

# Komparativni prikaz provedbe kineziološke kulture u vrtićima Grada Zagreba

---

**Brdovčak, Barbara**

**Undergraduate thesis / Završni rad**

**2023**

*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:147:829001>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-02-15**

*Repository / Repozitorij:*

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



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ

Barbara Brdovčak

KOMPARATIVNI PRIKAZ PROVEDBE KINEZIOLOŠKE  
KULTURE U VRTIĆIMA GRADA ZAGREBA

Završni rad

Mentor: doc.dr.sc. Marijana Hraski

Zagreb, veljača, 2023.

## Sadržaj

Sažetak .....	1
1. Uvod.....	3
2. Prostori za održavanje kinezioloških aktivnosti.....	4
2.1 Otvoreni prostori.....	4
• Igrališta .....	4
• Otvoreni bazeni.....	5
2.2 Zatvoreni prostori.....	5
• Dvorana za kineziološku kulturu .....	5
• Zatvoreni bazeni.....	7
3. Oprema za rad u kineziološkoj kulturi.....	7
3.1 Sprave .....	7
• Strunjača .....	8
• Švedska klupa .....	8
• Švedske ljestve.....	9
• Niska greda .....	9
• Stalak za skok u vis.....	10
• Meta za gađanje .....	10
• Tunel.....	11
3.2 Rekviziti.....	11
• Lopta .....	12
• Vijača .....	13
• Obruč.....	13
• Raznobojne trake .....	14
• Uže .....	14
• Prepreke za provlačenje i preskakanje .....	15
3.3 Pomoćno-tehnička sredstva .....	15
• Sredstva za rad .....	15
• Auditivna sredstva .....	16
• Vizualna sredstva .....	16
• Audiovizualna sredstva .....	16
• Tehnička sredstva i pomagala .....	16
4. Dosadašnja istraživanja.....	17
5. Cilj i hipoteza istraživanja.....	18
6. Metodologija istraživanja.....	18

6.1 Uzorak ispitanika .....	18
6.2 Uzorak varijabli .....	18
6.3 Metode obrade podataka .....	18
7. Rezultati .....	18
8. Rasprava.....	25
9. Zaključak.....	26
10. Literatura.....	27
PRILOG .....	29

## Sažetak

Odgojitelj uz roditelja ima najveći utjecaj na dijete te je njegova zadaća kvalitetno utjecati na razvoj zdravih navika u djeteta. Temelj razvoja postavlja se u ranom djetinjstvu te je potrebno da djeca razviju pozitivan stav o tjelesnom vježbanju čime se utječe na socijalni i psihofizički segment djetetova razvoja. U ovom radu predstavlja se istraživanje kojemu je glavni cilj istražiti i utvrditi stavove odgojitelja Grada Zagreba te usporediti koliko odgojitelja provodi sate kineziološke kulture u dječjem vrtiću s obzirom na dostupne materijalne i prostorne uvjete. Istraživanje je provedeno u vrtićima Grada Zagreba te je u istraživanju sudjelovalo 30 odgojitelja. Anketni upitnik sadržavao je pitanja koja daju uvid u osnovnu statističku analizu te pitanja koja daju uvid u kvalitetu provedbe sata kineziološke kulture u vrtićima Grada Zagreba. Rezultati istraživanja pokazali su da odgojitelji, koji su sudjelovali u istraživanju, imaju potrebne materijalne i prostorne uvjete za kvalitetno provođenje sata kineziološke kulture u dječjem vrtiću. S obzirom da su odgojiteljima dostupni potrebni materijalni i prostorni uvjeti za provođenje sata kineziološke kulture u vrtiću te da odgojitelji redovno, barem jednom tjedno, provode sat kineziološke kulture može se zaključiti da se sat kineziološke kulture u vrtićima obuhvaćenim istraživanjem može kvalitetno provoditi.

**Ključne riječi:** *dječji vrtić, sat kineziološke kulture, tjelesno vježbanje, predškolski odgoj, uloga odgojitelja*

## **Comparative overview of the implementation of kinesiological culture in kindergartens of the City of Zagreb**

### **Summary**

The educator along parent has the greatest influence on the child, and his tasks is to influence the development of healthy habits of the child. The foundation of development is laid in early childhood, and it is necessary for children to develop a positive attitude about physical exercise, which affects the social and psychophysical segment of the child's development. This paper presents research whose main goal is to explore and determine the attitudes of educators in the City of Zagreb and to compare how many educators conduct kinesiology classes in kindergartens regarding to the available material and spatial conditions. The research was conducted in kindergartens in the City of Zagreb. 30 educators participated in the research. The questionnaire contained questions that give insight into the basic statistical analysis and questions that give insight into the quality of the implementation of kinesiology culture class in the kindergartens of the City of Zagreb. The results of research showed that educators, who participated in the research, have the necessary material and spatial conditions for quality implementation of the kinesiology culture lesson in kindergarten. Considering that the educators have necessary material and spatial conditions for conducting the kinesiology lesson in the kindergarten and that the educators conduct kinesiology lesson regularly, at least once a week, we can conclude that kinesiology lesson in the kindergartens included in the research can be conducted well.

**Key words:** *kindergarten, kinesiology class, physical exercise, preschool education, the role of educator*

## 1. Uvod

Jedna od glavnih djetetovih potreba jest potreba za kretanjem. Dijete tu potrebu zadovoljava aktivnom slobodnom igrom, ali i organiziranim tjelesnim vježbanjem. Tjelesno vježbanje djece od iznimne je važnosti za pravilan rast i razvoj dječjeg organizma, zdravlja, ali i njihova psihičkog i socijalnog razvoja. Temelj uspješnog cjelokupnog rasta i razvoja čovjeka postavlja se još u predškolsko doba stoga djeca trebaju razviti pozitivan stav o tjelesnom vježbanju te ljubav prema njemu.

U suvremenom, užurbanom, ali sjedilačkom načinu života roditelji imaju sve manje vremena za aktivno provođenje vremena s djecom na svježem zraku, a k tome i sve manje vremena za aktivno tjelesno vježbanje stoga odgojitelji imaju važan zadatak predstaviti tjelesno vježbanje kao nešto važno, neophodno za funkcioniranje ljudskog organizma. Newel (1990) tjelesnu aktivnost definira kao namjerno, dobrovoljno kretanje usmjereno prema postizanju identificiranog cilja. Sat kineziološke kulture u vrtićima organiziran je od strane odgojitelja. Iako se preporučuje svakodnevno provoditi sat kineziološke kulture, najčešće se provodi dva puta tjedno. S obzirom na dobnu skupinu djece razlikujemo sadržaj i trajanje sata. Tako za mlađu dobnu skupinu sat kineziološke kulture traje 25 minuta, za srednju dobnu skupinu sat kineziološke kulture traje 30 minuta dok se sat kineziološke kulture za stariju dobnu skupinu provodi u trajanju od 35 minuta. Sat kineziološke kulture sastoji se od četiri različita dijela, a to su: uvodni dio, pripremni dio, glavni dio te završni dio sata. Iako svaki dio sata ima posebne zadaće, skup svih dijelova sata čine jednu cjelinu koja utječe na cjelokupan razvoj djeteta. Uspjeh sata kineziološke kulture u velikoj mjeri ovisi o edukaciji i trudu odgojitelja koji ga provodi, ali također ovisi i o materijalnim uvjetima rada odnosno prostoru u kojem se aktivnost provodi te o dostupnoj opremi i sredstvima za provođenje kineziološke kulture. Pronaći odgovarajući stil poučavanja za određenu situaciju i uspješno ga primijeniti nije lak zadatak. (Aldort 2011). Odgovarajući stil poučavanja odgojitelja utječe na rezultat sata kineziološke kulture. Tjelesna igra može biti veselje i učinkovita terapija (Aldort 2011). U ovom radu riječ će biti o tome kako i u kojoj mjeri odgojitelji Grada Zagreba provode sat kineziološke kulture u vrtićima s obzirom na dostupne materijalne uvjete za provođenje istih.

