

# Razlike u percepcijama stila poučavanja trenera kod treniranja mladih sportaša

---

**Tomičić, Matea**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2023**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zagreb, Faculty of Kinesiology / Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:117:384738>

*Rights / Prava:* [Attribution 4.0 International](#)/[Imenovanje 4.0 međunarodna](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-07-24**



*Repository / Repozitorij:*

[Repository of Faculty of Kinesiology, University of Zagreb - KIFoREP](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**KINEZIOLOŠKI FAKULTET**

**Matea Tomičić**

**RAZLIKE U PERCEPCIJAMA STILA**  
**POUČAVANJA TRENERA KOD TRENIRANJA**  
**MLADIH SPORTAŠA**  
diplomski rad

Zagreb, lipanj, 2023.

## TEMELJNA DOKUMENTACIJSKA KARTICA

DIPLOMSKI RAD

Sveučilište u Zagrebu  
Kineziološki fakultet  
Horvaćanski zavoj 15, 10000 Zagreb, Hrvatska

**Naziv studija:** Kineziologija; **smjer:** Kineziologija u edukaciji i Jedrenje

**Vrsta studija:** sveučilišni

**Razina kvalifikacije:** integrirani prijediplomski i diplomski studij

**Studij za stjecanje akademskog naziva:** sveučilišna magistra kineziologije u edukaciji i Jedrenje (univ. mag. cin.)

**Znanstveno područje:** Društvene znanosti

**Znanstveno polje:** Kineziologija

**Vrsta rada:** Znanstveno-istraživački rad

**Naziv diplomskog rada:** je prihvaćena od strane Povjerenstva za diplomske radove Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu u akademskoj godini 2022./2023. dana 20. prosinca 2022.

**Mentor:** doc. dr. sc. Ana Žnidarec Čučković

**Pomoć pri izradi:**

**Razlike u percepcijama stila poučavanja trenera kod treniranja mladih sportaša**

*Matea Tomičić, 0034081228*

**Sastav Povjerenstva za ocjenu i obranu diplomskog rada i diplomskog ispita:**

- |                                       |                      |
|---------------------------------------|----------------------|
| 1. doc. dr. sc. Ana Žnidarec Čučković | Predsjednik – mentor |
| 2. izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić | Član                 |
| 3. doc. dr. sc. Dajana Zoretić        | Član                 |
| 4. doc. dr. sc. Katarina Ohnjec       | zamjena člana        |

**Broj etičkog odobrenja:**

**Rad je u tiskanom i elektroničkom (pdf format) obliku pohranjen u** Knjižnici Kineziološkog fakulteta, Horvaćanski zavoj 15, Zagreb

## BASIC DOCUMENTATION CARD

DIPLOMA THESIS

**University of Zagreb**  
**Faculty of Kinesiology**  
Horvacanski zavoj 15, 10000 Zagreb, Croatia

**Title of study program: Kinesiology; course Kinesiology in Education and Sailing**

**Type of program: University**

**Level of qualification: Integrated undergraduate and graduate**

**Acquired title: University Master of Kinesiology in Education and sailing**

**Scientific area: Social sciences**

**Scientific field: Kinesiology**

**Type of thesis: Scientific-research**

**Master thesis:** has been accepted by the Committee for Graduation Theses of the Faculty of Kinesiology of the University of Zagreb in the academic year 2022/2023 on December 20, 2022.

**Mentor:** Ana Žnidarec Čučković, assistant prof.

**Technical support:**

## DIFFERENCES IN PERCEPTIONS OF COACHES TEACHING STYLE IN TRAINING YOUNG ATHLETES

*Matea Tomičić, 0034081228*

### Thesis defence committee:

- |   |                        |
|---|------------------------|
| 1. Ana Žnidarec Čučković, assistant prof. | chairperson-supervisor |
| 2. Jadranka Vlašić, associate prof.       | Member                 |
| 3. Dajana Zoretić, assistant prof.        | Member                 |
| 4. Katarina Ohnjec, assistant prof.       | substitute member      |

**Ethics approval number:**

**Printed and electronic (pdf format) version of thesis is deposited** in Library of the Faculty of Kinesiology, Horvacanski zavoj 15, Zagreb

Ovim potpisima se potvrđuje da je ovo završna verzija diplomskog rada koja je obranjena pred Povjerenstvom, s unesenim korekcijama koje je Povjerenstvo zahtijevalo na obrani te da je ova tiskana verzija istovjetna elektroničkoj verziji predanoj u Knjižnici.

Mentor:

---

doc.dr.sc. Ana Žnidarec Čučković

Student:

---

Matea Tomičić

## Zahvale

Ovim putem želim se zahvaliti svima koji su me u bilo kojem trenutku pratili u mom obrazovanju. Najviše želim zahvaliti Josipu, koji me tolike godine nikad nije prestao beskompromisno podupirati u svim mojim odlukama i koji mi je uvijek davao racionalne savjete, bez kojih bi nekada bilo vrlo teško i nemoguće doći do nekih ciljeva. Želim se zahvaliti svojoj obitelji, mami i tati na koje sam se mogla osloniti i koji su mi uvijek bili podrška, Marti, što je bila najbolja sestra, rame za plakanje i uvijek spremna pomoći. Gabrielu, što me uveseljavao svojim napucavanjem lopte, upoznavanjem sa nogometom i novim zanimljivim činjenicama. Želim se zahvaliti noni, nonotu, babi, didu, svojim tetama, sestričnima i bratićima, Jadranki, Bruni i Josipi. Želim se zahvaliti i mojoj Ivančici, Viki i Tei s kojima sam osvajala brojne kvizove i koje su me uvijek imale vremena saslušati i poduprijeti. Zahvala neće proći bez prijatelja iz B.A bez kojih ne bi bilo vječnih rasprava i razloga za smijeh.

