

*Dragan Kinkela*  
*Željana Marić*

## **NEOPRAVDANO ZANEMARENI NEKI ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI**

### **1. UVOD**

Oblici organiziranja kinezioloških aktivnosti u predškolskim ustanovama raznolike su naravi po složenosti i trajanju, ali ih najčešće u praksi prepoznajemo i definiramo kao jutarnja tjelovježba, elementarna igra, sat tjelesnog vježbanja itd. Ti uobičajeni ili najčešće primijenjeni organizacijski oblici rada ipak ne zadovoljavaju prema opsegu sve djetetove potrebe u tjelesnom razvoju te ih valja nadopunjavati novim sadržajno interesantnim i provodljivim organizacijskim oblicima rada. Tako u praksi programski planiramo i uvodimo druge sadržajno korisne oblike rada kojima možemo vrlo uspješno i neposredno kompenzirati, danas sve više, uočene posljedice nedovoljnog kretanja i na taj način odgovorno doprinijeti održivom zdravom rastu i razvoju djeteta.

### **2. PROBLEM**

Početak devedesetih godina (20 st) već su uočene promjene koje su posredno, a danas neposredno, ostavile traga i utjecale na nove prilagodbe u predškolskim ustanovama. Naime, radni ritam roditelja (početak radnog vremena od cca 7:00 do 8:00 sati), veliki broj nezaposlenih (nisu vezani uz rano ustajanje) poprilično je utjecao na vrijeme dolaska djece u vrtiće što se odrazilo na planirani slijed rada po skupinama i naravno dnevni program rada u vrtiću.

Broj djece, odnosno okupljanje djece do punog broja u skupini, svakako utječe na planirani početak rada stoga ne možemo zanemariti činjenicu da sam odgojno obrazovni proces rada u skupini uglavnom započinje doručkom ili nakon doručka što vremenski znači u 8:30 sati, a rijetko i kasnije dok je taj isti proces ranije započinjao od cca 7:00 do 7:30 sati.

I tu se pojavljuje neopravdano zanemarivanje i svrhovitost jednog organizacijskog oblika rada, a to je „jutarnja tjelovježba“, koja se programski izvodila gotovo svakodnevno prije doručka jer se interval dolaska i okupljanja skupine do punog broja odvijao puno ranije. Izvođenje jutarnje tjelovježbe u krnjem broju skupine, a često puta do 2/3 umanjenom broju, ostavilo je demotivacijski negativnog traga za takav oblik rada na djecu i na odgajatelje pa tako u nekim vrtićima se gotovo više ni ne izvodi.

### 3. ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA

Organizacijski oblici rada u kineziološkim programima dječjeg vrtića promatrajući generalno jesu brojni i upravo kroz taj aspekt pruža se mogućnost kvalitetnog rada i u onim predškolskim ustanovama gdje ne postoje klasični uvjeti kao što su dvorana, igralište, dvorište i sl. Uspješno provođenje planiranih kinezioloških aktivnosti neće ovisiti samo o prostornim uvjetima već o kontinuiranom broju aktivnosti kroz tjedan, odnosno kroz cijelu pedagošku godinu, i konačno o osposobljenosti odgajatelja, njegovom afinitetu, permanentnom usavršavanju i željom da obogati bilo koji organizacijski oblik rada novim ciljanim interesantnim sadržajima.

Svi citirani autori imaju isto ili vrlo slično klasificirane organizacijske oblike rada za djecu predškolske dobi. Jutarnje vježbanje je zastupljeno i prisutno u sve tri tablice. Međutim, jutarnja tjelovježba se ipak sve rjeđe ili nikada ne izvodi.

Tablica 1. Organizirani oblici rada za djecu predškolske dobi (Ivanković, 1988)

<b>Organizirani oblici rada:</b>
Pokretna igra
Boravak na zraku (-zimi, -ljeti)
Male tjelesne aktivnosti
Sat tjelesnog vježbanja (- uobičajeni sat, - na temu, - s posebnim zadacima, - u šumi)
Priča o pokretima
Jutarnje tjelesno vježbanje
Zračne kupke
Šetnja

Tablica 2. Plan i program tjelesne i zdravstvene kulture za djecu od tri do šest godina (Findak, 1995)

