

Katarina Tadić
Renata Grdić

IMPLEMENTACIJA SADRŽAJA COMENIUS PROJEKTA UNIVERZALNI SPORTSKI PROGRAM PRIMJENOM NOVIH TEHNOLOGIJA U PODRUČJU EDUKACIJE

Comenius projekt Healthy start for a healthier future / Zdravi početak za zdraviju budućnost

Autor i nositelj projekta: DV Iskrica, ZAGREB, Kruge 3

Zemlje partneri: Poljska, Slovačka, Italija, Rumunjska, Bugarska i Grčka

Vrijeme provedbe: 2013.-2015. god.

- stručni rad za Zbornik radova
- multimedijalna prezentacija

1. UVOD

Predškolsko doba vrijeme je kada dijete intenzivno razvija psihofizičke potencijale, ali i socijalne vještine potrebne za komunikaciju i suživot u obitelji, vrtiću, zajednici. Imajući na umu činjenicu da djeca već od rane dobi imaju svijest o sebi te izgrađuju stavove o drugima, isto čine i u odnosu na upoznavanje, tj. doživljaj interkulturalnih vrijednosti. Okvir predškolskog odgoja i obrazovanja, također osigurava odvijanje takvoga procesa.

U Nacionalnom okvirnom kurikulumu naveden je opći odgojno-obrazovni cilj i zadaci od kojih valja istaknuti: „osposobljavanje za življenje u multikulturalnom svijetu, poštovanje različitosti i snošljivosti te djelatno i odgovorno sudjelovanje u demokratskom razvoju društva“.

Pretpostavke za postizanje tog cilja su organiziranje odgojno-obrazovnog rada u skladu s općim kulturnim, civilizacijskim, europskim vrijednostima i ljudskim pravima, osposobljavanje za život u multikulturalnom svijetu, usvajanje kompetencija kao jedine mogućnosti života u njima, kako odgojitelja, tako i djece.

Kretanje, kao primarna čovjekova potreba, narušena je i ugrožena, dok je istovremeno prisutna spoznaja da zdravlje i tjelesna sposobnost čovjeka uveliko odlučuju, kako će čovjek iskoristiti svoje potencijale, sposobnosti i znanja u svakodnevnom životu.

Igra i sport sastavni su dio života ljudi bez obzira na dob, geografsku i svaku drugu pripadnost, ali je najuočljivija u populaciji djece i mladih. Sport je ljudskoj prirodi „prirodna“ aktivnost, budi jak interes i ima snažnu privlačnost. To je velik odgojni potencijal i odgojna snaga. On omogućuje razvoj i promicanje autentičnih ljudskih vrijednosti, odgoj za život i zajedništvo u različitosti, čuva od egoističnog zatvaranja i osposobljava za život, osobnog i cjelovitog, stvaranja i napredovanja u multikulturalnom svijetu.

2. IMPLEMENTACIJA SADRŽAJA COMENIUS PROJEKTA U UNIVERZALNI SPORTSKI PROGRAM PRIMJENOM NOVIH TEHNOLOGIJA U PODRUČJU EDUKACIJE

Redovito bavljenje tjelesnom aktivnošću osigura osnovu za pravilan rast i razvoj (Findak, 1999; Mišigoj-Duraković i Medved, 1999; Twisk, 2001). Brojna temeljna, klinička i epidemiološka istraživanja jasno podržavaju važnost redovitog tjelesnog vježbanja u prevenciji kroničnih bolesti, poboljšanju općeg zdravlja djece i odraslih (Beets i sur., 2009).

Potreba za sistematskim i kvalitetnim provođenjem tjelesne i zdravstvene kulture od najranijih dana, potječe od činjenice da su u suvremenim uvjetima života i rada ugrožene funkcije i sposobnosti organizma. Jedna od funkcija očituje se u smanjenoj potrošnji energije u organizmu, koja je potrebna da se postigne i održi poželjna tjelesna težina, ovisno o spolu, tjelesnoj aktivnosti, kao i o klimatskim uvjetima.

Na dob, spol i klimatske uvjete ne možemo utjecati, dok na tjelesnu i zdravstvenu kulturu možemo uvelike utjecati tjelesnom aktivnošću, pravilnom prehranom i zdravim načinom života. Sportska rekreacija ima pozitivan utjecaj na zdravlje pojedinca, odgoj i obrazovanje, kvalitetno provođenje slobodnog vremena, kvalitetu međuljudskih odnosa, te pozitivan stav prema životu i radu.

