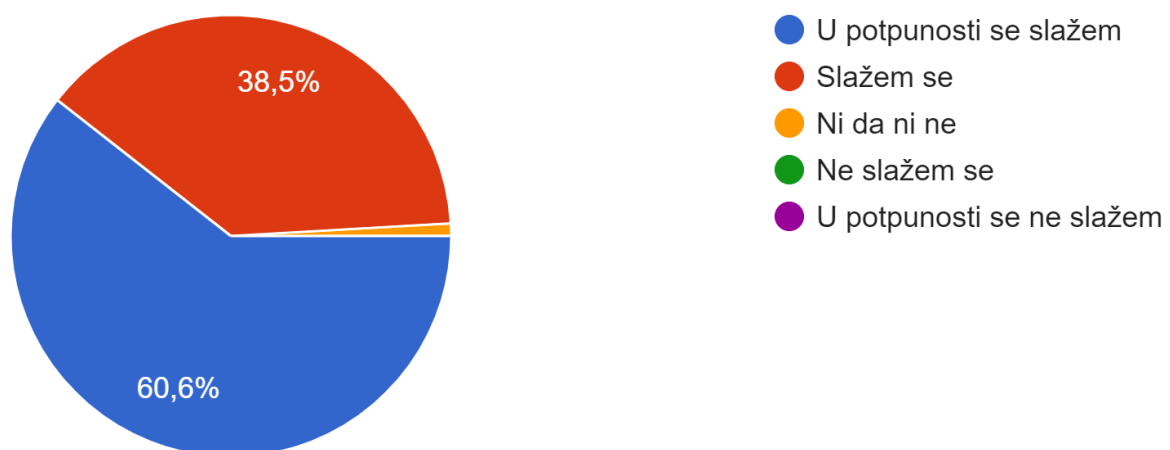
14. *Roditelji djece iz moje odgojne skupine smatraju da treba provoditi tjelesne aktivnosti s djecom u vrtiću.*



Slika 14. Stajalište roditelja o provođenju tjelesne aktivnosti s djecom u vrtiću

73,4% ispitanika stajališta su kako roditelji djece iz njihove odgojne skupine smatraju da treba provoditi tjelesne aktivnosti s djecom u vrtiću, što je dosta visoka brojka koja govori da su i sami roditelji svjesni činjenice da je tjelesna aktivnost važna za djetetov cjelokupni razvoj.

15. *Znam na koji način tjelesna aktivnost utječe na razvoj djeteta.*

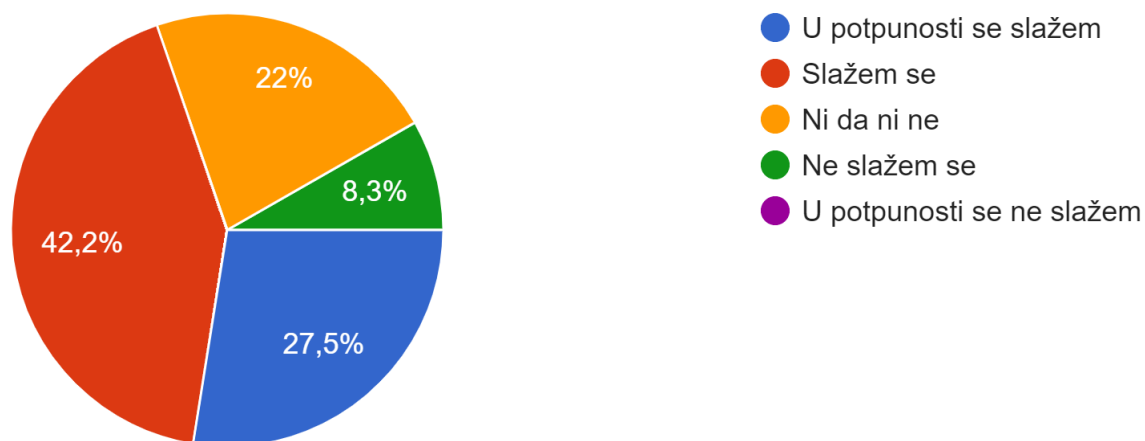


Slika 15. Utjecaj tjelesne aktivnosti na razvoj djeteta

60,6% ispitanika potpuno sigurno znaju na koji način tjelesna aktivnost utječe na razvoj djeteta, dok 38,5% ispitanika znaju, ali ne sasvim sigurno na koji način tjelesna aktivnost utječe na

razvoj djeteta. Svakako bi trebalo dodatno educirati ispitanike uvođenjem dodatnih radionica na problemsku tematiku.

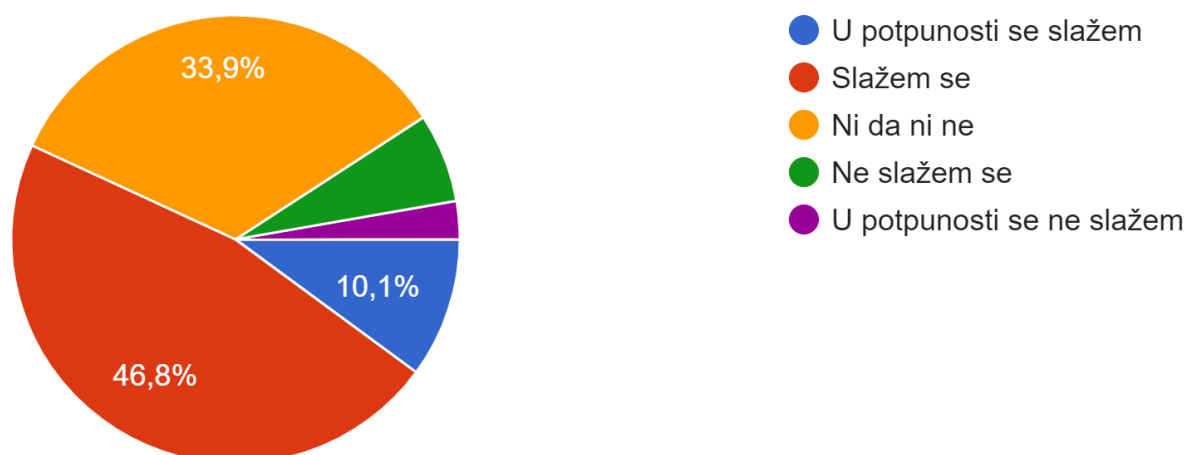
16. *Smatram da ima razlike u provođenju tjelesnih aktivnosti u vrtiću između odgojitelja koji se i sami bave nekim sportom i onih koji se ne bave nikakvim sportom*



*Slika 16. Razlika u provođenju tjelesnih aktivnosti između odgojitelja koji se i sami bave nekim sportom i onih koji se ne bave nikakvim sportom*

69,7% ispitanika smatra kako postoji razlika u provođenju tjelesnih aktivnosti u vrtiću između odgojitelja koji se i sami bave nekim sportom i onih koji se ne bave nikakvim sportom. Razlike svakako ima, a i ispitanici su svjesni te činjenice. Ovdje se može povući korelacija između provođenja aktivnosti s djecom i aktivnostima kojima se bave odgojitelji. Naime, odgojitelji koji se i sami bave određenim aktivnostima, lakše to stečeno znanje prenose na djecu i kvalitetnije razumiju djetetov napor i trud u provođenju takvih aktivnosti, bilo da se radi o sportskim, glazbenim, slikarskim, logičko-matematičkim ili ostalim aktivnostima.

