Paediatr Croat 2009; 53 (Supl 1): 227-232

Pregled
Review

SPORTSKI PROGRAMI I SOCIJALNA KOMPETENCIJA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI

DAVOR MIKAS*

Igra i tjelesne aktivnosti osnovne su djelatnosti djeteta vrtićne dobi. Tjelesne (sportske) aktivnosti zahtijevaju širenje granica dječjih mogućnosti, potiču razvoj različitih oblika socijalnih odnosa i kreativno izražavanje. Pored evidentnog učinka na tjelesno zdravlje, sportske aktivnosti mogu uvelike utjecati na razvoj različitih sastavnica osobnosti - emocionalnih, kognitivnih, moralnih i dr. Sportske aktivnosti mogu značajno potaći razvoj dječje socijalne kompetencije. Socijalno-kompetentna djeca vrtićne dobi pokazuju višu razinu školskih postignuća i socijalne integracije u prvim razredima osnovne škole. Pravilno odabrane dječje igre pružaju velike mogućnosti u poticanju razvoja socijalne kompetencije djeteta predškolske dobi.

Deskriptori: IGRA, SPORT, TJELESNI RAZVOJ, PREDŠKOLSKO DIJETE, VRŠNJAČKI ODNOSI, SOCIJALNA KOMPETENCIJA

Uvod

Temeljna zadaća odgoja djeteta predškolske dobi zasigurno je povećana briga za njegovo zdravlje i normalan psiho-fizički razvoj. Zbog toga je uključivanje male djece u različite tjelesne (sportske) aktivnosti od posebnog razvojnog interesa. Dijete predškolske dobi većinu vremena provede krećući se. Zato je potrebno voditi računa o primjerenom i uravnoteženom zadovoljavanju djetetove prirodne potrebe za kretanjem. Tjelesno vježbanje može u velikoj mjeri potpomoći svestrano razvijanje djeteta, ali samo onda ukoliko su ravnomjerno zastupljene sve njegove temeljne komponente (vježbe u kojima se razvijaju prirodni oblici kretanja i koje jačaju velike mišićne skupine, te vježbe koje razvijaju disciplinu i organizirano kretanje kolektiva).

Igra je temeljna aktivnost predškolskog djeteta. Kroz igru dijete stječe nova znanja o svijetu koji ga okružuje, oponaša odrasle, uči graditi, prorađuje strahove, poučava se pravilima, uvježbava socijalne odnose i sl. Razvoj socijalnih vještina i snalaženje u svijetu vršnjaka od iznimne je važnosti za pravilan razvoj predškolskog djeteta. Kvalitetna participacija u sklopu igrovnih (tjelesnih) aktivnosti (osobito onih skupnog karaktera) jačat će djetetov osjećaj uspješnosti, samopoštovanja i pripadnosti svojoj skupni. Te će aktivnosti pomoći djetetu u postizanju odgovarajuće razine socijalne kompetencije i prikladnog socijalnog statusa. Pomoću različitih sportskih aktivnosti, koje se prvenstveno provode putem igre razvijat će se ukupna djetetova tjelesna sposobnost i spretnost. Kvalitetno i ravnopravno sudjelovanje u različitim igrovnim (sportskim) aktivnostima olakšat će mu pronalaženje odgovarajućeg mjesta među vršnjacima.

Motorički razvoj

Vrtićno razdoblje, od treće do šeste godine, prožeto je izrazitim razvojem novih motoričkih vještina. Razvoj motoričkih sposobnosti temeljen je na jednostavnijim motoričkim obrascima koji se javljaju unutar prve tri godine života. Ranije usvojene motoričke vještine postaju sofisticiranije i složenije tvoreći dinamičke sustave djelovanja. Zahvaljujući tjelesnom razvoju i kompleksnijim zahtjevima okoline motoričke vještine se mijenjaju i usavršavaju. U toj dobi snažno se razvija koštano-vezivni i živčano-mišićni sustav. Dijete nauči hodati, trčati, skakati, penjati se, bacati i sl. Kretanje pridonosi pojačanom radu organa za disanje, što povećava izmjenu tvari. Različiti pokreti pridonose razvoju središnjeg živčanog sustava (1). Motorički razvoj u ranom djetinjstvu (Tablica 1, Tablica 2) uglavnom se promatra kroz dva temeljna razvojna pravca (2):

- razvoj krupne (grube) motorike;
- razvoj fine motorike.

