

*Josip Cvenić
Goran Nagy
Dragica Šmit*

Prethodno znanstveno priopćenje

RAZLIKE U MOTIVACIJI ZA NASTAVU TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE IZMEĐU REDOVNIH UČENIKA I UČENIKA KOJI DODATNO POHAĐAJU IZVANNASTAVNE SPORTSKE AKTIVNOSTI – „VIKENDOM U SPORTSKE DVORANE“ U OŠ PAVLEKA MIŠKINE

1. UVOD

Program „Vikendom u sportske dvorane“ osmišljen je i pokrenut od strane Gradskog ureda za obrazovanje, kulturu i sport grada Zagreba, a provodi se u osnovnim školama od 2007. godine. Ovaj neosporno značajan i pedagoški opravdan program ima za cilj stvaranje navike bavljenja nekom sportskom aktivnošću više puta tjedno kroz zdravstveno, socijalno i psihološki usmjerenu aktivnost, a radi podizanja kvalitete života te prevenciju svih oblika neprihvatljivog ponašanja. U okviru programa provode se sportske aktivnosti sukladne interesima i preferencijama učenika (izraženih putem anketnih upitnika na početku školske godine) i konkretnim materijalnim uvjetima dvorane i škole u cijelosti.

U današnje vrijeme mnoge dječje aktivnosti potiču na sedentarni način života – vrijeme provedeno na nastavi, pisanje zadaća i učenje te zabava na računalo. Zbog ubrzanog ritma, pretjeranog sjedenja i stresa narušava se kvaliteta života kroz pojavu oboljenja sustava za kretanje, metabolizma te srčano-žilnog sustava.

Razdoblje od 6. do 14. godine života vrijeme je najintenzivnijeg razvoja te je izuzetno važno stvaranje navike i prepoznavanja potrebe za fizičkom aktivnošću čime se u široj perspektivi gradi zdravije društvo. Znanstveno je dokazano da redovito bavljenje nekom tjelesnom aktivnošću dovodi do boljeg raspoloženja, bolje prilagodbe okolini, većeg samopouzdanja, boljih intelektualnih sposobnosti te snalaženja u prostoru i životu općenito. Također, vježbanjem i poboljšanjem kondicije ili u svladavanju novih motoričkih vještina, razvijaju se osjećaji kompetentnosti i osobne vrijednosti.

Motivacija je svakako jedna od najznačajnijih komponenti u strukturi ličnosti koja predstavlja dinamičku snagu ličnosti i zato se smatra važnom za objašnjenje ponašanja (Šimunić i Barić, 2011). Upravo su motivacijski procesi najznačajniji faktor koji će pokrenuti učenike iz sedentarnog načina života k redovitoj tjelovježbi te predstavljaju inicijalni poticaj za zamjenu zabave na računalo tjelesnim aktivnostima.

Za potrebe ovog istraživanja učenike smo podijelili u dvije skupine.

SKUPINA A - učenici koji redovno pohađaju nastavu tjelesne i zdravstvene kulture prema Planu i programu za tjelesnu i zdravstvenu kulturu u Osnovnoj školi Pavleka Miškine u trajanju dva puta tjedno po 45 minuta.

SKUPINA B - učenici koji redovno pohađaju nastavu tjelesne i zdravstvene kulture prema Planu i programu osnovne škole Pavleka Miškine u trajanju dva puta tjedno po 45 minuta. Osim redovne nastave učenici pohađaju i izvannastavne sportske aktivnosti u okviru programa „Vikendom u sportske dvorane“, tj. različite sportske aktivnosti prema svojem interesu: nogomet (1.-4. razred-dječaci, 5.-8. razred-dječaci), elementarna sportska škola (1.-4. razred-kombinirana skupina), badminton (1.-8. razred-kombinirana skupina), stolni tenis (1.-8. razred-kombinirana skupina) i gimnastika (1.-4. razred-kombinirana skupina). Iste se provode 2-3 puta tjedno (tijekom tjedna i subotom) u trajanju 45 do 90 minuta. Također tijekom školske godine provode se sportski susreti (natjecanja) koji su učenicima prezentirani kao prijateljska druženja. Raspoređeni su na devet mjeseci, tako da se jedne subote u mjesecu odigrava sportski susret u određenom sportu za učenike određene kategorije sukladno spolu i uzrastu.

