

**УНИВЕРЗИТЕТ У БЕОГРАДУ**  
**ФАКУЛТЕТ СПОРТА И ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА**

**РЕАЛИЗАЦИЈА СПОРТСКИХ АКТИВНОСТИ ДЕЦЕ**  
**ПРЕДШКОЛСКОГ И МЛАЂЕГ ШКОЛСКОГ УЗРАСТА У**  
**ШКОЛИЦАМА СПОРТА ГРАДА БЕОГРАДА**

**МАСТЕР РАД**

Кандидат:

Саша Саблић 4069/2020

Ментор:

ред. проф. др Ивана Милановић

**Београд, 2023.**

**УНИВЕРЗИТЕТ У БЕОГРАДУ**  
**ФАКУЛТЕТ СПОРТА И ФИЗИЧКОГ ВАСПИТАЊА**

**РЕАЛИЗАЦИЈА СПОРТСКИХ АКТИВНОСТИ ДЕЦЕ**  
**ПРЕДШКОЛСКОГ И МЛАЂЕГ ШКОЛСКОГ УЗРАСТА У**  
**ШКОЛИЦАМА СПОРТА ГРАДА БЕОГРАДА**

**МАСТЕР РАД**

Кандидат:  
Саша Саблић  
4069/2020

1. Ментор: ред. проф. др Ивана Милановић
2. Члан: ван. проф. др Милош Марковић
3. Члан: доц. др Владимир Милошевић

**Београд, 2023.**

## Сажетак

Овај рад истражује школе спорта и реализацију спортских активности деце предшколског и млађег школског узраста у школицима спорта у Београду. Циљ истраживања је био да се установи на који начин се реализују спортске активности и како оне утичу на развој деце. Метода која је коришћена за анализу јесте анализирање анкете коју су попуњавале школице спорта на подручју града Београда. Добијени резултати су приказани помоћу графикана које прате детаљна објашњења.

## Abstract

This paper explores sports schools and the implementation of sports activities for preschool and early school-age children in sports schools in Belgrade. The aim of the research was to determine how sports activities are realized and how they influence the development of children. The method used for analysis is the examination of surveys completed by sports schools in the Belgrade area. The obtained results are presented using graphs accompanied by detailed explanations.

## САДРЖАЈ

1. УВОД .....	1
2. ТЕОРИЈСКИ ОКВИР РАДА .....	2
2.1. Карактеристике раста и развоја деце предшколског и млађег школског узраста .....	2
2.2. Дечији спорт и дефинисање појма школа спорта .....	5
2.3. Садржаји и реализација програма физичког васпитања у школама спорта .....	7
2.4. Бенефити физичког васпитања кроз школе спорта за децу предшколског и млађег школског узраста .....	8
2.5. Изазови и препреке у реализацији спортских активности у школама спорта .....	9
2.6. Утицај школа спорта на развој талента и спортску каријеру деце .....	11
2.7. Школе спорта у граду Београду .....	12
2.7.1. Општи преглед школа спорта у граду Београду .....	14
2.7.2. Анализа програма школа спорта у Београду за одређене спортске дисциплине .....	16
3. ДОСАДАШЊА ИСТРАЖИВАЊА .....	20
4. ЦИЉ И ЗАДАЦИ РАДА .....	22
5. МЕТОДЕ ИСТРАЖИВАЊА .....	23
5.1. Узорак испитаника .....	23
5.2. Ток и поступак истраживања .....	23
5.3. Инструмент мерења .....	24
5.4. Статистичка обрада података .....	24
6. РЕЗУЛТАТИ И ДИСКУСИЈА .....	25
7. ЗАКЉУЧАК .....	45
ЛИТЕРАТУРА .....	47
ПРИЛОГ .....	48

# 1. УВОД

У последњим деценијама, реализација спортских активности за децу предшколског и млађег школског узраста постала је предмет пажње и интересовања у области физичког васпитања и спорта. Школице спорта представљају значајану компоненту у организацији и промоцији спортских активности за децу у граду Београду (Дедај, 2018). Физичка активност помаже у развоју координације, као и других моторичких способности и ублажава негативне ефекте седење и нективност који су постали свакодневни изазови савременог друштва. Осим тога, спортске активности у раном узрасту подстичу социјални развој и тимски дух, уче децу важним вредностима као што су тимски рад, фер-плеј и поштовање правила.

Школице спорта представљају значајану компоненту овог процеса. Оне пружају деци могућност да се упусте у различите спортске дисциплине, испробају своје способности и открију своја интересовања. Школице спорта такође имају образовну улогу, учећи децу важним аспектима конкретних спортова и спортских вредности.

Основни циљ овог рада ће бити да се истражи и анализира реализација спортских активности за децу предшколског и млађег школског узраста у школицама спорта града Београда. Фокус ће бити стављен на програме, методе и организацију спортских активности, као и на њихову улогу у развоју деце у том узрасту.

## 2. ТЕОРИЈСКИ ОКВИР РАДА

У теоријском оквиру рада описани су и ближе објашњени сви појмови који се користе у овом раду. Овај мастер рад обухвата различите аспекте имплементације спортских активности за децу предшколског и млађег школског узраста у школицима спорта у граду Београду.

### 2.1. Карактеристике раста и развоја деце предшколског и млађег школског узраста

Планирање и реализација спортских активности у школицима спорта значајно се ослањају на карактеристике раста и развоја деце предшколског и млађег школског узраста. Разумевање ових карактеристика омогућава прилагођавање програма и садржаја физичког вежбања и спортских активности према потребама и могућностима деце у овом узрасту. Из тог разлога веома је важно да стручњаци из области спорта и физичког васпитања добро познају опште карактеристике раста и развоја деце овог узраста.

Период предшколског узраста, који представља опсег од рођења до шесте/седме године, период је интензивног развоја физичких, когнитивних и социо-емоционалних способности деце. У овој фази, деца постепено усавршавају природне облике кретања, као и вештине као што су ходање, трчање, скакање и манипулација предметима. Карактеристичан аспект раста у предшколском узрасту је неуједначеност, где различити аспекти развоја могу напредовати асинхроно (Радисављевић и Милановић, 2019).

У овом делу наведене су основне карактеристике физичког, когнитивног и социо-емоционалног развоја деце од рођења па до поласка у школу.

Физички раст и развој (моторика):

1. **Рођење - 1 година:** У првој години живота, дете пролази кроз брз физички развој. Ово је фаза сензо-моторног развоја. Моторички развој почиње контролисањем главе и врата, затим трупа и ногу (кефало-каудални правац развоја). Развој крупне мускулатуре раменог појаса и кукова што омогућава котрљање око уздужне осе трупа, гурање и вучење тела (проксимо-дистални правац развоја).

2. **2-3 године:** Дете почиње да хода и изводи основне моторичке активности као што су сагињање, подизање, хватање и бацање. Моторички развој на овом узрасту обухвата развој грубе и почетак развоја fine моторике.
3. **4-5 година:** Дете у овом узрасту почиње да развија бољу координацију и способност за извођење сложених покрета. Вежбе које укључују баланс и координацију постају значајније, а развија се све више и фина моторика.
4. **6-7 година:** Моторички развој детета овог узраста подразумева савладане природне облике кретања. У овом периоду дете савладава изведене облике кретања и основне елементе спортских игара, а такође побољшава способности извођења и у другим спортовима и играма које захтевају брзе реакције и комплексне покрете.

Когнитивни развој:

1. **Рођење - 1 година:** Дете развија основне сензорне способности, као што су гледање, слушање, додиривање особа и предмета око себе. Такође, у овом периоду се развија опажајно-практично мишљење. Почиње да разазнаје ствари у околини и развија способност за фокусирање на објекте и лица. Препознаје особе које дуже време проводе са њим.
2. **2-3 године:** Дете у овом периоду поред даљег развоја опажајно-практичног мишљења, развија и симболичко мишљење (мишљење засновано на употреби представа и речи). Практична интелигенција се развија тако што дете открива једноставне везе између средстава и циља. Прати једноставне инструкције исправно комбинујући предмете различите величине. Памти и извршава једноставне налоге одраслих, а такође оно што је запамтило примењује и у другачијим условима и ситуацијама. Игра се тако што неким објектима приписује функцију коју имају други објекти.
3. **4-5 година:** Развој логичког закључивања, као што су логичко класификовање предмета комбиновањем два својства. Дете разврстава објекте по облику, боји или функцији. У стању је да исприча смислену причу на основу слика које гледа у сликовници. Дуже време усмерава пажњу ка ономе што му неко говори.

**6-7 година:** Дете овог узраста запамћене догађаје распоређује у коректан временски след и изграђује свест о току личне, животне историје. Деца разумеју појам броја, појам обданице и ноћи, такође могу да читају књиге које су примерене њиховим годинама. У стању је да прихвати правила. Не поштује их увек, али то очекује од других. Почиње развој апстрактног мишљења. Дете схвата да неке ствари постоје само у свести, а не у спољашњој реалности (Baucal, 2012).

Социо-емоционални развој:

1. **Рођење - 1 година:** Деца развијају основне социо-емоционалне везе са родитељима и бројне основне емоције као што су срећа, страх и жеља.
2. **2 - 3 године:** У овом периоду, деца почињу да развијају социјалну свест и уче о социјалним правилима и нормама. Емоционални развој укључује развој самопоуздања и способности за израз емоција.
3. **4 - 5 година:** Деца у предшколском узрасту почињу да развијају способност за емпатију и разумевање туђих емоција. Социо-емоционални развој у овом узрасту игра кључну улогу у формирању социјалних вештина и односа са вршњацима. У овом периоду друштво вршњака постаје веома важно за дете, утиче на његово понашање. До овог узраста деца су се играла углавном сама, једно поред другог; сада почињу да се играју заједно.
4. **6-7 година:** У овом узрасту дете користи комплетну опрему за храњење, прави себи сендвич, чисти ципеле, иде само у комшилук, може му се поверити мала сума новца, бира омиљеног пријатеља, показује заштитничко понашање према млађој деци, поштује правила игре са вршњацима.

Ови аспекти физичког, когнитивног и социо-емоционалног развоја су међусобно повезани и важни за оптималан раст и развој деце у периоду предшколског узраста. Физичка активност и бављење спортом играју кључну улогу у стимулисању ових аспеката развоја и обезбеђују здрави основу за буђење потенцијала у деци.

Период млађег школског узраста, подразумева опсег од првог до четвртог разреда основне школе (7-11 година) и представља један од најсензитивнијих периода за развој моторичких способности. У млађем школском узрасту, деца настављају да напредују у

моторичком развоју и стичу све већу контролу над својим покретима. Такође, деца усавршавају и стичу моторичка умења и вештине из различитих спортских активности, док се координација, снага, брзина и издржљивост унапређују кроз редовну физичку активност. Уз напредак у моторичким вештинама, развија се и способност извођења сложенијих спортских активности као што су вожња бицикла, пливање и учешће у спортским играма. Углавном се наглашава важност тимског рада и сарадње у спортским активностима за децу млађег школског узраста, како би се подстакла социјализација, развио тимски дух и стекле вештине тимског рада. Као што Радисављевић и Милановић наводе, млађи школски узраст је веома погодан период за социјални развој деце, тако што они уче како да сарађују са другима и активно учествују у тимским спортским активностима (Радисављевић и Милановић, 2019).

Да би се правилно спроводиле спортске активности у школама спорта, кључно је да програми буду прилагођени карактеристикама раста и развоја деце предшколског и млађег школског узраста. Тренери и наставници физичког и здравственог васпитања треба да добро познају ове карактеристике како би пружили одговарајућу подршку и створили оптимално окружење за напредак деце. Програми физичког васпитања у школама спорта треба да буду усмерени ка развоју основних моторичких способности, као што су координација, равнотежа и прецизност код деце предшколског и млађег школског узраста.

