

## UTJECAJ RADNOG STAŽA ODGOJITELJA NA PROVOĐENJE TJELESNIH AKTIVNOSTI S DJECOM

Željana Marić<sup>1,2</sup>, Ana Perić<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Dječji vrtići Sušak Rijeka

<sup>2</sup>Dječji vrtić More Rijeka

### Sažetak

*Kako bi se uklonile ili ublažile posljedice današnjeg stila života potrebno je sve više tjelesno se aktivirati već od najmlađe dobi. Za postizanje toga potrebno je osigurati adekvatan broj sati tjelesnog vježbanja u cijeloj vertikalni odgojno obrazovnog sustava. Iako se većina odgojitelja slaže s važnosti provođenja kineziološke kulture rezultati pokazuju nižu procjenu provedbe, uglavnom zbog okolinskih faktora, najčešće materijalnih uvjeta rada. Loši materijalni uvjeti rada mogu znatno otežavati organizaciju i provođenje tjelesnih aktivnosti u predškolskim ustanovama, no usprkos lošim uvjetima stavovi i motiviranost odgojitelja su ključni za njihovu provedbu. U ovom radu provedena je analiza odgovora odgojitelja o boravku djece i poticanju na igru na vanjskom prostoru te organiziranju tjelesnih aktivnosti s djecom. S obzirom da je motivacija ključna za provedbu nastojalo se doznati postoji li povezanost između provedbe tjelesnih aktivnosti i radnog staža odgojitelja. Pretpostavilo se da su odgojitelji s manje radnog iskustva mlađi i motiviraniji za rad pogotovo u segmentu provođenja tjelesnih aktivnosti, međutim rezultati su pokazali da odgojitelji s više radnog iskustva dnevno više borave s djecom na vanjskom prostoru te da su više puta tjedno provodili organizirane tjelesne aktivnosti s djecom u usporedbi s odgojiteljima koji imaju manje godina radnog iskustva.*

**Ključne riječi:** tjelesne aktivnosti, vrtić, vanjski prostor, radni staž odgojitelja.

### 1. Uvod

Predškolsko doba vrijeme je ubrzanog rasta i razvoja djeteta. Pravilnim i redovitim kretanjem i vježbanjem djetetu se omogućuje niz dobrobiti: normalan motorički razvoj koji utječe i na kognitivni, emocionalni i socijalni razvoj, zadovoljavanje djetetove potrebe za kretanjem i igrom, djeca koja vježbaju lakše uče, a navike zdravog aktivnog života u budućnosti stvaraju već u najranijoj dobi. U današnje vrijeme Hrvatska je jedna od vodećih zemalja u svijetu s prekomjernom tjelesnom masom i debljinom djece. U organiziranoj tjelesnoj aktivnosti 58,9% djece provede tri ili manje sati tjedno dok u slobodnoj igri na otvorenom samo 9,1% djece provede manje od 1 sat dnevno radnim danom, te vikendom njih 2,5% (Cro COSI, 2021). Budući da dijete većinu aktivnog dnevnog vremena boravi u vrtiću, tjelesna aktivnost bi trebala biti integrirana u cijeli odgojno-obrazovni rad predškolskog djeteta.

Nedostatak tjelesnog vježbanja i aktivnosti s kretanjem u predškolskom odgojno-obrazovnom sustavu može se nazvati problemom. U Konvenciji o pravima djeteta stoji da dijete ima pravo na odmor i slobodno vrijeme, na igru i rekreaciju koji odgovaraju starosti djeteta, a također i na obrazovanje usmjereno na razvoj njegove osobnosti i nadarenosti, psihičke i tjelesne sposobnosti... (Konvencija o pravima djeteta, članak 29. i 31). Zato je iznimno važno da predškolska ustanova i odgojno-obrazovni djelatnici u njoj prepoznaju djetetovu potrebu za kvalitetno ispunjenim vremenom u vrtiću i da su usmjereni prema osiguravanju dobrobiti za svako dijete. Osiguranje dobrobiti multidimenzionalni je, interaktivni, dinamični i kontekstualni proces kojim se integrira zdravo i uspješno individualno funkcioniranje te pozitivni socijalni odnosi u kvalitetnom okruženju vrtića. (Nacionalni kurikulum, 2014.). Iz tog