2. CILJ RADA

Primarni je cilj ovog rada utvrditi razlike u intrinzičnoj motivaciji za tjelesno vježbanje na nastavi tjelesne i zdravstvene kulture između dvije grupe ispitanika, jedne koja redovno pohađa nastavu tjelesne i zdravstvene kulture dva puta tjedno po 45 minuta, i druge koja uz redovnu nastavu pohađa i dodatne izvannastavne aktivnosti „Vikendom u sportske dvorane“ tijekom tjedna i preko vikenda.

Sekundarni je cilj provjeriti neke metrijske karakteristike hrvatske verzije Upitnika intrinzične motivacije, točnije faktorsku valjanost i pouzdanost.

3. METODE RADA

Uzorak sudionika

U uzorku je 122 učenika od petog do osmog razreda osnovne škole Pavleka Miškine, od toga 63 učenika koji redovito pohađaju nastavu tjelesne i zdravstvene kulture i 59 učenika koji uz redovitu nastavu pohađaju i izvannastavne sportske aktivnosti u okviru programa „Vikendom u sportske dvorane“.

Način prikupljanja podataka

Podaci korišteni u ovom radu prikupljeni su na jednom satu tjelesne i zdravstvene kulture u drugom polugodištu školske godine 2013/2014. Sudjelovali su svi učenici koji su na dan ispitivanja nazočili nastavi tjelesne i zdravstvene kulture i koji su ispravno ispunili upitnike.

Na samom početku sudionicima je usmeno objašnjena svrha istraživanja te im je zajamčena anonimnost odgovora. Sudionicima je istaknuto da nema ni točnih ni pogrešnih odgovora te da na pitanja odgovaraju sukladno osobnoj procjeni aktualnog stanja.

Uzorak varijabli

Kako bismo utvrdili vrijednosti intrinzične motivacije kod učenika primjenjen je Upitnik intrinzične motivacije – *Intrinsic motivation inventory* (Mc Auley i sur., 1989). Upitnik je u Hrvatskoj preveden i adaptiran (Barić i sur., 2002) za tjelesnu i zdravstvenu kulturu i otada je u više navrata bio primjenjivan na različitim populacijama. Sastoji se od 18 čestica koje na petstupanjskoj skali Likertovog tipa procjenjuju ukupnu razinu intrinzične motivacije preko četiri subskale, odnosno kao rezultanta četiri pripadajuće subdimenzije preko kojih se određuje u kojoj se mjeri procjenjivana aktivnost smatra zanimljivom i uživajućom, u kojoj mjeri aktivnost odražava ispitanikovu kompetentnost i uloženi napor te koliko se pritiska (tenzije) osjeća djelovanjem u toj aktivnosti. Prva se tri faktora (interes-uživanje, percipirana kompetentnost, napor-važnost) smatraju pozitivnim indikatorima, dok se posljednji (pritisak-tenzija) smatra negativnim indikatorom intrinzične motivacije. Zadatak sudionika je procjena čestica na skali Likertovog tipa od 5 stupnjeva, pri čemu 1 označava „uopće se ne slažem“, a 5 označava „u potpunosti se slažem“ s navedenom tvrdnjom.

Metode obrade podataka

Za obradu rezultata korišten je programski paket Statistica (verzija 10.0). Za provjeru metrijskih karakteristika upitnika korištena je faktorska analiza s varimax rotacijom kako bi se provjerila četverofaktorska struktura upitnika te Kaiser-Gutmannov kriterij kako bi se odredio broj značajnih faktora. Isto tako provedeno je testiranje pouzdanosti za svaku dimenziju upitnika, te su dobivene vrijednosti Cronbachove Alphe. Na kraju je provedena deskriptivna statistika te se t-testom za nezavisne uzorke utvrdila razlika u intrinzičnoj motivaciji između dviju grupa.