Додатна истраживања карактеристика раста и развоја деце предшколског и млађег школског узраста омогућавају увид у специфичне аспекте њиховог развоја који су кључни за правилно планирање и имплементацију спортских активности у школама спорта. Ови аспекти обухватају моторички, когнитивни, социјални и емоционални развој.

## 2.2. Дечији спорт и дефинисање појма школа спорта

Дечији спорт игра изузетно важну улогу у физичком развоју деце предшколског и млађег школског узраста, али уједно и њиховом васпитању. Такође, доприноси когнитивном, социјалном и емоционалном развоју деце, као и установљавању здравих навика код њих. Један од организованих облика дечијег спорта је школа спорта, која има за циљ да деци омогући структурисан и систематски приступ спортским активностима (Гаварић, 2014).

Школа или, како се често у свакодневном говору користи термин, школица спорта се може дефинисати као институционални облик организовања спортских активности намењених деци предшколског и млађег школског узраста који има за циљ да унапреди њихове спортске вештине, моторичке способности, тимске радне вештине, као и да развије спортски дух, такмичарски дух и позитивне вредности као што су фер-плеј, дисциплина и тимски рад (Гаварић, 2014). Она пружа структуру, едукацију и подршку деци која желе да се баве одређеним спортом на рекреативном или такмичарском нивоу. Циљ школе спорта је да деца стекну основна спортска знања и вештине кроз систематски програм обуке. Програми школа спорта су обично прилагођени узрасту деце и фокусирају се на развој моторичких способности, усавршавање природних и изведених облика кретања, моторичких умења и вештина, тактичких елемената и спортске интелигенције. Деца имају прилику да се упусте у различите спортске дисциплине, као што су фудбал, кошарка, одбојка, пливање, гимнастика и друге, као и да се заинтересују са одређеним спортом.

Уз правилан приступ и стручно вођство, школа спорта може имати значајан утицај на развој деце (Гаварић, 2014). Кроз редовне тренинге, такмичења и сарадњу са тренерима и вршњацима, деца стичу не само спортске вештине, већ и важне животне вештине попут тимског рада, дисциплине, самопоуздања, упорности и поштовања правила. Такође, школа спорта може бити полазна тачка за децу која показују таленат и интересовање за одређени спорт, пружајући им могућност да развијају свој потенцијал и усмеравају се ка спортској каријери (Гаварић, 2014).

Школа спорта представља институционални оквир који омогућава деци да се баве спортом на организован начин. Она пружа стручно вођство, едукацију и подршку у процесу спортског развоја. Кроз структуриране програме тренинга и такмичења, деца се упознају са основним техникама и правилима одређене спортске дисциплине. Осим тога, школа спорта промовише здрав начин живота, пружајући деци могућност да се редовно баве физичком активношћу и стварају навике које ће им користити и у каснијем животу.

Један од кључних циљева школе спорта је идентификација талената и подршка у њиховом развоју. Кроз пажљиво вођене тренинге и праћење напретка, деца која испоље посебан интерес и талент за одређени спорт добијају прилику да се даље усавршавају и развијају своје потенцијале. Школа спорта може бити прва степеница ка спортској каријери за неке од њих.

### 2.3. Садржаји и реализација програма физичког васпитања у школама спорта

Програми физичког васпитања у школама спорта имају значајну улогу у развоју моторичких способности, спортских вештина и здравих навика код деце предшколског и млађег школског узраста. Кроз структуриране и пажљиво осмишљене програме, деца имају прилику да се развијају на физичком, когнитивном и социјалном плану, уз стварање основа за здрав и активан живот (Радисављевић и сарадници, 2019).

Садржаји програма физичког васпитања у школама спорта обухвата различите аспекте физичке активности и спортских вештина. Код деце се развијају моторичке способности применом различитих моторичких умења, моторичких вештина и спортских дисциплина. У складу са њиховим моторичким статусом тренер/наставник физичког васпитања бира адекватне садржаје којима ће стимулисати још више моторички развој. Најчешћи садржаји програма су:

- Различите варијанте природних и изведених облика кретања, које се изучавају ради развоја координације и основе за спортове.
- Манипулативне вештине са различитим реквизитима као што су лопта, вијача, обруч и други, које помажу у учењу основних спортских техника.
- Основни елементи спортских игара и спортских дисциплина као што су гимнастика, ритмичка гимнастика, атлетика, плесови и други, који унапређују различите аспекте моторичког развоја.

Важност стручног вођства и педагошког приступа у реализацији програма физичког васпитања у школама спорта треба посебно нагласити. Квалификовани тренери и наставници физичког васпитања имају кључну улогу у пружању подршке и усмеравању деце током вежбања (Радисављевић и сарадници, 2019). Кроз индивидуализовани приступ, деца добијају адекватну подршку у развоју својих спортских способности и постизању постављених циљева.

У оквиру школа спорта, реализација програма физичког васпитања често укључује организацију такмичења, спортских догађаја и излета. Ове активности омогућавају деци да примене стечене вештине у такмичарском окружењу и да се упусте у тимске активности. Такође, такмичења подстичу развој спортског духа, фер-плеја и тимског рада.

Кроз редовне тренинге и учешће у програмима физичког васпитања у школама спорта, деца стичу навику редовне физичке активности и бригу о свом здрављу. Осим физичких бенефита, ови програми доприносе и социјалном развоју деце, побољшавајући њихове социјалне вештине, самопоуздање и тимски дух (Радисављевић и сарадници, 2019).

#### 2.4. Бенефити физичког васпитања кроз школе спорта за децу предшколског и млађег школског узраста

Физичко васпитање кроз школе спорта пружа изузетно важан допринос у развоју деце предшколског и млађег школског узраста. Организација и спровођење ових васпитних активности на структурисан и систематски начин омогућавају бројне бенефите који подржавају физички, когнитивни, социјални и емоционални развој деце, као и стварање здравих навика и вредности.

Једна од најочљивијих користи физичког васпитања кроз школе спорта је унапређење физичког здравља и развој моторичких способности деце. Редовно вежбање и тренинзи у школама спорта помажу у развијању координације, снаге, издржљивости и флексибилности деце. Деца уче да контролишу своје тело и развијају основне моторичке вештине које су им корисне не само у спорту, већ и у свакодневном животу. Кроз вежбе и тренинге усмерене на координацију, агилност, снагу и флексибилност, деца побољшавају своје моторичке вештине и постају физички спремнија (Радисављевић и Милановић, 2019). Редовна физичка активност кроз школе спорта доприноси одржавању оптималног нивоа здравља код деце. Она помаже у превенцији гојазности, јачању срца и крвних судова, регулацији телесне тежине и јачању имуног система.

Поред физичких аспеката, физичко васпитање кроз школе спорта такође има позитиван утицај на когнитивни развој деце. Редовна физичка активност побољшава проток крви и кисеоника у мозгу, што може унапредити пажњу, концентрацију и когнитивне функције. Истраживања указују да учешће у спортским активностима помаже у побољшању памћења, концентрације, креативности и учења. Деца развијају когнитивне вештине кроз постављање циљева, решавање проблема и примену стратегија (Радисављевић и Милановић, 2019).

Социјални аспекти физичког васпитања у школама спорта такође играју важну улогу. Школе спорта пружају деци могућност да развију социјалне вештине кроз интеракцију са вршњацима и тренерима. Деца имају прилику да комуницирају, сарађују и граде пријатељства са вршњацима и тренерима. Ова интеракција помаже у развијању социјалних вештина, тимског рада и емоционалне интелигенције. Школе спорта имају за циљ да деца развију спортски дух и етику. Деца такође уче вредности као што су поштовање, фер плеј и спортска етика што ће им бити корисно не само у спорту, већ и у свим аспектима живота.

Учешће у школама спорта може имати позитиван утицај и на емоционални развој деце. Деца стичу самопоуздање, упорност и емоционалну стабилност кроз постизање спортских циљева, превазилажење изазова и изградњу позитивног односа према сопственим способностима.

Укратко, физичко васпитање кроз школе спорта доноси бројне предности за децу предшколског и млађег школског узраста. Осим физичких бенефита, деца развијају моторичке способности, унапређују когнитивне функције, стичу социјалне вештине и развијају емоционалну стабилност. Школе спорта имају значајан утицај на целокупан развој деце и омогућавају им да усвоје здраве навике и вредности које ће им бити корисне током читавог живота (Радисављевић и Милановић, 2019).

## 2.5. Изазови и препреке у реализацији спортских активности у школама спорта

Суочавање са изазовима и препрекама у реализацији спортских активности у школама спорта је неизбежно. Управљање тимовима, организација тренинга, мотивација деце и сарадња са родитељима представљају само неке од изазова са којима се сусрећу они који раде на овом пољу. Може се издвојити неколико кључних изазова и препрека у реализацији спортских активности у школама спорта (Ђурђевић и сарадници, 2016):

- Финансијски изазови: Недостатак финансијских средстава може бити један од највећих изазова у школама спорта. Набавка спортске опреме, плаћање тренера и изнајмљивање спортских објеката могу бити скупи. Ограничен буџет може ограничити могућности и квалитет програма спортских активности.
- Недостатак адекватне инфраструктуре: Недовољан број спортских објеката и недостатак адекватне опреме могу представљати препреку за правилно

спровођење спортских активности. Недостатак терена, дворана или реквизита може отежати тренинге и такмичења.

- Ангажовање квалификованих тренера: Проналажење и задржавање квалификованих тренера може бити изазов. Тренери са стручним знањем, искуством и педагошким вештинама су кључни за пружање квалитетног спортског програма. Међутим, недостатак тренера може ограничити капацитет школа спорта.
- Мотивација деце и родитељска подршка: Мотивација деце да редовно учествују у спортским активностима може бити изазов, посебно у данашњем дигиталном добу где су деца изложена бројним дистракцијама. Такође, родитељска подршка и ангажовање су од виталног значаја за успешну реализацију програма школа спорта.
- Друштвене и културне препреке: Друштвене и културне препреке могу утицати на укључивање деце у спортске активности. Неједнаке могућности и приступ спортским објектима, недостатак подршке од стране породице или недостатак разумевања значаја физичке активности могу представљати препреке за неке групе деце.
- Такмичарски притисак: У школама спорта, такмичарски притисак може бити изазов за неку децу. Неку децу може оптеретити превелики фокус на резултате и стална потреба за постизањем победе, уместо да се фокусирају на уживање у спортским активностима и развој вештина.
- Административни изазови: Административни изазови, као што су спровођење административних процедура, управљање документацијом и координација различитих активности, такође могу бити препрека у ефикасној реализацији спортских активности у школама спорта.

Превазилажење ових изазова и препрека захтева ангажовање свих релевантних актера, као што су школске управе, локалне заједнице, тренери, родитељи и деца. Кроз правилно планирање, подршку, коришћење расположивих ресурса и континуирану евалуацију, школе спорта могу превазићи изазове и обезбедити квалитетан програм спортских активности за децу.

## 2.6. Утицај школа спорта на развој талента и спортску каријеру деце

Улога спортских школа у развоју талената и спортске каријере деце је изузетно значајна. Оне пружају структуру и професионалну подршку која помаже деци да истраже и развију своје спортске способности. Утицај спортских школа је виталан за обликовање интересовања деце, изградњу самопоуздања и развој моторичких вештина.

Један од важнијих аспеката спортских школа је рано откривање талената. Професионални тренери прате и препознају природне спортске предиспозиције и способности деце за одређени спорт. Ово рано препознавање талената је кључно за њихов правилан развој и постигнуће врхунских спортских резултата.

Спортске школе такође пружају квалитетну обуку и стручну подршку. Искусни тренери раде са децом и преносе им техничко знање, тактичке вештине и вредности као што су тимски рад, дисциплина и истрајност. Редовни тренинзи и менторство помажу деци да непрекидно напредују и испуне свој потенцијал.

Поред тога, школе спорта пружају могућност учешћа на такмичењима и турнирима. Кроз ове спортске догађаје, деца стичу искуство такмичења, уче како се носити са притиском и развијају спортски дух. Ова искуства су од изузетног значаја за њихов спортски напредак и поготово за будуће изазове.