Programi	Organizacijski oblici rada za mladu, srednju i stariju dobnu skupinu	Plan aktivnosti i dobne skupine											
		svakodnevno			prema potrebi			povremeno			prema izboru		
		ml.	sr.	st.	ml.	sr.	st.	ml.	sr.	st.	ml.	sr.	st.
Osnovni program	Sat tjelesne i zdravstvene kulture	X	X	X									
	Mikropredah	X	X	X									
	Makropredah				X	X	X						
	Šetnje	X	X	X									
	Izleti							X	X	X			
	Priredbe							X	X	X			
	Jutarnje tjelesno vježbanje	X	X	X									
Diferencirani program	Zimovanje										X	X	X
	Ljetovanje										X	X	X

Tablica 3. Tjelovježbene aktivnosti djece predškolske dobi (Neljak, 2009)

<b>Tjelovježbene aktivnosti djece predškolske dobi</b>	Tjelesno vježbanje: <ul style="list-style-type: none"> <li>- spontano</li> <li>- tematsko</li> <li>- jutarnje</li> <li>- „sat“ igre</li> <li>- pokretna igra</li> <li>- sat tjelesne i zdravstvene kulture</li> </ul>
	Šetnje i izleti
	Ljetovanja i zimovanja

U Dječjem vrtiću „Rijeka“ nedostatak jutarnje tjelovježbe kompenzira se provođenjem sportskog programa koji je integriran u redoviti program odgojno-obrazovnog rada Ustanove. Program se provodi u jutarnjim satima, a provodi ga kineziolog u suradnji s odgajateljem.

Od 2003. godine Dječji Vrtić „Rijeka“ zaposlio je jednog kineziologa kao voditelja programa kinezioloških aktivnosti. Kako je iz godine u godinu rastao interes roditelja za navedeni program oformile su se nove skupine u vrtićima na različitim lokacijama grada Rijeke te su se zaposlila još dva kineziologa koji osim rada u sportskom programu vrtića sudjeluju kao ravnopravni partneri odgajatelja i stručnog tima (održavaju seminare, radionice, organiziraju instruktazu za odgajatelje koji nisu u sportskom programu vezanu uz različite sportske manifestacije, ostvaruju suradnju s roditeljima, konzultacije s odgajateljima pripravnicima i studentima Učiteljskog fakulteta...).

Program kinezioloških aktivnosti u dječjem vrtiću realiziran je kroz raznovrsne organizacijske oblike rada koji se s djecom predškolskog uzrasta mogu primijeniti, a koji su primjereni uzrastu i sposobnostima djece.

Tablica 4. Organizacijski oblici rada u DV Rijeka u okviru programa „Igram do sporta“ (Pejčić, 2003)

<b>ORGANIZACIJSKI OBLICI RADA</b>	<b>VRIJEME PROVOĐENJA</b>
Usmjerena tjelesna aktivnost (sat tjelesne i zdravstvene kulture)	4x tjedno tijekom 10 mjeseci
PLIVANJE (obuka neplivača i škola plivanja)	10 sati godišnje
Izleti	2x godišnje
Posjete sportskim klubovima	2x godišnje
Susreti s poznatim sportašima	3x godišnje
Prezentacije rada	5 dana
Natjecanja (po izboru)	4x godišnje
Zimovanja (po izboru)	2x godišnje
Javni nastupi (po izboru)	po potrebi

Većina organizacijskih oblika rada u predškolskom uzrastu zastupljena je u okviru sportskog programa dok druge oblike provode sami odgajatelji u svojim skupinama (šetnje, priredbe, mikropauze,...).

Kroz pokušaj da se anketom dobije povratna informacija o provedbi planiranih kinezioloških aktivnosti u bilo kojem organizacijskom obliku rada nije bilo moguće dobiti pouzdane i točne podatke koji odgovaraju stvarnom stanju. Neslužbenom provjerom u pet vrtića koji broje ukupno 27 skupina (djeca dobi od tri godine pa do polaska u školu) što je približno 800 djece može se zaključiti da je 12 skupina ili 281 dijete uključeno u integrirani sportski program koji se odvija u dvorani 4 x tjedno po 45 minuta. Preostala djeca koja nisu obuhvaćena sportskim programom, a to se odnosi na njih 640, imaju u šest skupina (cca 138 djece) redoviti sat tjelesnog vježbanja, ili neki jednostavniji organizacijski oblik rada, 2 do 3 x tjedno dok preostali slične aktivnosti izvode jednom tjedno ili u dva tjedna što je naravno nedovoljno.