Razvoj krupne motorike: smanjivanjem gornjeg dijela tijela i pomicanja težišta prema trupu dijete dobiva na skladnosti i motoričkoj spretnosti, čime se znatno poboljšava njegova ravnoteža. Razvojem velikih mišićnih skupina usavršavaju se djetetove motoričke vještine i otvara se put novim motoričkim mogućnostima. U periodu od dvije do tri godine djetetov hod postaje ritmičniji, dok se ubrzani hod postupno transformira u trčanje. Razvojem hoda dijete dobiva na spretnosti i elastičnosti. Uskoro može skakati na obje noge, poskakivati na jednoj nozi i sl. Vremenom stabilnost po-

*Dječji vrtić Cvrčak, Solin

Adresa za dopisivanje:
Mr. Davor Mikas, prof. pedagogije
Dječji vrtić Cvrčak
21210 Solin, Zvonimirova 71
E-mail: davormikas@yahoo.com

Tablica 1.
Razvoj krupne motorike u predškolskom periodu (Izvor: Berk, 2008)

Table 1
Development of gross motor skills in the pre-school period (Source: Berk, 2008)

Dob	Vještine krupne motorike
2-3 godine	Hod je ritmičniji, ubrzani hod mijenja se u trčanje Dok dijete skače, poskakuje, baca i hvata, gornji dio tijela je krut Igračke s pedalama gura stopalima, gotovo uopće ne može upravljati tim igračkama
3-4 godine	Hoda uz stepenice izmjenjujući lijevu i desnu nogu, te niz stepenice zakoračujući uvijek prvo jednom nogom Skače i poskakuje uz savijanje gornjeg dijela tijela Baca i hvata uz slabo uključivanje gornjeg dijela tijela, loptu još uvijek hvata prislanjanjem na prsa Istodobno okreće pedale i upravlja triciklom
4-5 godina	Hoda niz stepenice izmjenjujući noge Trči skladnije Galopira i skakuće na jednoj nozi Baca loptu uz veću rotaciju tijela i prijenos težine na stopala, hvata loptu rukama Brzo pokreće pedale na triciklu i skladno njime upravlja
5-6 godina	Trči brže Galopira skladnije, preskakuje Pokazuje zreli obrazac bacanja i hvatanja Vozi bicikl s pomoćnim kotačima

staje sve izraženija tako da uskoro može koristiti ruke za uvježbavanje novih vještina i različite vidove eksperimentiranja (bacanje i hvatanje lopte, upravljanje triciklom…). Prema petoj i šestoj godini znatno dobiva na koordiniranosti gornjeg i donjeg dijela tijela, što mu omogućava prakticiranje i usavršavanje mnoštva novih radnji i vještina - fleksibilno pokreće cijelo tijelo prilikom bacanja i hvatanja lopte, istovremeno okreće pedale na triciklu i manipulira upravljačem i sl.

Razvoj fine motorike: pored izraženog razvoja krupne motorike brzi napredak se ostvaruje i na području fine motorike. Dvogodišnje i trogodišnje dijete može skidati jednostavne dijelove odjeće, pravilno koristiti žlicu, slagati konstrukcije od manjih kocaka. Vremenom, počinju koristiti škare, kistove, upotrebljavati olovku za crtež čovjeka. Napredak fine motorike zorno se može pratiti na dva temeljna područja:

Tablica 2.
Razvoj fine motorike u predškolskom periodu (Izvor: Berk, 2008)

Table 2
Development of fine motor skills in the pre-school period (Source: Berk, 2008)

Dob	Vještine fine motorike
2-3 godine	Odijeva i skida jednostavne komade odjeće Zakopčava i otkopčava velike patentne zatvarače Pravilno upotrebljava žlicu
3-4 godine	Zakopčava i otkopčava veliku dugmad Poslužuje si hranu bez tuđe pomoći Koristi škare Precrtava okomitu crtu i krug Crta prvi crtež čovjeka, koji ima oblik punoglavca
4-5 godina	Pravilno upotrebljava vilicu Reže škarama po crti Precrtava trokut, križ i neka slova
5-6 godina	Upotrebljava nož za rezanje mekše hrane Veže cipele Crta čovjeka od šest dijelova Precrtava neke brojeve i jednostavne riječi

- djetetova skrb o vlastitom tijelu (samopomoć);
- razvoj crteža.

Prilikom oblačenja i svlačenja odjeće trogodišnje dijete može pokazati određene nespretnosti, međutim roditelji i odgojitelji trebaju biti jako strpljivi jer se vještine tog tipa usvajaju postupno i relativno dugotrajno. Vezanje cipela zasigurno ulazi u red najsloženijih vještina samopomoći u predškolskom periodu. Razvoj fine motorike također se lijepo može pratiti putem razvoja crteža kod djeteta - od faze šaranja, pa sve do mnogo realističnijih crteža koje pokazuje predškolsko dijete.

