

*Dragan Kinkela*  
*Veno Donlić*  
*Viktor Moretti*

## **STANJE I PERSPEKTIVA RAZVOJA NASTAVE TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE NA FAKULTETIMA SVEUČILIŠTA U RIJECI**

### **1. UVOD**

Uloga nastave tjelesne i zdravstvene kulture u sadašnjim uvjetima, kad čovjek iz dana u dan olakšava svoje življenje smanjenjem kretanja, dobiva sve veći značaj. Kod većine studenata to je jedini oblik organizirane tjelesne aktivnosti (Kinkela, Donlić, Moretti 2008.). To je ujedno posljednja etapa sustavnog tjelesnog vježbanja u obrazovanju, s ciljem da ostane trajna svakodnevna potreba studenata nakon obveznog pohađanja. Uzimajući u obzir da je u razvijenim zemljama postotak tjelesno aktivne populacije daleko veći nego u Hrvatskoj (WHO), nastava tjelesne zdravstvene kulture nameće se kao trenutno najefikasniji način masovnog organiziranog tjelesnog vježbanja. Redovitim tjelesnom aktivnošću postiže se dobrobit na fiziološkom i psihološkom planu (Cox 2005.). Tjelesno vježbanje djeluje i na povišenje razine pozitivnih psihosocijalnih karakteristika smanjenjem pojava ovisnosti kao i intenzitet neuroza i depresija (Heimer 1979.), koji su često posljedica nekvalitetnog načina života. Stoga je organizirano tjelesno vježbanje mladih jedan od važnijih i gotove nezamjenjivih čimbenika u podizanju kvalitete zdravog načina življenja, što podrazumijeva da nastava tjelesne i zdravstvene kulture u današnjim uvjetima života ima poseban značaj i ne bi trebalo dolaziti u pitanje njezino postojanje.

### **2. CILJ**

Cilj ovog rada je ukazati na problem koji je povezan s potrebom redovitog tjelesnog vježbanja u suvremenim uvjetima života te poteškoće koje se nalaze na putu realizacije nastave tjelesne i zdravstvene kulture na Sveučilištu u Rijeci. Također se želi potaknuti pitanje perspektive nastave TZK-e, te pronaći programske modele kojima će se u budućnosti postići uključivanje što većeg broja studenata u aktivno i redovito tjelesno vježbanje.

### **3. PROBLEMATIKA**

Na Sveučilištu u Rijeci od ukupnog broja upisanih studenata još uvijek je nedovoljno studenata obuhvaćenih nastavom TZK-e, što je povezano s nizom čimbenika.

Najčešći problemi prilikom realizacije nastave tjelesne i zdravstvene kulture te izvannastavnih sportskih aktivnosti na Sveučilištu u Rijeci vezani su uz: materijalne uvjete, sportske objekte, nedovoljno razvijene navike redovitog tjelesnog vježbanja studenata, svijest o potrebi primjene tjelesne aktivnosti u današnjim uvjetima života, te broj nastavnika kineziologa.

Problem koji u kontinuitetu prati izvođenje tjelesne i zdravstvene kulture, a evidentno predstavlja generator posljedica, je nedostatak sportske infrastrukture koja se u odnosu na porasta broja studenata i fakulteta akumulirao u kritični problem.

#### **Materijalni uvjeti**

Financijska sredstva s kojima fakulteti raspolažu često nisu dostatna za realizaciju kvalitetne nastave tjelesne i zdravstvene kulture, pa su ponekad studenti zakinuti aktivnostima za koje su iskazali interes, a ponekad je rad moguće realizirati isključivo uz participaciju studenata.

#### **Sportski objekti**

Sportski objekti su vlasništvo Grada Rijeke predati na upravljanje klubovima, te osnovnih i srednjih škola (ukoliko ima raspoloživih termina) koji formiranjem cijena često nisu dostupni svim fakultetima. Kako samo jedan fakultet na Sveučilištu ima svoju sportsku dvoranu (Pomorski fakultet), svi ostali prisiljeni su realizirati nastavu tjelesne i zdravstvene kulture u iznajmljenim objektima. Problem predstavlja i dislociranost sportskih objekata u odnosu na postojeće lokacije fakulteta, pa bilo koji oblik neobvezne nastave u trenutnim uvjetima na obuhvaća niti potiče studente. Odobreni termini koji su na raspolaganju za realizaciju nastave TZK-e često se ne mogu birati, već se podudaraju sa satnicama drugih predmeta pojedinih fakulteta. Potrebe za ostvarivanje programa realno su veće od mogućnosti, pa se ne mogu sve aktivnosti realizirati u skladu s očekivanim standardom..