Želim se zahvaliti i svojoj mentorici, koja me pratila i otvarala nove vidike, pogurivala kada je trebalo i koja je uvijek našla vremena i volje za mene i moje muke.

Ukratko, želim se zahvaliti svima koji su do ovog trenutka bili u mom životu, jer bi sve ovo, bez njih bilo nemoguće.

## Sažetak

Cilj ovog istraživanja bio je odrediti najzastupljeniji stil poučavanja kod svih trenera, kao i kod određenih skupina trenera s obzirom na karakteristike grupe kojoj pripadaju i odrediti koji bi mogući razlozi tomu mogli ishoditi. Ovim istraživanjem sakupljeni su podatci o trenerskim stilovima poučavanja po uzoru na Spektrum, Mosstonov pedagoški model koji opisuje stilove poučavanja. Podatci su sakupljeni trenerskom samoprocjenom i kontrolnom procjenom promatrača putem anketnog upitnika, te se proveo strukturirani intervju. Podatci ukupno dvanaest trenera bili su obrađeni T testom za nezavisne uzorke koji je pokazao da ne postoji statistički značajna razlika u broju korištenih stilova kod trenerske i kontrolne procjene, te da treneri sa stručnim obrazovanjem ne koriste više stilova od trenera sa nestručnim obrazovanjem. Odbačena je i posljednja hipoteza da treneri mlađih dobnih skupina koriste manji broj stilova. Rezultati su pokazali da treneri koriste najviše stilova iz grupacije reprodukcije prema Mosstonovu Spektromu i to poglavito naredbeni i praktični stil. Istraživanje je rezultiralo zaključkom kako je nužno obratiti pozornost na educiranost trenera, posebice u polju stilova poučavanja. Predlaže se upoznavanje Mosstonovog modela sa širom javnosti, kako u vidu javne edukacije, tako i kao dio obrazovanja budućih trenera kojima se mora naglasiti važnost cjeloživotnog obrazovanja.

Ključne riječi: Mosstonov Spektrum, stilovi poučavanja, trener, cjeloživotno obrazovanje

## Summary

This study aimed to determine the most common teaching style of all coaches, as well as in certain groups of coaches, concerning the characteristics of the group to which they belong and to determine what possible reasons for this could result. This research collected data on coach teaching styles modeled on Spectrum, Mosston's pedagogical model that describes teaching styles. The data were collected through coach self-assessment and control assessment of observers through a questionnaire, and a structured interview was conducted. The T-test processed data from twelve trainers for independent samples, which showed no statistically significant difference in the number of styles used in coaching and control assessment, and that trainers with vocational education did not use more styles than coaches with non-professional education. The last hypothesis that coaches of younger age groups use fewer styles was also rejected. The results showed that coaches use the most styles from the reproduction group according to The Mosston Spectrum, especially the command and practical styles. The research concluded that it is necessary to pay attention to the education of trainers, especially in the field of teaching styles. It is proposed to introduce Mosston's model to the general public, both in the form of public education and as part of the education of future trainers who must emphasize the importance of lifelong learning.

**Keywords:** Mosston's Spectrum, teaching styles, coach, lifelong learning



# Sadržaj

UVOD.....	1
MOSSTONOV SPECTRUM.....	3
Opisi stilova.....	3
B-praktični stil.....	4
C-recipročni stil.....	4
D-stil samoprovjere.....	5
E-Inkluzija (inkluzivni stil).....	5
F-vođeno otkrivanje.....	6
G- konvergentni stil.....	7
H- Divergentni stil.....	7
I-Individualni stil.....	8
J- stil inicijativom učenika (vježbača).....	9
K- samostalno poučavanje.....	9
DOSADAŠNJA ISTRAŽIVANJA O TRENERSKIM STILOVIMA.....	11
CILJEVI I HIPOTEZE.....	14
METODE ISTRAŽIVANJA.....	15
Uzorak ispitanika.....	15
Mjerni instrumenti.....	15
Varijable.....	15
Metode obrade podataka.....	16
REZULTATI.....	17
RASPRAVA.....	27
ZAKLJUČAK.....	36
LITERATURA.....	38
PRILOZI.....	41