## 2. Prostor za održavanje kinezioloških aktivnosti

Prostor za održavanje kinezioloških aktivnosti su prostor planirani, građevinski definirani i uređeni prostor namijenjeni tjelesnom vježbanju. Oni moraju biti usklađeni sa zahtjevima kineziološke aktivnosti koja se na njemu odvija te sigurni za korištenje bez obzira na uvjete okoline u kojoj se nalazi. Prostore za održavanje kinezioloških aktivnosti dijelimo na otvorene i zatvorene prostore.

### 2.1 Otvoreni prostor

U otvorene prostore ubrajaju se vanjska igrališta i otvorene bazene. Ovisno o godišnjem dobu mogu se koristiti i slobodne travnate površine, prirodna kupališta, sanjkališta i prirodna klizališta (Radišić, 2018). Prema Findaku (1995) otvoreni prostor mogu se podijeliti i prema vrsti podloge koja je najčešće zrnata, plastična, travnata i tvrda. Znatim se podlogama pokrovni sloj sastoji od zrnate mineralne smjese koja je vodonepropusna i ne sadrži umjetna veziva. Kod plastičnih podloga pokrovni sloj je izrađen od sintetičkih materijala, a travnate površine imaju pokrov od biljaka. Tvrde površine izrađene su od tvrdih materijala kao što su beton i asfalt (Findak, 1995). S obzirom na navedeno može se zaključiti da bilo koji prostor na svježem zraku možemo iskoristiti za provedbu kineziološke aktivnosti na otvorenom.

- Igrališta

Prema Stelli (1974) dobro osmišljeno i pravilno pedagoški organizirano dječje igralište uz dječji vrtić treba zadovoljiti određene normative. Prostor moraju biti ograđeni i sigurni za djecu. Trebaju sadržavati i osunčane i hladovite prostore za igru. Igralište se mora zaštititi od negativnog utjecaja ulice: buke, prašine i ispušnih plinova automobilskih motora (Stella, 1974). Na igralištu se koriste sve blagodatni godišnjih doba. Tijekom ljeta djeca mogu uživati u igri vodom, a zimi će snijeg probuditi dječju kreativnost i motivaciju za igrom.

Za igru na igralištu poželjno je iskorištavati prirodne resurse kao rekvizite pa tako drvo postaje čunj, rub staze postaje greda i slično. S obzirom na to travnatu podlogu djeca mogu iskorištavati za slobodnu igru, trčanje, hodanje i slično. Bregovit teren poslužit će djeci za penjanje i spuštanje niz padinu. Puzanje uz brijeg i kotrljanje niz brijeg djecu će zabavljati, a pritom će izvoditi tjelesno vježbanje, a da toga nisu svjesni. Kreativnost odgojitelja ovdje dolazi do izražaja, ali ukoliko je potrebno za provedbu kineziološke kulture na otvorenom mogu se iznijeti i dodatna potrebna sredstva i rekviziti koje vrtić posjeduje.





*Slika 1. Igralište dječjeg vrtića*

(<https://www.metkovic.hr/2021/12/18/završeni-radovi-na-uređenju-igralista-dječjeg-vrtića/> )

- **Otvoreni bazeni**

Tijekom ljetnih mjeseci, djeci je poželjno ponuditi igru u vodi kako bi se osvježila (Radišić, 2018). Prema Stelli (1974) kada se govori o otvorenim bazenima radi se o betonskim i montažnim bazenima. Prednost montažnih bazena jest njihovo lako rasklapanje i sklapanje po potrebi. Prostor oko bazena treba urediti na način da djeca imaju površinu za igru te vanjski bazen mora imati pokrov koji će ga štititi od nečistoća dok se ne koristi. U današnje vrijeme vanjskih bazena u sklopu dječjeg vrtića gotovo da ni nema stoga se organizira odlazak na javne bazene kako bi se nadoknadio taj nedostatak.

## 2.2 Zatvoreni prostori

U zatvorene prostore ubrajaju se dvorane za tjelesnu i zdravstvenu kulturu i druge adaptirane prostorije te zatvoreni bazeni (Radišić, 2018). Prema Radišić, zbog potrebe za kretanjem djece predškolske dobi, važno je osigurati prikladan prostor za tjelesno vježbanje i igru, posebice zimi kada je dulji boravak na otvorenom onemogućen. Tada se djeca u nedostatku prostorija za vježbanje zadržavaju u sobi dnevnog boravka u kojoj nije moguće adekvatno zadovoljiti dječju potrebu za kretanjem (Stella, 1974).

- **Dvorana za kineziološku kulturu**

Za razliku od otvorenih prostora, u dvorani djeca mogu vježbati bez obzira na vremenske prilike i neprilike. Svaki dječji vrtić trebao bi imati prostor za tjelesno vježbanje jer zbog skučenosti soba dnevnog boravka koje su pretrpane namještajem nije moguće zadovoljiti djetetovu potrebu za kretanjem i igrom. Stella (1974) funkcionalnost dvorane dijeli na nekoliko elemenata, a to su: veličina dvorane, izvedba zidova dvorane, izvedba poda dvorane, rasvjeta, grijanje, provjetravanje i zvučnost.

Zidovi dvorane trebaju biti bez opasnih izbočina koje mogu ugroziti djecu, a vrata koja vode u dvoranu moraju se otvarati prema van. Kutovi dvorane bi trebali biti blago zaobljeni, a zidovi bi trebali biti obloženi spužvastom gumom ili sličnim materijalom do 120 centimetara visine kako bi se umanjila mogućnost ozljede. Boja zidova treba biti neutralna kako ne bi ometala rad. Priključaka za struju bi trebalo biti dovoljno u dvorani ali ne smiju biti pristupačni djeci. Pod dvorane od izuzetne je važnosti. Ne bi smio biti tvrd jer tvrda podloga može oštetiti osjetljiva dječja stopala. Stoga pri izradi poda treba poštovati sljedeća pravila. Pod dvorane treba biti elastičan, pa se zbog toga podloga ne lijepi na beton već se prvo radi "slijepi pod" od drvenih blazinica, a tek nakon toga parket ili broski pod kao i razni meki podovi od gume ili pluta (Radišić,2018). Parket ili broski pod poželjno je premazati lakom kako bi se pod lakše održavao, ali i manje klizao. U gornju podlogu poda, zbog sigurnosti djece, ne smiju se ugrađivati elementi koji vire iz nje. Rasvjeta dvorane je prirodna i umjetna. Pravilnim rasporedom rasvjetnih tijela postiže se optimalna vidljivost i ujednačeno osvjetljenje po cijeloj dvorani. Iako je prirodno svjetlo najbolje za ljudske oči, njegova zastupljenost ovisi o godišnjem dobu, klimatskim uvjetima, položaju prostorije te veličini prozora i same dvorane. Prozor bi se trebali nalaziti na uzdužnim zidovima dvorane i što bliže stropu kako bi sjena koja pada bila što manja. Grijanje i provjetravanje dvorane važan je dio iskustva vježbanja u dvorani. Radijatori u dvorani trebaju biti uvučeni u zid ili prekriveni drvenom zaštitom kako se djeca ne bi ozlijedila. Temperatura u dvorani treba biti od 18°C do 22°C, mjerena 50 centimetara iznad poda dvorane (Radišić, 2018). Dvorana bi se trebala provjetravati prije i poslije sata tjelesne i zdravstvene kulture kako bi se otklonili neugodni mirisi te zrak ponovo napunio kisikom. Da bi djeca jasno čula odgojitelja važna je akustičnost dvorane na koju utječe buka koji djeca proizvode trčanjem, skakanjem i govorom. Nadalje, dvorana bi se trebala nalaziti dalje od glavnih prometnica i industrijskih objekata kako bi se buka izvana svela na minimum.



*Slika 2. Dvorana dječjeg vrtića*

(<http://www.varazdinske-toplice.hr/u-varazdinskim-toplicama-otvorena-senzomotorna-dvorana-u-djecjem-vrticu-tratincica-i-reciklazno-dvoriste/>)

- **Zatvoreni bazeni**

Bazeni u dječjem vrtiću su iznimni rijetki, no prema Stelli (1974) izgradnja bazena u vrtiću pridonosi poboljšanju zdravlja i stvaranju higijenskih navika kod djece. Također djeca uče plivati od najranije dobi. Iako su bazeni u vrtiću rijetki, poznate su mogućnosti odlaska djece na bazene (javna kupališta) kao izvan vrtićku aktivnost.