#### **Navike redovitog tjelesnog vježbanja studenata**

Veliki broj studenata nema razvijene navike redovitog tjelesnog vježbanja pa nastavu tjelesne i zdravstvene kulture doživljavaju kao dodatno opterećenje. Problem se nazire u prethodnim sustavima obrazovanja, od osnovne do srednje škole gdje broj sati nije dovoljan da bi utjecao na razvijanje trajnih navika kao potreba. Individualni

pristup učenicima s zdravstvenim poteškoćama u spomenutim razinama obrazovanja, nije na razini stvaranja navika obavljanja prilagođenih aktivnosti, već se stvaraju navike potpunog oslobađanja od nastave TZK-e kako u pojedinim dijelovima školske godine tako i na duža vremenska razdoblja.

### **Svijest o potrebi primjene tjelesnih aktivnosti u današnjim uvjetima života**

Posljedice nekvalitetnog “sjedećeg” načina života koje su zahvatile društvo u cjelini nisu zaobišle niti studente. Njihova razmišljanja često se kao i kod većine starije populacije svodi na zadovoljavanje emocija i želja koje su često u suprotnosti s čovjekovom prirodnim potrebama za kretanjem. Svijest o navici redovitog tjelesnog vježbanja nije na potrebitoj razini, što se često pripisuje nedostatku vremena, odnosno stjecanju intelektualnih znanja kao primarnim zadatkom kod velikog broja studenata. Na taj način najviše ispašta organizam pojedinaca koji je nedovoljno tjelesno aktivan.

### **Nastavnici kineziolozi**

Nedovoljan broj nastavnika kineziologa na Sveučilištu ne omogućava kvalitetno izvođenje nastave tjelesne i zdravstvene kulture i izvannastavnih sportskih aktivnosti. Otvaranjem radnih mjesta s ciljem zapošljavanja optimalnog broja nastavnika kineziologa omogućio bi se rad u manjim skupinama te veći izbor aktivnosti od strane studenata, a posljedice nedostataka sportskih objekata bi se ublažile.

## **4. AKTUALNA SITUACIJA IZVOĐENJA NASTAVE TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE**

Svi studijski programi na fakultetima Sveučilišta u Rijeci usklađeni su prema bolonjskom procesu u koji je uključeno 45 europskih zemalja. Sustav ECTS primjenjuje se kao obvezni dio studijskih programa od akademske godine 2005./06. Tjelesna i zdravstvena kultura kao obvezni predmet na I. i II. godini studija zadržala je taj status uz jedan ECTS bod po semestru, ali samo na četiri fakulteta. Na preostalih šest fakulteta tjelesna i zdravstvena kultura je, nažalost, zastupljena samo na I. studijskoj godini gdje ECTS kredit na Ekonomskom fakultetu iznosi tri boda, a na Pravnom fakultetu kod jednog studija za isti program ECTS kredit na I. semestru iznosi jedan bod, a na II. semestru dva boda (vidi Tablicu 1). Navedeni oblik nastave (vrsnoća sati) se uglavnom izvodi kroz vježbe s fondom od 30 sati po semestru. Ukupan broj studenata uključenih u nastavu TZK-e na I. i II. godini iznosi 4 891 što u prosjeku na jednog kineziologa otpada 498 studenata. U Tablici br. 2 je vidljiv hipotetski odnos broja studenata uključenih u nastavu s tjednom normom nastavnika

i broja uposlenih nastavnika kineziologa. Poštujući zakonske norme broja studenata u skupini i tjedno opterećenje nastavnika dolazimo do zaključka da nedostaje još deset nastavnika (Tablica br. 2). To i dalje ne odgovara realnim potrebama, jer se nastava TZK-a na II. godini ne odvija na svim fakultetima. Ako usporedimo obuhvaćeni broj studenata u nastavi TZK na I. i II. godini, očito je da se na II. godini broj umanjuje za 2 663 studenata što je 70% manje u odnosu na I. godinu. Kad bi nastava TZK-a na II. godini bila 100% zastupljena nedostajalo bi još cca pet nastavnika kineziologa.