Tjelesni odgoj djece predškolske dobi

Tjelesni odgoj je dio općeg odgoja i prva karika u općem sustavu tjelesnog odgoja (3). Dijete predškolske dobi ima naglašenu biološku potrebu za kretanjem. Kretanje je bazična ljudska potreba koju svako dijete mora zadovoljiti kako bi se skladno razvijalo. Za vrijeme predškolske dobi dobro bi bilo početi i sa složenijim tjelesnim vježbama kako bismo potakli razvoj cjelokupne djetetove muskulature, spretnost i koordinaciju oko-ruka. Redovitim i sustavnim vježbanjem potiče se razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti. Istovremeno, značajnije se razvijaju i ostale psihičke funkcije - zapažanje, predočavanje, mišljenje, mašta, pamćenje i sl.

Ova činjenica jasno govori o značajnoj povezanosti motoričkog razvoja i kognitivnog razvoja djeteta. Ukoliko izostane odgovarajući motorički i funkcionalni razvoj doći će do razvoja sporosti, nespretnosti i nesigurnosti, što u konačnici može ozbiljnije omesti i usporiti kognitivni razvoj djeteta. Stoga je od posebnog razvojnog interesa jačati dječji organizam putem mnoštva prirodnih čimbenika (npr. redoviti boravak na zraku i sl.), a osobito kroz tjelovježbu, koja se u ovoj dobi izvodi u obliku pokretnih igara, redovitog tjelesnog vježbanja, jutarnje gimnastike ili putem šetnje (4). Iz navedenog proizlazi da su temeljne zadaće tjelesnog odgoja u predškolskoj dobi (5):

- osigurati povoljne uvjete za pravilan razvoj i učvršćivanje dječjeg zdravlja;
- ojačati dječji organizam, odnosno postupno i oprezno razvijati u djece sposobnost da se odupru štetnim utjecajima;
- naučiti djecu da slobodno vladaju svojim pokretima, razvijati spretnost i sigurnost, jačati volju i karakter;
- razvijati u djece kulturne navike i ljubav za čistoću i red.

Kada se govori o temeljnim zadacima tjelesnog odgoja vrtićne djece, posebno treba staviti naglasak na zdravstvenu komponentu tjelesnog odgoja. Zdravlje predstavlja temeljno čovjekovo blago. Samo zdrav čovjek može maksimalno participirati u svim društvenim djelatnostima. Samo osobe koje su zdrave mogu dati sve od sebe i plodonosno sudjelovati u rješavanju mnogih životnih problema. Zdravlje ima snažan utjecaj na sveukupni razvoj osobnosti svakog pojedinca. Stoga bi temeljni zadatak i životna orijentacija svih relevantnih društvenih čimbenika trebalo biti unaprjeđenje i očuvanje zdravlja svakog pojedinca. Ove zadaće moguće je ostvariti samo putem osmišljenog sustava vježbi i igara, te putem stvaranja navika usmjerenih na zdrav i higijenski ispravan život (1, 6). Putem sveobuhvatnog i kontinuiranog pristupa tjelesnom odgoju dijete će postupno stjecati važne spoznaje o općem fizičkom stanju i stvarati naviku bavljenja različitim tjelesnim aktivnostima. Odgojni rad u predškolsko doba najčešće se provodi u dobnim skupinama (1, 5-7):

- mlađa - obuhvaća djecu od 3 do 4 godine;
- srednja - obuhvaća djecu od 4 do 5 godina;
- starija - obuhvaća djecu od 5 do 7 godina.

Socijalna kompetencija predškolskog djeteta

Socijalnu kompetenciju možemo generalno odrediti kao skup ponašanja i spoznaja koje se reflektiraju kroz uspješnu socijalnu interakciju s vršnjacima (8). Socijalno kompetentna mala djeca su ona djeca predškolskog uzrasta koja se upuštaju u zadovoljavajuće interakcije i aktivnosti s odraslim osobama i vršnjacima i kroz takve interakcije unaprjeđuju osobnu kompetenciju (9). Dva su temeljna aspekta socijalne kompetencije - popularnost ili sociometrijski status i prijateljstvo (10). Popularnost je bazirana na jednosmjernoj relaciji unutar vršnjačke skupine, dok je prijateljstvo uzajaman dijadni odnos kojega karakterizira zajedničko iskustvo bazirano na reciprocitetu. Pomoću popularnosti dijete zadovoljava razvojnu potrebu za pripadanjem unutar vršnjačke skupine, a pomoću prijateljstva potrebu za bliskošću i intimnošću (11).