razloga od velike je važnosti da osoba koja provodi odgojno-obrazovni rad s predškolskom djecom bude svjesna važnosti poticanja djece na tjelesnu aktivnost, kompetentna i motivirana. U dosadašnjim istraživanjima stavovi odgojitelja o korisnosti tjelovježbe su pozitivni, osjećaju se uglavnom kompetentnima za provedbu aktivnosti tjelesnog vježbanja s djecom, međutim nedovoljno su motivirani (Horvat i Morandini-Plovanić 2002; Iveković, 2018; Prpić, 2021; Vidaković Samaržija, 2023), uglavnom zbog neadekvatnih materijalnih uvjeta rada. Osoba kojoj su povjerena djeca u vrtiću mora naći načina kako zadovoljiti djetetovu potrebu za kretanjem i igrom bez obzira na ograničavajuće faktore (Marić, 2021). Na tjelesni razvoj djeteta može se utjecati pomoću korištenja različitih metoda i organizacijskih oblika rada te različitih prostora za vježbanje u vrtiću i izvan njega (Marić i Peić, 2017). U ovom radu analizirani su odgovori odgojitelja riječkih dječjih vrtića o provođenju tjelesnog vježbanja s djecom te njihova povezanost s obzirom na dužinu radnog iskustva odgojitelja, tj. radnog staža u struci. Pretpostavlja se da su odgojitelji s manje radnog iskustva mlađi, svježiji, a time i motiviraniji za rad te zato i češće provode tjelesne aktivnosti s djecom i dodatnu ih potiču u igri na vanjskom prostoru.

## **2. Metode rada**

### **2.1. Uzorak ispitanika**

Istraživanje je provedeno na uzorku odgojitelja (N=96) koji su zaposleni u dva riječka vrtića (DV More i DV Sušak). Svi ispitanici su ženskog spola. Od ukupno 96 ispitanica njih 17% ima do 5 godina radnog staža, 23% ima od 6 do 10 godina staža, 23% ima od 11 do 20 godina radnog staža i preko 20 godina staža ima 37% ispitanica. U jasličkoj skupini radi 27% odgojiteljica, u vrtićkoj dobno homogenoj skupini 72% dok u vrtićkoj dobno heterogenoj samo 1 % njih.

### **2.2. Uzorak varijabli**

Primijenjen je online anonimni anketni upitnik konstruiran u svrhu provedbe ovog istraživanja, koji se sastojao od 9 pitanja. Prvom skupinom varijabli ispitana su socio-demografska obilježja ispitanika koja se odnose na predškolsku ustanovu u kojoj rade, spol i godine staža. Druga skupina varijabli prikazuje vrijeme boravka i poticanje djece na dodatnu aktivnost na vanjskom prostoru dok se trećom skupinom varijabli analizira učestalost tjelesnog vježbanja s djecom.