**Tablica 1.** /Broj studenata upisanih u ak. 2007./2008. god. (izvor podataka: Visoka učilišta, preuzeto od Rektorata Sveučilišta u Rijeci)

Redoviti studij	1. godina studija	2. godina studija	1.+2.god. studija	Zaposlenih kineziologa	Broj ECTS
Akademija primijenjenih umjetnosti	69	62	131	1 vanjski	1
Ekonomski fakultet	1119	0	1119	1	3
Fakultet za turistički i hotelski menadžment	1047	0	1047	1	1
Filozofski fakultet	514	304	818	2 +1 vanjski	1
Građevinski fakultet	308	0	308	1	1
Medicinski fakultet	488	308	796	1	1
Pomorski fakultet	496	248	744	2	1
Pravni fakultet	609	0	609	1 vanjski	1 (2)
Tehnički fakultet	545	0	545	1	1
Učiteljski fakultet	182	192	374	1 +1 vanjski	1
Ukupno (nisu sve st. skupine obuhvaćene)	5377		9188	<b>10</b>	
Obuhvaćen broj studenata u TZK -30%	<b>3777</b>	<b>1114</b>	<b>4891</b>		

Napomena: Podaci u Tablici obuhvaćaju studente koji su upisani u dodiplomske – "stare" studije, stručne studije, preddiplomske studije.

S obzirom na to da se na većini fakulteta ne provodi nastava TZK-e na drugoj studijskoj godini, te da od postojećeg broja upisanih studenata na prvoj studijskoj godini oko 30% istih nije uključeno u nastavu zbog odrađenog kolegija na drugim fakultetima, studenata koji odmah na početku odustanu od studija itd., od ukupnog broja upisanih studenata u prve dvije studijske godine u nastavu TZK-e uključeno je nešto više od 50% studenata. Ukupno je na Sveučilištu u ak 2007./08. godini upisano 17 306 studenata od čega 12 443 studenata redovitog studija.

**Tablica 2.** /Hipotetski odnos broja studenata, tjedne norme i zaposlenika-kineziologa

Studenti 1. god.	Studenti 2. god.	Studenti 1.+2. god.	Broj kinez.	Br. studenata po kineziologu	Broj studenata u skupini (15 skupina)	Tjedno sati po kineziologu
<b>3777</b>	<b>1114</b>	<b>4891</b>	<b>10</b>	<b>489</b>	<b>33</b>	<b>15</b>
Normativi:						X 2 sata = 30
broj studenata u skupini = maks. 40						15 sati više
tjedno opterećenje nastavnika = 15 sati						

Nastava tjelesne i zdravstvene kulture na većini fakulteta pri Sveučilištu u Rijeci izvodi se prema principu ponuđenih sportskih aktivnosti i slobodnog odabira studenata. Aktivnosti koje se programskim sadržajima nude studentima ovise o materijalnim i prostornim mogućnostima pojedinog fakulteta, te interesima studenata (Kinkela 2002.), (Đonlić 2003.). Najčešće su na raspolaganju sljedeće sportsko rekreativni sadržaji:

- Fitness
- Aerobic
- mali nogomet
- košarka
- odbojka
- atletika
- plivanje
- planinarenje
- veslanje
- jedrenje
- skijanje
- joga

Na pojedinim fakultetima provodi se praksa izvođenja nadoknade nastave za studente koji nisu odradili redovne obveze, a realizira se na završetku semestra. Kako mnogi studenti nisu realizirali nastavu TZK-e iz nepoznatih razloga, to predstavlja dodatno opterećenje kineziologa koje nije pokriveno nikakvim naknadama. Dodatni rizik predstavlja i odgovornost za nastavnika ukoliko dođe do nepredviđenih zdravstvenih posljedica. Predmet TZK-e izjednačen je s ostalim predmetima dodjeljivanjem ECTS boda, što znači da treba imat i iste kriterije, a to navodi da se u praksi ne bi smjele izvoditi nadoknade nastave TZK-e, ukoliko je predviđen fond sati realiziran u semestru.