Још један значајан аспект спортских школа је формирање мреже вршњака и спортске заједнице. Деца која похађају школе спорта имају прилику да упознају другу децу са истим интересовањима и створе пријатељства. Ова заједница и подршка су од кључног значаја за одржавање интересовања деце за спорт, чак и у изазовним временима. Укратко, спортске школе играју битну улогу у развоју талената и спортске каријере деце. Оне пружају структурирано окружење, стручну подршку и могућности за развој спортских вештина и вредности. Кроз рано откривање талената, квалитетну обуку, учешће на такмичењима и формирање заједнице, спортске школе имају суштински утицај на развој деце и подстичу их да остваре свој потенцијал у спорту.

## 2.7. Школе спорта у граду Београду

Београд, као главни град Србије, има богату спортску сцену и велики број спортских школа које деци пружају изузетну прилику да развију своје таленте и спортске вештине. Ове школе спорта нуде широк спектар спортских програма и тренинга који су прилагођени различитим узрастима и интересовањима деце. Основна подела ових школа јесте на школе спорта или спортске школе намењене деци која желе да се обучавају у одређеној спортској дисциплини и школе спорта које су намењене општем физичком и моторичком развоју деце, у којима се примењују различите физичке и спортске активности.

Једна од најзначајнијих институција у Београду је Спортски савез Београда, који делује као надлежни орган за спорт у граду. Спортски савез Београда је одговоран за координацију и подршку спортским клубовима и спортским школама. Спортски савез Београда кроз своје програме помаже у идентификацији талената и пружа стручну подршку у њиховом развоју.

Београдске спортске школе нуде обуку у разним дисциплинама као што су фудбал, кошарка, одбојка, гимнастика, тенис, атлетика, пливање и многе друге. Ове школе ангажују квалификоване тренере и стручњаке из одређеног спорта који су посвећени развоју деце на спортском и личном нивоу. Они пружају основне вештине, техничку обуку, тактичке стратегије и физичку припрему како би помогли деци да постану конкурентни у спорту који су одабрали.

Спортске школе у Београду нуде и додатне погодности попут спортских објеката и опреме, што је од виталног значаја за квалитетан тренинг. Бројни спортски објекти, терени и базени пружају деци оптималне услове за напредовање у спортским активностима. Поред тога, школе спорта организују такмичења, турнире и спортске догађаје који омогућавају деци да покажу своје вештине и стекну драгоцену такмичарско искуство.

Спортске школе у Београду такође имају важну улогу у друштвеном аспекту. Промовишу здрав начин живота, тимски рад, дисциплину и фер плеј међу децом. Кроз спортске активности деца уче важне животне вештине као што су упорност, самодисциплина, тимски рад и савладавање изазова. Ова искуства обликују њихов карактер и припремају их за будуће изазове не само у спорту, већ и у животу. Важно је напоменути да школе спорта у Београду пружају подршку талентованој деци која желе да остваре

врхунске спортске резултате. Деца са израженим талентом могу се укључити у спортске клубове и програме развоја талената који пружају интензивнију обуку и могућности да се такмиче на вишим нивоима. Школе спорта у Београду представљају кључни део градске спортске инфраструктуре. Кроз квалитетне програме, професионалне тренере, спортске објекте и такмичења, пружају деци изузетну прилику да развију таленте, стекну спортске вештине и промовишу здрав начин живота. Ове школе не само да граде спортске каријере, већ и обликују младе људе снажног карактера и вредности. Београд је град који се поноси својим спортским наслеђем, а спортске школе играју важну улогу у очувању тог наслеђа и стварању нових спортских талената.

Школе спорта у граду Београду представљају важан сегмент спортског развоја деце и младих. Град Београд се истиче богатом спортском инфраструктуром и разноврсним спортским програмима намењеним деци свих узраста и интересовања. Школе спорта у Београду пружају изврсне могућности за развој спортских талената, побољшање моторичких способности и стицање спортских вештина.

Београд има широк спектар спортских школа које обухватају различите спортске дисциплине. Нека од најпопуларнијих школа спорта у Београду укључују фудбал, кошарку, рукомет, пливање, гимнастику, тенис и атлетику. Ове школе пружају стручно вођство и квалификоване тренере који својим знањем и искуством мотивишу децу и пружају им подршку у постизању њихових спортских циљева.

Једна од предности школа спорта у Београду је доступност врхунске спортске опреме и објеката. Деца имају прилику да тренирају и такмиче се на модерним спортским теренима, стадионима, базенима и дворанама опремљеним према највишим стандардима. Ово пружа оптималне услове за напредак и развој деце у њиховим спортским дисциплинама.

Школе спорта у Београду такође пружају могућност учешћа у локалним и националним спортским такмичењима. Ова такмичења пружају деци прилику за стицање такмичарског искуства, упоређивање са вршњацима из других клубова и школа, као и промоцију својих спортских талената. Осим тога, нека деца из школа спорта у Београду имају могућност да буду део селекција и репрезентација града и да представљају Београд на регионалним и националним спортским догађајима.

Важно је истаћи да школе спорта у Београду придају велику важност целокупном развоју деце. Осим спортске едукације, ове школе такође промовишу вредности као што су тимски рад, фер-плеј, дисциплина, поштовање правила и спортски дух. Деца се уче важности правилне исхране, здравог начина живота и одржавања физичке кондиције. Укратко, школе спорта у граду Београду пружају изврсне могућности за развој талената и спортску каријеру деце. Кроз стручно вођство, адекватну опрему и објекте, учешће у такмичењима и промоцију спортских вредности, ове школе играју кључну улогу у развоју спортских вештина и постизању успеха код деце и младих. Овај рад је посвећен спортским школама у којима се деца обучавају у разним спортским дисциплинама. Међутим, важно је напоменути да се у оквиру ових школа спорта пажња не поклања само спортским вештинама, већ је циљ свеукупни развој личности детета кроз примену различитих физичких и спортских активности. Поред стицања спортских вештина, ове школе настоје да развијају и карактерне особине као што су тимски дух, дисциплина, одговорност и поштовање, које су изузетно важне за развој деце.

Узимајући у обзир све наведено, важно је нагласити да се школе спорта не ограничавају само на физички аспект развоја, већ настоје да деци пруже свеобухватно образовање и подршку како би она постала одговорне и самосталне личности. Ове школе имају за циљ да подстакну децу да буду активна, имају здрав начин живота и развију позитивне вредности које ће им користити током целог живота.

### 2.7.1 Општи преглед школа спорта у граду Београду

Београдске спортске школе покривају широк спектар спортских дисциплина. Деца имају прилику да изаберу спорт који их занима и желе да истражују. Неки од најпопуларнијих спортова у Београду су фудбал, кошарка, одбојка, гимнастика, тенис, атлетика, пливање, рукомет, карате и многи други. Ове школе ангажују квалификоване тренере и стручњаке који пружају структурирану обуку и подршку развоју деце у одређеном спорту.

Једна од предности спортских школа у Београду је доступност квалитетних спортских објеката и опреме. Град располаже разним спортским халама, стадионима, теренима и базенима који пружају оптималне услове за тренинге и такмичења. То омогућава

деци да тренирају на професионалним теренима и користе квалитетну опрему која је важна за њихов напредак и развој.

У припреми и учешћу на спортским такмичењима значајну улогу имају и школе спорта у Београду. Многе школе спорта организују интерна такмичења, турнире и спортске догађаје како би деца могла да покажу своје вештине и стекну такмичарско искуство. Поред локалних такмичења, нека деца из београдских спортских школа учествују и на регионалним, републичким и међународним такмичењима, представљајући свој град и постижући успехе на спортској сцени.

Важно је поменути и подршку коју школе спорта пружају деци са израженим талентом. Они који покажу посебне способности могу се учланити у спортске клубове и програме развоја талената. Ови програми омогућавају талентованој деци да интензивније тренирају, учествују у вишим ранговима такмичења и добију додатну подршку у свом спортском развоју.

И школе спорта у Београду промовишу значај интегралног развоја деце. Поред спортских вештина, деца се уче тимском раду, дисциплини, истрајности, фер-плеју и значају здравог начина живота. Ови аспекти су кључни за обликовање карактера деце и развој њихових друштвених и емоционалних вештина. Београд нуди многе могућности за децу која желе да се баве спортом кроз разне спортске школе. Ове школе пружају квалитетне програме, обуку и подршку за развој талената, стицање спортских вештина и припрему за будуће спортске каријере. Захваљујући стручним тренерима, спортским објектима и опреми, као и могућностима такмичења, школе спорта у Београду имају важну улогу у развоју спортских талената и промовисању љубави према спорту код деце и младих.

У Београду постоји велики број спортских школа које пружају обуку и програме за децу у разним спортским дисциплинама. Неколико познатих спортских школа у Београду су:

- Школица „Bushido Kids“- Школа спорта која више од петнаест година својим креативним и забавним спортским садржајем настоји да код деце створи потребу за бављењем физичком активношћу као и да подстакне љубав према спорту. Поред спортских, школица нуди и додатне активности као што су зимски и летњи кампови, обука вожње ролера, целодневни излети, одлазак у позориште и биоскоп и многе друге активности.

- Школица спорта "Покрет За Окрет" - Школа спорта која нуди обуку деце у различитим спортовима као што су фудбал, кошарка, одбојка, тенис, гимнастика и још много тога.
- Школица спорта "СПОРТИЋ" – Школа спорта која се фокусира на развој моторичких способности кроз игру и разне спортске активности.
- Школица спорта "Sporticus" – Школа фудбала која обезбеђује тренинге за децу узраста од 3 до 12 година, са циљем развијања фудбалских вештина и тимског духа.
- Школица спорта "Скочко" - Школица спорта Скочко се бави моторичким развојем деце узраста 3-8 година, при чему је игра најбитнија.
- Школица спорта „Степа“ – Школица спорта где се рад заснива на смишљеној телесној активности кроз игру. Акцент је на базичним спортовима (гимнастика, пливање и атлетика), али уче се и основе из спортова са лоптом и борилачких спортова. Трећину садржаја програма чине превентивно-корективне вежбе за равна стопала и деформитете кичменог стуба.
- Школица спорта „Kids zone“ – Школица спорта која може обезбедити годишњи план моторичког, психомоторног и образовног развоја за сваки узраст кроз програм систематског физичког вежбања са елементима тренинга за децу, који обезбеђују правилно усмеравање и стицање спортских навика као и прво искуство у базичним и тимским спортовима.

Ово су само неке од познатих школа спорта у Београду, а има и много других које нуде различите спортове и програме за децу.

## 2.7.2 Анализа програма школа спорта у Београду за одређене спортске дисциплине

Анализа програма школа спорта у Београду за поједине спортске дисциплине може дати увид у приступ и садржај обуке која се нуди. Ево анализе за неколико спортских дисциплина:

Фудбал:

Спортске школе које нуде фудбалске програме у Београду обично се фокусирају на развијање основних фудбалских вештина као што су дриблинг, додавања, шут и тактичко разумевање игре. Програми обухватају индивидуалне вежбе, обуку технике, кондиционе и

тактичке аспекте игре. Такође, неки програми могу укључивати такмичења и турнире како би се деца изложила такмичарском окружењу.

Кошарка:

Спортске школе кошарке у Београду фокусирају се на развој кошаркашких вештина као што су додавање, шут, дриблинг, скок и тактичко разумевање игре. Програми обухватају индивидуалне вежбе, обуку технике, развој кондиције и тимски рад. Поред тога, школе спорта често организују интерна такмичења или учешће на екстерним турнирима како би деца применила своје вештине у такмичарском окружењу.

Тенис:

Спортске школе тениса у Београду пружају обуку за децу свих узраста и нивоа вештина. Програми се фокусирају на развој техничких аспеката игре, као што су ударци, сервиси, и тактичке стратегије. Такође се ради на кондицији, координацији и менталној припреми. Школе спорта обично имају тренинге на тениским теренима и користе посебне методе и технике за подучавање тениса.