Danas je općeprihvaćeno stajalište kako odnosi s vršnjacima imaju izraziti važno mjesto u emocionalnom i socijalnom razvoju. Vršnjaci nude bitno drugačije iskustvo za dijete u odnosu na roditelje. Takvo iskustvo nije moguće postići unutar odnosa s roditeljima. Za razliku od odnosa roditelj-dijete koje je utemeljeno na hijerarhijskom odnosu i socijalnoj "nejednakosti", odnosi među vršnjacima polaze s ravnopravnih pozicija (12, 13). Kroz vršnjačke odnose dijete dobije jedno potpuno novo iskustvo, iskustvo osobne percepcije kroz druge osobe, dok unutar prijateljskog odnosa doživi iskustvo istinske intimnosti s drugom osobom (12).

Kvaliteta odnosa s vršnjacima važan je i relativno pouzdan pokazatelj buduće djetetove prilagodbe na različite životne situacije. Vršnjački status i vršnjački odnosi su najbolji pokazatelji razine prilagodbe, bolji nego ocjene u školi, IQ, ponašanje u razredu i sl. (14). Istraživanja vršnjačkih odnosa pokazala su kako funkcioniranje unutar vršnjačkih skupina može u značajnoj mjeri anticipirati naknadni djetetov socijalni i akademski uspjeh u osnovnoj školi, kao i moguće adaptacijske poteškoće (15, 16). Djecu koja u ranom razvoju ne uspiju dosegnuti najelementarniju razinu socijalne kompetencije, na neki način možemo smatrati rizičnom. Mnogi istraživači dječjeg ponašanja iznijeli su dokaze i upozorili na tendenciju ustaljivanja i zadržavanja negativnih obrazaca ponašanja i niske razine socijalne kompetencije (17, 18).

Popularnost razvojno prethodi prijateljstvu. Premda već u predškolskom periodu djeca uspostavljaju prijateljske odnose, njihov je glavni interes primarno usmjeren prema prihvaćenosti unutar skupine. Ova pojava osobito dolazi do izražaja i svoju kulminaciju doseže tijekom prvih razreda osnovne škole. U višim razredima osnovne škole (osobito u predadolescentnom periodu) dominantnom postaje nova potreba u interpersonalnim relacijama koju karakterizira stvaranje bliskog, uzajamnog i intimnog odnosa. To je prijateljski odnos. Tako prijateljski odnos postaje prostor unutar kojega dijete testira novu razinu interpersonalnih odnosa i bliskosti. Premda popularnost i prijateljstvo svoje puno značenje dosežu u periodu osnovne škole, odnosno adolescencije, njihov začetak duboko seže u predškolski period (11-13, 15).

Razvoj vršnjačkih odnosa

Kvantiteta i kvaliteta druženja među vršnjacima transformira se vremenom. S godinama potreba za vršnjačkim društvom postaje sve izraženija, tako da djeca sve više vremena provode s vršnjacima, a sve manje s odraslim osobama, uključujući i roditelje (19). Početak interesa za drugu djecu javljaju veoma rano (oko šestog mjeseca), dok se konkretnije socijalne interakcije zamjećuju tek u trećoj godini života. Beba sa šest mjeseci interes za drugu djecu pokazuje gledanjem, osmjehom i dodirom. Kroz dojenačku dob međusobne interakcije među bebama uglavnom su koncentrirane oko različitih igračaka. Nakon treće godine vršnjaci postupno dobivaju sve veći značaj, tako da već u predškolskom periodu svijet vršnjaka za dijete ima najveću važnost, odmah iza obitelji. Djeca ove dobi imaju najmanje jednog prijatelja. Njihovo prijateljstvo poprima postupno određenu stabilnost. Vremenom se usavršava i vještina druženja s vršnjacima. Oni se učestalo igraju i šale, zajedno sjede za vrijeme ručka, međusobno razmjenjuju "važne" informacije i međusobno se štite i podupiru u različitim konfliktnim situacijama (16, 19).

Socijalna kompetencija predškolskog djeteta u odnosu na dojenačku dob iznimno je slojevita i kompleksna, premda daleko od one razine složenosti

koju nalazimo u adolescenciji i odrasloj dobi (19). Zajednička druženja i međusobne interakcije pretežno se odnose na igrovne aktivnosti. Zahvaljujući kognitivnom razvoju i mogućnosti simbolizacije djeca sve više koriste kompleksnije igre. Međusobni odnosi postaju intenzivniji i složeniji. Među njima se često dadu uočiti različita uzajamna oponašanja (modeliranja), kao i različite vrste potkrepljenja i kazne (smijanje, hvaljenje, optuživanje, tjelesni nasrtaji i sl.). Postupno se sve više uključuju u različite igre s pravilima. Kognitivni razvoj u velikoj mjeri pogoduje kompleksnijim socijalnim odnosima. Razvija se i sposobnost uživljavanja u tuđu ulogu, što u velikoj mjeri olakšava kvalitetno sudjelovanje u ovim igrama.