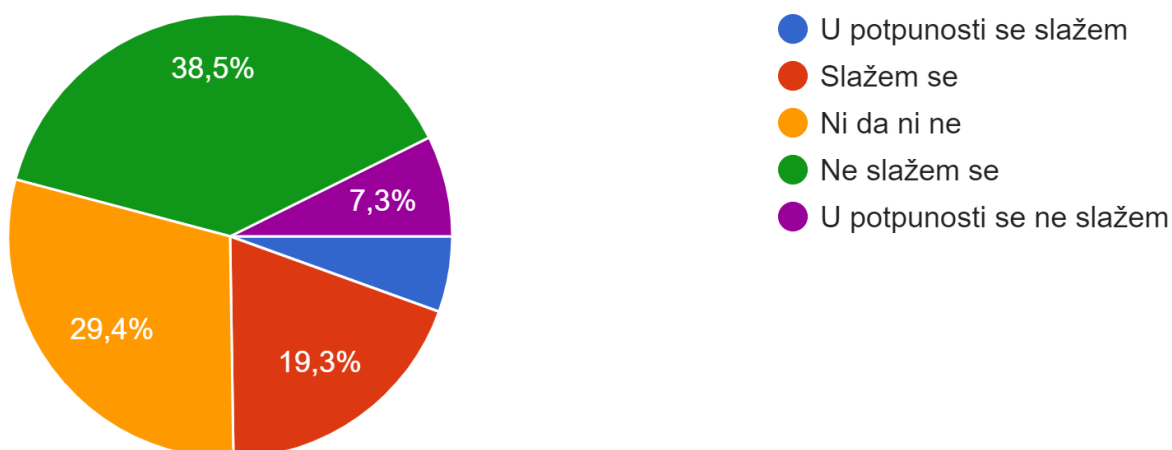
17. *Djeca iz moje odgojne skupine bave se tjelesnom aktivnošću i izvan vrtića.*



*Slika 17. Bavljenje tjelesnom aktivnošću djece i izvan vrtića*

46,8% ispitanika slažu se s tvrdnjom da se djeca iz njihove odgojne skupine bave tjelesnom aktivnošću i izvan vrtića, dok 9,2% ispitanika smatra da se djeca iz njihove odgojne skupine ne bave tjelesnom aktivnošću i izvan vrtića. Visoki je postotak djece koja se ne bave tjelesnim aktivnostima izvan vrtića, a ukoliko tome nisu zdravstveni razlozi, svakako bi trebalo poticati roditelje na angažiranje svoje djece na što je moguće više tjelesne aktivnosti izvan vrtića.

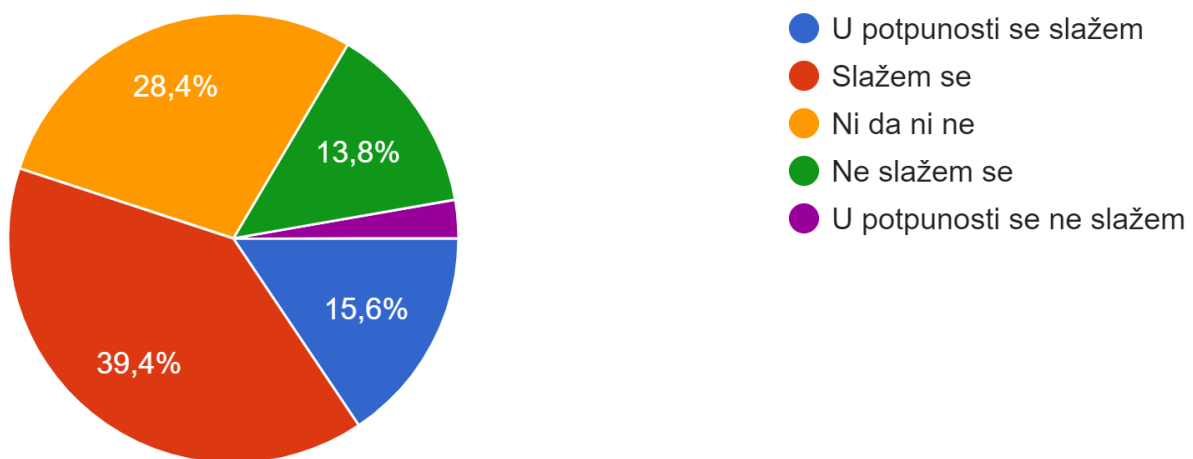
18. a) *Vrtić u kojem radim stavlja u drugi plan provođenje tjelesne aktivnosti.*



*Slika 18. Stavljanje u drugi plan provođenje tjelesne aktivnosti*

45,8% ispitanika smatra kako vrtići u kojima rade ne stavljaju u drugi plan provođenje tjelesne aktivnosti, dok čak 25,8% ispitanika smatra kako vrtići u kojima rade stavljaju u drugi plan provođenje tjelesne aktivnosti. Treba svakako poraditi na smanjenu postotka vrtića koji u drugi plan stavljaju provođenje tjelesne aktivnosti jer se time dokazuje da određeni vrtići nemaju dovoljno educiranog osoblja, koji su svjesni o važnosti provođenja tjelesnih aktivnosti.

*b) Uprava vrtića u kojem radim svjesna je koliko se vremena s djecom provode tjelesne aktivnosti.*

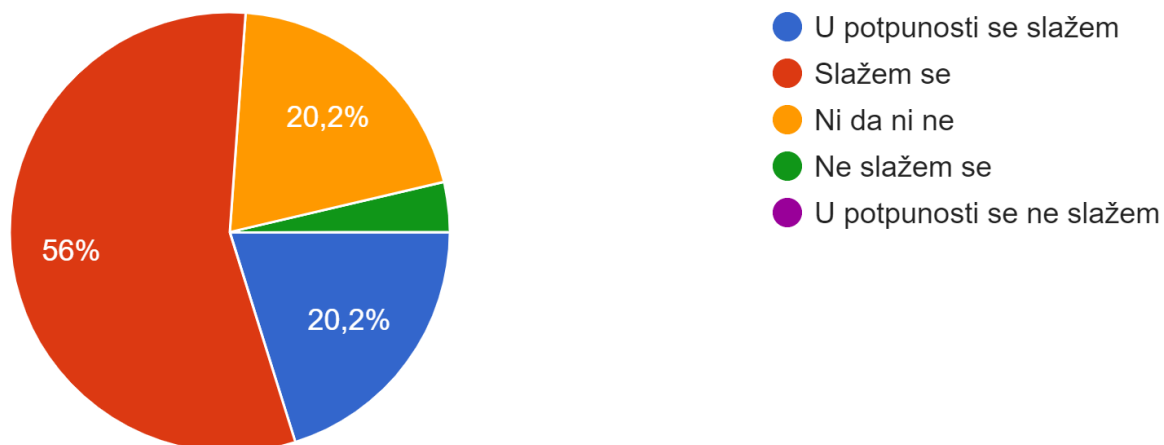


*Slika 19. Svjesnost uprave o vremenu provođenja tjelesne aktivnosti s djecom*

Nešto više od polovice ispitanika, njih 55% smatra kako je uprava vrtića u kojem rade svjesna koliko se vremena s djecom provode tjelesne aktivnosti, ali čak 28,4% ispitanika nije sigurno je li uprava svjesna toga. U vrtićima u kojem članovi uprave nisu svjesni koliko se vremena provode tjelesne aktivnosti, sasvim sigurno nemaju dovoljno razvijem program te se mora raditi na povećanju broja sati provođenja tjelesne aktivnosti u tim vrtićima.