### 3. Oprema za rad u kineziološkoj kulturi

Pod pojmom oprema podrazumijeva se oprema specifična za polje kineziologije i rad s djecom predškolske dobi. Ta oprema dijeli se na sprave, rekvizite i pomoćno tehnička sredstva. Na spravama ili pomoću njih odvija se tjelesna aktivnost (Radišić, 2018). Rekviziti su manji predmeti potrebni za vježbanje, a pomoćno tehnička sredstva se uglavnom koriste radi lakše organizacije sata.

#### 3.1 Sprave

Findak (1995) sprave definira kao ugrađene ili pokretne elemente pomoću kojih ili na kojima se odvija tjelesna aktivnost. Sprave moraju biti dovoljno čvrste i primjerenih boja te ne smiju imati oštre rubove kako bi se umanjila mogućnost ozljede djece. Poželjno je da se mogu kombinirati s ostalim spravama, da omogućavaju dovoljno dinamička gibanja, da su primjerene visine i da se jednostavno postavljaju i spremaju (Radišić, 2018). Sprave trebaju biti prilagođene djeci i njihovim karakteristikama. U sprave se ubrajaju strunjače, švedske klupe, švedske ljestve, grede i slično.

- Strunjača

Strunjača je mekana podloga za vježbanje koju se može upotrijebiti samostalno ili u kombinaciji s ostalim spravama. Strunjače služe da bi se prilikom skakanja, višenja i penjanja ublažio doskok i smanjila eventualna mogućnost ozljeda prilikom pada. Gornji dio strunjače obučen je glatkim materijalom dok se na donjem dijelu strunjače nalazi protuklizni materijal.



*Slika 3. Strunjača*

(<https://www.capetansport.hr/tactic-sport-premium-gimnasticka-strunjaca-materijal-pvc-200-x-100-x-10-cm-s-ispunom-od-spuzve> )

- Švedska klupa

Švedska klupa je drvena sprava koja u radu s djecom može služiti za mnoge kineziološke aktivnosti poput vježbi povlačenja, hodanja po suženoj površini, skokovi na uzvišenje i u dubinu, kada se nasloni na švedske ljestve može se koristiti kao kosina za penjanje i spuštanje. Mogućnosti korištenja ove sprave ovisi o kreativnosti odgojitelja.



*Slika 4. Švedska klupa*

(<http://idadidacta.hr/svedska-klupa-duz-180cm-1593> )

- Švedske ljestve

Švedske ljestve su drvene ljestve pričvršćene za zid dvorane te mogu biti fiksne ili pomične odnosno samo jednim dijelom pričvršćene na zid. Za pomoćne švedske ljestve važno je predvidjeti ugradnju s utorima na podu dvorane na koje se one mogu učvrstiti (Radišić, 2018). Švedske ljestve se u vrtiću koriste na vježbe penjanja i višenja, a kao što je već napomenuto, postavljanjem švedske klupe na švedske ljestve možemo ih koristiti za vježbe penjanja po kosini.



*Slika 5. Švedske ljestve*

(<https://www.special.hr/index.php/proizvodi-special/gimnastika/svedske-ljestve/%C5%A1vedske-ljestve-detail> )

- Niska greda

Niska greda je sprava izrađena od drvene grede i najčešće metalnih nogu. Greda se može koristiti za vježbe hodanja po suženoj površini, provlačenje, ali i za sunožno preskakanje s uporom na rukama.

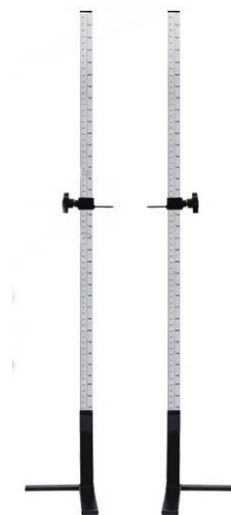


### Slika 6. Niska greda

(<https://sasomange.rs/p/115229210/niska-greda-za-gimnastiku-200cm?gallery=1> )

- Stalak za skok u vis

Stalak za skok u vis sastoji se od dva stalca sa širokim podnožjem na kojima je označena visina, nosača letvice i letvice ili užeta (Radišić, 2018). Stalci za skok u vis najčešće se koriste sa srednjom i starijom dobnom skupinom djece koja su već savladala preskakivanje preko nižih prepreka (Radišić, 2018). Stalci trebaju biti osigurani jer postoji rizik od rušenja stalaka pri zapinjanju, a asistencija odgojitelja je obavezna. Površina za doskok zaštićuje se većom i debljom strunjačom. Stalci za skok u vis pretežno se koriste za vježbe skakanja ali mogu poslužiti i za vježbe provlačenja.



### Slika 7. Stalak za skok u vis

([https://www.maraton-ldn.com/proizvodi/sportski-rekviziti-spoljasnji-i-unutrasnji/atletika/#!jig\[1\]/NG/394](https://www.maraton-ldn.com/proizvodi/sportski-rekviziti-spoljasnji-i-unutrasnji/atletika/#!jig[1]/NG/394) )

- Meta za gađanje

Mete za gađanje postoje u različitim veličinama, oblicima i bojama, a koriste se za vježbe bacanja odnosno vježbe preciznosti. Findak i Delija (2001) navode kako bacanje i gađanje utječe na razvoj mišića ruku, ramenog pojasa i trupa. Također ističu da je gađanje zahtjevnija aktivnost od bacanja jer se prilikom gađanja treba procijeniti udaljenost mete te se zbog toga aktivnosti gađanja provode sa srednjom i starijom dobnom skupinom djece. U nedostatku kupovnih meta kreativnošću odgojitelja bilo koji rekvizit može postati meta kao naprimjer obruči, strunjača, krug na zidu i slično.



*Slika 8. Meta za gađanje*

(<https://www.vidaxl.hr/e/papirnate-mete-za-gadanje-100-kom-15-x-15-cm/8719883736860.html> )

- **Tunel**

Tuneli koji se koriste u predškolskim ustanovama mogu biti spužvasti ili od žice prevučene tkaninom (Radišić, 2018). Variraju u duljini i promjeru. Na to svaka ustanova (dječji vrtić) obraća pažnju s obzirom na dob djece koja će ga koristiti. Vrlo su praktični jer se nakon vježbanja sklapaju i pospremaju te zauzimaju vrlo malo mjesta. Koriste se za vježbe puzanja i provlačenja te se mogu prolaziti sporo ili brzo s obzirom na dob i stupanj motoričke spretnost djece.



*Slika 9. Tunel za provlačenje*

( <http://idadidacta.hr/tunel-za-provlacenje-175cm-5336> )

### 3.2 Rekviziti

Rekvizit je predmet koji se koristi tijekom vježbanja i služi uglavnom za osobnu upotrebu, a koristi se uspješno na otvorenim i zatvorenim prostorima. Ono što je bitno pri izboru rekvizita

jest da treba uvažavati cilj koji se njegovom upotrebom želi postići. U predškolskim ustanovama za rad s djecom mogu se koristiti lopte, vijače, obruči, raznobojne trake i slično (Findak i Delija, 2001).