Samopoštovanje

Samopoštovanje ili svijest o vlastitoj vrijednosti je važna komponenta pojma o sebi. Samopoštovanje se može odrediti kao uvjerenje koje dijete razvije o samome sebi (19). Pokušaj znanstvenika da odrede samopoštovanje kao jedinstvenu dimenziju i da ga izraze jedinstvenim rezultatom nije dao očekivane rezultate. Stoga se smatra kako postoje različiti aspekti samopoštovanja, te da su oni vezani uz specifična područja djetetova svijeta - izgled, školsko postignuće, uspješnost u športskim aktivnostima i sl. Samopoštovanje počiva na uspjehu. Primijećeno je kako već djeca s dvije godine života očekuju i traže pozitivne reakcije odraslih osoba na njihova određena postignuća (npr. kada nešto uspješno donesu ili slože kocke i sl.) i jasno izražavaju zadovoljstvo svojim uspjehom. Istovremeno, ukoliko aktivnost nije polučila odgovarajući učinak, pokazuju negativne reakcije na neuspjeh (19).

Sve do osme godine života djeca nemaju razvijen ukupan osjećaj samopoštovanja. Razina samopoštovanja djece predškolske dobi često je relativno visoka. Ona je povezana s naglašenim osjećajem sigurnosti, vlastite snage i izraženog optimizma, koji je posljedica privrženosti i jakih emocionalnih veza sa primarnim skrbnikom (najčešće majkom). U školskom periodu razina samopoštovanja značajno opada (sve do četvrtog razreda), postupno se ustaljuje i poprima realističnije dimenzije. Za vrijeme preadolescencije dolazi do znatnijeg pada samopoštovanja. Povratak samopoštovanja na realniju razinu, ponovno se događa za vrijeme srednje škole.

Važnu ulogu u procesu formiranja i održavanja samopoštovanja ima svijest o sebi, odnosno zabrinutost zbog mišljenja drugih. Ova svjesnost o vlastitoj vrijednosti temelji se na zrcalnom pojmu o sebi. Zrcaljenje je proces unutar kojega osoba stvara svijest o vlastitoj vrijednosti na osnovu mišljenja drugih. U prvim godinama života slika o sebi je vezana uz dojmove koje dijete spoznaje iz reakcija najbližih članova obitelji, osobito majke. Dakako, poslije će ova procjena u značajnoj mjeri ovisiti i o mišljenju odgojitelja, učitelja, športskih trenera i drugih važnih osoba iz djetetova okruženja (19). Vremenom će i uloga vršnjaka imati sve više i više značaja u procesu formiranja samopoštovanja (slike o sebi). Izlazak iz obiteljskog kruga unutar vršnjačkih skupina važna je etapa u razvoju osobnosti. Snalaženje u svijetu vršnjaka uvelike će pridonijeti procesu razvoja osjećaja samopoštovanja i ukupnoj adaptaciji na životne okolnosti (obiteljske, vrtićne, školske…).

Povezanost tjelesnog odgoja i socijalne kompetencije

Pored zdravstvene dimenzije (očuvanja zdravlja) i stvaranja radnih i obrambenih sposobnosti, sport je veoma važna ljudska aktivnost koja ima značajnu odgojnu ulogu. Utjecaj sportskih aktivnosti na razvoj djeteta iznimno je značajan. Sport djeluje na različite aspekte osobnosti, kao što su morfološko-funkcionalna, emocionalna, voljna, moralna, radna, intelektualna i estetska (1, 5, 6). Stoga, u svakom planiranju konkretnog pedagoškog rada njegovu ulogu treba ozbiljno razmotriti i osigurati mu odgovarajući prostor. Uključenost u sportske aktivnosti od velikog je interesa za normalan razvoj predškolskog djeteta. Zahvaljujući ciljanim sportskim intervencijama razvojni potencijali djeteta mogu doživjeti značajnu afirmaciju i ozbiljan napredak. Kvalitetne i odmjerene sportske aktivnosti neizostavno će doprinijeti razvoju pojedinih sastavnica socijalne kompetencije, kao što su: regulacija emocija, socijalno razumijevanje (sposobnost predviđanja tuđih reakcija), socijalna umijeća (umijeće dijeljenja stvari, umijeće čekanja na red) i dr. (10). Snalaženje u svijetu vršnjaka i razvoj interpersonalnih odnosa važan je cilj tjelesnog odgoja. Vršnjačka prihvaćenost (popularnost) i prijateljstvo dvije su dimenzije socijalne kompetencije koje imaju značajan utjecaj na prilagodbu djeteta (12, 13, 15). Prihvaćenost unutar vršnjačke skupine rezultira zdravim stavovima prema natjecanju, konformizmu i postignuću (11).