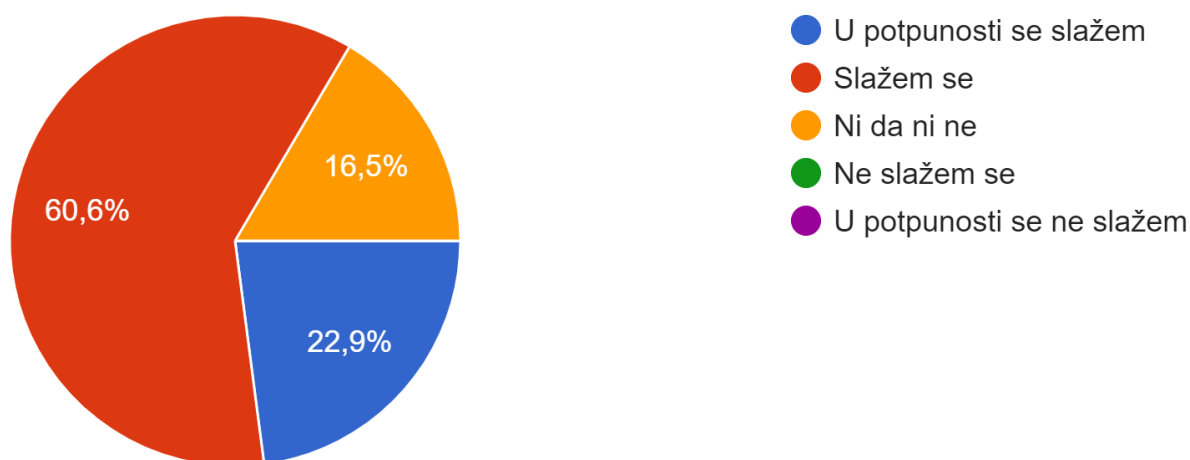
19. *Djeca iz moje odgojne skupine imaju vremena za provođenje tjelesnih aktivnosti izvan vrtića.*



*Slika 20. Vrijeme koje djeca imaju za provođenje tjelesnih aktivnosti izvan vrtića*

56% ispitanika slaže se s tvrdnjom da djeca iz njihove odgojne skupine imaju vremena za provođenje tjelesnih aktivnosti izvan vrtića, dok je 20,2% njih potpuno sigurno u to. Manji broj ispitanika, 3,7% ne slaže se s tvrdnjom da djeca iz njihove odgojne skupine imaju vremena za provođenje tjelesnih aktivnosti izvan vrtića. Djeca imaju dovoljno vremena za provođenje tjelesnih aktivnosti izvan vrtića, ali nažalost roditelji to s njima ne provode. Razloge znaju sami roditelji, ali svakako treba raditi na dodatnoj edukaciji i motiviranosti roditelja.

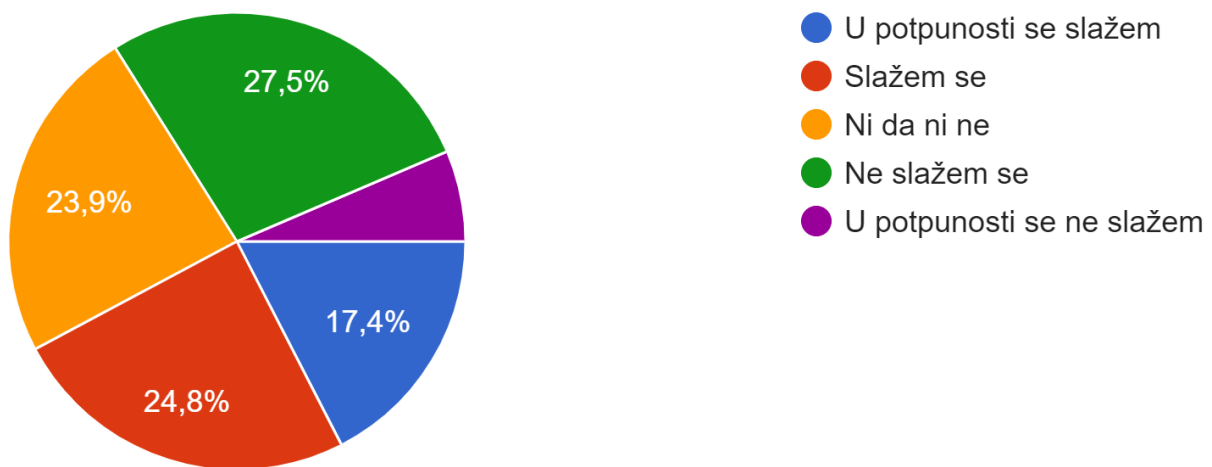
20. *Djeca iz moje odgojne skupine žele provoditi tjelesne aktivnosti u vrtiću i izvan vrtića*



*Slika 21. Interes djece za provođenjem tjelesne aktivnosti*

83,5% ispitanika smatra kako djeca iz njihove odgojne skupine žele provoditi tjelesne aktivnosti u vrtiću i izvan vrtića, dok je od njih samo 22,9% ispitanika potpuno sigurno u to. Također, 16,5% ispitanika nije sigurno žele li djeca provoditi tjelesne aktivnosti. Navedeno nam govori da su djeca dovoljno motivirana za provođenje tjelesnih aktivnosti, ali nedostaje potpora roditelja koji će ih usmjeriti na isto.

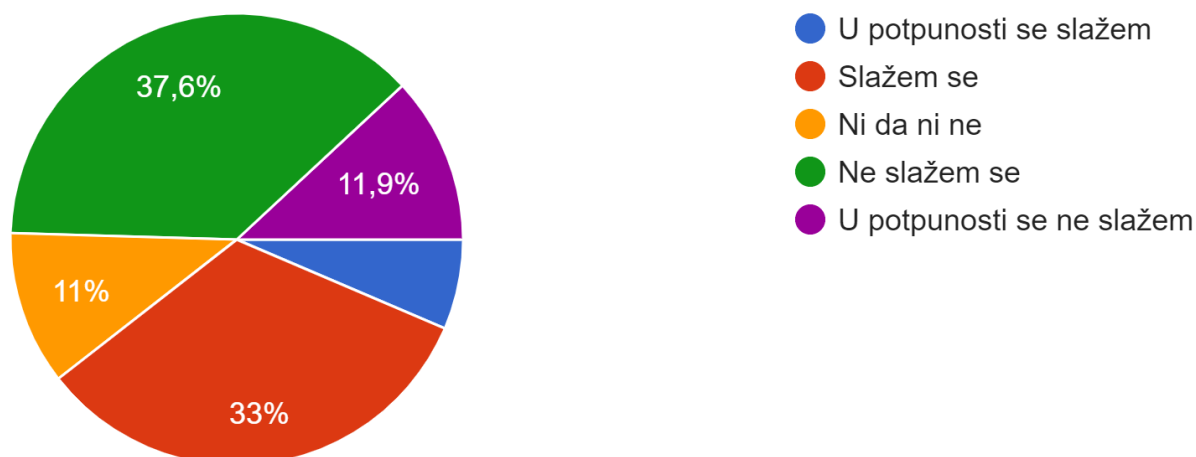
21. Sve vrtićke skupine u vrtiću (objektu) u kojem radim provode tjelesne aktivnosti.