4. REZULTATI I DISKUSIJA

Jedan od sekundarnih ciljeva ovog istraživanja bio je utvrditi u kojoj mjeri ovi rezultati odgovaraju hipotetskoj faktorskoj strukturi Upitnika intrinzične motivacije (McAuley i sur., 1989). Izolirane su četiri značajne glavne komponente koje su objasnile 64.37% ukupne varijance konstrukta intrinzične motivacije procijenjenog sa 17 od 18 čestica upitnika. Jedino čestica br. 14 nije imala projekciju na pripadajući faktor te je ona izbačena iz daljnje obrade. Ovaj rezultat govori da je upitnik IMI zadovoljavajuće „pokrio“ analizirani prostor intrinzične motivacije i da je broj faktora istovjetan onom u originalnoj strukturi. Daleko najveća količina ukupne varijance objašnjena je prvom svojstvenom vrijednosti (31.22%).

Nakon nje dolaze silaznim redoslijedom prema ukupnom varijabilitetu, druga (14.62%), treća (11.44%) i četvrta (7.07%) komponenta.

Vrijednosti Cronbachove alfe koje su dobivene po pojedinim dimenzijama kreću se od visokih do dobrih. Za dimenziju interes/uživanje dobivena pouzdanost iznosi $\alpha=0.86$, dimenzija napor/važnost $\alpha=0.82$, dimenzija percipirana kompetentnost $\alpha=0.73$ i dimenzija pritisak/tenzija $\alpha=0.72$.

Prikaz osnovnih statističkih pokazatelja faktora intrinzične motivacije (interes/uživanje, percipirana kompetentnost, napor/važnost i pritisak/tenzija) naveden je u tablici 1 za obje grupe.

Tablica 1. Osnovni statistički pokazatelji faktora intrinzične motivacije za obje skupine

Komponente	Na	Nb	ASa	ASb	SDa	SDb	MINa	MINb	MAKSa	MAKSb
INTERES / UŽIVANJE	63	59	3.79	3.99	0.87	0.94	1.00	1.00	5.00	5.00
PERC. KOMPETENTNOST	63	59	3.93	4.43	0.79	0.69	2.00	1.25	5.00	5.00
NAPOR / VAŽNOST	63	59	3.92	4.24	0.85	0.86	1.00	1.00	5.00	5.00
PRITISAK / TENZIJA	63	59	1.78	1.85	0.64	0.98	1.00	1.00	3.25	5.00

Legenda: Na- broj učenika u skupini a, Nb- broj učenika u skupini b, ASa-aritmetička sredina skupine a, ASb-aritmetička sredina skupine b, SDa-standardna devijacija skupine a, SDb-standardna devijacija skupine b, MINa-minimalni rezultat u skupini a, MINb-minimalni rezultat u skupini b, MAKSa-maksimalni rezultat u skupini a, MAKSb-maksimalni rezultat u skupini b

Skupine su podjednake što se tiče broja učenika, četiri učenika više ima u skupini koja je pohađala samo nastavu tjelesne i zdravstvene kulture i nije prisustvovala nikakvim izvannastavnim sportskim aktivnostima. Na temelju aritmetičkih sredina za pojedine faktore i grupe može se reći da se prosječne ocjene za prva tri faktora (interes/uživanje, percipirana kompetentnost i napor/važnost) kreću oko 4, sve vrijednosti su veće kod skupine B.

Kod četvrtog faktora pritisak/tenzija izračunati prosjeci se nalaze u zoni nižih vrijednosti. No, ako se zna da je ta dimenzija negativno skalirana gdje niži odgovori označavaju više vrijednosti, onda je i taj rezultat očekivan.