## UVOD

U današnje vrijeme, sve se češće govori o kretanju kao civilizacijskoj potrebi modernog čovjeka, a kako tvrdi Bartoš (2015) bavljenje tjelesnom aktivnošću ima čitav niz pozitivnih učinka na čovjekovo zdravlje. Iz tog razloga kretanje ima posebno važan utjecaj na djecu, osobito što je dijete mlađe jer postoje manje indikacije za razvoj hipokinezije, a posljedično pretilosti, tvrdi Sindik i sur. (2012). Na sreću, roditelji su prepoznali ulogu tjelesne aktivnosti pa je sve češće uključivanje u sport djece od najmlađe životne dobi. Sport je taj koji djeci i mladim sportašima omogućava strukturu, priliku za rast i razvoj kako na tjelesnoj, tako i na mentalnoj razini. Sport omogućava socijalizaciju, snalažljivost i učenje novih, raznovrsnih teoretskih i praktičnih znanja. Arráez (2001) kako je navedeno u radu Rivas (2020) kaže kako je sport i tjelesna aktivnost važan alat za osobni razvitak jer nam omogućava razvoj samopouzdanja, autonomiju i socijalnu interakciju. Kako bi se kod populacije postigli ovi uspjesi, za to su najzaslužniji upravo treneri. Treneri su osobe čiji je posao visoko kompleksan i koji je nerijetko opisivan mnogim ulogama. Ulogama autoriteta ali i prijatelja, učitelja i pomagača, pedagoga, psihologa i najboljeg savjetnika. Barić (2007) u svojoj disertaciji nabraja mnoge uloge trenera, od motivatora i komunikatora, instruktora, procjenjivača, demonstratora do stratega koji mora voditi računa o sportašu kao i o zajedničkim ciljevima. Uloge trenera su odgojne jednako kao i obrazovne, stoga je jako važno razumjeti da je trener taj koji svojim ponašanjem i postupcima sudjeluje u procesu odgoja i poučava sve one koji se ulaskom u trenažni proces prepuštaju njihovoj stručnosti (trenera).

Prema Dimec i Kajtni (2009) trener je ključna osoba za razvoj sportaša i njegove sportske karijere i jedan je od najvažnijih faktora sportaševa uspjeha. Trenerska karijera zahtijeva puno rada i posvećenosti, stresna je i iziskuje visoku razinu uključenosti u proces razvoja sportaša.

Treneri imaju velik utjecaj na sportaše, od onog psihološkog gdje potenciraju sportaševu motivaciju, sve do pedagoškog utjecaja na svakog sportaša. Treneri ne samo da imaju odgovornost za uspješni trenažni efekt svog sportaša, nego i njegovu mentalnu dobrobit. Iz tog razloga funkcija trenerskog rukovođenja je povezana s ulogom koju trener ima kod svakog sportaša. Funkciju i trenerska zaduženja koja trener ima često se povezuju s pojmom vođe. Iz tog razloga, često se u sportskom svijetu pojam trener i pojam vođe izjednačavaju, kaže Walach-Bista (2019).

Treneri se razlikuju po mnogim karakteristikama, a jedna od glavnih upravo su stilovi rukovođenja koji se često spominju u literaturi, a koje za potrebe ovog rada nazivamo

trenerskim stilovima poučavanja. Prema Byrai (2006) trenerski stilovi planirane su interakcije između učitelja, u ovom slučaju trenera, i učenika, odnosno vježbača ili sportaša, koje rezultiraju postizanjem seta specifičnih ishoda. Svaki trenerski stil se razlikuje od drugog po različitim trenerovim postupcima i odlukama, kao i vježbačevim postupcima i odlukama i sukladno tome, ciljevima koje taj odnos zadovoljava (Mosston i Asworth, 2008).

Kako je prethodno spomenuto, treneri u svom širokom obujmu posla kojim se bave koriste mnogo različitih stilova poučavanja svojih sportaša. Upravo su stilovi poučavanja ono što razlikuje jednog od drugog trenera, a nerijetko, ovisno o sportu koji treniraju, razlikuju uspješne od neuspješnih trenera. Pitanje što je uspješan trener i na koji način se određuje, pitanje je nekog drugog rada, no činjenica je da, što trener više stilova poučavanja koristi, može se prilagoditi većem broju sportaša. Miljković (2009) tvrdi da u poučavanju ne postoji jedan najbolji stil rukovođenja i treniranja, već bi svaki stil poučavanja trebao biti prilagođen konkretnoj situaciji. Potreba da učitelj odnosno trener koristi različite stilove poučavanja proizlazi iz razumijevanja da je populacija vježbača to jest učenika različita; da trening uključuje postizanje ciljeva iz domena psihomotorike, kognicije i učenja u socijalnom okruženju te da predmet i kontekst ponekad diktiraju korištenje posebnog pristupa poučavanju (Byra, 2006., prema Rink, 2002)

## MOSSTONOV SPECTRUM

U ovom diplomskom radu, oslanjamo se na Mosstonovu teoriju o stilovima poučavanja u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture. Thomas F. Mosston (1925-1994) bio je američki obrazovni teoretičar i pedagog. Mosston je cijeli svoj život posvetio obrazovanju te je ujedno bio profesor kineziologije na Sveučilištu State New York u Cortlandu. Njegova klasifikacija oblika poučavanja i učenja još uvijek se koristi u obrazovnom sustavu diljem svijeta, a njegova knjiga "The Spectrum of Teaching Styles" smatra se klasičnim djelom u području obrazovne teorije i prakse.

Kao jedan od najpoznatijih i najkorištenijih modela, Mosstonov "Spectrum" je pedagoški model koji se koristi za opisivanje različitih stilova, kako vođenja nastave tjelesne i zdravstvene kulture, tako i trenažnog procesa. Ovaj spektar se sastoji od 11 stilova poučavanja, koji su klasificirani u 11 grupacija (A-K) Oni se kreću od direktnog poučavanja do samostalnog učenja, odnosno od najviše prema učitelju ili treneru orijentiranog stila (stil A) do stila koji je najviše orijentiran učenicima odnosno vježbačima (stil K). Stilovi poučavanja konceptualno su podijeljeni u dvije skupine: stilovi produkcije i stilovi reprodukcije.