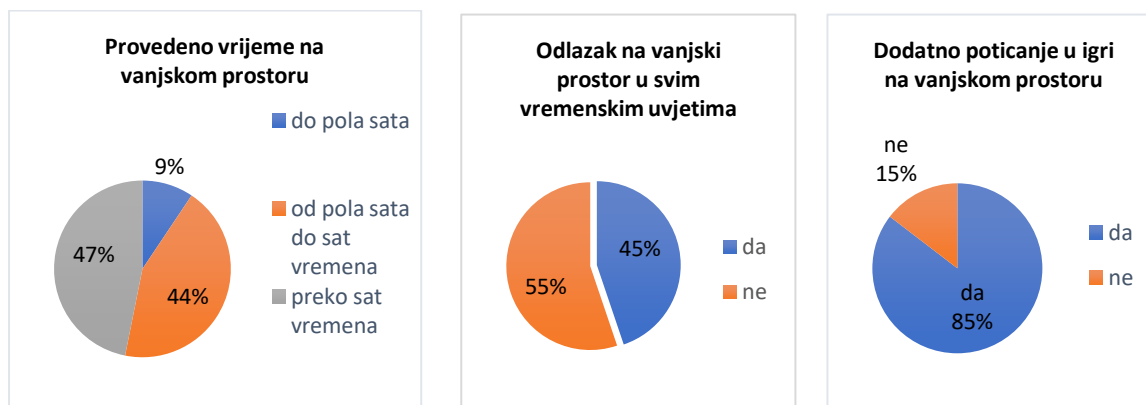
### **2.3. Metode obrade podataka**

Statistička analiza provedena je u programu IBM SPSS Statistics 22. Izračunate su frekvencije odgovora na pojedina pitanja usmjerena na provođenje kinezioloških aktivnosti u predškolskim ustanovama. Normalnost distribucije testirana je Kolmogorov-Smirnovljevim testom, indeksom asimetričnosti (eng. *Skewness*), te indeksom spljoštenosti (eng. *Kurtosis*). Rezultati statistički značajno odstupaju od normalne distribucije ( $p > .05$ ), stoga su u daljnjoj obradi primijenjene neparametrijske metode.

S ciljem ispitivanja odnosa vremena provedenog na vanjskom prostoru, tjedne učestalosti provođenja aktivnosti, dnevnog trajanja organizirane aktivnosti i radnog staža, izračunati su Spearmanovi koeficijenti korelacije.

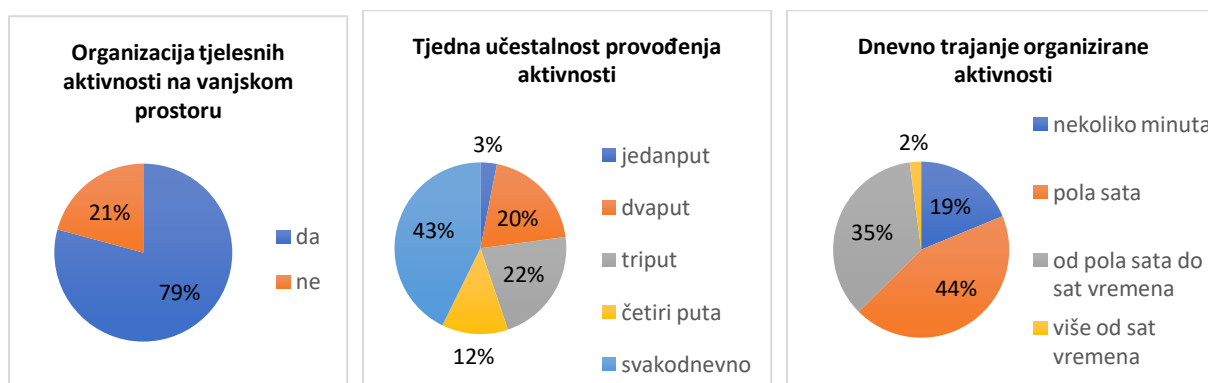
### 3. Rezultati istraživanja

Na pitanje koliko im djeca dnevno vremena provedu na vanjskom prostoru 9% ispitanica je odgovorilo do pola sata, 44% je odgovorilo od pola sata do sat vremena i preko sat vremena 47% ispitanica. U anketnom upitniku je postavljeno pitanje „Odlazite li na vanjski prostor s djecom u svim vremenskim uvjetima? Ako ne napišite zbog čega.“ Na vanjski prostor s djecom u svim vremenskim uvjetima izlazi 100% ispitanica izuzev vremenskih neprilika poput jakog vjetera i kiše, hladnoće i vrućine. U igri na vanjskom prostoru dodatno potiče djecu 85% ispitanica dok ih 15% ne potiče (Slika 1).