Slika 22. Provođenje tjelesnih aktivnosti u vrtićima

33,9% ispitanika, što je ujedno i najveći broj ispitanika, smatra kako sve vrtićke skupine ne provode tjelesne aktivnosti u vrtiću (objektu) u kojim rade. Međutim, 24,8% ispitanika slaže se s tvrdnjom da sve vrtićke skupine u njihovom objektu provode tjelesne aktivnosti. Nikako ne zadovoljava činjenica da postoje skupine koje ne provode tjelesne aktivnosti, što predstavlja problem jer ne postoji konstantna kontrola u provođenju plana i programa rada odgojitelja.

22. U mojoj skupini ima i djece koja ne sudjeluju u provođenju tjelesnih aktivnosti.



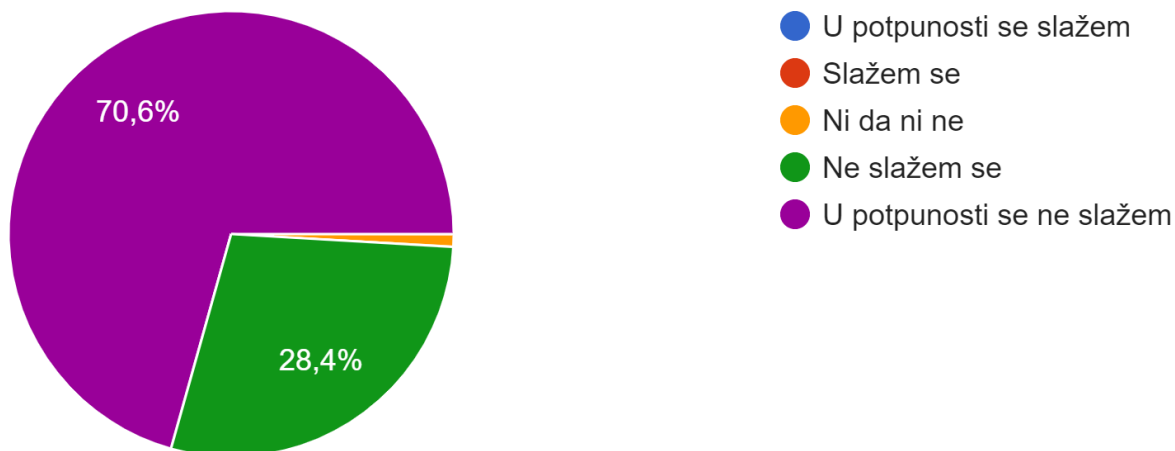
Slika 23. Sudjelovanje djece u provođenju tjelesnih aktivnosti

*\*Ukoliko djeca ne smiju provoditi tjelesne aktivnosti, koji su to razlozi?*

---

49,5% ispitanika sigurno je da u njihovim skupinama nema djece koja ne sudjeluju u provođenju tjelesnih aktivnosti, dok 40% ispitanika smatra kako u njihovoj skupini ima djece koja ne sudjeluju u provođenju tjelesnih aktivnosti. Najčešći razlozi ne sudjelovanja djece u tjelesnim aktivnostima su zdravstveni razlozi (bolesti ili alergije djece), tjelesne ozljede te teškoće u razvoju djeteta (posebne potrebe, invaliditet djeteta). Također, kao razlozi nesudjelovanja djece u tjelesnim aktivnostima navode se i lijenost odgojitelja te nezainteresiranost djece, ali i nedostatak vremena odgojitelja za provođenjem tjelesnih aktivnosti.

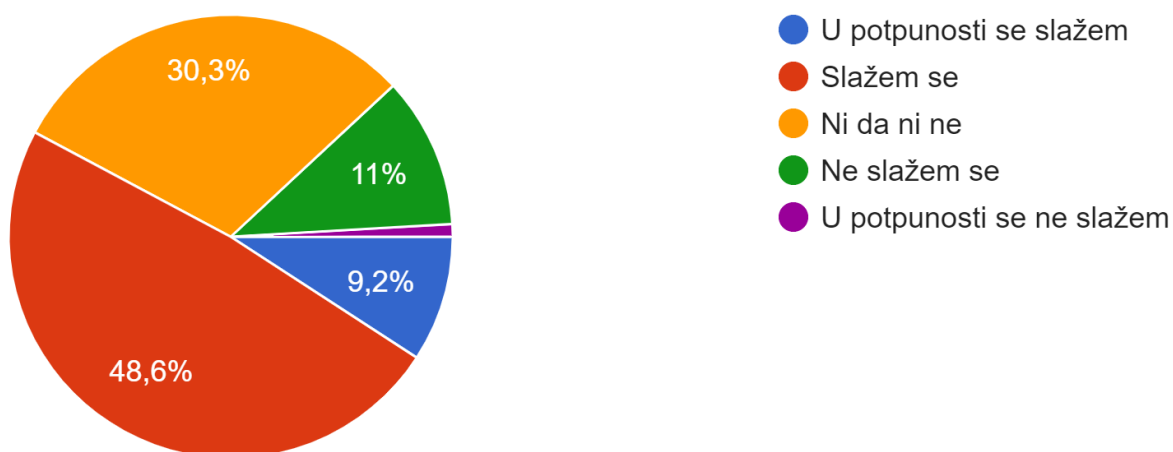
23. Tjelesne aktivnosti imaju negativne posljedice za razvoj djeteta.



Slika 24. Negativne posljedice tjelesne aktivnosti za razvoj djeteta

70,6% ispitanika u potpunosti se slaže s tvrdnjom da tjelesne aktivnosti nemaju negativne posljedice za razvoj djeteta, dok se 28,4% njih slaže s navedenom tvrdnjom. Naime, čak 0,9% ispitanika nije sigurno ima li tjelesna aktivnost negativne posljedice na razvoj djeteta ili nema. Veoma je zadovoljavajući postotak ispitanika koji smatra da tjelesna aktivnost nema negativan utjecaj na djetetov razvoj, što pokazuje da su ispitanici svjesni važnosti tjelesne aktivnosti.

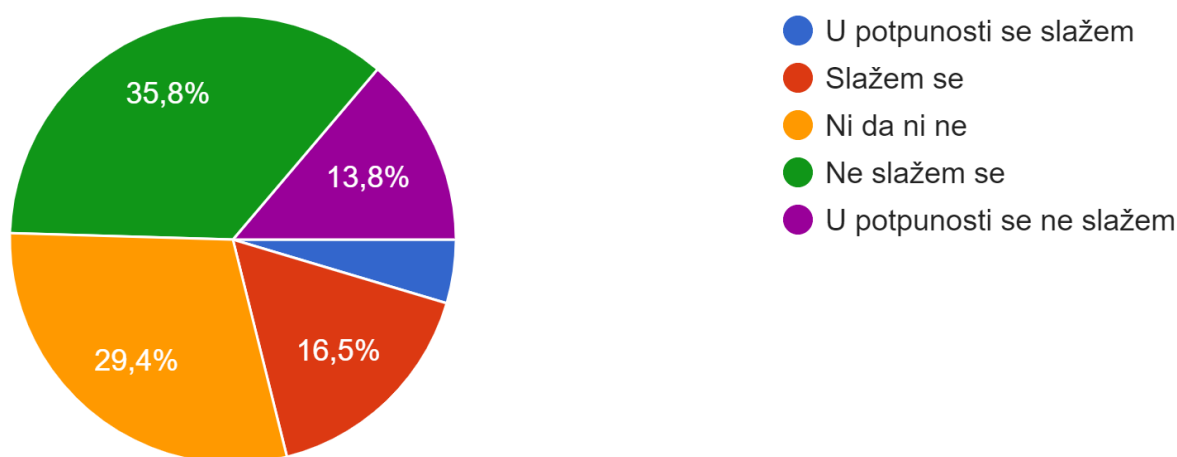
24. Samostalna dječja igra je vrsta tjelesne aktivnosti.



