

Ivana Brčić Matić
Aristea Gašpić
Nada Grčić-Zubčević
Dinko Matić

EKSPERIMENTALNI MODEL RADA PODUKE NEPLIVAČA UČENIKA DRUGIH RAZREDA ZAGREBAČKIH ŠKOLA

1. UVOD

U suradnji s Ustanovom za upravljanje sportskim objektima Mladost, trenerice plivačkog kluba Mladost (I.B. Matić i A. Gašpić) provele su eksperimentalni program poduke neplivača u svrhu intenzifikacije procesa redovite poduke neplivača učenika zagrebačkih osnovnih škola. Poduka se provodila u „malom“ bazenu dužine 25m, dubine 0,60 do 1,20 m i „velikom“ bazenu dužine 25 m, dubine 2,20m. Cilj programa bio je osposobiti što veći broj djece za samostalno održavanje i plivanje u dubokoj vodi, omogućiti djeci sigurnost i snalaženje u vodenom okruženju. Prilikom provođenja programa cilj, sadržaj, volumen opterećenja i metode rada prilagođeni su grupaciji učenika. Važnu ulogu u cijelom procesu zauzimala je igra koja predstavlja osnovni oblik aktivnosti djeteta i samim time logično sredstvo u radu s djecom. Posebno je bila bitna u radu s pojedincima iz razrednih odjeljenja koji su imali izražen strah od vode ili poteškoće u razvoju, problem emocionalne naravi i sl. U daljnjem tekstu opisan je novi model rada.

2. PROBLEM I MODEL RADA

Tijekom godina uočeni su određeni problemi u organizaciji provedbe programa. Program je provodio stručni kadar (kineziolozi s različitim usmjerenjem, sportski treneri, profesionalni učitelji plivanja, studenti) na način da isti tim trenera nije provodio poduku od 1. do 15. sata, već su se izmjenjivali. Krenuvši s ovim projektom prihvaćen je model u kojem sva tri tjedna poduke (15 sati) radi isti kineziolog s usmjerenjem plivanja i dugogodišnjim iskustvom u plivačkom klubu i student kineziologije u ulozi asistenta. Taj drugačiji pristup odabran je zbog bolje kontrole usvojenosti programa, bolje komunikacije s djecom i učiteljima te izgradnje međusobnog povjerenja, a to je bitan preduvjet za ostvarivanje što boljeg krajnjeg cilja. S obzirom da je cilj programa osposobiti dijete za plivanje u dubokoj vodi putem ljestvice ocjenjivanja – ocjena 11 (Grčić-Zubčević, 1996) i primjena dalje u svakodnevnom životu, procijenjeno je da u svrhu poduke treba češće koristiti duboki bazen. Rad se odvijao u homogeniziranim

grupama. Dijete je moglo prijeći iz jedne grupe u drugu ovisno o stupnju usvojenosti određenih motoričkih znanja, što je u potpunosti opravdano zbog različite dinamike usvajanja pojedinih elemenata tehnike plivanja, savladavanja straha od duboke vode i sl. Dakle, kada bi dijete u dubokom dijelu „malog“ bazena bilo sposobno samostalno se održavati na vodi, otploviti deset metara s rotacijom iz položaja s trbuha na leđa (uzdužna os) bio bi prebačen u grupu s kojom se radilo na „velikom“ bazenu. Dinamika je bila takva da je dio djece već od 6. sata imao poduku u „velikom“ bazenu. Zadaća je bila prilagoditi djecu na uvjete u kojima se odvija finalno testiranje.