- **Lopta**

Stella (1974) u svojoj knjizi spominje nekoliko vrsta lopti koje se koriste u ostvarivanju plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture. To su loptice od 70 grama izrađene od spužvaste gume, 20 centimetara obujma koje služe kako bi djeca srednje i starije dobi njima gađala cilj i mete kotrljanjem i bacanjem. Druga vrsta koju spominje su gumene lopte promjera 20 do 25 centimetara koje se upotrebljavaju za bacanje, hvatanje, kotrljanje, gađanje i slično. Viseća lopta prikladna je za rad sa svim dobnim skupinama, promjera do 25 centimetara, od gume i tankog užeta, koristi se za igre gađanja. Medicinka težine od jednog do dva kilograma (Findak, Delija 2001), upotrebljava se za rad s djecom starije dobne skupine za nošenje, guranje ili kotrljanje. Lopte se u dječjim vrtićima mogu koristiti za vježbe bacanja, hvatanja, kotrljanja i slobodnu igru. Findak i Delija (2001) bacanje, hvatanje i gađanje opisuju kao oblike kretanja koje djeca vrlo rado izvode. U početku dijete lakše kotrlja predmet pa je kotrljanje prva aktivnost koju dijete s loptom izvodi. Sljedeća aktivnost koju dijete s loptom izvodi je bacanje koje u početku dijete izvodi cijelim tijelom pa se vježbom taj pokret lokalizira na ruku i rame. Hvatanje je djetetu sljedeća motorička aktivnost koja od njega zahtjeva osim koordinacije ruku, trupa i nogu, i koordinaciju oko-ruka. Gađanje je najzahtjevnija motorička aktivnost koja se izvodi loptom jer uz sve prethodno spomenuto, uključuje i procjenu udaljenosti cilja. Zbog toga se vježbe gađanja ne izvode s mlađim dobnim skupinama. Lopte različitih veličina mogu se koristiti kao rekviziti kod izvođenja opće pripremnih vježbi s djecom.



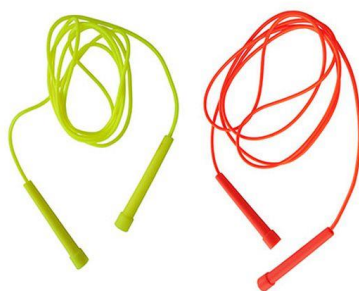
*Slika 10. Lopte*

(<https://skolskaoprema.com.hr/proizvod/nogometne-lopte-od-mekane-pjene-4-kom/> )



- Vijača

Prema Stelinom (1974) opisu postoje kratka i duga vijača. Kratka vijača mora duljinom odgovarati djeci starije dobne skupine, dok je duga vijača 5 metara duljine i 1 centimetar debljine. Djeca starije dobne skupine ove rekvizite koriste za preskakivanje na različite načine, a vijača se s djecom predškolske dobi može koristiti i kao rekvizit u izvođenju opće pripremnih vježbi (Findak, Delija 2001). S vijačom se mogu izvoditi skokovi i poskoci kroz vijaču, bacanja i hvatanja vijače, vrtnje s vijačom i slično.

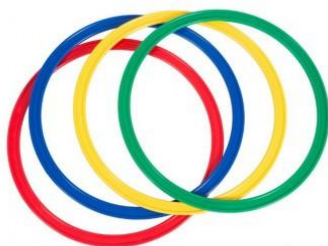


*Slika 11. Vijača*

(<https://www.sport4pro.net/vijaca-s-pvc-drskama-3m-12562/>)

- Obruč

Prema Stelli (1974) obruči i obruči na stalku su promjera od 50 do 70 centimetara, napravljeni od plastike ili drveta. Obruči osim u vježbama provlačenja mogu koristiti i kao rekviziti u općim pripremnim vježbama i raznim igrama. Stella (1974) obruče promjera od 10 do 15 centimetara naziva kolutima za nabacivanje, te objašnjava kako oni služe za razvoj preciznosti i procjene udaljenosti u srednjim i starijim skupinama djece. Osim navedenog, djeca obruče mogu i kotrljati.



### *Slika 12. Obruč*

(<https://model-educa.hr/gimnastika/8386-gimnasticki-obruc-35-cm---plosnati.html> )

- Raznobojne trake

Stella (1974) ih opisuje kao platnene trake u boji koje se postavljaju djeci preko jednog ramena, a koriste se za označavanje djece u raznim igrama. Mogu se staviti na jedno rame ili zataknuti za pojas od hlačica. One služe kako bi djeca, ali i odgojitelji lakše upamtili kojem timu ili odjeljenju pripadaju.



### *Slika 13. Raznobojne trake*

(<https://spargut.com/bs/produkt/neue-ankunft-4-mt-dance-twirling-band-stange-gym-rhythmic-gymnastic-art-ballet-streamer-sticks-baton-mehrfarben-10-farben/> )

- Uže

Stella (1974) spominje uže s otežanom vrećicom na jednom kraju. S djecom predškolske dobi uže se može koristiti za vježbe skakanja, povlačenja, hodanja sa zadacima i slično.

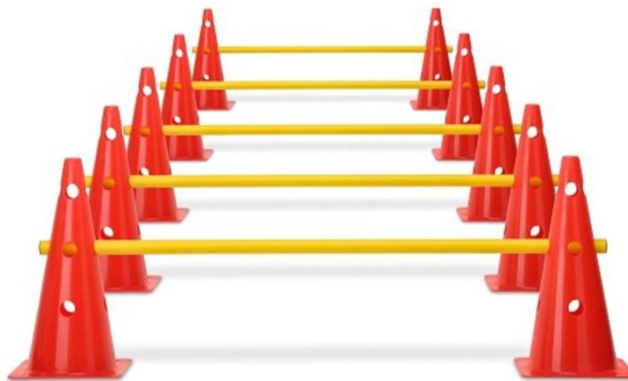


### *Slika 14. Uže*

([https://www.e-sportshop.hr/uze-za-povlacenje-duzine-15m-20m\\_z20289/#20289](https://www.e-sportshop.hr/uze-za-povlacenje-duzine-15m-20m_z20289/#20289) )

- Prepreke za provlačenje i preskakanje

Prepreke za provlačenje i preskakanje danas se proizvode u mnoštvu oblika. Postoji kombinacija plastičnih štapova i čunjeva s rupama u koje se štapovi mogu pričvrstiti, podesiva prepona koja se može koristiti za preskakanje i provlačenje. Navedeni i slični rekviziti mogu se koristiti za vježbanje preskakanja, puzanja i provlačenja na različite načine. Visina koju djeca preskaču može se odrediti prema dobnim karakteristikama te individualnim motoričkim sposobnostima djece.



*Slika 15.* Prepone za provlačenje i preskakanje

(<https://tennis-zone.lt/treniruotes/greitis-ir-judrumas/treniruociu-rinkiniai/yakimasport-zestaw-koordynacyjny-10-pacholkow-5-tyczek-38670?c=4367> )

### 3.3 Pomoćno-tehnička sredstva

Ova oprema je kao i prethodno navedena nužna za svakodnevni rad odgojitelja, a koristi se u svrhu lakše organizacije rada, praćenja i provjere učinaka rada i za potrebe pružanja prve pomoći (Findak, 1995). Pojam pomoćno tehnička sredstva odnosi se na štopericu, centimetarsku traku, zastavice za obilježavanje prostora , visinomjer, vagu kaliper i opremu za prvu pomoć. Pravilno opremljena kutija prve pomoći sadržava priručnik prve pomoći, sterilne gaze raznih veličina, ljepljivu traku, elastične zavoje, sigurnosne pribadače, flastere u nekoliko veličina, oštre škarice sa zaobljenim vrhom, dezinfekcijsko sredstvo za čišćenje rana, antiseptične maramice, bocu destilirane vode, antibakterijsku kremu ili sprej, vatirane štapiće i sterilne rukavice. Ova se oprema, kao i sva druga redovito mora provjeravati i po potrebi zamjenjivati.

- Sredstva za rad

Pod ovim nazivom Findak (1995) podrazumijeva sredstva koja se osim u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi, koriste i u drugim područjima rada odgojitelja. Nadalje naglašava kako je

primjena adekvatnih auditivnih, vizualnih i audiovizualnih sredstava važan čimbenik racionalizacije, intenzifikacije i humanizacije odgojno obrazovnog procesa. Također objašnjava kako bi ova sredstva trebala nadopuniti i nadovezati se na živu demonstraciju, koja i dalje ostaje nezamjenjiv dio sata tjelesne i zdravstvene kulture.

- **Auditivna sredstva**

Prema Findaku (1995) auditivna sredstva mogu se uspješno koristiti u gotovo svim organizacijskim oblicima rada s različitim ciljevima, na primjer, kao glazbena kulisa prilikom izvođenja nekih vježbi, dijelova odgojno obrazovnog procesa ili čak cijelog procesa. Odgojitelj cijeli sat tjelesne i zdravstvene kulture može organizirati pomoću glazbe tako da izabere pjesme ili skladbe koje sadržajem i duljinom odgovaraju dijelovima sata. U dječjim vrtićima mogu se koristiti CD-rom, USB stick i slično, a moguće je također željeno auditivno sredstvo reproducirati direktno s mrežne stranice.