Slika 25. Samostalna dječja igra kao vrsta tjelesne aktivnosti

Većina ispitanika (57,8%) smatra kako je samostalna dječja igra jedna od vrsta tjelesne aktivnosti, dok 11,9% njih smatra kako nije. Naime, svakako bi trebalo uvesti što više odabranih programa tjelesne aktivnosti jer djeca samostalnom dječjom igrom ne razvijaju sve tjelesne sposobnosti koje bi razvile da se odabere kvalitetan program tjelesne aktivnosti.

25. *Ukoliko djeca ne pokazuju interes za tjelesnim aktivnostima, svakako ih se treba tjerati na provođenje istih.*



*Slika 26. Tjeranje djece na provođenje tjelesne aktivnosti*

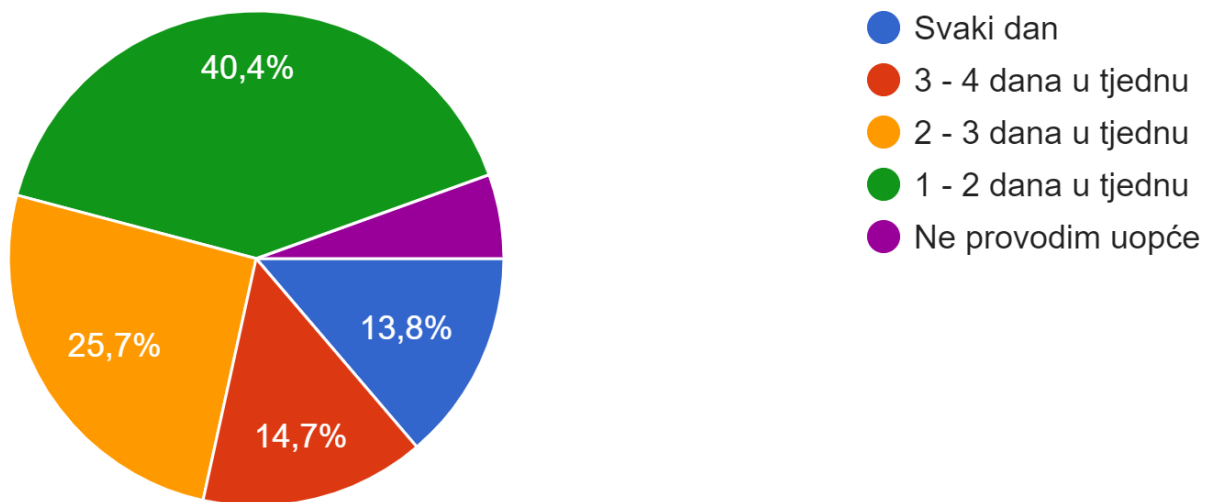
Najveći broj ispitanika, njih 49,6% smatra kako djecu ne treba tjerati na provođenje tjelesnih aktivnosti, ukoliko djeca ne pokazuju interes za istima. Međutim, 21,1% smatra kako djecu ipak treba tjerati na provođenje tjelesnih aktivnosti. Problem je u tome što se djecu ne smije tjerati na određene aktivnosti već je potrebno pronaći način kako ih motivirati. Trebalo bi svakako pokušati uključiti što je veći broj djece u provođenje tjelesne aktivnosti, ali ako određena djeca ne pokazuju interes, treba poraditi na dodatnim edukacijama i pronaći način kako potaknuti dijete za istim.

26. *Ako vrtići nemaju adekvatan prostor / opremu / program za provođenje tjelesnih aktivnosti, što bi po Vašem mišljenju vrtići trebali činiti?*

Najveći broj ispitanika (42%) smatra, u nedostatku adekvatnog prostora/opremu ili programa za provođenjem tjelesnih aktivnosti, kako je potrebno iskoristiti vanjski dio vrtića za provođenje istih. Također, 31% ispitanika smatra da je potrebno prilagoditi se postojećem

prostoru, odnosno prenamijeniti neki prostor u prostor za provođenje tjelesnih aktivnosti. Na kraju, 22% ispitanika smatra kako bi trebalo angažirati upravu i osnivača za dodatnim ulaganjem financijskih sredstava te omogućiti, odnosno izgraditi dodatan prostor za provođenje tjelesnih aktivnosti. Ukoliko se dodatan prostor neće osigurati, većina ispitanika svjesna je kako se treba prilagoditi postojećim kapacitetima, što naravno uključuje maštu i kreativnost.

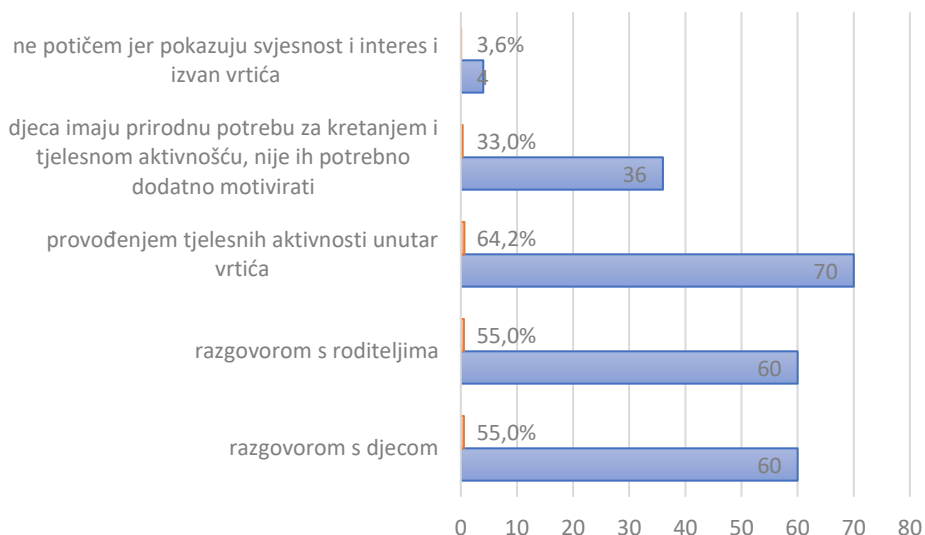
27. *Koliko dana u tjednu provodite s djecom organizirani sat tjelesne aktivnosti u vrtiću?*



*Slika 27. Vremenski period provođenja tjelesnih aktivnosti u vrtiću*

Najveći broj ispitanika, njih 40,4%, provodi 1 do 2 dana tjedno sat tjelesne aktivnosti s djecom u vrtiću. 25,7% ispitanika provodi 2 do 3 dana tjedno sat tjelesne aktivnosti s djecom, dok čak 5,5% njih ne provodi uopće nikakav organizirani oblik tjelesne aktivnosti s djecom. Mora se poraditi na povećanju broja sati provođenja tjelesne aktivnosti, kako bi se djetetu osigurao kvalitetniji tjelesni razvoj.