Uključenost odgajatelja skupine „Bubamara“ u dvogodišnji europski Comenius projekt pod nazivom „*Healthy start for a healthier future*“, „*Zdravi početak za zdraviju budućnost*“ ostvarena je implementacija sadržaja Comenius projekta u sadržaje Univerzalnog sportskog programa čiji je cilj pokretanje zdravih navika sportskim aktivnostima.

U Projekt uključene su zemlje partneri: Hrvatska, Poljska, Rumunjska, Italija, Turska, Bugarska, Grčka.

Cilj Comenius projekta:

- Usvajanje zdravih navika u najranijoj dobi kao temelj zdravog načina života u budućnosti

Zadaće projekta:

- Poticanje razvoja svijesti o značenju prehrane, tjelesne aktivnosti, brizi o okolišu, smanjivanju stresa i poticanju pozitivnih emocionalnih stanja
- Poticanje razvoja zdravih navika u institucionalnom kontekstu
- Poticanje razvoja socijalnih i komunikacijskih vještina kroz interakciju i komunikaciju s partnerskim vrtićima/školama

Teme integriranog Projekta odnosile su se na:

1. univerzalnost stjecanja znanja o pravilnoj prehrani, zdravom načinu života
2. funkcioniranje organizma čovjeka, poglavito o unosu energije i prijenosu
3. kineziološka znanja o funkciji i načinu vježbanja pri regulaciji težine

Primjena novih tehnologija u području edukacije:

1. antropometrijska mjerenja – BMI/WHO child growth standards, WHO reference 2007. (61 months to 19 years) – ANTHRO+ program
2. primjena kinezioloških znanja o funkciji i načinu vježbanja pri regulaciji težine – korisnicima Univerzalnog sportskog programa izmjerena je tjelesna masa prije početka programa (X1) i izmjerit će se po završetku provođenja programa (X2) te će se za svakog ispitanika izračunati razlika između inicijalnog i finalnog stanja tjelesne mase (d). Izračunat će se sljedeći deskriptivni parametri:
 - a. aritmetička sredina (X)
 - b. standardna devijacija (S)
 - c. minimum(min)
 - d. maksimum(max)
 - e. korelacija varijabli inicijalnog i finalnog stanja ($r_{x1,x2}$)
 - f. korelacija varijabli inicijalnog stanja i promjene stanja ($r_{x1,x2}$)

Redni broj	ATT / kg /	ATV / cm /	MKHN / s. /	MRJK /max.30'/	MSSD / cm /	MTB /10'/
izvrsno	11	12	7	3	3	2
iznad prosječno	4	2	4	7	5	7
prosječno	1	2	3	6	4	2
ispod prosječno	1	1	0	1	1	0
loše	0	0	0	0	0	0
minimum	14	82	12,89	00,93	55	7
maksimum	24,4	118	39,61	08,49	98	17
srednja vrijednost	19,2	100	26,25	04,71	76,5	12
aritmetička sredina	19,72	107	15,31	03,30	78,82	11,31

Inicijalno stanje – rujan 2014. skupina Bubamara, djeca u petoj godini života

3. centar zdravlja – pravilna prehrana, znanja o unosu energije i prijenosu
4. primjena kinezioloških znanja o funkciji i načinu vježbanja pri regulaciji težine korisnicima (*primjer u prilogu*)
5. organiziranje sportskih događanja
6. prezentaciju na temu '*Sport is health, health is wealth*' u suradnji s ekspertima ovih područja
7. poster o tjelesnom vježbanju u vrtiću Iskrica
8. prezentacija sportova i druženju sa sportašima profesionalcima i amaterima
9. Blog Comenius projekta (<http://healthystartforahealthierfuture.blogspot.com>) je medij/prostor za postavljanje prezentacija svih aktivnosti partnerskih zemalja; obavezno egzistira cijelo vrijeme trajanja projekta, otvoren za sve sudionike i 'pratitelje'
10. *Skype* komunikacija – komuniciranje djece iz različitih zemalja s ciljem upoznavanja, trenutne razmjene zanimljivosti i aktivnosti direktno- iz vrtića u vrtić
11. „*GLOBAL WORKOUT*“ završna aktivnost: vježbanje uz glazbu koje se odvija u isto vrijeme u svim partnerskim zemljama; cilj je uključivanje što većeg broja sudionika (djeca, djelatnici ustanove, roditelji, svi zainteresirani iz bližeg okruženja);
12. Ista glazba s različitim sklopovima vježbi koje partneri samostalno kreiraju.
13. Dan 13. svibnja postaje trajno 'Comenius dan' koji posvećujemo sjećanju na

projekt tj. druženje i učenje kroz njega te se tradicionalno i trajno posvećujemo globalnom vježbanju/sportu