Stilovi koji spadaju u grupaciju produkcije prema Spektrumu, usredotočeni su na razvijanje vještina i sposobnosti kod učenika i vježbača putem izazovnih i zahtjevnih aktivnosti koje su često inicirane od njih samih. Nastavnik ili trener ima ulogu da osigura potrebne resurse i informacije, ali dopušta učenicima ili vježbačima da samostalno kreiraju svoje aktivnosti i postavljaju ciljeve. Učenici ili vježbači su aktivni sudionici u procesu učenja i razvoju tjelesnih sposobnosti, što se temelji na njihovim vlastitim interesima i potrebama. U stilove produkcije spadaju stilovi od F-K (F- stil vođenog otkrivanja, G-konvergentni stil, H-divergentni stil, I-individualni stil, J- stil inicijativom učenika te K-samostalno poučavanje)

Stilovi koji spadaju u reprodukciju, s druge strane, usredotočeni su na prenošenje znanja i vještina od nastavnika ili trenera prema učenicima ili vježbačima. Nastavnik odnosno trener određuje aktivnosti i ciljeve, a učenici to jest vježbači ih slijede i pokušavaju ih savladati. Ovaj stil naglašava znanje i vještinu kao ključne elemente tjelesnog odgoja, te je često usmjeren na razvoj osnovnih tjelesnih sposobnosti i motoričkih vještina. Prema Mosstonu (2008) u koncept reproduktivnih stilova poučavanja spadaju stilovi od A-E ( A-Naredbeni stil, B-Praktični stil, C- Recipročni stil, D-stil samoprovjere te E-Inkluzija)

**Opisi stilova** prema Spektrumu ( Spectrum of Teaching Styles (2019))

### ***A-Naredbeni stil***

Prema Mosstonovoj klasifikaciji oblika poučavanja, naredbeni stil (Command style) je jedan od jedanaest stilova poučavanja. Ovaj stil se karakterizira autoritarnim pristupom učenju, gdje je nastavnik to jest trener taj koji kontrolira cjelokupni proces učenja i diktira što učenici ili vježbači trebaju učiniti. Naredbeni stil podrazumijeva visoki stupanj kontrole nastavnika ili trenera i usmjerenost na postizanje ciljeva i zadanih standarda.

U ovom stilu, nastavnik ili trener vodi i kontrolira nastavu ili trening, dajući jasne i precizne naredbe učenicima i vježbačima o tome što učiniti, kako to učiniti i kada to učiniti. Učenici odnosno vježbači su pasivni sudionici u procesu učenja, a nastavnik (trener) je dominantna figura u razredu (dvorani).

Ovaj stil se obično koristi u situacijama gdje postoji potreba za brzim i učinkovitim prenošenjem znanja ili u situacijama gdje je sigurnost učenika u pitanju. Međutim, naredbeni stil može biti ograničavajući za razvoj kritičkog razmišljanja i inovativnosti kod učenika ili vježbača. Stoga su danas poželjniji demokratski stilovi poučavanja koji promiču aktivnije sudjelovanje učenika i vježbača u procesu učenja i razvoj samostalnosti i kreativnosti.

### ***B-praktični stil***

Ovaj stil omogućava učenicima (vježbačima) da razvijaju vlastite vještine i sposobnosti kroz različite aktivnosti, uključujući individualne vježbe, vježbe u paru i timski rad.

U Mosstonovom praktičnom stilu, nastavnik (trener) je u ulozi voditelja, koji demonstrira, pruža podršku i pomaže studentima da razviju svoje vještine i znanja. Glavna karakteristika praktičnog stila je iniciranje neovisnosti učenika(vježbača) dok uvježbavaju zadatak kroz devet točaka donošenja odluke: lokacija, redoslijed zadatka, vrijeme početka određenog zadatka, tempo i ritam, vrijeme zaustavljanja, interval, pokretanje pitanja za pojašnjenje, prikladna odjeća, nastup te držanje. Te su odluke početne odluke za razvoj neovisnosti. Uloga učitelja(trenera) je donošenje svih logističkih odluka vezano za temu učenja te pružanje privatnih povratnih informacija učenicima(vježbačima).

Učitelj(trener)također potiče studente da preuzmu veću kontrolu nad svojim učenjem i da biraju vlastite ciljeve i metode učenja. Ovaj stil učenja ima za cilj potaknuti učenike(vježbače) da budu aktivni sudionici u procesu učenja, što može pomoći u razvijanju njihove kreativnosti, samopouzdanja i samostalnosti.

### ***C-recipročni stil***

Ovaj stil se fokusira na interakciji između učenika (vježbača), a naglasak je na suradnji i međusobnom učenju. U recipročnom stilu, učenici (vježbači) rade u parovima ili malim grupama i međusobno si pomažu u učenju. Nastavnik (trener) ima ulogu posrednika i pomaže u organizaciji aktivnosti te pruža podršku učenicima (vježbačima) u njihovom međusobnom učenju. Osim podrške, nastavnik (trener) daje jasne kriterije po kojima se učenici (vježbači) međusobno vrednuju i na taj se način okušavaju u ulozi ocjenjivača, ali i izvođača.