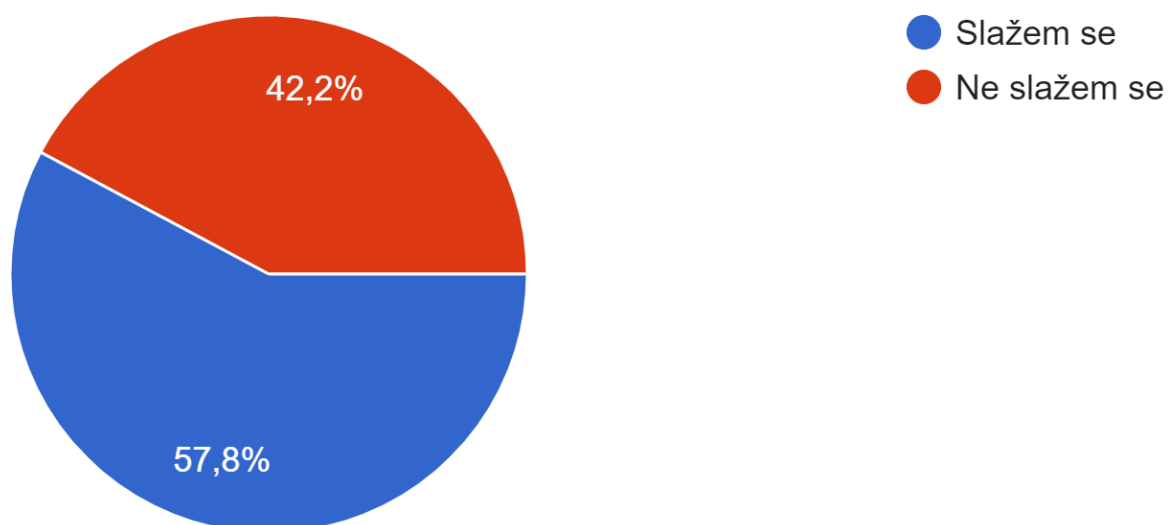
28. Kako potičete djecu/roditelje na bavljenje tjelesnom aktivnošću izvan vrtića? (Moguće odabrati više odgovora)



Slika 28. Poticanje djece/roditelje za bavljenje tjelesnom aktivnošću izvan vrtića

Najveći broj ispitanika, 64,2% potiču roditelje i djecu za bavljenje tjelesnom aktivnošću izvan vrtića. Međutim, 55% ispitanika koristi metodu razgovora s roditeljima i djecom kao dodatan poticaj bavljenja tjelesnom aktivnošću i izvan vrtića. Ispitanici su svjesni da roditelji nisu dovoljno educirani o istome, pa veseli postotak poticanja samih roditelja od strane ispitanika.

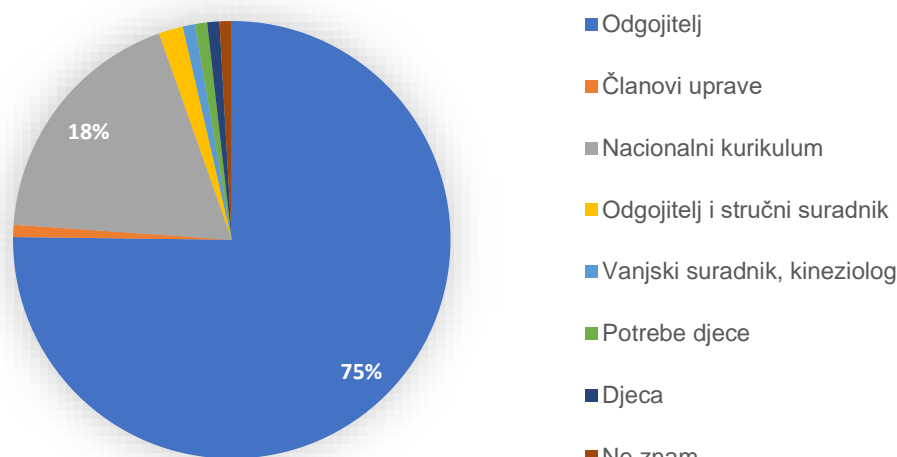
29. Osobno se bavim nekim sportskim aktivnostima u slobodno vrijeme.



*Slika 29. Bavljenje ispitanika sportskim aktivnostima izvan vrtića*

Većina ispitanika, njih 57,8%, bavi se određenom sportskom aktivnošću u slobodno vrijeme. Veće bavljenje samih ispitanika tjelesnim aktivnostima utječe na kvalitetnije provođenje tjelesne aktivnosti s djecom u vrtićima.

30. *Tko bi trebao odrediti vrstu aktivnosti/igre?*



*Slika 30. Određivanje vrste aktivnosti/igre*

Najveći broj ispitanika (75%) smatra kako bi odgojitelji trebali sami određivati vrstu aktivnosti/igre, dok 18% njih smatra kako bi navedeno moralo biti regulirano nacionalnim kurikulumom. Trebalo bi provesti istraživanje jesu li sami odgojitelji dovoljno educirani o istome, pa utvrditi je li potrebno angažirati vanjskog suradnika – trenera.

Nakon provedene ankete, odnosno ispitivanja stajališta ispitanika o važnosti provođenja tjelesnih aktivnosti kod djece, od ukupno 109 ispitanih osoba, najveći broj ispitanika ima najviše 5 godina radnog iskustva, a potom slijede ispitanici s 11 do 15 godina radnog iskustva, od kojih je velika većina njih u zvanju odgojitelja. Ispitanici velikim dijelom rade u vrtićima u gradu Zagrebu i okolici te prevladava mješovita odgojno – obrazovna skupina.

98,2% ispitanika u potpunosti se slaže s tvrdnjom da tjelesna aktivnost ima važan utjecaj na djetetov razvoj, što govori o tome da su ispitanici veoma dobro educirani o važnosti istog, ali samo 60,6% njih potpuno sigurno znaju na koji način tjelesna aktivnost utječe na razvoj



djeteta. Međutim postoje osobe koje se u potpunosti ne slažu s time da tjelesna aktivnost ima važan utjecaj na djetetov razvoj. Iako je rezultat ovog pitanja zadovoljavajući, ipak treba dodatno poraditi na obrazovanju onih osoba koja se ne slažu s tvrdnjom da tjelesna aktivnost ima važan utjecaj na djetetov razvoj (Slike 6 i 15). Ispitanici u velikoj većini sami odabiru vrstu tjelesne aktivnosti, što predstavlja možebitan problem u slučaju da ispitanici nisu dovoljno educirani o odabiru adekvatne aktivnosti, dok se 92,7% ispitanika izjasnilo kako su upoznati s odabirom adekvatne tjelesne aktivnosti (Slike 7 i 12). Može se zaključiti da velika većina ispitanika ima dovoljno znanja u osmišljavanju i odabiru adekvatnih tjelesnih aktivnosti za određenu dob, dok s druge strane imamo ispitanike koji iz određenih razloga ne osmišljavaju sami tjelesne aktivnosti. Pitanje je utječe li sama uprava u tom slučaju na odabir i vrstu aktivnosti ili se ispitanici smatraju nedovoljno kompetentnima za odabir i provođenje tjelesnih aktivnosti. U tom slučaju, unutar vrtića bi bilo potrebno organizirati nekakav vid dodatne edukacije (zajedničke radionice i stručni aktivni-razmjena znanja, iskustava i materijala i literature) kako bi se i ti odgojitelji osnažili i počeli samostalno provoditi organizirane sate tjelesnog vježbanja i aktivnosti.