Slika 1. Udio ispitanika koji provode vrijeme s djecom u aktivnostima na vanjskom prostoru

Od ukupnog uzorka ispitanica 79% ispitanica organizira tjelesne aktivnosti na vanjskom prostoru dok ih 21% to ne čini. Na pitanje koliko puta tjedno provode organizirane aktivnosti tjelesnog vježbanja 3% odgovorilo je jedanput, 20% dvaput, 22% ispitanica triput, 12% četiri puta i 43% ispitanica dalo je odgovor svakodnevno. Što se tiče trajanja organiziranih aktivnosti 19% ispitanica je odgovorilo da traju nekoliko minuta, 44% da traju pola sata, 35% od pola sata do sat vremena i 2% više od sat vremena dnevno (Slika 2).



Slika 2. Udio ispitanika prema učestalosti provođenja organizirane tjelesne aktivnosti s djecom

S ciljem ispitivanja odnosa vremena provedenog na vanjskom prostoru, tjedne učestalosti provođenja aktivnosti, dnevnog trajanja organizirane aktivnosti i radnog staža, izračunati su Spearmanovi koeficijenti korelacije. Međusobne korelacije mjerenih varijabli prikazane su u Tablici 1.

**Tablica 1.** Koeficijenti korelacije između vremena provedenog na vanjskom prostoru, tjedne učestalosti provođenja aktivnosti, dnevnog trajanja organizirane tjelesne aktivnosti i radnog staža odgojatelja.

		1	2	3	4
1.	<b>VVP</b>	-	.225	.252	.259*
2.	<b>TUPA</b>	.225	-	.255	.315**
3.	<b>DTOA</b>	.252	.225	-	-.063
4.	<b>RS</b>	.259*	.315**	-.063	-

Napomena: **VVP**-vrijeme provedeno na vanjskom prostoru, **TUPA**-tjedna učestalost provođenja aktivnosti, **DTOA**-dnevno trajanje organizirane aktivnosti, **RS**- radni staž

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

#### 4. Rasprava

Mnogi autori u svojim istraživanjima navode pozitivne stavove odgojitelja o važnosti tjelovježbe kod predškolske djece, međutim ti stavovi ne prate praksu provođenja iste (Horvat i Morandini-Plovanić, 2002; Dvorski i sur., 2015; Prpić, 2021; Vidaković Samaržija, 2023). Tako i rezultati u varijablama koje ispituju vrijeme boravka i poticanje djece na dodatnu aktivnost na vanjskom prostoru (Slika 1) potkrepljuju prethodne tvrdnje da odgojitelji shvaćaju važnost boravka djece na zraku i to u svim vremenskim uvjetima. Razlozi neodlaska na vanjski prostor s djecom su nepovoljni vremenski uvjeti (jake vrućine i hladnoće, jaka kiša te jaki vjetar) te starost djece (skupina beba i mlađa jasljička skupina). Što se tiče dnevnog vremena provedenog vani 47% ispitanica s djecom na vanjskom prostoru provede preko sat vremena, 44% od pola sata do sat vremena i 9% ispitanica do pola sata. Uvidom u Norveški okvirni plan dječjih vrtića gdje djeca u igri na otvorenom provedu više od 70% ukupnog vremena u ljetnom semestru i više od 30 % ukupnog vremena u zimskom semestru (Hansen Sandseter i Storly, 2019) može se zaključiti kolika je razlika u ova dva predškolska sustava. Slično je i u finskom kurikulumu, gdje je, uz ostale sadržaje tjelesnih aktivnosti djece u vrtiću, istaknuto vježbanje djece u prirodnom okruženju (Babin i Prskalo, 2013). U igri i kretanju na vanjskom prostoru dodatno potiče djecu 85% odgojitelja što predstavlja veliki postotak i ne slaže se s tvrdnjama Prpić (2021) koja ističe da odgojitelji kada izađu na vanjski prostor dodatno ne potiču djecu na tjelesnu aktivnost. Važnost okoline dokazuju mnoga istraživanja pokazujući da nedostatan stimulativan socijalna okolina može negativno utjecati na konstrukciju igre kao što su rijetke interakcije s djecom, indiferentnost odraslih, nedostatak zajedničke igre te odsustvo ohrabivanja simboličke igre (Šagud, 2002). Hansen i sur. (2006) smatraju kako je odgojitelj dužan stvoriti ambijent, izazivati interes i pratiti djecu da može prilagoditi aktivnosti i materijale interesima djece. Međutim, pod poticanjem djece svaki odgojitelj može podrazumijevati neki od oblika poticaja, npr. verbalni poticaj bez emocionalnog angažmana, postavljanje određenih rekvizita, aktivno sudjelovanje u igri s djecom, i sl. pa je stoga i visok postotak slaganja u odgovoru na ovo pitanje upitan.