Recipročni stil uključuje različite aktivnosti, poput dijeljenja znanja, postavljanja pitanja, rasprave i vježbi koje uključuju različite perspektive i pristupe učenju. Učenici (vježbači) su aktivni sudionici u procesu učenja, a cilj je razviti njihovu sposobnost za suradnju, komunikaciju i kritičko razmišljanje.

### ***D-stil samoprovjere***

Ovaj stil razvija samostalno uvježbavanje pamćenja/reprodukcije zadatka i samoprocjenu donesenih odluka koje su vođene kriterijima koje je zadao nastavnik (trener). Definiirajuća karakteristika stila samoprovjere je razvoj odluka potrebnih za neovisnost i samoprovjera izvedenog zadatka pomoću pripremljenog kriterija.

Ovaj stil se fokusira na to da učenici (vježbači) sami procjenjuju svoj napredak u učenju i da razvijaju neovisnost i samokritičnost. U stilu samoprovjere, učenici (vježbači) su odgovorni za svoje vlastito učenje i razvoj, te aktivno sudjeluju u procesu samoprocjene. Nastavnik obilazi i pruža podršku učenicima u njihovom samoprocjenjivanju te im pomaže u razvijanju strategija i vještina za samostalno učenje. Stil samoprovjere uključuje različite aktivnosti, poput praćenja napretka, postavljanja ciljeva i izrada planova za učenje. Učenici (vježbači) također mogu koristiti različite alate i tehnologije za praćenje svojih postignuća i napretka. Stil samoprovjere može pomoći učenicima (vježbačima) da razviju samopouzdanje, samodisciplinu i samostalnost u učenju. Također im pomaže u razvijanju vještina za kritičko razmišljanje, refleksiju i evaluaciju, što su vještine koje su korisne u njihovom osobnom i profesionalnom životu.

Ovaj stil nije prikladan za početnike koji su neiskusni i nisu upoznati sa sadržajem.

### ***E-Inkluzija (inkluzivni stil)***

Inkluzivni stil se odnosi na način vođenja tjelesne aktivnosti u kojem se uzimaju u obzir različite tjelesne sposobnosti i potrebe svih učenika odnosno vježbača, te se stvara ugodno i prihvatljivo

okruženje za sve učenike ili vježbače, koje poboljšava njihovo samopouzdanje i motivaciju za sudjelovanjem u tjelesnim aktivnostima.

Inkluzivni stil prema Mosstonu naglašava važnost prilagođavanja aktivnosti prema sposobnostima i potrebama svakog pojedinca. To može uključivati uporabu modifikacija aktivnosti, pružanje različitih izbora, korištenje alternativnih vježbi i prilagođavanje ciljeva i očekivanja.

Učenici to jest vježbači, odabiru početnu razinu težine, vježbaju, prilagođavaju razinu sukladno sposobnostima, te sami procjenjuju izvedbu u odnosu na pripremljene kriterije. Najvažnije za ovaj stil je uključivanje i kontinuirano sudjelovanje učenika u istom zadatku. Svaki zadatak je osmišljen s više razina težine. Pružanje višestrukog odabira zahtjevnosti zadatka omogućuje učenicima da osobno procijene svoju izvedbu. Učenici (vježbači) vježbaju od početne točke gdje mogu obavljati zadatak, a različite razine težine omogućuju nastavak sudjelovanja. Osim toga, bave se samoprocjenom koristeći kriterije koje je pripremio učitelj (trener). Učitelj (trener) cirkulira i sudjeluje u razgovoru o kvaliteti uspjeha izvedbe i njihovom izboru razine.

U ovom stilu nitko nije isključen, a svakom pojedincu se nudi mogućnost daljnjeg sudjelovanja.

Ovaj stil također potiče pozitivnu atmosferu i podržava razvoj socijalnih vještina, poput timskog rada i suradnje. On promiče i zdravu tjelesnu aktivnost i cjeloživotno učenje.

### ***F-vođeno otkrivanje***

Vođeno otkrivanje prema Mosstonu je stil poučavanja koji se temelji na ideji da vježbači (učenici) najbolje uče kada sami otkrivaju nova znanja i vještine. U ovom stilu, učitelj (trener) potiče učenike (vježbače) da postavljaju pitanja, istražuju i donose zaključke, dok učitelj (trener) pruža smjernice i podršku. Osmišljen niz učiteljevih (trenerovih) pitanja koja uzastopno navode učenika (vježbača) da otkrije određeni ciljani i unaprijed određeni koncept, princip, odnos ili pravilo koje prije nije poznato, glavna je karakteristika ovog stila. Učiteljeva (trenerova) vještina u dizajniranju niza logičkih pitanja koja postupno vode učenika (vježbača) do očekivanog cilja je glavni alat za postizanje ciljeva ovog stila. Ako polaznici ne postignu cilj, pitanja treba preispitati.