S obzirom na izrazito visoku motiviranost ispitanika o provođenju tjelesnih aktivnosti (Slika 8), samo 56% ispitanika radi u vrtićima koji imaju adekvatan prostor i opremu za provođenje istih (Slika 9). 32,1% ispitanika radi u vrtićima koji nemaju adekvatan prostor i opremu za provođenje tjelesnih aktivnosti, što bi svakako trebalo unaprijediti i poboljšati.

Većina ispitanika, njih 72,5% tvrdi da imaju potporu članova uprave i stručnog tima za provođenjem tjelesnih aktivnosti u vrtićima u kojima rade, ali s druge strane, samo 12,8% ispitanika potpuno je sigurno da su članovi uprave spremni investirati financijska sredstva u dodatne prostore i opremu za provođenje tjelesnih aktivnosti (Slike 10 i 11). Ostali broj ispitanika podijeljeno je oko stajališta je li uprava vrtića spremna uložiti financijska sredstva u dodatnu opremu i prostor, što nam govori da se nedovoljno pokreće pitanje provođenja tjelesnih aktivnosti u vrtiću, na čemu bi svakako trebalo poraditi. Svakako je potrebno osvijestiti upravu i osnivača vrtića o dobrobiti tjelesnog vježbanja i njegovom utjecaju na djetetov rast i razvoj, kako bi se osigurala sredstva za opremanje postojećih dvorana i ulaganje u opremu te izgradnja novih u vrtićima gdje ne postoje adekvatni prostori za provođenje tjelesnih aktivnosti. Također, samo 37,6% ispitanika smatra kako su vrtići u kojima rade spremni angažirati vanjskog suradnika - trenera za provođenje tjelesnih aktivnosti (Slika 13), što nam može govoriti da su ispitanici dovoljno educirani o istome ili vrtići nemaju dovoljno interesa, odnosno motivacije za angažiranje vanjskog suradnika-trenera .

Većina ispitanika, čak 73,4%, stajališta su kako roditelji djece iz njihove odgojne skupine smatraju da treba provoditi tjelesne aktivnosti s djecom u vrtiću (Slika 14). Međutim, to je prilično mala brojka, odnosno trebalo bi poraditi na edukaciji samih roditelja koji će dodatno poticati djecu na provođenje tjelesnih aktivnosti u vrtiću. Naime, 40% ispitanika tvrdi kako u njihovim odgojno-obrazovnim skupinama postoje djeca koja ne sudjeluju u provođenju tjelesnih aktivnosti (Slika 22), većinom iz zdravstvenih razloga, tjelesnih ozljeda ili zbog teškoća u razvoju djeteta, ali kao razlog nesudjelovanja navodi se i nezainteresiranost same djece. U ovom bi segmentu roditelji trebali dodatno poticati djecu za provođenje tjelesnih aktivnosti, kako bi se smanjila brojka nezainteresirane djece. Roditelji su ključne osobe u djetetovom razvoju i oni bi trebali organizirati i planirati aktivnosti i boravak na otvorenom. Ako se i sami roditelji aktivno bave određenom vrstom tjelesne aktivnosti, sama djeca će također slijediti njihove korake i bit će tjelesno aktivnija, posebno ako su im dozvoljeni odlasci na dječja igrališta i korištenje svih sprava za igranje (Virgilio, 2009.).

Istraživanjem je pokazano kako većina ispitanika, njih 69,7% smatra da postoji razlika u provođenju tjelesnih aktivnosti između odgojitelja koji se i sami bave sportom i onih koji se ne bave nikakvim sportom (Slika 16). Manje od polovice ispitanika, samo 46,8% njih smatra da se djeca iz njihove odgojne skupine bave tjelesnom aktivnošću i izvan vrtića (Slika 17), dok se više od polovice ispitanika, njih 57,8% (Slika 29) sami bave određenom vrstom tjelesne aktivnosti u slobodno vrijeme. Međutim, s obzirom da 76,2% ispitanika smatra da djeca iz njihove odgojno - obrazovne skupine imaju vremena za provođenje tjelesnih aktivnosti izvan vrtića (slika 20), veoma se mali postotak djece i bavi tjelesnom aktivnošću u slobodno vrijeme. Navedene brojke nam govore kako su ispitanici, ali i roditelji djece iz njihove odgojno - obrazovne skupine, uglavnom svjesni važnosti tjelesne aktivnosti na sveukupan razvoj ne samo djece, nego i odraslog čovjeka. Osobe koje se i same bave određenom tjelesnom aktivnošću u slobodno vrijeme, imat će više motivacije i više će podupirati djecu za provođenje tjelesnih aktivnosti.

Ukoliko se smanji brojka odgojitelja koji se bave tjelesnom aktivnošću izvan vrtića, moglo bi doći i do drastičnog smanjenja broja sati provođenja tjelesne aktivnosti u vrtiću. Naime, najveći broj ispitanih osoba, 40,4% provodi 1 do 2 dana tjedno sat tjelesne aktivnosti (Slika 27). Svakako bi trebalo poraditi na smanjenju broja vrtića kojima je tjelesna aktivnost u drugom planu s obzirom da 25,8% ispitanika smatra da vrtići u kojima rade tjelesna aktivnost nije u prvom planu (Slika 18), a u prilog ne ide činjenica je 55% ispitanika smatra da je uprava svjesna koliko se vremena s djecom provode tjelesne aktivnosti (Slika 19). Također, većina

ispitanika potiče roditelje i djecu za provođenje tjelesnom aktivnošću, dok 55% njih odabire metodu razgovora s roditeljima i djecom kao dodatan poticaj (Slika 28).

Zadovoljava činjenica da 83,5% ispitanika smatra kako djeca iz njihove odgojno - obrazovne skupine želi provoditi tjelesne aktivnosti u vrtiću, ali i izvan njega (Slika 21), ali svejedno samo 24,8% ispitanika smatra da sve vrtićke skupine u njihovom objektu provode tjelesne aktivnosti (Slika 22). Na ovoj brojci treba svakako poraditi, odnosno treba povećati broj vrtićkih skupina koje provode tjelesne aktivnosti.

Većina ispitanika smatra kako ne postoje negativne posljedice tjelesnih aktivnosti za razvoj djeteta, ali samo 70,6% ispitanika je potpuno sigurno u to (Slika 24). Naime, postoje osobe koje nisu sigurne imaju li tjelesne aktivnosti negativne posljedice na razvoj djeteta ili nema te bi trebalo poraditi na dodatnom educiranju i povećati broj odgojitelja koji su potpuno sigurni da tjelesne aktivnosti nemaju negativne posljedice. Samostalnom dječjom igrom, djeca sama odabiru vrstu aktivnosti kojom se žele baviti te 57,8% ispitanika smatra kako je samostalna dječja igra vrsta tjelesne aktivnosti (Slika 24). Iako većina ispitanika smatra kako tjelesne aktivnosti imaju važan utjecaj na djetetov razvoj, njih 49,6% smatra kako djecu ne treba tjerati na provođenje tjelesnih aktivnosti ukoliko djeca ne pokazuju interes (Slika 25).

Ukoliko vrtići nemaju adekvatan prostor ili opremu za provođenje tjelesnih aktivnosti, 42% ispitanika smatra kako je potrebno maksimalno iskoristiti vanjski dio vrtića, a 31% njih smatra kako je potrebno prilagoditi se postojećem prostoru. Manji broj ispitanika, 22% smatra kako bi trebalo angažirati upravu i osnivača za ulaganjem dodatnih financijskih sredstava u izgradnju prostora i nabavu opreme za provođenje tjelesne aktivnosti.