- **Vizualna sredstva**

Prema Findaku (1995) vizualna sredstva su korisna u radu s djecom za stvaranje jasnije predodžbe o motoričkom gibanju, za bolje razumijevanje njegovih poruka te u konačnici za njegovo uspješno izvođenje. Primjena vizualnih sredstava može povećati motivaciju, dopuniti informacije i potaknuti prisjećanje prethodno usvojenih znanja. To su crteži, fotografije, poster i slično, a umjesto ispisivanja i stalnog mijenjanja postera, može poslužiti i projektor koji fotografije ili skice projicira na bijeli zid dvorane ili platno.

- **Audiovizualna sredstva**

Prema Findaku (1995) audiovizualna sredstva su važna u radu s djecom predškolske dobi jer sadrže auditivnu vizualnu i verbalnu komponentu kojima stvaraju kompletnu sliku pokreta koji se želi prikazati. Dodaje također kako se korištenjem audiovizualnih sredstva može djeci pokazati izvedba određenog pokreta koja se tada može usporiti, zaustaviti i ponoviti nekoliko puta. Video zapise odgojitelj može djeci pokazati puštajući ih sa CD-a, USB-a ili direktno sa željene mrežne stranice, ovisno o opremi koja je dostupna. Ukoliko za željeni pokret odgojitelj ne može naći odgovarajući videozapis, vrlo ga lako može snimiti pomoću svog pametnog telefona ili kamere.

- **Tehnička sredstva i pomagala**

Tehnička sredstva i pomagala su uređaji nužni za primjenu auditivnih, audiovizualnih i nekih vizualnih sredstava. Prema Findaku (1995) dijele se na video pomagala, audio pomagala i audio-video pomagala, iako današnja tehnologija često „briše“ granice ove podjele. Tehnička

sredstva i pomagala koja se mogu koristiti u radu s djecom su radioprijemnici, prijenosna računala, zvučnici, pametni telefoni, tableti, televizijski prijemnici, pametne ploče, projektori i slično.

#### 4. Dosadašnja istraživanja

Grbeša (2016) u svom završnom radu navodi kako je problem u realizaciji tjelesne i zdravstvene kulture u dječjim vrtićima pomanjkanje adekvatnog prostora u smislu sportski dvorana te sprava za vježbanje, ali i nedovoljna motiviranost odgojitelja koja bi trebala biti usmjerena na angažman oko provedbe određenih tjelesnih aktivnosti predviđenih za određene dobne skupine djece. Cilj njegova istraživanja jest bio ispitati mišljenje roditelja, djece i odgojitelja o tjelesnoj aktivnosti u vrtiću. Rezultati istraživanja pokazali su odnos djece predškolske dobi, roditelja i odgojitelja prema provođenju tjelesnog odgoja u vrtiću i u slobodno vrijeme. Odgojitelji mnogo puta tjelesnu aktivnost djece stavljaju u drugi plan upravo iz razloga što su vrtići neadekvatno opremljeni potrebnim spravama i pomagalima, ali i iz razloga što je vrtićki prostor većinom skučen s obzirom na mnogobrojnost djece, materijala potrebnih za rad te odlaganja materijala koji u danom trenutku nisu potrebni, no bit će u neko dogledno vrijeme (Grbeša, 2016). Iz toga se može zaključiti da odgojiteljice moraju imati značajnu sposobnost improvizacije u svakodnevnom radu s djecom s obzirom na to da su ograničene ponuđenim sadržajima te manjkom prostora koji im je ponuđen.

Također, istraživanje na ovu temu provodi Neznanović kojoj je cilj utvrditi stavove odgojitelja o načinu i poteškoćama u provedbi programa kineziološke kulture. Rezultati istraživanja pokazuju da se većina odgojitelja slaže s tvrdnjama o korisnosti provođenja tjelesnih aktivnosti u dječjem vrtiću (Neznanović, 2016). Većina odgojiteljica koje su sudjelovale u istraživanju svakodnevno provodi jutarnje tjelovježbe (Neznanović, 2016). Također, Neznanović navodi kako ih se većina redovito priprema za izvođenje sata kineziološke kulture te ih s lakoćom provode dok se opet javlja problem manjka materijalnih i prostornih uvjeta za provedbu sata kineziološke kulture.

Iz dosadašnjih istraživanja, Neznanović i Grbeša, može se zaključiti da je provođenje kineziološke kulture u vrtićima ovisna o kreativnosti odgojitelja s obzirom da materijalni i prostorni uvjeti nisu zadovoljeni.

## 5. Cilj i hipoteza istraživanja

Cilj ovog rada je utvrditi stavove odgojitelja Grada Zagreba te usporediti koliko odgojitelja provodi sate kineziološke kulture s obzirom da materijalne i prostorne uvjete koji su mu dostupni.

Pretpostavlja se da odgojitelji nemaju potrebne materijalne i prostorne uvjete za provedbu kvalitetnog sata kineziološke kulture u dječjem vrtiću.

## 6. Metodologija istraživanja

### 6.1 Uzorak ispitanika

Istraživanje je provedeno u vrtićima Grada Zagreba. Istraživanje je bilo neobavezno i anonimno te je u istraživanju sudjelovalo 30 odgojitelja.

### 6.2 Uzorak varijabli

Za procjenu stavova odgojitelja istraživanje je provedeno u obliku anketnog upitnika. Upitnik je sadržavao 11 pitanja vezana uz spol odgojitelja, dob odgojitelja, radni staž odgojitelja, mjesta gdje se vrtić nalazi i je li javni ili privatni dječji vrtić te dob djece u skupini su pitanja koja nam daju uvid u osnovnu statističku analizu, dok pitanja provodi li odgojitelj sat kineziološke kulture s djecom, koliko često ga provodi, gdje se provodi taj sat kineziološke kulture te koju opremu i sredstva za provedbu sata kineziološke kulture odgojitelji imaju na raspolaganju govore koliko se kvalitetno može provesti sat kineziološke kulture u dječjim vrtićima na području Grada Zagreba.

### 6.3 Metode obrade podataka

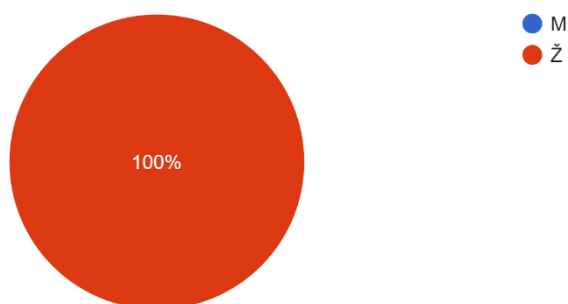
Dobiveni rezultati anketnog upitnika statistički su obrađeni pomoću metode deskriptivne, odnosno opisne statistike. Za dobivanje komparativnog prikaza dobivenih rezultata odgovori su izračunati u postocima. Rezultati su prikazani pomoću grafova.

## 7. Rezultati

U istraživanju je sudjelovalo 30 odgojiteljica koje rade u dječjim vrtićima Grada Zagreba (Graf 1).

### Spol odgojitelja

30 odgovora

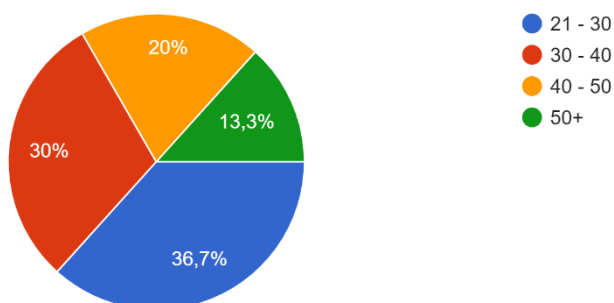


*Graf 1.* Spol odgojitelja

Starosna dob odgojiteljica koje su sudjelovale u istraživanju jest raznolika, proteže se kroz sve četiri ponuđene kategorije odnosno od samog završetka fakulteta, starosne dobi od 21 godinu, do odgojiteljica starijih od 50 godina. Točnije, 11 odgojiteljica starosne dobi od 21 – 30 godina, devet odgojiteljica starosne dobi od 30 – 40 godina, šest odgojiteljica starosne dobi između 40 i 50 godina te četiri odgojiteljice starije od 50 godina (Graf 2).