Гимнастика:

Спортске школе за гимнастику у Београду пружају обуку за децу са свим нивоима искуства. Гимнастика нуди многе предности и може послужити као одлична основа за друге спортове, јер равномерно развија ум и тело појединца. Правилан психички и физички развој деце представља кључни фактор за постизање високих резултата не само у спорту, већ и у свакодневном животу. Препоручује се да деца започну са гимнастиком већ у најранијем узрасту. Ова дисциплина повољно утиче на развој мишића, одржавање правилног држања тела и обликовање карактера, те развијање самоконтроле код деце. Гимнастика је погодна и за мирнију и за живахнију децу. Велики број успешних гимнастичара је започео своје тренинге у детињству, што је посебно важно за развој кичменог стуба. На часовима гимнастике за децу у школама у Београду, посебан нагласак се ставља на правилно држање тела, вежбе за корекцију кичме и развијање самоконтроле и координације покрета. Гимнастичке вежбе се изводе под стручним надзором и имају користан утицај на ум и тело младих особа, са циљем постизања изузетних резултата и унапређења издржљивости и спретности сваког појединца.

#### Пливање:

Школе пливачког спорта у Београду нуде обуку за децу свих узраста, од почетника до напредних пливача. Програми укључују учење основних техника пливања, као што су краул, прсно, леђно и делфин. Деца се уче правилној техници пливања, дисању, развоју кондиције и јачању мишића. Обезбеђена је и едукација о безбедности на води. Спортске школе могу организовати и интерна такмичења или учешће у пливачким такмичењима.

#### Атлетика:

Спортске школе за атлетику у Београду пружају обуку за различите дисциплине трчања, скакања и бацања. Програми се фокусирају на развој основних атлетских вештина као што су трчање, скок удаљ, скок увис и троскок, бацање кугле, бацање диска и копља. Деца се уче техничким аспектима сваке дисциплине, развијају кондицију, снагу и брзину. Организују се и интерна такмичења и учешће на атлетским сусретима или првенствима.

#### Карате:

Спортске школе каратеа у Београду пружају обуку за децу свих узраста и нивоа вештина. Програми обухватају учење основних техника ударања, блокова и ката (форми). Деца се уче дисциплини, самодисциплини, поштовању, самопоуздању и менталној концентрацији. Такође се ради на кондицији, флексибилности и техници. Спортске школе често организују интерна такмичења или учешће на екстерним турнирима.

#### Рукомет:

Спортске школе рукомета у Београду пружају обуку за децу која желе да се баве тимским спортом. Програми обухватају учење основних рукометних вештина као што су додавање, шутирање, дриблинг, одбрана и тактичко разумевање игре. Деца се уче тимском раду, комуникацији, брзини и окретности. Организују се и интерна такмичења или учешће на рукометним турнирима како би деца применила своје вештине у такмичарском окружењу.

#### Балет:

Спортске школе за балет у Београду пружају обуку за децу која желе да се баве класичним балетом. Програми обухватају учење основних балетских покрета, позиција, техника, израза и кореографије. Деца развијају дисциплину, грациозност, флексибилност и

издржљивост. Такође се ради на развоју правилног држања, равнотеже и координације. Школе балета често организују интерне наступе или припреме за наступе на сцени.

Ове анализе програма спортских школа у Београду дају увид у различите дисциплине и њихове специфичности. Важно је напоменути да свака школа спорта може имати своје специфичности и приступе у програмима.

### 3. ДОСАДАШЊА ИСТРАЖИВАЊА

У литератури која се бави проблематиком спортских активности деце предшколског и млађег школског узраста у школама спорта има највише радова који су истраживали одређене ефекте вежбања на моторички статус деце. Кратки прикази тих истраживања дати су у овом поглављу.

Марков и Месарош-Живков (2010) су истраживали ефекте примене програмираног физичког вежбања на антропометријске димензије предшколске деце. У студији је анализиран утицај програмираног физичког вежбања на антропометријске димензије деце предшколског узраста у Предшколској установи "Драгољуб Удицки" у Кикинди. Експериментални програм је спроведен у два вртића и трајао је девет месеци. У вртићу "Мики" спроведен је модел дисциплинованог, контролисаног покрета - телесна вежба, док је у вртићу "Плави чуперак" спроведен модел слободног и усмереног кретања - моторичка игра. Васпитно-образовне групе ових вртића су чиниле експерименталну групу, укупно 54 испитаника. Програмиране усмерене активности у трајању од 30 минута су у овој групи свакодневно изводили професори физичког васпитања. Контролну групу су чинила деца из 16 осталих вртића ПУ "Драгољуб Удицки", укупно 332 испитаника. У контролној групи усмерене активности изводили су васпитачи. Циљ истраживања био је утврдити да ли програмиране усмерене активности физичког васпитања које изводе професори физичког васпитања позитивно утичу на антропометријске димензије деце предшколског узраста. На основу добијених резултата истраживања констатује се да програмиране усмерене активности физичког васпитања позитивно утичу на антропометријске димензије деце предшколског узраста, и то на следеће показатеље: телесна висина, телесна маса, дужина ногу, дужина руку, дужина стопала, обим главе, средњи обим главе, средњи обим груди, ширина рамена, ширина кукова, ширина карлице, дужина шаке са прстима, дијаметар ручног зглоба, обим подлактице, кожни набор леђа, кожни набор надлактице и кожни набор трбуха.

Реџић и сарадници (2011) су спровели истраживање са циљем да утврде утицај једногодишњег програмираног процеса физичког вежбања на побољшање морфолошког и моторичког статуса деце узраста 6 година. Узорак је чинило 75 девојчица експерименталне групе и исто толико девојчица контролне групе, полазница првог разреда основне школе

Тузланског кантона, клинички здравих и без видљивих моторичких, функционалних и психолошких одступања. Анализом резултата каноничке дискриминативне анализе и дискусија, аутори закључују да су се под утицајем примене експерименталног програма десиле значајније квантитативне промене код групе девојчица које су биле укључене у програмирани експериментални третман, у већем броју манифестних варијабли за процену ширег спектра моторичких и морфолошких способности. Ова чињеница указује на важност прецизно програмираних садржаја елементарних игара и природних облика кретања.

Поповић и Ступар (2011) су истраживали ефекте вежбања по програму за развој моторичких способности деце предшколског узраста. Циљ овог истраживања био је да се утврди колико физичко вежбање у оквиру спортске школице утиче на развој моторичких способности дечака предшколског узраста. На узорку од 51 дечака узраста 4-7 година који су укључени у програм вежбања у оквиру спортске школице у Новом Саду, као и 48 дечака истог узраста који су похађали редован програм физичких активности у оквиру предшколске установе, примењена је батерија од 7 моторичких тестова. На основу резултата истраживања, може се закључити да су се након примене једногодишњег експерименталног третмана вежбања у спортској школици значајно побољшале све процењене моторичке способности експерименталне групе у односу на њихове вршњаке из контролне групе.

Гаварић (2014) се бавио истраживањем какав утицај има специфичан програмски садржај школе спорта која је оријентисана ка два спорта – рвање и фудбал, и колико такав приступ популаризује рвање као спорт који је мање заступљен од фудбала у нашој земљи. Овим истраживањем је утврђено да се нови модел - школа спорта са посебним освртом на рвање и фудбал, по програмском садржају и усмерености општег и специфичног рада, налази између школе спорта и школе за неку спортску грану (рвања, фудбала, мачевања, а вероватно и других, нпр. одбојке, кошарке, цудоа, тениса итд.).

## 4. ЦИЉ И ЗАДАЦИ РАДА

**Циљ рада** је био да се испитају услови и модели реализације и организације спортских активности деце предшколског и млађег школског узраста у школицима спорта града Београда.

### **Задаци рада**

Задаци рада су били да се:

- проучи литература и истраже теоријски аспекти физичког васпитања и спорта за децу предшколског и млађег школског узраста,
- истраже и анализирају различите школице спорта у граду Београду, укључујући програме и активности које реализују,
- проуче методе и приступи који се користе у реализацији спортских активности у школицима спорта,
- истраже користи и предности реализације спортских активности за децу предшколског и млађег школског узраста,
- истраже изазови и препреке које могу утицати на успешност и ефикасност реализације спортских активности у школицима спорта и
- размотре могућности за унапређење програма и метода реализације спортских активности.

## 5. МЕТОДЕ ИСТРАЖИВАЊА

У раду је примењено емпиријско-неекспериментално истраживање. У поставци проблема и циља рада коришћена је метода теоријске анализе, док је метода евалуирања коришћена да се испитају услови и модели реализације и организације спортских активности деце предшколског и млађег школског узраста у школицима спорта града Београда. Уз претходно наведене, примењене су и статистичке методе у обради добијених резултата истраживања.

### 5.1 Узорак испитаника

Узорак истраживања чинило је девет школа спорта са подручја града Београда.

- “Happy Kids”;
- “Školica sporta Sportić”;
- “Activity”;
- “Vožd”;
- "Više od igre”;
- “Skočko”;
- “Školica Stepa”;
- “Vanilica” (*анкету су попунила два испитаника из исте школе са различитом позицијом*);
- “Bushido Kids”.

### 5.2 Ток и поступак истраживања

Истраживање је спроведено у мају и јуну 2023. године, тако што је власницима већег броја школа спорта у Београду послат онлајн упитник са молбом да одговоре на питања која се налазе у њему. Одговорило је укупно девет школа спорта на подручју града Београда. Анкетирани су битни чиниоци свих школа спорта: власници, тренери, координатори и аниматори.

### 5.3 Инструмент мерења

За потребе овог истраживања примењен је нестандардизовани анкетни упитник који је садржао питања отвореног и затвореног типа. Упитник се састојао од укупно 19 питања, која су се фокусирала на све аспекте начина реализације спортских активности и физичког вежбања деце у „школицама спорта“, од питања која су се односила на реализаторе вежбања (стручни кадар који ради са децом), затим на просторне услове и опремљеност справама и реквизитима школе, као и на планове и програме спортских активности и вежбања у школама спорта и др. (Прилог 1).

### 5.4 Статистичка обрада података

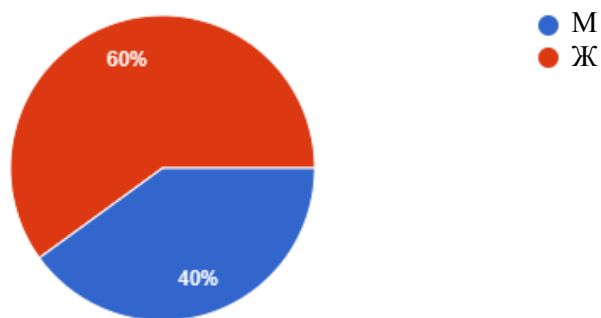
У раду је примењена основна дескриптивна статистика (дистрибуција фреквенције). Подаци су обрађени у програму Microsoft Excel 2013.

## 6. РЕЗУЛТАТИ И ДИСКУСИЈА

У анкети која је спроведена у мају и јуну 2023. године учествовало је укупно 9 школица спорта. То су следеће школице спорта:

- “Happy Kids”;
- “Školica sporta Sportić”;
- “Activity”;
- “Vožd”;
- "Više od igre”;
- “Skočko”;
- “Školica Stepa”;
- “Vanilica”;
- “Bušido Kids”.

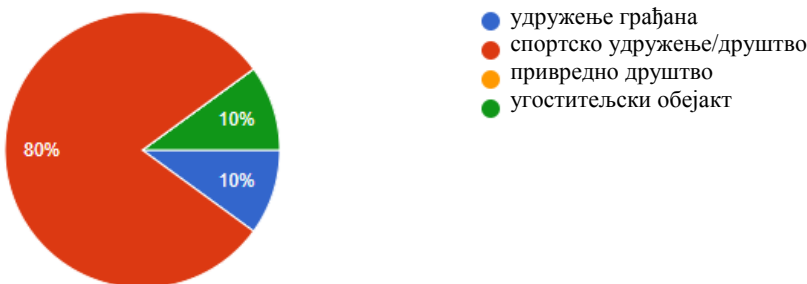
Анкетом је обухваћен узорак испитаника кога су чинили, аниматор, координатор, два тренера, руководиоцац и оснивач. На Графикону 1 јасно се уочава да је однос међу испитаницима такав да је у узорку 60 % жена и 40 % мушкараца.