14. ‘Spot Global Workout’ – montažom se stvara jedinstveni materijal/spot koji uključuje segmente snimljenih materijala svih zemalja
15. *European Shared Treasure* – internetska stranica Europske komisije u koju se, po završetku projekta, *online*, unose sve aktivnosti, detalji, rezultati, produkti i postignuća svake pojedine partnerske zemlje (radni jezik Projekta je engleski jezik);
16. Unešene informacije dobivaju nazivnik „*Europske vrijednosti*“ jer su, svojom dostupnošću, izvor „primjera dobre prakse“ za sustručnjake diljem Europe

(Autori Comenius projekta: Renata Grdić, dipl. def., ravnatelj, Sanja L. Chambers Horvat, odgojitelj, glavni koordinator Comenius tima, Dijana Mamula, odgojitelj, voditelj hrvatskog tima, Marina Kubinčan Gruičić, odgojitelj mentor, Helena Topolovec, odgojitelj)

3. VREDNOVANJE POSTIGNUĆA

„Participacija u sportu općenito počinje zbog nepatvorenog interesa za aktivnost po sebi, zbog igre, uživanja i zadovoljstva,“ (McAuley i Tammen, 1989). Univerzalno načelo motiviranosti omogućava da se sport doživi kao igra, a igra predstavlja pravu prirodnu aktivnost, prepoznatljivu na različitim jezicima i prostorima. Iz takvog poimanja proizašla su vrijednosna uporišta kao načela Projekta:

- *interkulturalnost* – uvažavanje obilježja multikulturalnog društva, pojedinca, grupe
- *inkluzivnost* – mogućnost učenja jezika, kulture bez obzira na razlike
- *otvorenost* – mogućnost izrada vlastitih programa
- *fleksibilnost* – mogućnost oblikovanja programa koji će odgovarati odgojno obrazovnim potrebama i mogućnostima djece u grupi ili razrednom odjelu
- *univerzalnost* – sport = igra prirodna aktivnost prepoznatljiva na različitim/svim jezicima i prostorima svijeta

Provedba Projekta omogućila je upoznavanje i bolje razumijevanje različitosti i ljudsku međuzavisnost. Usvajane vještina i sposobnosti razumijevanja i poštovanje različitosti među ljudima, sposobnost zajedničkog djelovanja djeteta s drugima, sposobnost odgovornog ponašanja prema sebi, drugima i okruženju, etičnost, solidarnost, povjerenje i tolerancija u komunikaciji s drugima (Gajić, 2011.). Ove kompetencijske dimenzije najlakše se ostvaruju kroz kroz sadržaje sporta = igre, jer za djecu su igra i sport izraz života.

Zadaće Comenius projekta svaka zemlja-partner ostvaruje istovremeno, odabirući svoj metodički pristup, da bi se na susretima/mobilnostima prezentirala postignuća (svaki susret je u drugoj zemlji; tema sporta je prezentirana u Italiji, grad Chieti).

4. LITERATURA

1. Cox, H. R. (2005). *Psihologija sporta*
2. Findak, V. (1999). Tjelesna i zdravstvena kultura u službi zdravlja djece, učenika i mladeži. U: Marjeta mišigoj-Duraković (ur.). *Tjelesno vježbanje i zdravlje*. Zagreb: Grafos.
3. Gajić, O. (2011). Interkulturalna dimenzija kurikuluma građanskog odgoja i demokratizacija. *Pedagogijska istraživanja*, 8 (2)
4. Miljak, A. (2009). *Življenje djece u vrtiću*. Zagreb: SM.
5. *Nacionalni okvirni kurikulum* (2011). Zagreb: Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta Republike Hrvatske
6. Dizdar, D. (2006). *Kvantitativne metode*. Zagreb: Grafički zavod Hrvatske d.o.o.
7. Lifelong Learning Programme - Comenius projekt 2013 – 2015 „*Healthy start for a healthier future*“