### Starosna dob odgojitelja / odgojiteljice:

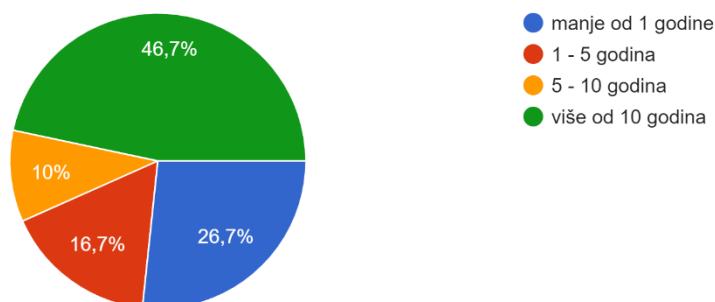
30 odgovora



*Graf 2.* Starosna dob odgojitelja / odgojiteljice.

Radni staž odgojiteljica koje su sudjelovale u istraživanju također je raznolik što se vidi iz priloženog grafa. Najviše odgojiteljica, 46,7%, odnosno njih 14 navodi kako u struci radi više od 10 godina, zatim s 26,7%, tj osam odgojiteljica navodi da u struci radi manje od godinu dana. Pet odgojiteljica, 16,7%, u struci radi od 1 do 5 godina dok tri odgojiteljice navode da je njihov radni staž dug između 5 i 10 godina (Graf 3).

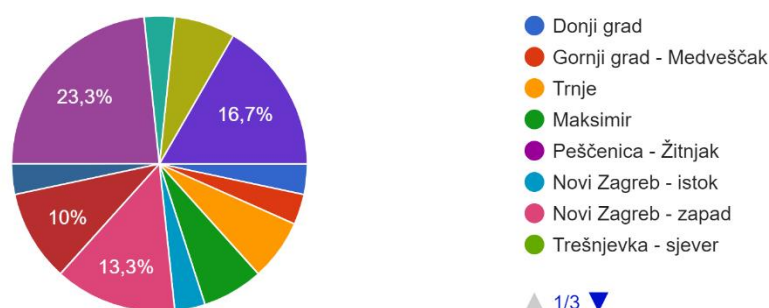
Radni staž odgojitelja / odgojiteljice:  
30 odgovora



Graf 3. Radni staž odgojitelja / odgojiteljice.

Pitanjem gdje se vrtić nalazi dobivamo uvid u mogućnosti prostornih i materijalnih uvjeta s obzirom na naselje u kojem se dječji vrtić nalazi. 23,3% odgojiteljica koje su sudjelovale u istraživanju radi u dječjim vrtićima na području Gornje Dubrave. Zatim slijede odgojiteljice koje rade u dječjim vrtićima na području Podsuseda, njih 16,7% te su značajni postoci odgojiteljica koje rade na području Novog Zagreba – zapad, 13,3% te 10% odgojiteljica radi na području Trešnjevka – jug. Maksimir, Trnje i Stenjevec broje po 6,7% odgojiteljica koje su sudjelovale u istraživanju dok Donja Dubrava, Čnomerec, Donji grad, Gornji grad – Medveščak i Novi Zagreb – istok broje po 3,3% odgojiteljica (Graf 4).

Gdje se vrtić nalazi?  
30 odgovora

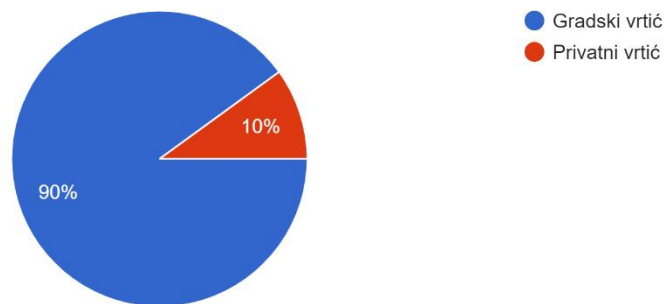


Graf 4. Gdje se vrtić nalazi?

Dječji vrtići u kojima rade odgojiteljica koje su sudjelovale u istraživanju većinski su Gradski vrtići, 90%, dok 10% odgojiteljica rade u privatnim dječjim vrtićima na području Grada Zagreba (Graf 5).



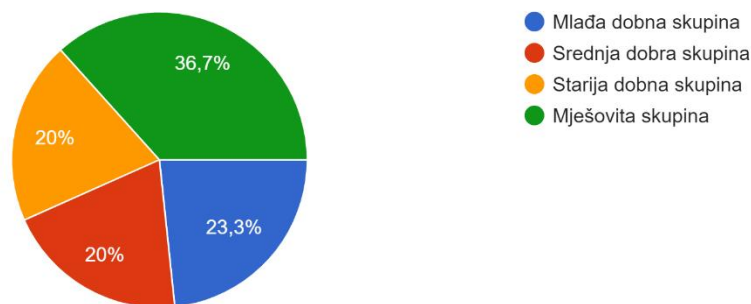
Vrtić u kojem radim je:  
30 odgovora



*Graf 5.* Dječji vrtić u kojem odgojitelj / odgojiteljica radi je gradski vrtić ili privatni dječji vrtić?

Najviše odgojitelja, njih 36,7% radi u mješovitoj dobnoj skupini, 20% odgojiteljica rade u srednjoj dobnoj skupini te isto tako i u starijoj dobnoj skupini. U mlađoj dobnoj skupini radi 23,3% odgojiteljica koje su sudjelovale u istraživanju (Graf 6).

Starosna dob djece u skupini:  
30 odgovora

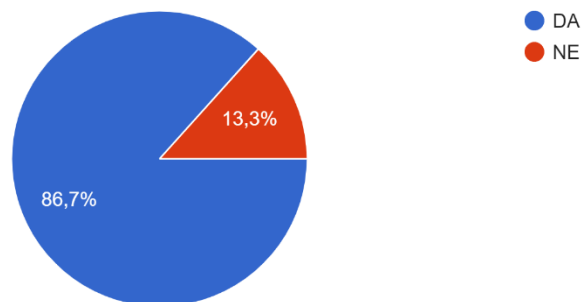


*Graf 6.* Starosna dob djece u skupini.

Od 30 ispitanih odgojiteljica, 86,7% na pitanje provodite li sat kineziološke kulture s djecom odgovorila je potvrdno, dok je 13,3% odgovorilo da ne provode sat kineziološke kulture s djecom (Graf 7).

Provodite li sat kineziološke kulture s djecom?

30 odgovora



Graf 7. Provodite li sat kineziološke kulture s djecom?

One odgojiteljice koje su na prethodno pitanje, provodite li sat kineziološke kulture s djecom, odgovorile negativno u sljedećem pitanju navele su razloge zbog čega ne provode sat kineziološke kulture s djecom. Pitanje je glasilo: *Ako ne provodite sat kineziološke kulture, navedite razlog*, a objašnjenja odgojiteljica bila su sljedeća:

*Odgojiteljica 1) Ne u pravom smislu jer imamo ograničen prostor i manjak sredstava stoga modificiram*

*Odgojiteljica 2) Ne postojanje dvorane i opreme u područnom objektu, zbog korone zadnjih godina nije bilo organiziranih odlazaka u opremljenu dvoranu u drugi objekt na sat kineziološke kulture. Provodi se tjelovježba/razgibavanje u sobi dnevnog boravka, predprostoru/hodniku vrtića ili atriju (uvodni dio sata)*

*Odgojiteljica 3) Imamo puno drugih obaveza. Dok se okrenem već je vrijeme ručka i vrijeme jutarnje tjelovježbe je odavno prošlo.*

*Odgojiteljica 4) Jer su još premali i smatram da nema potrebe.*

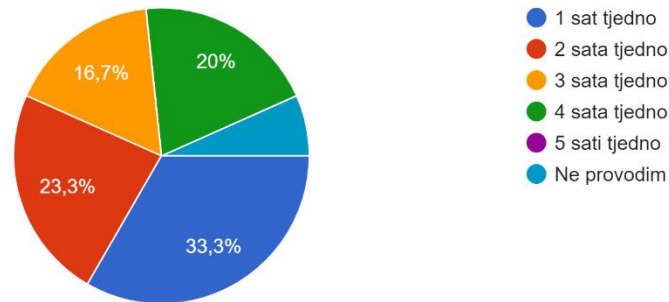
Iz odgovora se vidi da je u 50% negativnih odgovora prepreka pomanjkanje prostora i sredstava za kvalitetno provođenje kineziološke kulture što odgojiteljice improvizacijom nadoknađuju kako bi djeci omogućile cjelokupan razvoj.