Графикон 1. Пол испитаника

Од укупно 10 одговора на питање које се тиче типа регистрације школице спорта, испитаници су одговорили да је 80 % школица регистровано као спортско

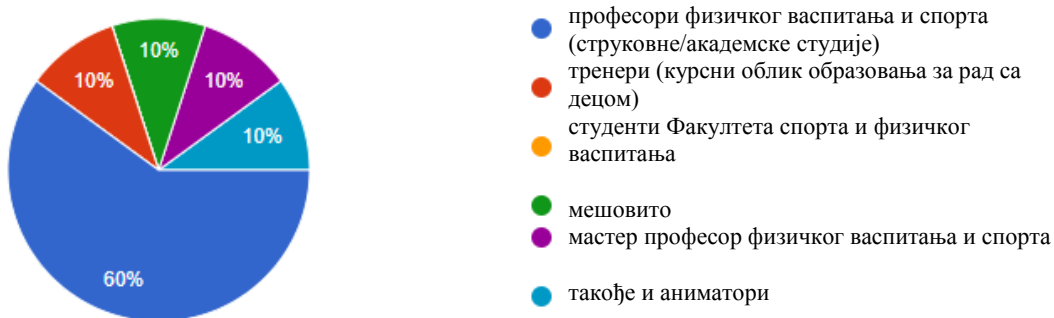
удружење/друштво, да је 10 % регистровано као удружење грађана и угоститељски објект, док је 1% регистровано као привредно друштво.



Графикон 2. Типови регистрације школице спорта

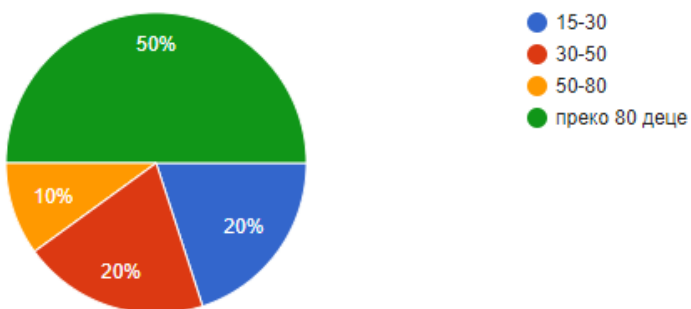
На основу резултата добијених у овој анкети установљено је да у већини случајева школице спорта имају тип регистрације који се односи на спортско удружење, али да то није случај код свих. Како би школице спорта имале бољи правни статус неопходно је законски регулисати њихов статус у оквиру Закона о спорту и њихову организацију ускладити са стандардима.

У оквиру питања које се односило на то ко тачно реализује вежбе са децом, понуђени одговори о реализаторима програма у школама спорта су обухватили: професоре физичког васпитања и спорта (струковне/академске студије), тренере (курсни облик образовања за рад са децом), студенте Факултета спорта и физичког васпитања, као и могућност да се упише нешто друго. Од понуђених одговора 60 % реализатора програма физичког вежбања са децом у школицама спорта су професори физичког васпитања и спорта, док подједнак удео од 10,% заузимају тренери, студенти факултета спорта и физичког васпитања, мешовито, мастер професори физичког васпитања и на крају аниматори (Графикон 3). Имајући у виду да са најмлађима треба да раде најстручнији, као што је до скоро и било предвиђено Законом о спорту, у школицама спорта би требало да раде само школовни тренери, односно професори спорта и физичког васпитања са струковних и академских студија.



Графикон 3. Реализатори рада у школицама спорта

Следеће питање у упитнику се односило на број деце која похађају школице спорта. У оквиру овог питања дате су групе са одређеним бројем деце која похађају школицу спорта. На основу 10 одговора, 50 % школица програм реализује са преко 80 деце, 20 % њих ради са оквирно групом од 15-30 деце. Такође, 20 % са оквирно групом од 30-50 деце, док само 10 % ради са 50-80 деце (Графикон 4).

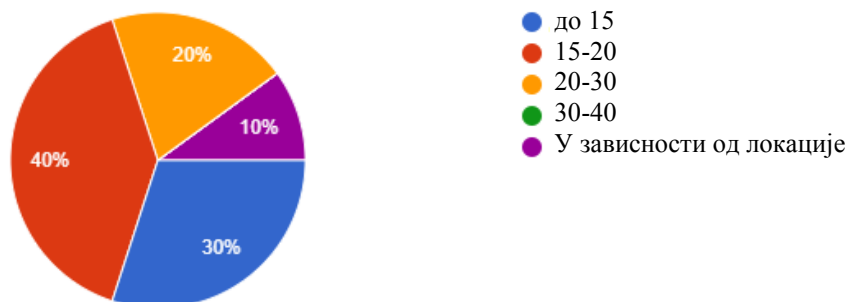


Графикон 4. Број деце која похађају школицу спорта

На основу добијених одговора, може се закључити да у Београду постоје школице спорта које имају уписан велики број деце и те школице функционишу на више различитих локација у граду. Међутим, има и других школица које још увек нису достигле тај ниво развијености, па имају уписан мањи број деце и функционишу на једној локацији.

Једно од наредних питања у упитнику се односило на број деце на једном тренингу у школици спорта. На основу резултата приказаних на Графикону 5, може се уочити да у

40% школица број деце која присуствују тренингу износи од 15-20 деце, у 30 % случајева тај број је до 15 деце, док код 20 % школица спорта су то углавном групе од 20-30 деце. Само у 10% случајева тај број је упитан јер зависи од локације.

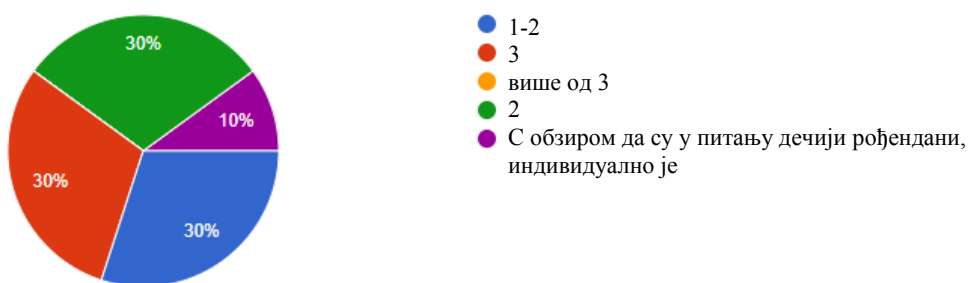


Графикон 5. Број деце на једном тренингу у школици спорта

Број деце у групама које похађају школицу спорта игра значајну улогу у процесу њиховог развоја и напредовања. Важно је да групе буду одговарајуће величине и да се поштују принципи који ће омогућити најбоље могуће искуство за свако дете. Прво, мали број деце у групи омогућава појединачни приступ и већу пажњу која се посвећује сваком детету. Тренери и инструктори имају више времена и могућности да прате напредак сваког детета, да исправљају технике и да им пруже посебне савете и упутства. Ово је од великог значаја за оптималан развој моторичких способности и стечених вештина. Друго, мали број деце у групи омогућава боље тимско и индивидуално учење. Деца имају више прилика за сарадњу и интеракцију, што је битно за развој социјалних вештина и тимског духа. У мањим групама, свако дете има више простора и времена да се изражава, учествује и истиче се. Ово им помаже да изграде самопоуздање и развију позитивне односе са вршњацима. Треће, мали број деце у групи омогућава бољу безбедност и контролу. Тренери могу боље да прате свако дете, да контролишу њихове покрете и спречавају повреде. Ово је од великог значаја за заштиту и добробит деце, као и за изградњу поузданости и поштовања према тренерима. Ипак, треба имати у виду да оптималан број деце у групи може варирати у зависности од типа спорта, узраста и нивоа развоја деце. Постоје различите препоруке и стандарди за максималан број деце у групи, који треба да буду усклађени са сигурношћу, квалитетом и ефикасношћу тренинга.

Укратко, важност броја деце у групама које похађају школицу спорта је неоспорна. Мали број деце омогућава појединачни приступ, боље учење, социјални развој и безбедност. Треба тежити ка организовању група које су прилагођене потребама и развоју деце, како би им се пружило оптимално искуство и помогло им у стицању важних вештина и здравих навика за цео живот.

На питање у упитнику које се односило на број тренинга на недељном нивоу полазника школица спорта, добијени подаци показују да 30% школица спорта има између 1 до 3 тренинга недељно, преко 3 тренинга недељно нема ниједна школица спорта, док је код 10% њих индивидуална организација тренинга (Графикон 6).



Графикон 6. Број тренинга полазника школица спорта на недељном нивоу

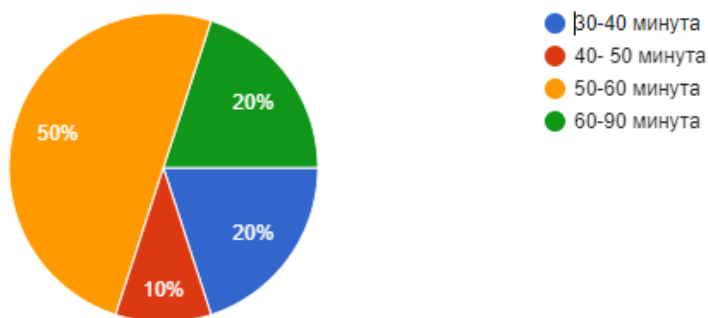
Оптималан број недељних тренинга у школицама спорта представља битан аспект у процесу развоја деце и постизању добрих спортских резултата. Ово је комплексно питање које зависи од различитих фактора, укључујући узраст деце, врсту спорта, ниво напредовања и спортске циљеве. Када је реч о узрасту деце, важно је узети у обзир њихову физичку и емоционалну спремност за тренинг. Млађа деца, на пример, можда захтевају мање тренинга недељно у поређењу са старијом децом. Оптималан број тренинга за млађу децу може бити у распону од два до три пута недељно, док старија деца могу похађати тренинг чешће, на пример, три до пет пута недељно. Врста спорта такође игра улогу у одређивању оптималног броја тренинга. Неки спортови захтевају више физичке припреме и тренинга, док други могу бити интензивнији у техничком погледу и захтевати већу учесталост тренинга..

Ниво напредовања и спортски циљеви такође треба да буду укључени при одређивању оптималног броја тренинга. Деца која желе да постигну висок ниво спортске

изврности и такмиче се на високом нивоу вероватно ће тренирати више пута недељно у поређењу са децом која се баве спортом ради забаве и рекреације. Важно је напоменути да, уз оптималан број тренинга, деца такође треба да буде омогућено довољно времена за одмор и опоравак. Превише тренинга без довољно одмора може довести до прегоривања, повреда и психолошког претераног напрегнућа. Као што је већ поменуто, оптималан број недељних тренинга у школицама спорта варира и мора бити прилагођен индивидуалним потребама и могућностима деце. Важно је слушати потребе деце, пратити њихов напредак и добити савет од квалификованих тренера и стручњака у спорту.

На крају, битно је посвећивати пажњу и балансирати тренинг, одмор и друге аспекте дечјег живота. Спорт треба да буде задовољство и извор радости за децу, а не извор сталног стреса. Оптималан број недељних тренинга треба да омогући деци да уживају у спорту и развијају своје спортске таленте, усклађујући га са осталим аспектима њиховог живота.

Следеће питање у упитнику се односило на трајање спортских и других активности у оквиру једног тренинга. Према добијеним подацима уочено је да 50 % школица спорта има трајање једног тренинга од 50-60 минута, док је у 20 % школица то трајање од 30-40 минута, односно 60-90 минута. А само у 10% случајева тренинг траје од 40-50 минута (Графикон 7).