Komunikacija među djecom pretežno se odvija putem različitih igrovnih aktivnosti. Dijete koje u igri učestalo iskazuje različite motoričke nespretnosti (ne zna slagati kocke, hvatati loptu, penjati se…), vremenom će pokazati tendenciju povremenog povlačenja iz skupine vršnjaka, što u konačnici može rezultirati nekim vidom socijalne izolacije (4). Sasvim suprotno, dijete koje ima dobro izgrađenu motoriku brzo će premostiti početnu barijeru, uključiti se prirodno i efikasno u zajedničku igru s drugom djecom. Prema tome, učinak tjelesnog odgoja na ukupni razvoj osobnosti više je nego evidentan. Tjelesni odgoj razvija i njeguje različite oblike društvenog ponašanja, kao i poželjne osobine ličnosti koje su uvjet za nesmetanu integraciju pojedinca u okolinu koja ga okružuje i potpun društveni život (4).

Od osobitog interesa, kada se razmatra ciljano uvođenje sportskih aktivnosti unutar vrtićnih programa, može biti njihov blagotvorni učinak na razvoj samopoštovanja djeteta (osjećaja uspješnosti), njegovih socijalnih vještina neophodnih za odgovarajuće snalaženje unutar vršnjačkih skupina. Jednom riječju na razvoj ukupnih adaptacijskih potencijala. Redovito vježbanje obogaćuje emocionalni život djeteta na različite načine. Vježbe primjerene dobi i sposobnosti djece pobuđivati će vesela i ugodna osjećajna stanja kod djece. Pravilno osmišljen i odmjeren tjelesni odgoj potpomoći će zdrav razvoj osobnosti, te olakšati eliminaciju neprihvatljivih ponašanja i psihopatoloških tendencija kod djeteta - egocentričnost, mržnju, zavist i sl. (4,

5). Redovita tjelesna aktivnost budi vedre misli, doprinosi ustrajnosti i dosljednosti, te podupire razvoj pozitivnih crta osobnosti, kao i formiranje snažne volje i karaktera. Redovito vježbanje također će olakšati razvoj inicijative, samostalnosti, pouzdanosti, upornosti, odlučnosti, točnosti, preciznosti, hrabrosti, poštenja, discipliniranosti, prijateljstva, solidarnosti, potpomaganje, osjećaj dužnosti i odgovornosti (4, 5).

Pokretne igre kao odgojno sredstvo

Igra je temeljna aktivnost predškolskog djeteta. Kroz igru dijete uči, usvaja nova znanja, vještine i navike, ona mu služi i kao način rješavanja različitih razvojnih sukoba koji se nalaze na putu odrastanja. Igra je od velike i neprocjenjive važnosti za sveukupni razvoj predškolskog djeteta. Putem igre dijete dobiva priliku okušati se u različitim aktivnostima. Aktivno participiranje i doživljaj uspjeha jačaju kod djeteta osjećaj osobne vrijednosti i učvršćuju njegovo samopouzdanje. Većina autora igre najčešće dijeli na: funkcionalne, simboličke igre i igre s pravilima. Funkcionalne igre vezane su uz nove funkcije koje razvojno sazrijevaju kod djeteta - motoričke, osjetilne i perceptivne. Simboličke igre, često nazivane i igre uloga, odnose se na igru u zamišljenim situacijama koje su povezane sa stvarnošću putem simbolike i prijenosa. Igre s pravilima su igre koje su regulirane privremenim sporazumom ili kodeksom preuzetim od odraslih osoba ili starije djece (20).

Unutar igara s pravilima ubrajamo i pokretne igre. Kretnja je osnovna sastavnica pokretnih igara. Hodanje, trčanje, skakanje, puzanje, penjanje, gađanje i bacanje, guranje i vučenje nalaze se u temelju tih igara. Pokretna igra je iznimno važna za normalni tjelesni razvoj. S obzirom da se putem pokretne igre učvršćuju prirodni oblici kretanja djeteta, ona je stoga osnovni oblik rada u tjelesnom predškolskom odgoju. Ona također razvija i spretnost, okretnost, brzinu i snalažljivost (5). Međutim, pored iznimnog učinka koji ima na normalan tjelesni razvoj pokretna igra ima značajnog utjecaja i na kognitivni, moralni i socijalni razvoj. Zahvaljujući dinamičnoj i interesantnoj igri dječja motivacija će biti izraženija, a pažnja dugotrajnija. Dijete razmišlja kako se sakriti u igri, kako pobjeći, kako "spasiti" drugoga i sl. U igri je mašta često prisutna. Djeca se uživljavaju u različite uloge - mačke, miša, zeca, lovca i sl.