Vođeno otkrivanje prema Mosstonu može biti korisno u različitim predmetima i uz različite skupine. Ovaj stil vođenja potiče učenike (vježbače) da budu aktivni u procesu učenja, a ne samo pasivni primatelji informacija. Učenici (vježbači) se uče istraživati, postavljati pitanja, analizirati podatke i donositi zaključke. Vođeno otkrivanje također može pomoći u razvijanju

kritičkog razmišljanja i problema, što su ključne vještine za život. Učenici (vježbači) se uče kako rješavati probleme, donositi zaključke na temelju dokaza i primjenjivati svoje znanje na nove situacije.

Iako vođeno otkrivanje prema Mosstonu ima brojne prednosti, učitelji ( treneri ) trebaju biti oprezni pri primjeni ovog stila vođenja nastave. Neki učenici (vježbači) možda će se osjećati neugodno s istraživanjem i otkrivanjem, pa učitelji ( treneri ) moraju biti svjesni individualnih razlika među učenicima (vježbačima) i prilagoditi svoj pristup prema potrebama svojih učenika (vježbača).

### ***G- konvergentni stil***

Ovaj stil poučavanja razvija kognitivnu sposobnost za individualno otkrivanje jednog očekivanog, unaprijed određenog odgovora na novi i nepoznati poticaj na način da se povezuju poznate informacije kako bi se otkrio nepoznati, ali očekivani odgovor.

U konvergentnom stilu poučavanja učitelj (trener) odabire novi i učenicima (vježbačima) nepoznati zadatak koji ih poziva da primijene svoje vještine rasuđivanja kako bi postavili pitanja koja logično i uzastopno dovode do otkrića jednog ispravnog odgovora. Uloga učitelja (trenera) je dizajnirati jedno pitanje o ciljanoj temi ili zadatku koji će biti otkriven. Uloga učenika (vježbača) je uključiti se u različite kognitivne operacije i primijeniti rasuđivanje, ispitivanje i logiku kako bi uspostavili veze koje dovode do otkrića tog rješenja.

Ciljevi ovog stila su sljedeći:

Otkrivanje jednog točnog odgovora na pitanje ili jednog ispravnog rješenja problema.

Otkrivanje slijeda sadržaja koji, kada je logički povezan, dovodi do konačnog odgovora.

Otkrivanje uzorka za razmišljanje o sadržaju.

### ***H- Divergentni stil***

Ovaj stil razvija emocionalno samopouzdanje i kognitivnu sposobnost za proizvodnju više rješenja na isto pitanje ili na niz nepoznatih situacija, koje nastoje proširiti sadržaj izvan poznatog i očekivanog. Ono što se od učenika (vježbača) iziskuje je angažman u otkrivanju novog sadržaja stvaranjem više odgovora na nepoznati specifični problem, pitanje ili situaciju. Svaki učenik (vježbač) doživljava emocionalni i kognitivni proces nadilaženja poznatih informacija. Učitelj (trener) potiče izradu odgovora, a ne davanja jednog rješenja.



U divergentnom stilu otkrivanja uloga učitelja (trenera) je donositi odluke o određenom problemu predmeta, pitanju ili situaciji. Učitelj (trener) tada nudi neutralne povratne informacije o višestrukim odgovorima. Uloga učenika (vježbača) je proizvesti više rješenja ili odgovora na određeni problem ili pitanje i uključiti se u samoprocjenu odgovora.

Divergentni stil vođenja prema Mosstonu se razlikuje od konvergentnog stila u tome što je fokusiran na poticanje kreativnosti, inovativnosti i razvoj samostalnosti pojedinaca u timu. Ovaj stil vođenja je usmjeren na poticanje individualnosti i različitosti u idejama i perspektivama.

U divergentnom stilu učitelj (trener) potiče učenike (vježbače) da razviju svoje ideje i mišljenja, te ih potiče da izraze svoju kreativnost na način koji će doprinijeti postizanju ciljeva. Učitelj (trener) također potiče učenike (vježbače) na suradnju i dijeljenje ideja, te potiče razvoj samopouzdanja i samostalnosti pojedinaca.

Ovaj stil je osobito učinkovit u situacijama gdje je potrebno osigurati raznovrsnost i inovativnost u rješavanju problema ili pronalaženju novih rješenja. Međutim, može biti manje prikladan u situacijama gdje je potrebna brza i efikasna realizacija zadatka.

### ***1-Individualni stil***

Individualni stil pruža učenicima (vježbačima) priliku da otkriju proces i postupak koji rješava širok problem koji je učitelj (trener) identificirao. Svaki učenik (vježbač) ispituje problem i odabire podatke za slijed, povezivanje i izradu svog akcijskog plana, uključujući kriterije izvedbe.

Ono što definira ovaj stil je otkrivanje procesa identificiranja i dizajniranja rješenja problema teme koja ima više funkcija i dijelova. Učitelj (trener) dizajnira opće pitanje, a zatim prebacuje dizajn programa na učenika (vježbača). Svi detalji, problemi i pitanja koja treba istražiti, obrazloženja dizajna programa, slijeda događaja, kao i kriteriji ocjenjivanja zaduženja su učenika (vježbača).

Učenici (vježbači) doživljavaju količinu odluka koje su potrebne pri dizajniranju složenih programa. Uloga učenika (vježbača) je donositi odluke na koji način istražiti temu: proizvesti pitanja koja dovode do određenog cilja; izraditi pitanja koja rezultiraju utvrđivanjem procesa i postupaka; otkriti rješenja/pokrete; i odrediti kriterije uspješnosti.