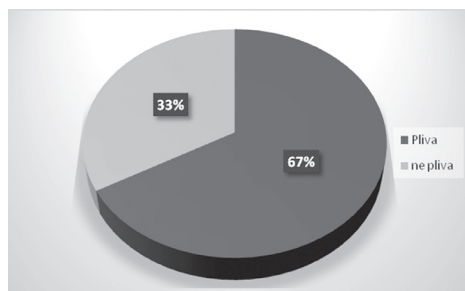
Metodičke vježbe korištene prilikom poduke u „velikom“ bazenu bile su sljedeće:

- skokovi na noge s različitih visina
- skokovi s različitim zadacima
- vježbe plutanja na trbuhu i leđima sa i bez rekvizita
- vježbe klizanja na trbuhu i leđima sa i bez rekvizita
- plivanje s rekvizitima (tuba) 25m
- plivanje bez rekvizita na trbuhu ili leđima do različitih udaljenosti
- plivanje s rotacijom iz položaja s trbuha na leđa
- plivanje prsno, leđno i kraul tehnikom
- plivanje sa zaronom.

3. ANALIZA REZULTATA

3.1. Uzorak ispitanika

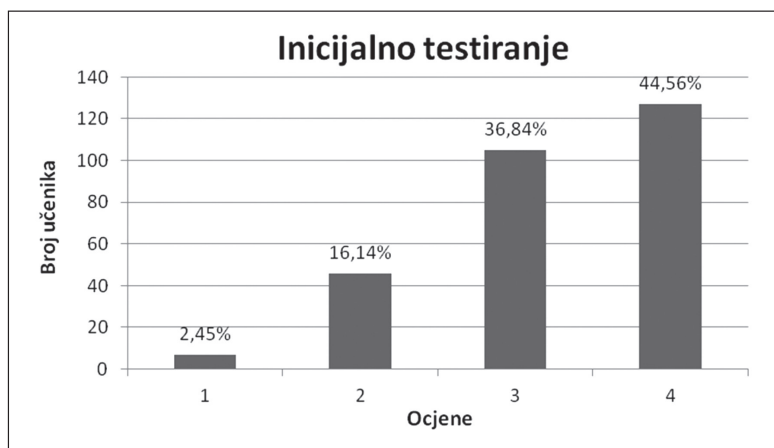
U školskoj godini 2013/2014. početnu provjeru znanja plivanja na bazenu PVC Mladost prošlo je 2025 učenika drugih i trećih razreda osnovnih škola. Od ukupnog broja testirane djece 1353 su bili plivači (67%), a 672 neplivači (33%) (slika 1).



Slika 1. Postotak plivača i neplivača testirane djece

Za potrebe ovog rada ispitivanje je provedeno na uzorku od 285 djece (135 djevojčica i 150 dječaka) od ukupno 672 koji su bili uključeni u program poduke neplivača.

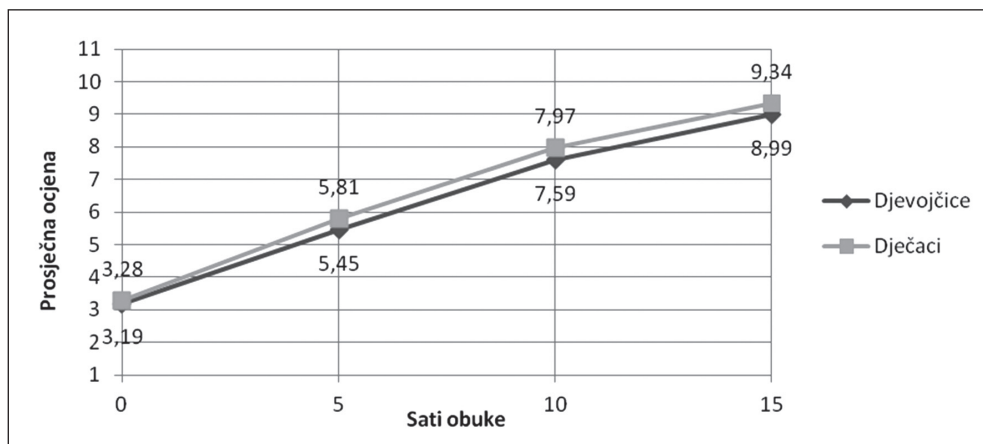
Analizirani su rezultati učenika drugih razreda osnovnih škola koji su se pokazali kao potpuni neplivači na inicijalnom testiranju koje je provedeno metodom procjene na prvom satu poduke, ocjena od 1 do 4 (Grčić-Zubčević, 1996) (slika 2), te da su bili prisutni na 14 odnosno 15 sati programa od maksimalnih 15 sati. Taj kriterij je primijenjen da bi se dobio što vjerodostojniji prikaz učinkovitosti upotrebe novih modela rada u poduci neplivača.