## **5. PERSPEKTIVA NASTAVE TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE NA SVEUČILIŠTU**

Nastava tjelesne i zdravstvene kulture i u budućnosti će se odvijati uz postojeće probleme sve dok Sveučilište ne izgradi dovoljan broj vlastitih sportskih objekata, ili ne osigura osnovne pretpostavke za izvođenje nastave tjelesne i zdravstvene kulture. Izgradnjom sveučilišnog Campusu (bivša vojarna na Trsatu) čija je prva faza u izgradnji, a biti će useljiva krajem 2008. godine, planirana je izgradnja zatvorenih

i otvorenih sportskih objekata. Izgradnja sportske infrastrukture u krugu Campusa planirana je kao posljednja etapa, a to znači nositi se sa navedenim problemima do daljnjeg.

Međutim, perspektive uključivanja studenata u proces cjeloživotnog tjelesnog vježbanja kroz nastavu TZK-e otvaraju se u ponuđenim nastavnim izbornim programima, kroz studentski sport, ali i koncentracijom raspoložive kineziološke struke na razini Sveučilišta koja bi preuzela, kadrovski racionalizirala i unaprijedila pristup organiziranja i izvođenja nastave TZK-e.

## 6. ZAKLJUČAK

Realizacija nastave tjelesne i zdravstvene kulture na Sveučilištu u Rijeci suočena je s problemima koji su povezani s nedovoljnim brojem sportskih objekata u gradu Rijeci, te materijalnim uvjetima koji omogućavaju iznajmljivanje postojećih objekata i zapošljavanje većeg broja nastavnika kineziologa, te navike studenata vezane uz redovito bavljenje tjelesnim vježbanjem. Uvođenjem bolonjskog procesa nastava tjelesne i zdravstvene kulture izjednačena je s drugim predmetima dodjeljivanjem ECTS bodova, no s druge strane na većini fakulteta se ne provodi na drugoj studijskoj godini čime je izgubila prethodni autoritet i snagu obveznog predmeta na prve dvije godine za sve studente.

Struku na razini sveučilišne Udruge kineziologa, ali i svakog nastavnika kineziologa osobno, obvezuje štititi i zastupati sportski, rekreativni i zdravstveni standard studenata, pa je prijeko potrebno nadoknaditi izgubljeno uvrštavanjem različitih kinezioloških sadržaja kroz izborne programe (npr. sportske igre), te jačanjem sustava studentskog sporta.

Izgradnjom Campusa Sveučilišta u Rijeci s potrebitom infrastrukturom, perspektive razvoja tjelesne i zdravstvene kulture poprimaju nove dimenzije koje će neposredno kvalitativno i kvantitativno utjecati i poboljšati standard sportskih sadržaja u skladu sa suvremenim potrebama zdravog življenja što će se odraziti na kvalitetnije programe koji će pokrivati nastavu tjelesne i zdravstvene kulture i studentski sport.

## 7. LITERATURA

1. Andrijašević, M., Jurakić, D. (2007.) Sportska rekreacija – čimbenik razvoja kvalitetnog života, Zbornik radova VII Konferencije o športu RZ Alpe-Jadran, Opatija.
2. Đonlić, V. (2003.) Mišljenje studenata predškolskog odgoja na Visokoj učiteljskoj školi u Rijeci o kvaliteti i sadržajima izvođenja nastave tjelesne i zdravstvene kulture

3. Findak, V., Metikoš, D., Mraković, M. (1999.) Civilizacijski trendovi i biotički opstanak čovjeka, Napredak, Zagreb, Vol. 135, br. 4.
4. Kinkela, D.: (2002.) Analiza interesa i stavova studenata prema nastavi tjelesne i zdravstvene kulture na Visokoj učiteljskoj školi u Rijeci, ERS br. 26, Rijeka.
5. Kinkela, D., Đonlić, V., Moretti, V.: (2008.) Cjeloživotno tjelesno vježbanje za održivi razvoj, Knjiga Cjeloživotno učenje za održivi razvoj. Rijeka: Sveučilište u Rijeci, Učiteljski fakultet, Rijeka.
6. Heimer, S. (2003.) Promicanje zdravstveno-preventivne tjelesne aktivnosti u Republici Hrvatskoj. Sport za sve, Glasnik Hrvatskog saveza sportske rekreacije 35; 3-4
7. Cox, R. (2005.) Psihologija sporta: koncepti primjene. Jastrebarsko: Naklada Slap.
8. <http://www.who.int/en>