Iz rezultata skupine varijabli o organiziranom tjelesnom vježbanju s djecom u vrtiću (Slika 2) vidljivo je da većina odgojitelja organizira tjelesne aktivnosti na vanjskom prostoru (79%), međutim sama učestalost provođenja organiziranih tjelesnih aktivnosti je manjkava. Naime, skoro polovica anketiranih odgojitelja (43%) svakodnevno provodi neki od organizacijskih oblika rada s prosječkom trajanja aktivnosti od pola sata, a njih 35% aktivnosti provodi od pola sata do sat vremena, 19% samo nekoliko minuta, a preko sat vremena vježba s djecom samo 2% odgojitelja. Usporedimo li ove rezultate s preporukama Svjetske zdravstvene organizacije

(WHO) o potrebnoj razini tjelesne aktivnosti djece prema kojima bi ona mlađa od 5 godina svakodnevno trebala biti uključena najmanje 180 minuta u razne tjelesne aktivnosti, a djeca i mladi od 5 do 17 godina bi trebali sudjelovati u tjelesnim aktivnostima umjerenog do visokog intenziteta najmanje 60 minuta dnevno, onda smo daleko ispod te razine (WHO, 2019). Kako bi se ublažile negativne posljedice suvremenog načina života potrebno je provoditi tjelesnu aktivnost u, što je moguće, većoj mjeri. Prema tome, jedan od temeljnih uvjeta za bolje iskorištavanje svih tjelesnih aktivnosti je osiguravanje adekvatnog broja sati nastave tjelesne kulture (Findak, 2012.) Također Findak (2001) ističe kako je tjelesno vježbanje koje se odradi u vrtiću jako važno da bi djeca, koja se inače u slobodno vrijeme ne bave tjelesnim aktivnostima, barem u tom dijelu dana, bila aktivna i vježbala.