Slika 2. Distribucija ocjena inicijalnog testiranja

3.2. Usporedba djevojčica i dječaka

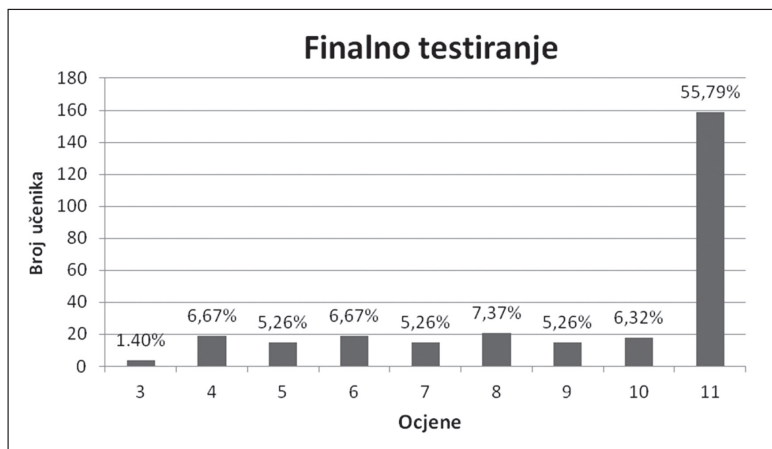
Prilikom analize rezultata uočena je neznatna razlika u napredovanju između dječaka i djevojčica (I – inicijalno, T1 – prvo tranzitivno, T2 – drugo tranzitivno i F – finalno testiranje). Na grafikonu (slika 3) prikazani su rezultati napredovanja u znanju plivanja od početne provjere, tranzitivnih provjera na 5. i 10. satu te završne provjere na 15. satu sa srednjom završnom ocjenom 9.



Slika 3. Rezultati I, T1, T2 i F testiranja djevojčica i dječaka

3.3. Distribucija ocjena na finalnom testiranju

Distribucija ocjena finalnog testiranja vidljiva je iz grafikona (slika 4). Samo 8% neplivača nije savladalo program te oni bi trebali ponoviti. Od ukupnog broja neplivača 55,79% ocijenjeno je ocjenom 11 (plivač početnik), a 36,14% s ocjenama od 5 do 10 (plutači).



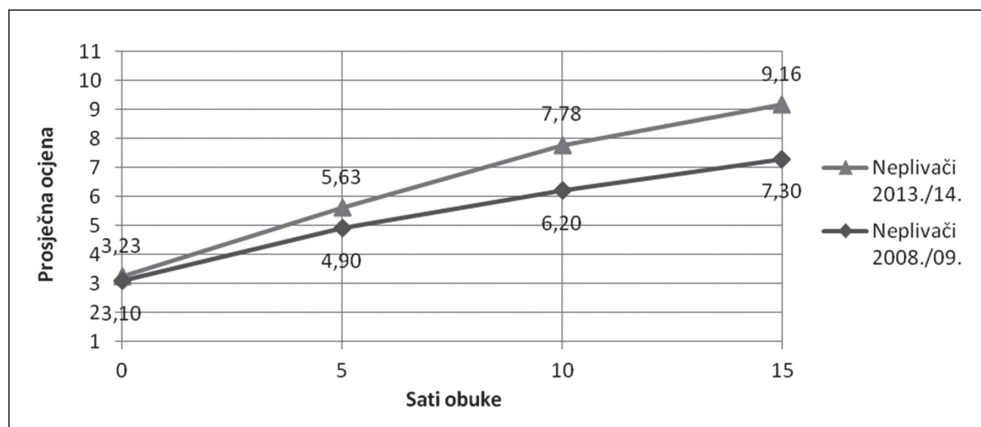
Slika 4. Distribucija ocjena na finalnom testiranju