Uloga učitelja (trenera) je osmisliti opće pitanje ili situaciju i identificirati sve potrebne logističke odluke za učenike (vježbače). Uloga učitelja (trenera) nakon utjecaja je promatranje i postavljanje pitanja o dosljednosti dizajna i planiranja programa. Uloga učenika (vježbača) je

donijeti sve preostale odluke o temi koje su potrebne za izradu programa koji rješava navedeno pitanje ili situaciju.

Ovaj stil vođenja je osobito učinkovit u situacijama gdje je potrebno razvijati specifične vještine i sposobnosti pojedinaca, te gdje je naglasak na osobnom razvoju i usavršavanju. Međutim, može biti manje prikladan u situacijama gdje je potrebna suradnja i timski rad.

### ***J- stil inicijativom učenika (vježbača)***

Ovaj stil odnosi se na samostalni stil učenja, gdje učenici (vježbači) samostalno provode aktivnosti bez izravne interakcije s učiteljem (trenerom). Ovaj stil se često primjenjuje u situacijama gdje je naglasak na razvoju samostalnosti, inicijative i kreativnosti učenika (vježbača) koji imaju želju za stvaranjem vlastitog iskustva učenja. Ovaj stil pruža učenicima (vježbačima), koji samostalno pokreću zahtjev, priliku da uvide složenost u donošenju svih odluka.

Učenik (vježbač), između ostalog, odlučuje o namjeri učenja, ciljevima, postupcima, logistici i kriterijima procjene. Učenik (vježbač) povremeno obavještava i ažurira učitelja (trenera) dok se donose odluke. Učitelj (trener) ne osuđuje; umjesto toga, njegova uloga je postavljati pitanja za pojašnjenje s namjerom da navedu učenika (vježbača) da ispita izostavljene odluke ili ojača donesenu odluku. Uloga učenika (vježbača) je samostalno pokrenuti ponašanje ovog stila i donijeti sve odluke, uključujući i onu koja će se ponašanja poučavanja i učenja koristiti. Pod uvjetom da je nastavnik (trener) kvalificiran u toj temi, njegova uloga je prihvatiti spremnost učenika (vježbača) da donosi maksimalne odluke u iskustvu učenja, bude pun podrške i sudjeluje u skladu sa zahtjevima učenika (vježbača).

Ovaj stil vođenja je osobito učinkovit u situacijama gdje učenici trebaju razvijati samostalnost, kreativnost i inicijativu, te gdje je naglasak na razvoju vještina donošenja odluka i rješavanja problema. Međutim, može biti manje prikladan u situacijama gdje je potrebno jako vodstvo i usmjeravanje, te gdje su učenici (vježbači) manje motivirani za samostalno učenje.

### ***K- samostalno poučavanje***

Ovaj stil ne postoji u školi; osim toga, neovisan je o bilo kojem učitelju ili treneru. Razvojnim mogućnostima ovog stila upravlja pojedinac koji provodi iskustvo. Za uspjeh u postizanju predviđenih ciljeva, učenik (vježbač) se mora osloniti na upornost, motivaciju i znanje kako bi konstruirao vlastito iskustvo učenja.

Definirajuća karakteristika stila samostalnog poučavanja je strast, motivacija i upornost pojedinca da prihvati uloge i učitelja i učenika koji donose odluke. Odabrani sadržaj određuje pojedinac, koji je znatiželjan i intrinzično motiviran.

Mosstonov spektar naglašava važnost razvoja svakog sportaša kao pojedinca i potiče ih da aktivno sudjeluju u procesu učenja i razvoja tjelesnih vještina. Također se naglašava važnost konteksta i ciljeva treninga u odabiru stilova vođenja to jest poučavanja.

Važno je naglasiti da svi stilovi imaju svoje prednosti i nedostatke, a da primjena svakog stila ovisi o ciljevima treninga, kao i samog tjelesnog odgoja, sposobnostima sportaša i situaciji u kojoj se trening odvija.

Mosstonov spektar se i dalje koristi u suvremenom tjelesnom odgoju kao alat za planiranje, provođenje i procjenu nastave. Osim toga, što je važno za ovaj rad, Mosstonov spektar se koristi u obrazovanju trenera kako bi se osigurala kvaliteta poučavanja u sportskom treningu

## DOSADAŠNJA ISTRAŽIVANJA O TREnersKIM STILOVIMA

Do sada se u istraživanjima spominje mnogo trenerskih stilova. Ovisno na koji način promatramo trenera u njegovom okruženju, kao i njegove sportaše, trenerski stilovi poučavanja počivaju na temeljima sportske psihologije i pedagogije. Za potrebe ovog rada, izdvojit ćemo neke od istraživanja trenerskih stilova poučavanja prema Mosstonovu Spectrumu.

Istraživanje Hewitta i Edwardsa (2013) provedeno je na dvanaest teniskih trenera u Australiji koristeći Mosstonov i Asworthin Spektrum stilova poučavanja kao bazu za istraživanje. Dvanaest trenera dobrovoljno su potvrdili sudjelovanje te su odabrani nakon ispunjavanja upitnika o stilovima poučavanja. Rezultati istraživanja pokazali su kako teniski treneri koriste dva stila poučavanja. To su naredbeni (A) i praktični (B) stil poučavanja, koji dijele zajednička pedagoška načela s izravnim smjernicama, pri čemu trener kontrolira ono što učenici uče.