Графикон 7. Трајање спортских и других активности у оквиру једног тренинга

Трајање спортских и других активности у оквиру једног тренинга у школици спорта је важан аспект који треба пажљиво планирати и усагласити са потребама и могућностима деце. Оптимално трајање тренинга треба да балансира између довољно времена за физичку активност, техничко учење, рекреацију и одмор. У општем случају, трајање тренинга у школици спорта може варирати од 60 до 90 минута, у зависности од узраста деце и врсте

спорта. Млађа деца, на пример, могу захтевати краће тренинге, обично у распону од 60 до 75 минута, док старија деца могу вежбати дуже, у просечном трајању од 75 до 90 минута. У трајање тренинга укључује се време за загревање, различите вежбе и игре, техничко учење, тренинг снаге и издржљивости, и закључни део тренинга са смањивањем интензитета и истезањем. Важно је пратити ритам тренинга и осигурати деци довољно времена за одмор и хидрацију.

Осим спортских активности, у тренинг може бити укључено и додатно време за образовне активности, као што су разговори о здравој исхрани, здравим навикама и важности тимског рада. Ово доприноси целокупном развоју детета и промовише њихову свест о здравом начину живота.

Важно је нагласити да тренинг треба да буде структуриран и организован, с посебним фокусом на квалитет уместо квантитета. Тренери у школици спорта треба да планирају и воде тренинге у складу са препорукама и стандардима који се односе на безбедност и развој деце.

На крају, треба узети у обзир и индивидуалне потребе и способности деце. Нека деца могу бити способна да издрже и вежбају дуже, док друга могу захтевати краће интервале или више пауза. Тренери треба да буду отворени за комуникацију са децом и да прате њихове потребе и реакције на тренинге.

Укратко, оптимално трајање спортских и других активности у оквиру једног тренинга у школици спорта би требало да буде планирано у складу са узрастом деце, врстом спорта, безбедносним стандардима и индивидуалним потребама деце. Баланс између активности, одмора и рекреације треба да буде поштован како би се деци пружио најбоље и најквалитетније искуство у школици спорта.

Наредно питање у анкети односило се на простор у којем се реализују тренинзи у школицама спорта, па је према резултатима анкете у 70 % школица спорта сала основни простор за обављање спортских активности, у 20% случајева то је адаптирани простор за вежбање деце, док је у само 10% то отворени простор (Графикон 8).



Графикон 8. Простор у ком се реализују тренинзи у школицима спорта

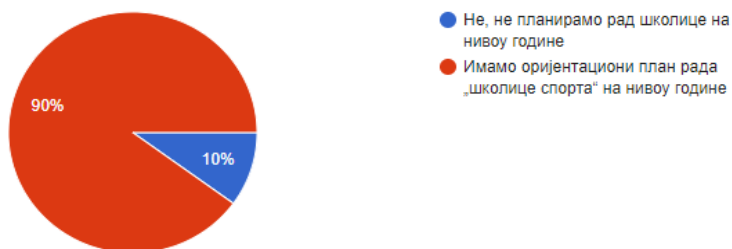
У школицима спорта, тренинзи се обављају у различитим просторима, који су прилагођени потребама и захтевима спорта и дечјег развоја. Избор одговарајућег простора има велики утицај на квалитет тренинга и укупно искуство деце. Ево неколико различитих врста простора у којима се често обављају тренинзи у школицима спорта:

- Спортске хале: Одговарајуће спортске хале су чест избор за тренинге у различитим спортовима као што су фудбал, кошарка, рукомет и гимнастика. Спортске хале обично имају добру опрему, подлогу и простор за вежбање и игру. Овакви простори пружају деци сигурно окружење и могућност да развијају своје спортске вештине.
- Отворени простори: За неке спортове, као што су фудбал, тенис, атлетика и слично, тренинзи се обављају на отвореним просторима као што су спортски терени, игралишта или паркови. Ови простори пружају велики простор за игру и тренинг, омогућавајући деци да се крећу на свежем ваздуху и искусе природу у окружењу.
- Затворени простори: За неке спортове, као што су гимнастика, теквондо, плес и слично, тренинзи се обављају у затвореним просторима као што су гимнастичке сале, теретане или студији за плес. Ови простори обично имају специфичну опрему и подлогу прилагођену конкретном спорту и омогућавају деци да развијају своје специфичне вештине.
- Базени: За спортове као што су пливање и ватерполо, тренинзи се обављају у базену. Базени су опремљени специфичном инфраструктуром за пливање и пружају сигурно окружење за децу да уче и развијају своје пливачке вештине.
- Специјализовани центри: У неким спортовима, постоје специјализовани центри или објекти који су пројектовани и градени за одређену спортску активност. На пример,

хокеј на леду, ролери и стрелаштво често захтева специфичне објекте који су опремљени за те спортове.

Важно је да простори буду безбедни, функционални и прилагођени за одређени спорт. Оптималан простор пружа могућност за изражавање и развој деце, омогућавајући им да уче, вежбају и играју са поверењем и удобношћу. Простори у којима се обављају тренинзи у школици спорта треба да буду добро опремљени, хигијенски и приступачни за сву децу која их похађају.

Од укупно 10 одговора на питање које се тиче плана и програма рада школица, 90% њих је одговорило да имају оријентационе планове на нивоу године, док осталих 10 % нема тај план (Графикон 9).



Графикон 9. План и програм рада школице спорта на годишњем нивоу

Годишњи план и програм рада школице спорта играју кључну улогу у њеном успешном функционисању и пружању квалитетног и структурираног спортског програма за децу. Важно је да школице спорта имају претходно припремљен годишњи план и програм који обухвата различите аспекте рада и активности које се изводе током целе године.

Анкетом је укључено и питање које се односи на план и програм рада школице спорта на месечном нивоу. Према резултатима анкете 90% школица има планове на нивоу месеца, док само у 10% случајева тај план се не пише (Графикон 10).



Графикон 10. План и програм рада школица спорта, на месечном нивоу

Имати месечни план и програм рада школице спорта од изузетне је важности за организацију и успешно вођење спортских активности за децу. Овај план представља кључни алат који помаже у постизању циљева школице спорта и обезбеђује структуру и доследност у њиховим активностима.

У склопу ове групе питања анкетом је такође обухваћено питање плана и програма рада школица спорта на недељном нивоу. Резултати у овом случају показују да 50% школица спорта има план и програм рада на недељном нивоу, док других 50% не поседују план и програм рада на недељном нивоу (Графикон 11).



Графикон 11. План и програм рада школица спорта на недељном нивоу

Недељни план и програм рада школице спорта такође је од велике важности за организацију и вођење спортских активности за децу. Потпуно је непрофесионално и нестручно да школице спорта немају план и програм рада на недељном нивоу. Ево зашто су недељни план и програм од суштинског значаја и зашто недостатак таквог плана и програма може бити непрофесионалан. Значај недељног плана и програма школице спорта:

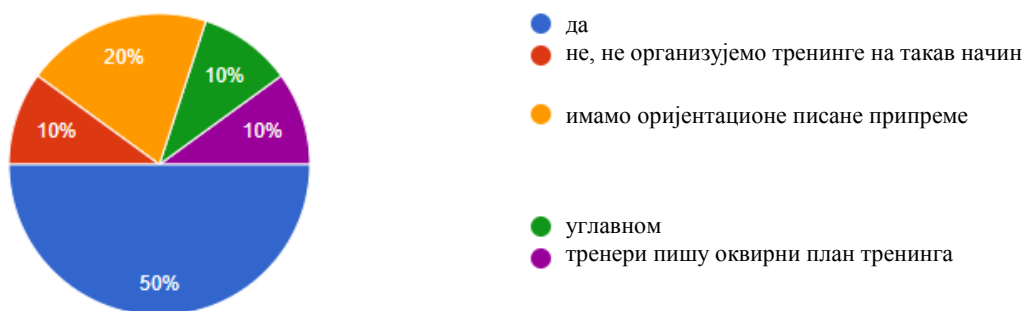
- Структура и организација: Недељни план помаже у структурирању и организацији спортских активности за децу током целе недеље. Ово укључује одређивање распореда тренинга, време за различите вештине и игре, као и расподелу инструктора или тренера.
- Постизање циљева: Свака школица спорта има своје циљеве у вези са развојем деце. Недељни план и програм помаже у постављању циљева за сваку недељу и пружа смернице за њихово остваривање.
- Континуирани напредак: Недељни план и програм омогућава праћење напретка деце на недељном нивоу. Инструктори могу оцењивати како свако дете напредује и прилагођавати тренинге према индивидуалним потребама.
- Разноврсност и забава: Кроз недељни план и програм, школица спорта може да обезбеди разноврсне спортске активности и игре током недеље. Ово одржава интересовање деце и чини тренинге динамичним и забавним.
- Транспарентност и комуникација: Родитељи често желе да знају шта деца раде на спортским тренинзима. Недељни план омогућава транспарентну комуникацију са родитељима о садржају и циљевима тренинга.

Недостатак недељног плана и програма у школици спорта може се сматрати непрофесионалним из неколико разлога:

- Неконтролисане активности: Недостатак структурираних планова може резултирати неконтролисаним активностима на тренинзима, што може довести до губитка времена и ресурса.
- Недостатак циљева: Без недељног плана и програма, може бити тешко поставити и пратити циљеве тренинга, што може отежати напредак деце.
- Одговорност: Недељни план и програм помаже у стварању одговорности инструктора и тренера према родитељима и деци, јер се очекује да ће се придржавати плана.
- Недостатак транспарентности: Недостатак плана може оставити родитеље и децу у неизвесности у вези са активностима на тренингу.

Недељни план и програм школице спорта је кључни елемент за организацију и професионално вођење спортских активности за децу. Недостатак овог плана може указивати на несистематичан приступ и смањити квалитет и ефикасност програма.

Последње питање у склопу питања која су се односила на планирање и програмирање рада школице спорта у овој анкети јесте питање о коришћењу писане припреме за реализацију тренинга. Према резултатима анкете у 50 % случајева школице спорта имају писану припрему, док се у по 10% случајева јавља да школице или не реализују тренинг на такав начин, или тренери пишу оквиран план или се то углавном дешава али не организовано. У 20 % случајева школице имају оријентационе планове (Графикон 12).



Графикон 12. Коришћење писане припреме за реализацију тренинга

Писана припрема за реализацију тренинга представља неопходан алат који доприноси успешности и ефикасности рада школице спорта. Навешћемо неке од разлога зашто је важно имати писану припрему за реализацију тренинга:

- Организација и структура: Писана припрема пружа тренерима структуру и организациони оквир за спровођење тренинга. Она им помаже да имају јасан преглед свих активности и елемената које треба да обухвате на тренингу. Организована и структурирана припрема помаже временски ефикасном извођењу тренинга.
- Квалитет и доследност: Писана припрема помаже тренерима да осигурају квалитет и доследност у раду. Она им омогућава да дефинишу и планирају различите вежбе и активности које су потребне за развој спортске вештине и моторичких способности деце. Припрема такође помаже тренерима да прате напредак сваког појединачног детета и да му пруже потребну подршку.

- Безбедност и сигурност: Писана припрема доприноси безбедности и сигурности деце која похађају школицу спорта. Она омогућава тренерима да претходно планирају и организују све безбедносне аспекте тренинга, укључујући правилно загревање, контролу и надзор над вежбањем, као и превенцију потенцијалних повреда.
- Флексибилност и прилагодљивост Писана припрема је флексибилан алат који тренерима омогућава да прилагоде тренинге према потребама и специфичностима сваке групе деце. Она им пружа могућност да модификују и прилагоде вежбе и активности у складу са нивоом спортске способности, интересовањима и циљевима сваког појединачног детета.