#### 4. JUTARNJA TJELOVJEŽBA

Gotovo svi autori pridaju posebnu važnost jutarnjem tjelesnom vježbanju i njegovim efektima koji se osim utjecaja na funkcionalne sposobnosti posebno odnose na vedro raspoloženje što konsolidira dječju skupinu i čini uspješniju bilo koju aktivnost kojoj prethodi.

Bez obzira što je vrijeme trajanja tog organizacijskog oblika rada relativno kratko jer se odvija u vremenu od 4 do 6 minuta za srednju dobnu skupinu, odnosno 5-6 minuta za stariju dobnu skupinu (Ivanković, 1988) njegovi efekti su nezamjenjivi, a posebice ukoliko se ista aktivnost odvija na otvorenom.

Neposredne koristi jutarnje tjelovježbe izražajno se manifestiraju kroz:

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

Niz značajnih prednosti jutarnje tjelovježbe, a negativnih učinaka jednostavno nema, treba kod onih predškolskih skupina, gdje je kasnijim dolaskom djece u vrtić zanemaren ovaj organizacijski oblik rada, ponovno naći svoje mjesto u svakodnevnom vježbanju jer ga smatramo nezamjenjivim i nenadoknadivim. Naravno na odgajateljima je odgovornost da takav organizacijski oblik rada bude uz malo mašte i raznolikosti važan događaj dana kojeg se ne smije preskočiti. Bitno je putem radionica i seminara iznova naglašavati i apelirati na potrebu i korisnost tjelesnog vježbanja kroz različite organizacijske oblike rada, a vrijednostima jutarnje tjelovježbe vratiti značajno mjesto svakodnevne aktivnosti.

## 5. ZAKLJUČAK

U prikazima organizacijskih oblika rada većine autora (Ivanković, Findak, Neljak) u Dječjem vrtiću „Rijeka“ donekle je zastupljena većina navedenih organizacijskih oblika rada, međutim jutarnje tjelesno vježbanje izgubilo se iz planiranja i realizacije.

Uvođenjem integriranog sportskog programa u Dječji Vrtić „Rijeka“ i zapošljavanjem troje kineziologa zaduženih za realizaciju istog, visoko je podignut standard tjelesnog vježbanja i načina zdravog života kod onih skupina gdje se on provodi, a stvaranjem novih uvjeta za integrirane sportske programe svakako će se povećati broj djece uključenih u razne kineziološke programe.

Djeca koja su obuhvaćena sportskim programom ili su uključena u programe sportskih igraonica postižu bolje rezultate od one koja ne sudjeluju u tjelesnim aktivnostima u sklopu vrtića (bilteni olimpijskih festivali dječjih vrtića grada rijeke) te se statistički značajno razlikuju u prostoru motoričkih, funkcionalnih i morfoloških obilježja (Trajkovski, 2011).

Često se odgajatelji pozivaju na materijalne uvjete, od kojih je najčešći nedostatak dvorane za vježbanje. Međutim, ukoliko materijalni uvjeti ne dozvoljavaju realizaciju složenijih organizacijskih oblika rada treba znati i vjerovati da se u prostoru hodnika, predsoblja, sobe ili terase može isplanirati dobra tjelovježbena aktivnost. Kompleks opće pripremnih vježbi i jedna ili dvije elementarne igre djeci će zadovoljiti potrebu za igrom i kretanjem, a odgajatelju će biti lakše uvesti ih u odgojno-obrazovni rad koji će slijediti.

Ne smije se zaboraviti da djetetov potencijal sposobnosti treba razvijati i održavati kroz različite organizacijske oblike rada i voditi brigu o uravnoteženosti potrebe za kretanjem.

## 6. LITERATURA

1. Findak, V. (1995) Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. Zagreb: Školska knjiga.
2. Ivanković, A. (1988) Tjelesni odgoj djece predškolske dobi. Zagreb: Školska knjiga.
3. Neljak, B. (2009) Kineziološka metodika u predškolskom odgoju. Zagreb: Kineziološki fakultet.
4. Pejčić, A. (2003) Organizacijski oblici rada u DV Rijeka u okviru programa „Igram do sporta“
5. Trajkovski, B. (2011) Kinantropometrijska obilježja djece predškolske dobi i njihova povezanost s razinom tjelesne aktivnosti roditelja (doktorska disertacija). Zagreb: Kineziološki fakultet.