Istraživanjem odnosa vremena provedenog na vanjskom prostoru, tjedne učestalosti provođenja aktivnosti, dnevnog trajanja organizirane aktivnosti i radnog staža dobiveni su sljedeći rezultati (Tablica 1): pokazala se statistički značajna niska pozitivna korelacija između radnog staža i dnevnog vremena provedenog na vanjskom prostoru vrtića te radnog staža i tjedne učestalosti provođenja tjelesnih aktivnosti s djecom. Dakle, sudionici koji imaju više godina radnog staža, više vremena dnevno provedu s djecom na vanjskom prostoru i više puta tjedno provode organizirane tjelesne aktivnosti. Navedena tvrdnja mogla bi se opravdati iskustvom odgojitelja u dugogodišnjem radu koji su svjesni dječje potrebe za dužim boravkom na zraku te važnosti učestalog provođenja tjelesnih aktivnosti s djecom. Iveković (2017) je u istraživanju stavova odgojitelja prema tjelesnim aktivnostima dobio rezultate da odgojitelji s više radnog iskustva imaju pozitivniji stav prema tjelesnim aktivnostima djece. Statistički značajnu razliku o procjeni važnosti svakodnevnih tjelesnih aktivnosti s djecom između studenata ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja i odgojitelja s radnim iskustvom dobili su i Petrović-Sočo i sur. (2013) gdje su procjene zaposlenih odgojitelja bile veće od procjena studenata. Iako je u ovom istraživanju postavljena hipoteza da će odgojitelji s manje staža biti motiviraniji, a time se i više angažirati u provođenju tjelesnih aktivnosti s djecom i boravku na vanjskom prostoru istraživanje je pokazalo suprotno. Iz ispitivanja stavova i procjena ispitanika drugih autora o važnosti tjelovježbe djece u vrtićima te rezultata prakse dobivene ovim istraživanjem može se zaključiti da će odgojitelji s više radnog iskustva u struci biti više osviješteni o važnosti provođenja tjelesnih aktivnosti te iste i provoditi u praksi. Vjerojatno iz razloga što su i sami imali iskustvo dužeg boravka na vanjskom prostoru u vrijeme djetinjstva i mladosti te bili tjelesno aktivniji u predškolsko doba za razliku od mlađih kolegica koje su odrastale uz nove tehnologije i malo vremena su ili uopće nisu provodili u igrama na vanjskim prostorima (parkovi, igrališta, i sl.). U daljnjim bi se istraživanjima trebale usporediti i kompetencije starijih i mlađih generacija odgojitelja u području kineziološke kulture tj. koliko su zadovoljni svojim znanjem i mogućnostima njegove implementacije u praksu jer i to može biti razlog nedostatne tjelesne aktivnosti djece u vrtićima.

## **5. Zaključak**

Nacionalni kurikulum za rani i predškolski odgoj i obrazovanje (NK, 2014) ističe važnost cjelovitog razvoja u odgojno-obrazovnom radu predškolskih ustanova što znači istovremeno poticanje govora, socio-emocionalnog, spoznajnog i tjelesnog razvoja djeteta. Budući da danas djeca imaju različite govorne teškoće, probleme u ponašanju i motoričkom razvoju, prekomjernu tjelesnu masu i debljinu imperativ treba biti na poticanju njihova tjelesnog razvoja pogotovo stoga jer većinu aktivnog dnevnog vremena ona borave u vrtićima. Zbog toga je od velike važnosti da osoba koja provodi odgojno-obrazovni rad s predškolskom djecom bude kompetentna i motivirana za provođenje tjelesnih aktivnosti. Iako su odgojitelji u stavovima i procjenama svjesni važnosti tjelesne aktivnosti s djecom u vrtiću, učestalost provođenja istih je

nezadovoljavajuća. Odgojitelji navode različite razloge koji im onemogućavaju vježbanje s djecom, međutim oni ne bi trebali biti opravdanje za nezadovoljavanje biološke potrebe djeteta za kretanjem. Postoje različiti načini pomoću kojih će kreativan, motiviran i kompetentan odgojitelj znati iskoristiti postojeće okolnosti i resurse. Ovim istraživanjem dobiveni rezultati pokazuju da su odgojitelji s dužim radnim iskustvom više vremena dnevno provodili s djecom na vanjskom prostoru te da su više puta tjedno provodili organizirane tjelesne aktivnosti. Može se zaključiti da su odgojitelji s više godina radnog staža u struci stekli dugogodišnje praktično iskustvo te tijekom godina usvajali i usavršavali teorijska znanja za rad s djecom u području tjelesnog razvoja. Postavlja se pitanje treba li čekati da prođu godine dok čovjek iskustvom ne dođe do nekih stavova i odluka?

Naravno da ne treba. Organizacijsko i društveno okruženje u vrtiću važna je odrednica za promicanje tjelesne aktivnosti djece. To znači da individualni stavovi, vrijednosti i ponašanje odgojitelja imaju važnu ulogu u tome, međutim bez kvalitetnih edukacija, od formalnog obrazovanja do obvezatnog usavršavanja u struci, intervencija u Državni pedagoški standard i Kurikulum ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja po pitanju tjelesnih aktivnosti djece politika promicanja tjelesnih aktivnosti u vrtićima neće zaživjeti u mjeri u kojoj bi trebala.