Укратко, писана припрема за реализацију тренинга је неопходан алат који помаже тренерима да организују, структурирају и проследе ефикасан и квалитетан рад школице спорта. Она доприноси безбедности, квалитету и успеху тренинга, а такође омогућава флексибилност и приспособљивост у раду са децом.

Следеће питање у анкети се односило на врсте вежби и игара у школици спорта, па су резултати испитивања следећи. У упитнику су понуђене различите врсте вежби и игара, а представници школица су имали опцију да заокруже један или више понуђених одговора.

Понуђене су биле следеће вежбе и игре:

- хваталице,
- штафетне игре,
- вежбе обликовања
- природни облици кретања кроз драматизацију,
- гимнастика,
- атлетика,
- плесови и.
- фудбал

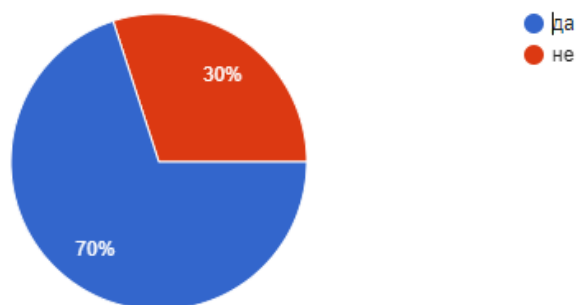
Одговори представника анкетираних школица спорта су приказани у Табели 1.

**Табела 1:** Резултати анкете на питање “Врсте вежби и игара у школици спорта”.

Име школице	Одговори
“Happy Kids”	“Све од наведеног”
“Školica sporta Sportić”	“Све од наведеног”
“Activity”	“Штафетне игре”
“Vožd”	“Одбојка”
"Više od igre"	“Скоро све од наведеног”
“Skočko”	“Од свих понуђених одговора по мало”
“Školica Stepa”	“Све од наведеног”
“Vanilica”	“Природни облици кретања кроз драматизацију” “Хваталице”
“Bušido Kids”	“Гимнастика”

На основу добијених одговора може се закључити да у већини школица се примењују све наведене активности (око 55 % школица спорта). Остале школице су углавном навеле неку од ових активности, као што је на пример школица спорта „Вожд“ у којој се највише примењује одбојка.

Следеће питање из анкете се односило на организацију излета и сличних активности, па је према резултатима анкете 70 % школица спорта одговорило са да, док је 30% одговорило са не (Графикон 13).



Графикон 13. Организација излета и сличних активности

Излети у оквиру школице спорта представљају значајан аспект и допуну тренинга.

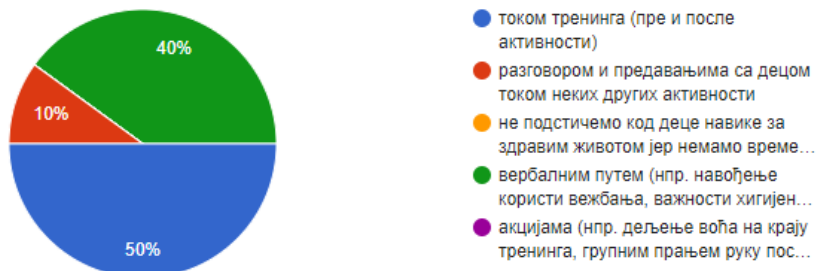
Ево неколико разлога зашто су излети важни:

- Експериментисање у природи: Излети пружају деци могућност да истражују и експериментишу у природи. Ово им омогућава да се сусретну са различитим окружењима, како природним тако и урбаним, и да науче о природи, животињама, биљкама и околини. То им пружа нове увиде и разумевање света око њих.
- Примена спортских вештина у различитим условима: Излети пружају деци прилику да примене своје спортске вештине у различитим условима. На пример, ако се баве планинарењем, излети им омогућавају да употребе своје вештине планинара у реалном окружењу. Такође, излети могу укључивати и специфичне активности попут кајакарства, камповања, водених спортова и других, што децу изазива да примене своје спортске вештине на нов и изазован начин.
- Тимска радња и сарадња: Излети пружају прилику за развој тимског духа и сарадње међу децом. Деца морају сарађивати и подржавати једни друге у различитим активностима и изазовима на излетима. Овај аспект помаже у јачању тимског духа, изградњи пријатељства и учењу важности сарадње и подршке у спорту и животу.
- Прилагођавање на нове услове: Излети помажу деци да се прилагоде новим окружењима и условима. Ово им пружа прилику да развију способност за приспособљавање и учење на непознатим местима и условима. То им помаже да развију флексибилност, самосталност и способност да се сналазе у различитим ситуацијама.
- Забава и уживање: Излети представљају забаву и прилику за децу да се опуштају и уживају у природи и спорту. Изван тренинга и у обласци, деца имају прилику да се опуштају и наслажују спортским активностима на различитим местима. Ово им пружа позитивно искуство и подстице љубав према спорту и активном начину живота.

Излети у школици спорта представљају несумњиво битан аспект који пружа деци могућност за развој, учење и забаву у контексту спорта и природе.

Једно од последњих питања из анкете се односило на начине за подстицање навика за здравим животом, па је тако 50 % школица одговорило да подстичу децу током тренинга (пре и после неке активности) да стичу здраве навике, 40 % школица то ради углавном

вербалним путем, а у 10% су то разговори и предавања али не током тренинга већ у току других активности (Графикон 14).



Графикон 14. Начини за подстицање навика за здравим животом

Подстицање навика за здравим начином живота је од великог значаја у раду тренера у школици спорта. Ево неколико начина на које тренери могу да промовишу здраве навике код њихових полазника:

- Примером: Тренери треба да буду пример за своје полазнике. То значи да треба да живе и промовишу здрав начин живота кроз своје понашање и ставове. Они треба да воде рачуна о својој исхрани, редовно вежбају и покажу ангажованост и стручност у свом раду. Наводећи пример, тренери мотивишу полазнике да исто тако граде здраве навике.
- Образовањем: Тренери могу да пруже информације о значају здраве исхране, регуларне физичке активности, одмора и доброг сна. Образовање о правилној исхрани, важности хидратације и начинима да се боре против лоших навика, као што су пушење и употреба алкохола, помаже полазницима да разуму и примене здраве животне навике.
- Индивидуалним приступом: Свако дете има различите потребе и способности. Тренери треба да примене индивидуални приступ и приступе појединачно сваком полазнику. Пратећи и анализирајући постиндивидуалне потребе, тренери могу да предложе конкретне савете и планове вежбања, исхране и одмора који ће помоћи деци да изграде здраве навике.

- Мотивацијом и похвалама: Тренери имају важну улогу у мотивисању својих полазника да наставе са редовном физичком активношћу и применом здравих навика. Коришћење похвале, посебних награда и програма за постигнуте циљеве помаже полазницима да се осећају посебно и успешно, што их додатно мотивише да наставе са здравим начином живота.
- Сарадњом са родитељима: Родитељи имају важну улогу у развоју здравих навика код своје деце. Тренери могу да усмере родитеље на значај здравог начина живота и пруже им савете и подршку у остваривању тога. Комуникација са родитељима кроз састанке, обавештења и савете помаже у обликовању и промовисању здравих навика у широј заједници.

Укупно, тренери имају привилегију и одговорност да обликују здраве навике својих полазника. Кроз пример, образовање, индивидуални приступ, мотивацију и сарадњу са родитељима, они могу да утичу на развој здравих навика које ће деца носити са собом у својем животу.

Још једно питање из анкете које се односило на здрав начин живота јесте питање којим се тражило од испитаника дају одговор на који начин упознају родитеље са значајем физичког вежбања. Резултати су показали да 60% школица спорта то спроводи кроз индивидуалне разговоре са родитељима, док 30% школица организује родитељски састанак па тако информисају родитеље о овом питању, а само 10% школица спорта организује различите радионице у којима учествују и родитељи (Графикон 15).

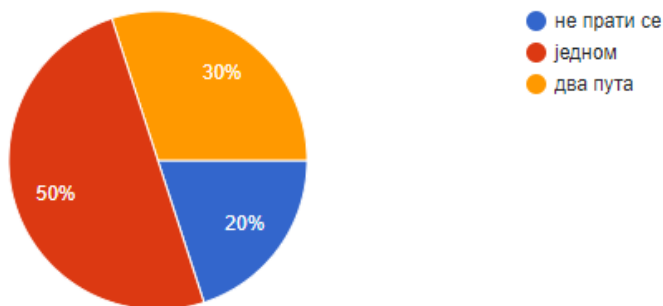


Графикон 15. Начини за упознавање родитеља са значајем физичког вежбања

Упознавање родитеља са значајем физичког вежбања за њихову децу је изузетно важно за успешно вођење програма школе спорта. Подизање свести о важности физичке

активности и њеног утицаја на физички и моторички развој деце у школицима спорта може бити веома добро организовано кроз различите приступе и комуникационе канале.

Последње питање у анкети се односило на праћење и бележење физичког и моторичког развоја деце у школицима спорта. У 50% школица спорта ово праћење се обавља једном годишње, док је у 30% школица то два пута. У 20% школица спорта се не прати физички и моторички развој деце (Графикон 16).



Графикон 16. Праћење и бележење физичког и моторичког развоја деце у школици спорта

Праћење и бележење физичког и моторичког развоја деце има велику важност у процесу њиховог развоја и раста. Оно представља основу за препознавање и уочавање индивидуалних потреба и напретка деце у физичком смислу. Првенствено, праћење физичког развоја деце омогућава да се прате промене у њиховим телесним параметрима као што су висина, маса, индекс телесне масе и други релевантни фактори. Ово нам пружа увид у оптималан физички развој и помаже у препознавању било каквих потенцијалних проблема или неуређености у развоју. Поред тога, праћење и бележење моторичког развоја деце нам омогућава да пратимо њихове моторичке способности и способност за извођење различитих физичких активности. Ово је важно не само у спорту, већ и за опште здравље и добробит деце.

Примењивање систематског праћења и бележења физичког и моторичког развоја деце омогућава нам да идентификујемо њихове јаке стране и потенцијалне слабости. На основу добијених података, можемо да прецизно планирамо и дизајнирамо тренинге и активности које су прилагођене појединачним потребама и способностима детета. Тиме стварамо оптималне услове за њихов напредак и раст.

Праћење физичког и моторичког развоја деце такође има значај у комуникацији са родитељима. Омогућава нам да им пружимо информације о напретку и постигнућима њихове деце, али и да разговармо о могућим подручјима за унапређење. Ово је битно за изградњу поверења и сарадње између тренера, детета и родитеља.

Укратко, праћење и бележење физичког и моторичког развоја деце има изузетну важност у промоцији здравог физичког развоја и неговом усмеравању. Омогућава нам да уочимо индивидуалне потребе и посебности сваког детета и да адаптирамо тренинге и активности које ће им омогућити да постигну свој највећи потенцијал у физичком смислу.

У последњим деценијама, све већи број деце се укључује у школице спорта у којима се брину о њиховом физичког и моторичком развоју, као и стицању спортских вештина. Београд, као један од највећих градова у региону, пружа бројне могућности за децу да се баве спортом кроз различите школице спорта. Међутим, како би се унапредили и побољшали планови и програми школица спорта за предшколски и млађи школски узраст, неопходно је на основу добијених података, као остале доступне литературе која се бави овом проблематиком извести одређене закључке који би будућим стручњацима помогли у унапређењу програма рада школица спорта.

На основу анализе добијених података, идентификовани су потенцијални правци унапређења и побољшања програма школица спорта за предшколски и млађи школски узраст у Београду. Ови правци укључују следеће:

Диверсификација спортске понуде: Понуда спортова би требало да буде разноврснија како би деца имала могућност да изабере спорт који највише одговара њиховим интересовањима и талентима. Такође, у школицама спорта које су намењене општем моторичком развоју неопходно је примењивати разноврсне и системски припремљене физичке вежбе и друге спортске активности како би развој деце би што успешнији.