4. USPOREDBA REZULTATA ŠK. 2008./09. GODINE I REZULTATA ŠK. 2013/2014. GODINE

Uspoređujući rezultate redovite poduke neplivača učenika osnovnih škola na zagrebačkim plivalištima u šk. 2008/09. godini (Grčić- Zubčević, Zoretić, Zubčević, 2010) vidljiva je korist primjene drugačijeg modela rada u obuci neplivača.

Učenici šk.2008/09. godini počeli su obuku s inicijalnom srednjom ocjenom 3,1, a završili su poduku nakon 15 sati sa srednjom finalnom ocjenom 7,3 (nakon samostalnog ulaska u vodu dijete prepliva bilo kojim načinom, uz disanje, 7 – 10 metara). Vrlo je bitno napomenuti da su svi bili učenici trećeg i četvrtog razreda osnovne škole, dok su ovim radom analizirani rezultati učenika drugog razreda.

Iz grafikona (slika 5) vidljivo je da su učenici u šk. 2013/2014. godini imali početnu srednju ocjenu 3,2, a na 15. satu srednju finalnu ocjenu 9,1 (nakon samostalnog ulaska u vodu dijete prepliva bilo kojim načinom, uz disanje, 15 – 20 metara).



Slika 5. Rezultati I, T1, T2 i F testiranja djevojčica i dječaka

5. ZAKLJUČAK

Usporedbom rezultata redovite poduke neplivača učenika trećih i četvrtih razreda osnovnih škola, šk. 2008/09. godine s rezultatima učenika drugih razreda iz šk. 2013/14. godine, vidljivo je da su primjenom navedenog modela ostvareni mnogo bolji rezultati (za dvije ocjene što je za 10 metara više) na finalnom testiranju. Posebno je važno istaknuti da su bolji rezultati postignuti iako se program provodio s mladom populacijom učenika pa bi se moglo zaključiti da bi primjena opisanog modela rada sa starijim učenicima dala još bolje rezultate.

Zaključak je da se treba težiti tome da poduku provode kineziolozi koji su usmjerili plivanje te da se ne izmjenjuju tijekom poduke zbog bolje kontrole usvojenosti programa, bolje komunikacije s djecom i učiteljima te izgradnje međusobnog povjerenja, što je bitan preduvjet za ostvarivanje krajnjeg cilja.

Rad se provodi u homogeniziranim grupama. Nadalje, poduka bi se trebala provoditi u „velikom“ bazenu, kada se postignu potrebni uvjeti za to (fizička i psihička spremnost učenika). Sve ovo trebalo bi se provoditi u svrhu intenzifikacije procesa poduke neplivača.

S obzirom da je bilo bitno da djeca zavole plivanje, da naučeno primjene u svakodnevnim situacijama, jako veseli činjenica da su djeca izuzetno dobro prihvatila rad u „velikom“ bazenu, budući da veliki broj više nije želio u „mali“ bazen.

6. LITERATURA

1. Grčić- Zubčević, N. (1996). *Efikasnost različitih programa te mogući čimbenici uspješnosti učenja plivanja*. Doktorska disertacija. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.
2. Grčić- Zubčević, N., D. Zoretić, J. Zubčević (2010). Analiza rezultata redovite poduke neplivača učenika osnovnih škola na zagrebačkim plivalištima u šk. 2008./09. godini. U: Zbornik radova (ur. V. Findak) 10. *Hrvatsko savjetovanje o obuci neplivača*, Orahovica, str. 41-44.