Prije početka ispitivanja, postavljene su dvije hipoteze i to: H1. Odgojitelji, odnosno ispitanici, a i uprava vrtića u kojem rade, svjesni su velike važnosti tjelesnih aktivnosti u razvoju djece i H2. Vrtići u kojem ispitanici rade ne provode dovoljno sati tjelesnih aktivnosti s djecom.

Analiziranjem dostavljenih rezultata, možemo potvrditi navedene hipoteze iz razloga što su sami ispitanici itekako svjesni činjenice da tjelesna aktivnost ima značajnu ulogu u razvoju djeteta, ali i također, nažalost, neki vrtići u kojima rade ne provode dovoljan broj sati tjelesnih aktivnosti s djecom.

## 5. Zaključak

Za potrebe pisanja ovog diplomskog rada, istraživalo se stajalište odgojitelja o važnosti provođenja tjelesnih aktivnosti kod djece. U istraživanju je sudjelovalo 109 osoba, koji su trenutno zaposleni kao odgojitelji u dječjem vrtiću na način da se izradila digitalna anketa s ukupno 30 pitanja, na koja su ispitanici odgovarali. Prije početka istraživanja, postavile su se dvije hipoteze i to: H1. Odgojitelji, odnosno ispitanici, a i uprava vrtića u kojem rade, svjesni su velike važnosti tjelesnih aktivnosti u razvoju djece i H2. Odgojitelji, odnosno ispitanici, ne provode dovoljan broj sati tjelesnih aktivnosti s djecom u vrtiću. Provedenim istraživanjem možemo potvrditi postavljene hipoteze s obzirom da su ispitanici, koji su ujedno i odgojitelji zaposleni u dječjem vrtiću, svjesni važnosti tjelesne aktivnosti na razvoj djeteta. Također, vrtići u kojima ispitanici rade, a i roditelji vrtićke djece također su svjesni važnosti provođenja tjelesnih aktivnosti. Međutim, problem predstavlja premalen broj sati provođenja tjelesne aktivnosti u vrtićima te bi svakako trebalo poraditi na povećanju broja sati. Ujedno, sasvim sigurno treba poraditi na povećanju motiviranosti odgojitelja u provođenju tjelesnih aktivnosti. Naravno, nisu odgojitelji jedini kojima nedostaje motivacija, već bi svakako trebalo uvesti dodatne programe edukacije i samih članova uprave, a i roditelja djece. Roditelji su jednim dijelom ključne osobe koje potiču i motiviraju djecu za provođenje tjelesnih aktivnosti. Uz sve to, članovi uprave i sami osnivač vrtića moraju osigurati adekvatne prostore i opremu te osigurati dovoljan broj zaposlenika u vidu trećeg odgojitelja ili dodatnih vanjskih suradnika – trenera, kako bi se tjelesna aktivnost mogla odraditi kvalitetno.

Temeljem svega navedenog, može se zaključiti kako su odgojitelji svjesni važnosti provođenja tjelesnih aktivnosti kod djece, ali s obzirom na nedostatak motiviranosti, vremena te adekvatnih prostora, tjelesna aktivnost se ne provodi u kvalitativnom i kvantitativnom obujmu u kakvom bi se trebala provoditi te se postavljene hipoteze prihvaćaju. Nadalje, zabrinjava i činjenica da je anketu ispunio mali broj ispitanika s obzirom da je anketa poslana na puno veći broj adresa ispitanika. Naime, anketu je ispunilo svega 109 osoba koji time pokazuju interes za ovom temom, a anketa je poslana na nekoliko tisuća odgojitelja digitalnim putem, što nam govori da je mala brojka odgojitelja koji su zainteresirani za provođenje tjelesnih aktivnosti s djecom u vrtiću.

## 6. Literatura

- Baureis, H.; Wagenmann, C. (2015.) *Djeca bolje uče uz kineziologiju*, Split: Harfa.
- Breslauer, N.; Zegnal, M. (2011). Usvajanje motoričkih vještina kroz igru i poligone. U I. Prskalo, D. Novak (Ur.), *Zbornik radova – Tjelesna i zdravstvena kultura u 21.stoljeću-kompetencije učenika* (str. 95-100). Poreč: Hrvatski kineziološki savez.
- Dennison, P. E. i Dennison, G. E. (2013.) *Brain gym. Priručnik za obitelj i edukatore*. Zagreb: Alfa.
- Findak, V. (2012.) *Kineziološka prevencija u području edukacije: U: Zborniku radova međunarodnog znanstvenog kongresa: Suvremena kineziologija* (str. 34-42). Split: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Splitu.
- Findak, V.; Prskalo, I. (2004.) *Kineziološki leksikon za odgojitelje*, Petrinja: Visoka učiteljska škola.
- Goddard Blythe, S. (2008.) *Uravnoteženi razvoj*, Buševac: Ostvarenje.
- Horvat, V. (1999). *Motorička znanja djece predškolske dobi*. (Master`s thesis, University of Zagreb). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
- Horvat, V., Jenko Miholić, S., Blažević, K. (2009). Metric characteristics of tests for assessing balance in preschool children. In I. Prskalo, V. Findak, & J. Strel (Eds.), 3rd Special Focus Symposium: Kinesiological education – heading towards the future (pp. 75-82). Zadar: Učiteljski fakultet, Sveučilište u Zagrebu.
- Koester (Freeman), C. i Dennison, G. (2010.) *I am the child: Using brain gym with children who have special needs*.
- Mišigoj-Duraković, M. (1999). *Tjelesno vježbanje i zdravlje*. Zagreb: Grafos, fakultet za fizičku kulturu, Sveučilište u Zagrebu.
- Pejčić, A. (2005). *Kineziološke aktivnosti za djecu predškolske i rane školske dobi*. Rijeka: Visoka učiteljska škola, Sveučilište u Rijeci.
- Pejčić, A. i Trajkovski, B. (2018.) *Što i kako vježbati s djecom u vrtiću i školi*. Rijeka: Sveučilište u Rijeci, Učiteljski fakultet u Rijeci.
- Prskalo, I. (2001.) *Osnove kineziologije*, Petrinja: Visoka učiteljska škola u Petrinji.
- Starc, B., Čudina-Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B., Letica, M. (2004.) *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi*. Zagreb: Golden marketing.
- Špelić, A. i Božić, D. (2002.) *Istraživanje uloge sportskih programa u predškolskim ustanovama u spretnosti djeteta za školu i uspjehu u početnom školovanju. 2. Međunarodni znanstveni skup 'Dani Mate Demarina': 'Kvalitetna edukacija i*

*stvaralaštvo' / Tatković, Nevenka ; Muradbegović, Aida (ur.). Pula: Veleučilište u Šibeniku*

- Trajkovski, B (2011.), *Kinantropometrijska obilježja djece predškolske dobi i njihova povezanost s razinom tjelesne aktivnosti roditelja*. Zagreb: Kineziološki fakultet sveučilišta u Zagrebu
- Virgillio, S. J. (2009). *Aktivan početak za zdrave klince: aktivnosti, vježbe i savjeti o prehrani*. Buševac: Ostvarenje
- Vučinić, Ž. (2001.) *Kretanje je djetetova radost*. Zagreb: Foto Marketing – FoMa.

## Izjava o izvornosti diplomskog rada

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

---