Iako se preporučuje svakodnevno djeci omogućiti da budu fizički aktivna, odgojiteljice koje su sudjelovale u istraživanju navode kako organizirani sat tjelesnog vježbanja u većini provode jedan sat tjedno, 33,3%, 23,3% odgojiteljica provode 2 sata kineziološke kulture tjedno, 16,7% provode tri sata kineziološke kulture tjedno, 20% odgojiteljica provodi četiri

sata kineziološke kulture tjedno dok 6,7% navodi kako ne provodi sat kineziološke kulture s djecom (Graf 8). U ovom pitanju dvije odgojiteljice, koje su u prethodnom pitanju navele kako ne provode sat kineziološke kulture s djecom, navele su da provode sat kineziološke kulture s djecom.

Koliko često provodite sat kineziološke kulture u vrtiću?

30 odgovora

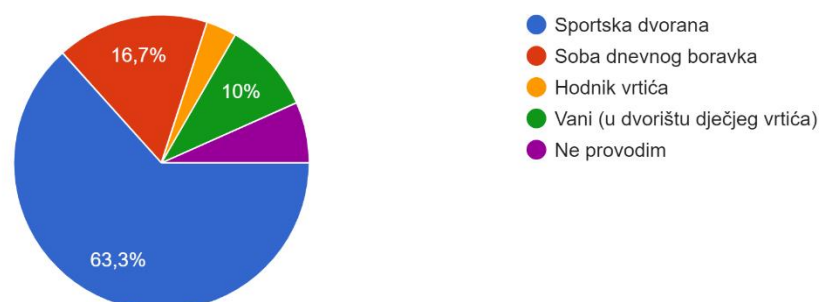


Graf 8. Koliko često provodite sat kineziološke kulture u vrtiću?

Na pitanje gdje provodite sat kineziološke kulture većina odgojiteljica je odgovorila da sat kineziološke kulture provodi u sportskoj dvorani dječjeg vrtića u kojem radi, 63,3%. 16,7% odgojiteljica sat kineziološke kulture provodi u sobni dnevnog boravka, 10% odgojiteljica provodi sat vani, u dvorištu dječjeg vrtića, 3,3% odgojitelja provodi sat kineziološke kulture na hodniku dječjeg vrtića dok 6,7% navodi da ne provode sat kineziološke kulture s djecom (Graf 9).

Gdje provodite sat kineziološke kulture?

30 odgovora

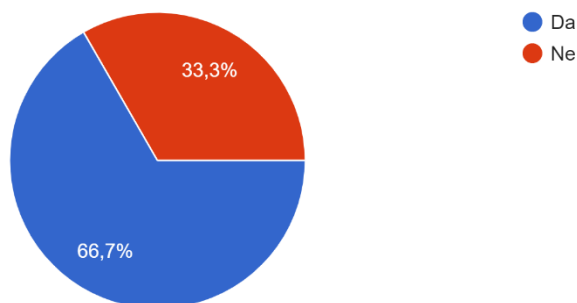


Graf 9. Gdje provodite sat kineziološke kulture?

Na pitanje jeste li zadovoljni opremom kojom raspolazete 66,7% odgojiteljica odgovorilo je potvrdno, a 33,3% odgojiteljica nije zadovoljno opremom kojom raspolazu (Graf 10).

Jeste li zadovoljni opremom kojom raspolazete?

30 odgovora

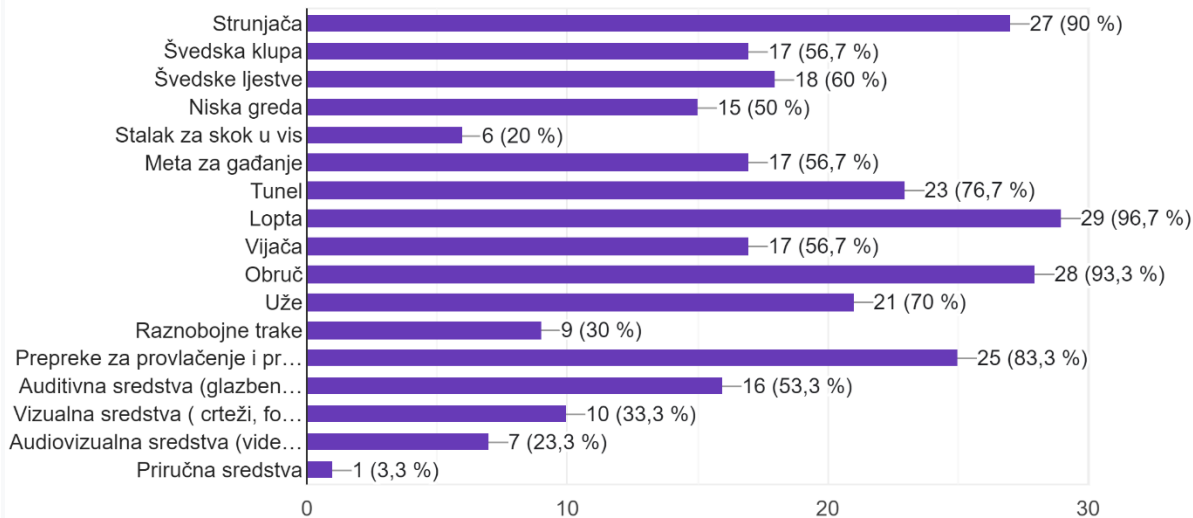


*Graf 10.* Jeste li zadovoljni opremom kojom raspolazete?

Oprema i sredstva za provedbu sata kineziološke kulture bitan su faktor u provedbi kvalitetnog sata kineziološke kulture u dječjem vrtiću. Ona trebaju biti motivirajuća, dovoljno zahtjevna, ali i dovoljno lagana, raznolika i dostupna djeci kako bi ih djeca mogla koristiti jer ona uvelike utječu na djetetov razvoj. Najzastupljenija oprema u dječjem vrtiću jest lopta, zatim slijedi obruč pa strunjača. Preko 90% odgojiteljica je navelo da vrtići posjeduju spomenutu opremu i sredstva. Između 70 i 80% odgojiteljica navodi da na raspolaganju za provedbu kineziološke kulture imaju tunnel za provlačenje, prepreke za provlačenje i preskakanje te užice koje može služiti za razne kineziološke aktivnosti. Između 30 i 60% odgojitelja navodi da im je dostupna sljedeća oprema i sredstva za rad: švedska klupa (56,7%), švedske ljestve (60%), niska greda (50%), meta za gađanje (56,7%), vijača (56,7%), raznobojne trake (30%), auditivna sredstva (53,3%) te vizualna sredstva (23,3%). 25% i manje odgojiteljica navodi da su im dostupni stalak za skok u vis (20%), audiovizualna sredstva (23,3%) te priručna sredstva (3,3%) (Graf 11).

Koju opremu i sredstva za provedbu sata kineziološke kulture imate na raspolaganju?

30 odgovora



Graf 11. Koju opremu i sredstva za provedbu kineziološke kulture imate na raspolaganju?

Dobiveni rezultati istraživanja pokazuju da većina odgajatelja, koji su sudjelovali u istraživanju, ipak ima potrebne prostorne i materijalne uvjete za kvalitetno provođenje kineziološke kulture u vrtiću stoga se hipoteza odbacuje.