## 6. Literatura

1. CroCOSI - Europska inicijativa praćenja debljine u djece, Hrvatska 2018./2019. (2021). Zagreb: Hrvatski zavod za javno zdravstvo.
2. Dvorski, M., Kokanović, T., Matić, I. i Bogovčić, S. (2015). Stavovi odgojitelja o provođenju kineziološke kulture u vrtićima s obzirom na njihov stupanj obrazovanja. U: I. Prskalo i sur. (ur.) „Istraživanja paradigmi djetinjstva, odgoja i obrazovanja – Kineziološka edukacija sadašnjost i budućnost“. Zagreb: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
3. Findak, V. (2001.) Metodika tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Školska knjiga.
4. 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.
5. Hansen, K., Kaufmann, R., Burke Walsh, K. (2006). Kurikulum za vrtiće – razvojno primjereni program za djecu od 3 do 6 godina. 3. Zagreb: Pučko otvoreno učilište Korak po Korak.
6. Hansen Sandseter, E., Storli, R. (2019). Children's Play, Well-Being and Involvement: How Children Play Indoors and Outdoors in Norwegian Early Childhood Education and Care Institutions. *International Journal of Play*, 8 (1), 65–78.
7. Horvat, V. (2002). Materijalni uvjeti i opseg tjelesnog vježbanja u vrtićima. U: K. Delija (ur.) Zbornik radova 11. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, „Programiranje rada u području edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“ (str. 90–91). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.
8. Horvat, V., Morandini-Plovanić, E. (2002). Materijalni uvjeti i opseg tjelesnog vježbanja u vrtićima. U: V. Findak, (ur.) Zbornik radova 11. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske (str. 317-320). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.
9. Iveković, I. (2018). Stavovi odgojitelja o dječjim tjelesnim aktivnostima. *Život i škola* 64 (2), 183-193.
10. Konvencija o pravima djeteta (1989). UNICEF
11. Marić, Ž., Peić, M. (2017). Kompetencije djece predškolske dobi. U V. Findak (ur.) Zbornik radova 26. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske (str. 338-343). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.

12. Marić, Ž. (2021). Kompetencije kineziologa u vrtiću. U: G. Leko (ur.) Zbornik radova 29. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske (str. 551-557). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.
13. Nacionalni kurikulum za rani i predškolski odgoj i obrazovanje (NK), Republika Hrvatska, MZOS, 2014.
14. Petrović-Sočo, B., Miljević-Ridički, R. i Šarić, M.(2013). Ispitivanje procjena odgojitelja i studenata odgojiteljskog studija o važnosti zadovoljenja dječjih potreba u ustanovi ranog odgoja i obrazovanja. Školski vjesnik: časopis za pedagošku teoriju i praksu, 62 (2-3), 229-252.
15. Prpić, I. (2021). Stavovi odgojitelja o kineziološkim aktivnostima na otvorenom za djecu rane i predškolske dobi. Krugovi detinjstva - časopis za multidisciplinarna istraživanja detinjstva 9 (2), 7-18.
16. Prskalo, I., Babin, J. (2013). Organizacijski oblici rada u području edukacije. U: V. Findak (ur.) Zbornik radova 22. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske (str. 24-33). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.
17. Šagud, M. (2002). Odgajatelj u dječjoj igri. Zagreb: Školske novine.
18. Vidaković Samaržija, D. (2023). Kineziološke aktivnosti u predškolskim ustanovama: analiza materijalnih uvjeta, stavova i motivacije odgojitelja. Magistra Iadertina 18 (1), 25-46.
19. World Health Organization (WHO). (2019). Guidelines on physical activity, sedentary behavior and sleep for children under 5 years of age. Preuzeto 03.09.2024. sa <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536>.