Индивидуализација приступа: Програми треба да буду прилагођени индивидуалним потребама и способностима деце, омогућавајући им да напредују у складу са својим темпом и способностима.

Стручност тренера: Тренери треба да поседују адекватне квалификације, знање и вештине за рад са децом предшколског и млађег школског узраста. Континуирана обука и усавршавање тренера су кључни фактори за постизање квалитетног програма.

Адекватна опрема и простор: Школицама спорта треба обезбедити одговарајућу опрему и простор за обављање тренинга, како би деца могла да се развијају у сигурном и подстицајном окружењу.

Комуникација са родитељима: Редовна комуникација са родитељима, пружање повратних информација о напретку детета и укључивање родитеља у програм су важни фактори за постизање успеха и подршку деце у школама спорта.

Диверсификација спортске понуде, индивидуализација приступа, стручност тренера, адекватна опрема и простор, као и комуникација са родитељима, представљају кључне факторе за стварање квалитетног програма школица спорта. Имплементација ових унапређења може обезбедити боље спортске резултате, развој моторичких вештина, здравствене бенефите и задовољство деце и родитеља.

## 7. ЗАКЉУЧАК

У овом истраживању фокус је био на реализацији спортских активности деце предшколског и млађег школског узраста у школицима спорта. Кроз анализу литературе и прикупљање података из неколико школица спорта, дошло се до неколико кључних закључака.

Прво, важно је нагласити да школице спорта имају значајну улогу у развоју моторичких способности и стицању здравих навика код деце. Кроз структуриране тренинге и игре, деца имају прилику да развијају моторичке вештине, координацију, снагу и издржљивост. Осим тога, кроз спортске активности деца уче о тимском раду, фер-плеју и спортском духу, што доприноси њиховом социјалном и емоционалном развоју.

Друго, оптималан број деце у групама које похађају школу спорта може бити значајан фактор за постизање успеха у програму. Мање групе омогућавају индивидуализован приступ и већу пажњу тренера према сваком детету, док веће групе могу омогућити више интеракције и дружење међу децом. Важно је пронаћи баланс између броја деце у групи како би се обезбедила адекватна пажња и ефикасност тренинга.

Треће, број недељних тренинга такође има важну улогу у оптималном развоју деце. Редовни тренинзи омогућавају деци да постепено напредују и усвајају нове вештине. Претеран број тренинга може довести до преоптерећења и потенцијалних повреда, док недовољан број тренинга може успорити њихов напредак. Стога је важно да се прилагоди број тренинга узрасту деце и њиховим индивидуалним способностима.

Четврто, трајање спортских и других активности у оквиру једног тренинга такође треба бити пажљиво планирано. Деца имају различите капацитете за задржавање пажње и физичку активност, па је важно прилагодити трајање активности њиховом узрасту и нивоу кондиције. Одржавање разноврсних и динамичних активности током тренинга може помоћи у одржавању интересовања и мотивације деце.

На крају, простори у којима се обављају тренинзи у школицима спорта могу бити различити, укључујући сале, отворене просторе, спортске терене и друге адаптиране просторе. Важно је обезбедити сигурно и адекватно окружење за децу, са одговарајућом опремом и простором за извођење вежби и игара.

У већини случајева у односу на укупан број школица спорта најчешће су оне које су регистроване као спортско удружење односно друштво. Када су у питању образовање едукатора, већина испитаника се изјаснила да су професори физичког васпитања и спорта. Групе које посећују програме школица спорта углавном обухватају преко 80 деце, а број деце на једном тренингу је углавном до 15. Број тренинга на недељном нивоу је 2 тренинга, а њихово трајање је углавном до сат времена. Тренинзи се најчешће одвијају у салама, а школице спорта имају оријентационе планове на нивоу године.

Генерално, може се закључити да реализација спортских активности у школицама спорта има значајан утицај на развој деце предшколског и млађег школског узраста. Кроз структуриране тренинге, деца имају прилику да развијају моторичке вештине, социјалне вештине, тимски дух и здраве навике. Важно је прилагодити број деце у групама, број недељних тренинга, трајање активности и одабрати одговарајуће просторе како би се обезбедило оптимално искуство и развој деце у школицама спорта. Ово истраживање пружа основу за даље унапређење програма и квалитета рада у школицама спорта, у циљу пружања најбољег могућег искуства и развоја деце у области спорта и физичке активности.

## ЛИТЕРАТУРА

Baucal, A. (2012). *Standardi za razvoj učenja dece ranih uzrasta u Srbiji*, Institut za psihologiju Filozofskog fakulteta Univerziteta u Beogradu, UNICEF Srbija.

Dedaj, M. (2011). *Značaj fizičkog vaspitanja za zdravlje dece i mladih*, Pedagogija LXVI, 2;

Džinović, D. R., Martinović, D. D., & Kojić, F. M. (2018). *Savremene tehnologije u fizičkom vaspitanju kao faktor poboljšanja motoričkih sposobnosti dece*. *Inovacije u nastavi - časopis za savremenu nastavu*, 31(3), 88-95. <https://doi.org/10.5937/inovacije1803088D>

Đurđević, N., Đurđević, N., & Dukić, I. (2016). Priručnik za finansiranje programa u oblasti sporta u jedinicama lokalne samouprave (p. 336 str.). *Stalna konferencija gradova i opština - Savez gradova i opština Srbije*.

Stanković, N., Nurkić, M., Lolić, D., Bratić, M. (2009) *Efekti različitih programa sportske škole na promene motoričkog ponašanja dece predškolskog uzrasta*. u: Juhas I., Koprivica V. [ur.] *Teorijski, metodološki i metodički aspekti takmičenja i pripreme sportista*, Međunarodna naučna Konferencija, Beograd: Univerzitet u Beogradu - Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja, 267-272

Radisavljević Janić, S., & Milanović, I. (2019). *Fizičko vaspitanje u Republici Srbiji*. *Fizička kultura*, 73(1), 61-71. <https://doi.org/10.5937/fizkul1901061R>

Gavarić, A. *Škola sporta sa posebnim osvrtom na rvanje i fudbal*. *Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja*, Beograd.

Markov, Z. i Mesaroš-Živkov, A. (2010). *Efekti primene programiranog fizičkog vežbanja na antropometrijske dimenzije predškolske dece*. *Pedagoška stvarnost*, 56(7-8), 630-648.

Redžić, H., Mehinović, J., Goletić, E. i Bilalić, J. (2011). *Kvantitativne promjene morfoloških karakteristika i motoričkih sposobnosti djevojčica predškolske dobi*. *Sportski logos*,

9(16-17), 50-58. Popović, B. i Stupar, D. (2011). *Efekti vežbanja po programu na razvoj motoričkih sposobnosti dečaka predškolskog uzrasta*. *Glasnik Antropološkog društva Srbije*, 46, 269-277.

Интернет страница - <https://pokretzaokret.rs/>

Интернет страница - <https://skolicasportic.com/>

Интернет страница - <https://sporticus.rs/>

Интернет страница - <https://www.decijigrad.rs/beograd/skole-sporta-za-decu/>

# ПРИЛОГ

У прилогу рада се налази анкета коју су васпитачи попуњавали. Овај облик анкете је осмишљен само за потребе овог рада.

Поштована, Поштовани

упитником који се налази пред Вама желимо да сазнамо поједине информације о реализацији физичког вежбања у Вашој „школици спорта“. Резултати овог упитника користиће се искључиво за израду мастер рада на Факултету спорта и физичког васпитања, Универзитета у Београду. Упитник има питања отвореног и затвореног типа. **Молимо Вас да на питања одговорите најискреније.** Хвала Вам унапред на сарадњи!

Назив школе спорта: \_\_\_\_\_

1. Ваша улога у школици спорта \_\_\_\_\_
2. Пол:    М                            Ж
3. Како је регистрована Ваша „школа спорта“?
  - а) удружење грађана
  - б) спортско удружење/друштво
  - в) привредно друштво
  - г) \_\_\_\_\_
4. Ко реализује вежбе са децом? (може се заокружити више одговора)
  - а) професори физичког васпитања и спорта (струковне/академске студије)
  - б) тренери (курсни облик образовања за рад са децом)
  - в) студенти Факултета спорта и физичког васпитања
  - г) \_\_\_\_\_
5. Колики број деце оквирно обухвата ваша „школа спорта“?
  - а) 15-30
  - б) 30-50
  - в) 50-80
  - г) преко 80 деце
  - д) \_\_\_\_\_
6. Колики број деце оквирно буде на једном тренингу у вашој „школици спорта“?
  - а) до 15
  - б) 15-20
  - в) 20 -30
  - г) 30 - 40
  - д) \_\_\_\_\_

7. Колико недељно тренинга имају ваши полазници?
- а) 1-2
  - б) 3
  - в) више од 3
  - г) \_\_\_\_\_
8. Колико трају спортске и друге активности у оквиру једног тренинга у вашој „школици спорта“?
- а) 30-40 минута
  - б) 40- 50 минута
  - в) 50-60 минута
  - г) 60-90 минута
  - д) \_\_\_\_\_
9. У којим просторима се реализују тренинзи у вашој „школици спорта“? (може се заокружити више одговора)
- а) сала
  - б) адаптирани затворени простори за вежбање деце
  - в) отворени простор
  - г) \_\_\_\_\_
10. Да ли имате годишњи план и програм рада „школице спорта“?
- а) Не, не планирамо рад школице на нивоу године
  - б) Имамо оријентациони план рада „школице спорта“ на нивоу године
  - в) \_\_\_\_\_
11. Да ли имате месечни план и програм рада „школице спорта“?
- а) Не, не планирамо рад школице на нивоу месеца
  - б) Имамо оријентациони план рада „школице спорта“ на нивоу месеца
  - в) \_\_\_\_\_
12. Да ли имате недељни план и програм рада „школице спорта“?
- а) Не, не планирамо рад школице на нивоу недеље
  - б) Имамо оријентациони план рада „школице спорта“ на нивоу једне недеље
  - в) \_\_\_\_\_
13. Да ли користите писане припреме за реализацију тренинга у „школици спорта“?
- а) Да
  - б) Не, не организујемо тренинге на тај начин у „школици спорта“
  - в) Имамо оријентационе писане припреме на основу којих се реализују тренинзи у „школици спорта“
  - г) \_\_\_\_\_

14. Које врсте вежби и игре су заступљене? \* **Може се заокружити више одговора.**

- а) хваталице
- б) штафетне игре
- в) вежбе обликовања
- г) природни облици кретања кроз драматизацију
- д) гимнастика
- ђ) атлетика
- е) плесови
- ж) фудбал
- з) \_\_\_\_\_

15. Да ли у Вашој школи организујете излете или сличне активности са децом на отвореном?

- а) да
- б) не

16. Уколико сте на преходно питање одговорили да, молим вас наведите које активности или излете организујете са децом.

\_\_\_\_\_

17. На који начин тренери постичу код деце навику за здравим животом?

- а) током тренинга (пре и после активности)
- б) разговором и предавањима са децом током неких других активности
- в) не подстичемо код деце навике за здравим животом јер немамо времена током тренинга
- г) вербалним путем (нпр. навођење користи вежбања, важности хигијенских навика, упућивање на учење неке вештине у слободно време, информисање о тренутној загађености ваздуха и важности вежбања на чистом ваздуху)
- д) акцијама (нпр. дељење воћа на крају тренинга, групним прањем руку после тренинга)
- ђ) \_\_\_\_\_

18. На који начин „школица спорта“ упознаје родитеље са значајем физичког вежбања на раним узрастима:

- а) родитељски састанци,
- б) предавања,
- в) радионице,
- г) пројекти,
- д) индивидуални разговори,
- ђ) текстови на пану за родитеље
- е) \_\_\_\_\_.

19. Да ли имате организовано праћење и бележење физичког и моторичког развоја деце у вашој „школици спорта“, и, ако имате, колико пута се годишње врши праћење и бележење података о дечјем физичком развоју?

а) не прати се    б) једном    в) два пута    г) \_\_\_\_\_