Tablica 2. Rezultati t-testa za nezavisne uzorke

Komponente	Na	Nb	ASa	ASb	SDa	SDb	t	df	p
INTERES / UŽIVANJE	63	59	3.79	3.99	0.87	0.94	1.22	120	0.22
PERC. KOMPETENTNOST	63	59	3.93	4.43	0.79	0.69	3.70	120	0.00
NAPOR / VAŽNOST	63	59	3.92	4.24	0.85	0.86	2.05	120	0.04
PRITISAK / TENZIJA	63	59	1.78	1.85	0.64	0.98	0.44	120	0.65

Legenda: Na- broj učenika u skupini a, Nb- broj učenika u skupini b, ASa-aritmetička sredina skupine a, ASb-aritmetička sredina skupine b, SDa-standardna devijacija skupine a, SDb-standardna devijacija skupine b, t- vrijednosti t-testa, df-stupnjevi slobode, p-razina statističke značajnosti

U tablici 2 prikazani su rezultati serije nezavisnih t-testova koji pokazuju da postoje statistički značajne razlike u dvije varijable. Dobivene su razlike u dimenziji percipirana kompetentnost ($p < 0.01$) te napor/važnost ($p < 0.05$). Dječaci koji su izabrali izvannastavne dodatne aktivnosti procijenili su svoju kompetentnost višom od dječaka koji pohađaju samo nastavu tjelesne i zdravstvene kulture.

Isto tako ti dječaci su procijenili aktivnosti na nastavi važnijima i bili su spremni ulagati više napora od druge skupine. Kod ostala dva faktora interes/uživanje i pritisak/tenzija nisu utvrđene statistički značajne razlike, što znači da učenici obje skupine iskazuju jednaki interes i podjednako uživaju na aktivnostima tjelesne i zdravstvene kulture te ne osjećaju povećanu napetost i pritisak.

5. ZAKLJUČAK

Upitnik intrinzične motivacije IMI proveden je na uzorku 122 učenika od petog do osmog razreda Osnovne škole Pavleka Miškine u Zagrebu, u cilju utvrđivanja razlike u intrinzičnoj motivaciji za tjelesno vježbanje na nastavi tjelesne i zdravstvene kulture. Razlike su se utvrđivale između skupine koja je samo redovno pohađala nastavu tjelesne i zdravstvene kulture dva puta tjedno po 45 minuta i skupine koja je uz redovnu nastavu pohađala i izvannastavne aktivnosti 2-3 puta tijekom tjedna i preko vikenda.

Dobiveni podaci pokazuju kako se navedene skupine razlikuju u dvije dimenzije intrinzične motivacije, percipirana kompetentnost i napor/važnost. Učenici koji osim redovne nastave pohađaju organizirane izvannastavne aktivnosti procjenjuju sebe kompetentnijima, pridaju više važnosti tjelesnim aktivnostima, iskazuju veći interes za sadržaje u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture te ulažu više truda.

Faktorskom analizom utvrđena je četverofaktorska struktura upitnika intrinzične motivacije IMI kako je to i pretpostavljeno te su dobiveni dobri rezultati koeficijena pouzdanosti na svim dimenzijama.

6. LITERATURA

1. Barić, R., Cecić-Erpič, S., & Babić, V. (2002). Intrinsic Motivation and Goal Orientation in Track-and-field Children. *Kinesiology*, 34 (1), 50-60.
2. Šimunić, V., Barić R. (2011). Motivacija za vježbanje povremenih rekreativnih vježbača: spolne razlike, *Hrvatski športskomedicinski vjesnik*, 26(1), 19-25.
3. McAuley, E., Duncan, T., and Tammen, V.V. (1989). Psychometric properties of the intrinsic motivation inventory in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 60(1), 48-58
4. Osnovna škola Pavleka Miškine (2014). Vikendom u sportske dvorane. Pretraživano 30.03.14.na:http://os_pmiskinezg.skole.hr/vikendom_u_portske_dvorane/o_programu