Pokretne igre imaju poseban učinak na socijalni razvoj djeteta. Igra koja budi pozitivne emocije i koja je djeci zanimljiva, dobra je prigoda za uvježbavanje smjelosti, upornosti, ustrajnosti i jačanja volje. U nekim igrama od djece se traži da spašavaju jedni druge. Te igre podrazumijevaju određeni vid "opasnosti". Međutim, bez obzira na prepreke, djeca se upuštaju u "opasne" zadatke i spašavaju svoga prijatelja. Ovakve igre zahtijevaju smjelost i iskreno prijateljstvo. Djeca su u igri usmjerena jedno na drugo i međusobno ovisna. Oni moraju potisnuti svoje egoistične motive, uvažiti prioritete koje zahtijevaju okolnosti, svladati se i podčiniti pravilima (5). Igra osigurava prostor i pruža pravu mogućnost za poticanje i razvoj bliskih i prijateljskih odnosa među djecom. Biti i osjećati se članom skupine i biti prihvaćen i cijenjen od svoje skupine od temeljne je važnosti za normalan psihički razvoj.

Uloga odgojitelja (kineziologa)

U očima predškolskog djeteta posebno mjesto zauzima odrasla osoba koja realno i simbolički zamjenjuje odsutnog roditelja. Jako je važno da dijete već pri prvim kontaktima doživi odgojitelja (kineziologa) kao osobu koja ulijeva povjerenje i s kojom njegovi roditelji srdačno komuniciraju u prijateljskom ozračju. U očima djeteta ona će postajati sve važnija i interesantnija osoba, koja će dobiti značaj i važnost roditelja. S odgojiteljem (kineziologom) dijete će postupno uspostaviti blisku emocionalnu vezu i ponavljati dio uhodanih obrazaca odnosa koje je razvilo sa svojim primarnim objektima, osobito s majkom. Na odgojitelja će prenijeti i svoja emocionalna i druga očekivanja. Stoga je veoma važno da odgojitelj budi u djetetu osjećaj povjerenja i sigurnosti (21). Svaki napredak u predviđenim aktivnostima i pravovremena pohvala jačat će u djetetu samopouzdanje i osjećaj pripadnosti skupini. Dobronamjeran i odmjeren pristup poduprijet će dijete u socijalnim aktivnostima i pomoći mu u izgradnji čvrste i stabilne osobnosti.

Sport i perfekcionizam

Međutim, neodmjereno prakticiranje pojedinih sportskih aktivnosti unutar predškolskih ustanova, pa i šire, može rezultirati mnoštvom problema koji se mogu reflektirati u bliskoj budućnosti, ali koje mogu pokazati patogeni učinak i nakon dužeg vremenskog razdoblja. Naime, jedan dio roditelja u sportskom angažmanu vlastite djece vidi ogromnu šansu za njihovu profesionalnu afirmaciju i vrhunski sportski uspjeh. Međutim, ukoliko se pred djecu postave iznimno visoki ciljevi i standardi, konačni rezultat može biti poprilično razočaravajući. Da bi postigli zacrtane ciljeve takvi roditelji u potpunosti isplaniraju život vlastitog djeteta, nastojeći iznimnom disciplinom postići idealne rezultate i već od malih nogu, usmjeriti njegovu profesionalnu (sportsku) karijeru, kako bi, kada naraste postalo nevjerojatno uspješno. Međutim, ovakav odgojni pristup najčešće neće stvoriti uspješne profesionalce već "perfekcioniste". Zbog pretjeranih ideala i roditeljskih očekivanja "djeca perfekcionisti" će ostajati u "sigurnoj zoni" i biti će ispunjena strahom od neuspjeha i razočaranja koji će ih kočiti da poduzmu odlučne korake kako bi iz prosjeka dosegnuli vrh. Rizik ih plaši, a upravo je rizik neophodan kako bi se došlo do vrha. Stoga bi roditelji trebali osobne ciljeve svesti u realne okvire i omogućiti djeci razvoj pod normalnim uvjetima i bez žurbe. Jer će samo na takav način oni razviti svoje talente, postići profesionalni uspjeh i doživjeti životnu sreću i zadovoljstvo (22).