## 8. Rasprava

Ispitivanje odgojitelja o stavovima o provođenju sata kineziološke kulture u dječjem vrtiću pokazatelj su u kolikoj mjeri se organizirano tjelesno vježbanje uistinu provodi. Iako se u dosadašnjim istraživanjima pokazalo kako se za provođenje kvalitetnog sata kineziološke kulture u vrtićima javljao problem prostornih i materijalnih uvjeta, rezultati ovog istraživanja pokazali su da prostorni i materijalni uvjeti više ne predstavljaju problem odgajateljima dok istraživanju koje provodi Grbeša (2016) navodi se da je problem realizacije sata tjelesne i zdravstvene kulture u dječjem vrtiću pomanjkanje prostora i materijala za vježbanje. Dječji vrtići su dobro opremljeni potrebnim materijalnim uvjetima te kvaliteta provedbe sata kineziološke kulture u dječjim vrtićima više nije ovisna samo o kreativnosti odgojitelja. Većina odgojitelja koji su sudjelovali u istraživanju navode kako kontinuirano provode sat kineziološke kulture s djecom barem jedan put tjedno dok samo 6,7% odgojitelja navodi da isti ne provode. Veliki postotak onih koji provode pokazuje nam da su odgojitelji svjesni koliko je tjelesno vježbanje potrebno djetetu za cjelokupan razvoj.

## 9. Zaključak

U skladu sa ciljem ovog rada provedeno je istraživanje za odgojitelje koji rade na području Grada Zagreba. Glavni cilj bio je utvrditi stavove odgojitelja te usporediti koliko odgojitelja provodi sat kineziološke kulture u dječjem vrtiću s obzirom na dostupne materijalne i prostorne uvjete. Postavila se pretpostavka da odgojitelji nemaju potrebne materijalne i prostorne uvjete za provođenje kvalitetnog sata kineziološke kulture u dječjem vrtiću. Istraživanje se sastojalo od anketnog upitnika koji je sadržavao 11 pitanja vezana uz spol odgojitelja, dob odgojitelja, radni staž odgojitelja, mjesta gdje se dječji vrtić nalazi, je li dječji vrtić privatni ili javni, provodi li odgojitelj sat kineziološke kulture s djecom, koliko često ga provodi, gdje se provodi sat kineziološke kulture te koju dostupnu opremu i sredstva za provedbu kineziološke kulture imaju odgojitelji. Dobiveni rezultati pokazali su da odgojitelji, koji su sudjelovali u istraživanju, imaju potrebne materijalne i prostorne uvjete za provođenje kvalitetnog sata kineziološke kulture u vrtiću te da ih odgojitelji sustavno koriste u svom radu i s djecom provode sate kineziološke kulture u vrtiću što je izrazito bitno kako bi se stvorila zdrava navika i pozitivan stav oko tjelesnog vježbanja jer se temelj uspješnog rasta i razvoja postavlja u predškolsko doba. Rast i razvoj čovjeka od rođenja pa do odrasle dobi ovisan je o nasljeđu i uvjetima koji ga okružuju i u kojima sazrijeva (Jovančević i sur. 2016). S obzirom da tjelesno vježbanje potiče pravilan rast i razvoj, od izuzetne je važnosti za zdravlje te utječe na psihički i socijalni razvoj bitan je faktor cjelokupnog razvoja čovjeka.

## 10. Literatura

1. Aldort, N. (2011). *Što nas djeca mogu naučiti*. Zagreb. Mozaik knjiga.
2. Findak V. i Delija, K. (2001). *Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju*. Zagreb. EDIP.
3. Findak, V. (1995). *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture u predškolskom odgoju*. Zagreb. Školska Knjiga.
4. Findak, V. (1999). *Metodika tjelesne i zdravstvene kulture*. Zagreb. Školska knjiga
5. Grbeša, M. (2016). *Provođenje kinezioloških aktivnosti u vrtiću*. Završni rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet.
6. Jovančević, M. i suradnici (2016). *Godine prve: Zašto su važne. Vodič za roditelje i stručnjake koji rade s djecom predškolskog uzrasta*. Zagreb. Udžbenik d.o.o.
7. Nežnanović, I. (2016). *Stavovi odgojitelja prema tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi djece predškolske dobi*. Završni rad. Osijek: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti.
8. Newell, K. M. (1990). Kinesology: the label for the study of physical activity in higher education. *Quest*, 42, 269 – 268.
9. Radišić, D. (2018). *Prostori, oprema i sredstva za provođenje kinezioloških aktivnosti u dječjem vrtiću*, Završni rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet.
10. Stella, I. (1974). *Dječji vrtići: Prostori i oprema za tjelesni odgoj i igru djece*. Zagreb. Školska knjiga.

Slike:

*Slika 1.* Igralište dječjeg vrtića; preuzeto sa: <https://www.metkovic.hr/2021/12/18/završeni-radovi-na-uredenju-igralista-djecjeg-vrtica/>

*Slika 2.* Dvorana dječjeg vrtića; preuzeto sa: <http://www.varazdinske-toplice.hr/varazdinskim-toplicama-otvorena-senzomotorna-dvorana-u-djecjem-vrticu-tratincica-i-reciklazno-dvoriste/>

*Slika 3.* Strunjača; preuzeto sa: <https://www.capetansport.hr/tactic-sport-premium-gimnasticka-strunjaca-materijal-pvc-200-x-100-x-10-cm-s-ispunom-od-spuzve>

*Slika 4.* Švedska klupa; preuzeto sa: <http://idadidacta.hr/svedska-klupa-duz-180cm-1593>

*Slika 5.* Švedske ljestve; preuzeto sa: <https://www.special.hr/index.php/proizvodi-special/gimnastika/svedske-ljestve/%C5%A1vedske-ljestve-detail>

*Slika 6.* Niska greda; preuzeto sa: <https://sasomange.rs/p/115229210/niska-greda-za-gimnastiku-200cm?gallery=1>

*Slika 7.* Stalak za skok u vis; preuzeto sa: [https://www.maraton-ldn.com/proizvodi/sportski-rekviziti-spoljasnji-i-unutrasnji/atletika/#!jig\[1\]/NG/394](https://www.maraton-ldn.com/proizvodi/sportski-rekviziti-spoljasnji-i-unutrasnji/atletika/#!jig[1]/NG/394)

*Slika 8.* Meta za gađanje; preuzeto sa: <https://www.vidaxl.hr/e/papirnate-mete-za-gadanje-100-kom-15-x-15-cm/8719883736860.html>

*Slika 9.* Tunel za provlačenje; preuzeto sa: <http://idadidacta.hr/tunel-za-provlacenje-175cm-5336>

*Slika 10.* Lopte; preuzeto sa: <https://skolskaoprema.com.hr/proizvod/nogometne-lopte-od-mekane-pjene-4-kom/>

*Slika 11.* Vijaja; preuzeto sa: <https://www.sport4pro.net/vijaca-s-pvc-drskama-3m-12562/>

*Slika 12.* Obruč; preuzeto sa: <https://model-educa.hr/gimnastika/8386-gimnasticki-obruc-35-cm---plosnati.html>

*Slika 13.* Raznobojne trake; preuzeto sa: <https://spargut.com/bs/produkt/neue-ankunft-4-mt-dance-twirling-band-stange-gym-rhythmic-gymnastic-art-ballet-streamer-sticks-baton-mehrfarben-10-farben/>

*Slika 14.* Uže; preuzeto sa: [https://www.e-sportshop.hr/uze-za-povlacenje-duzine-15m-20m\\_z20289/#20289](https://www.e-sportshop.hr/uze-za-povlacenje-duzine-15m-20m_z20289/#20289)

*Slika 15.* Prepreke za provlačenje i preskakanje; preuzeto sa: <https://tennis-zone.lt/treniruotes/greitis-ir-judrumas/treniruociu-rinkiniai/yakimasport-zestaw-koordynacyjny-10-pacholkow-5-tyczek-38670?c=4367>



## PRILOG

### **Izjava o izvornosti završnog rada**

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

---

Barbara Brdovčak