LITERATURA

1. Skender N. Važnost tjelesnog vježbanja (sporta) djece i mladeži (www.sportskitrening.hr/kondicijska_priprema_clanci3) 2007.
2. Berk L. Psihologija cjeloživotnog razvoja. Jastrebarsko: "Naklada Slap", 2007.
3. Ružić E, Marincel M, Runjić K. Efektivno vježbanje na satu tjelesne zdravstvene kulture u predškolskom odgoju. U Findak V, ur. Zbornik radova "15 ljetna škola kineziologije RH", Rovinj: Hrvatski kineziološki savez, 2006; 327-31.

4. Tomac-Rajčević M, Vrhoci D. Organizacijski oblici rada za djecu predškolske dobi u "Maloj sportskoj školi", Koprivnica. U Findak V, ur. Zbornik radova "16 ljetna škola kineziologije RH", Poreč: Hrvatski kineziološki savez, 2007; 529-34.

5. Ivanković A. Fizički odgoj djece predškolske dobi, Zagreb: Školska knjiga, 1971.

6. Findak V. Tjelesna i zdravstvena kultura u predškolskom odgoju, Zagreb: Edip, 2001.

7. Blažević I, Lukšić E. Primjena atletskih sadržaja u radu s djecom predškolske dobi, U Findak V, ur. Zbornik radova "16 ljetna škola kineziologije RH", Poreč: Hrvatski kineziološki savez, 2007; 406-9.

8. Howe C, Matheson CC. Sequences in the development of competent play with peers: Social and social-pretend play, Developmental Psychology, 1992; 20: 961-74.

9. Waters E, Sroufe LA. Social competence as developmental construkt. Developmental Rewiew, 1983; 3: 79-97.

10. Katz LG, McClellan DE. Poticanje razvoja dječje socijalne kompetencije. Zagreb: Educa, 1999.

11. Klarin M. Razvoj djece u socijalnom kontekstu. Jastrebarsko: "Naklada Slap", 2006.

12. Sullivan HS. Interpersonal theory of psychiatry. New York: Norton & Company Inc, 1953.

13. Bukowski WM, Hoza B, Boivin M. Popularity, Friendship, and Emotional Adjustment During Early Adolescence. U: Loursen B, ur. Friendships in Adolescence, San Francisco: Jossey-Bass, 1993; 23-37.

14. Hartup WW. Having friends, making friends, and keeping friends: Relationships as educational contexts. U: Early report. Minneapolis, MN: Center for Early Education and Development, 1991.

15. Bukowski WM, Hoza B. Popularity and friendship - Issues in theory, measurement, and outcome. U: Bendt TJ, Ladd GW. ur. Peer relationships in child development, New York: John Wiley & Sons, 1989; 15-45.

16. Buysse V, Goldman BD, West T, Hollingsworth H. Friendships in Early Childhood, Implications for Early Education and Intervention. U: Brown WH, Odom SL, McConnell SR. ur. Social Competence of Young Children, Risk, Disability & Intervention, Baltimore: Paul H. Brookes Publishing Co., Inc, 2008; 77-99.

17. Ladd GW. Social networks of popular, average, and rejected children in school settings. Merrill-Palmer Quarterly, 1983; 29: 283-307.

18. Rose SL, Rose SA, Feldman JF. Stability of behavior problems in very young children. Development and psychopathology, 1989; 1: 1-19.

19. Vasta R, Haith MM, Miller SA. Dječja psihologija. Jastrebarsko: "Naklada Slap", 1998.

20. Duran M. Dijete i igra. Jastrebarsko: "Naklada Slap", 1995.

21. Mikas D. Usklađenost u procjeni problema u ponašanju djece predškolske dobi između roditelja i odgojitelja. Magistarski rad, Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 2004.

22. Elmasry F. Savršena djeca (www.voanews.com./croatian/archive/) 2006.

Summary

SPORT PROGRAMMES AND SOCIAL COMPETENCE WITH PRESCHOOL CHILDREN

D. Mikas

Physical (sport) activities claim expansion of the limits of children possibilities, they stimulate the development of different kinds of social relation and a creative manner of expressing themselves. Besides the obvious consequence on the physical health, sport activities can influence considerably the development of different parts of personality-emotional, cognitive, moral… It is possible to stimulate the development of social competence through different sport activities. Socialy-competent pre-school children show considerably higher level of achievement at school and social integration in the first classes of the primary school. Carefully chosen children games offer great possibilities in stimulating the development of social competence with the pre-school child.

Descriptors: GAME, SPORT, PHYSICAL DEVELOPMENT, PRE-SCHOOL CHILD, PEER RELATIONSHIP, SOCIAL COMPETENCE