Studija Morgana, Sproula i Kingstona (2005) bavila se istraživanjem učinaka različitih stilova poučavanja na poučavanje samih nastavnika koje utječe na motivacijsku klimu i kognitivne i afektivne podražaje učenika u tjelesnom odgoju. U istraživanju su sudjelovala četiri (dva muška, dva ženska) studenta razredne nastave i devedeset i dva učenika (47 dječaka, 45 djevojčica) iz dvije škole u Velikoj Britaniji. Učenici i nastavnici snimljeni su za vrijeme poučavanja tri lekcije, usvajajući drugačiji stil poučavanja za svaku od njih. Stilovi poučavanja (naredbeni/ praktični, recipročni i vođeno otkrivanje) odabrani su iz Mosstonova i Ashworthina Spektruma. Ponašanja nastavnika mjerena su pomoću računalnog sustava kodiranja. Odabrane su fokusne skupine kako bi se ispitali kognitivni i afektivni odgovori učenika. Rezultati su pokazali da su recipročni stil i stil vođenog otkrivanja rezultirali većim razvojem vještina. U isto vrijeme ponašanja nastavnika su bila manje usmjerena na izvedbu te su bila prilagodljivija kognitivnim i afektivnim odgovorima, za razliku od toga kada je korišten naredbeni i praktični stil.

Cilj rada Patmanougla i sur. (2008) bio je vrednovati dva specifična stila poučavanja za učinkovitiju nastavu tenisa u osnovnoj školi. Istraživanje je obuhvatilo 307 petih i šestih razreda (160 dječaka, 147 djevojčica) iz sedam osnovnih škola u Thessalonici. Bile su formirane tri grupe učenika: a) prva eksperimentalna skupina pohađala je deset satova tenisa (jednom tjedno) gdje se koristio zapovjedni stil, b) druga eksperimentalna skupina pohađala je deset satova tenisa na temelju stila samoprovjere i c) kontrolne skupine (bez intervencije). Provedena su dva vala mjerenja (prije i nakon završetka intervencije) uz korištenje kognitivnih varijabli i testova motoričke procjene povezanih s tenisom. Korišten je motorički test kako bi

se ispitala učinkovitost dvaju stilova poučavanja. Osim toga, ispitanici su i stavovi prema tenisu i intrinzični aspekti učenika. Rezultati su pokazali da je pripadnost studenata grupi B imala bolje rezultate u motoričkom testu i imala pozitivnije stavove prema tenisu u usporedbi sa svojim kolegama iz grupe A sa zapovjednim stilom poučavanja. Kao zaključak, pokazalo se da stil samoprovjere može pružiti više i bolja rješenja u kontekstu programa nastave tenisa, a njegova provedba može pozitivno doprinijeti nadogradnji tjelesnog odgoja u osnovnim školama.

U Australiji je provedeno istraživanje o samoprocjeni učitelja tjelesne i zdravstvene kulture o odabranim trenerskim stilovima poučavanja prema Mosstonu. Cilj istraživanja SueSee i suradnika (2018) bio je utvrditi koje i koliko često učitelji percipiraju da koriste odabrane stilove. Podatci su prikupljeni koristeći instrument koji je podrazumijevao čitanje scenarija koji opisuju stilove poučavanja. Učitelji su potvrdili korištenje stilova iz odjeljka produkcije kao i reprodukcije. Rezultati indiciraju na to da mnogi faktori utječu na korištenje trenerskih stilova poučavanja te da su potrebna daljnja istraživanja kako bi se utvrdilo koliko su učitelji sposobni točno izvijestiti o stilovima poučavanja koje koriste.

Ovom istraživanju prethodilo je istraživanje istih autora (SueSee i sur., 2011) koji je osim percepcije istih učitelja o pojavnosti stilova poučavanja koristio i kontrolnu skupinu koja je promatrala i bilježila trenerske stilove kod prethodno navedene skupine. Rezultati su pokazali kako učitelji vjeruju da koriste više stilova, nego što zapravo koriste i da će to biti indikator za daljnje postupke učitelja i cijelog sustava za stjecanje boljeg znanja.

SueSee i sur. (2019) otišli su korak dalje i pokrenuli istraživanje na Švedskim učiteljima tjelesne i zdravstvene kulture. Cilj istraživanja bio je odrediti ako koriste trenerske stilove koji osiguravaju mogućnost da učenici ostvare ciljeve vezane za razvoj kreativnosti, rješavanje problema, osobnu odgovornost i neovisnost. Istraživanje je imalo dva dijela, gdje su u prvom koristili upitnik temeljen na Mosstonovu Spectrumu, dok je drugi dio uključivao promatranje rada učitelja na satovima TZK. Rezultati su pokazali da učitelji ne koriste različite pedagogije zbog različitih razloga, već da učitelji koriste iste pedagogije kako bi postigli različite ciljeve, što u većini slučajeva nije uspješno. Zaključeno je kako korištenje Spectruma može pomoći učiteljima da zadovolje različite kurikulumske ciljeve.

Cilj istraživanja Sunaya i sur. (2004) bio je ispitati efekte različitih metoda poučavanja u učenju osnovne tehnike u odbojci. Istraživanje se provodilo na trideset studenata koji su bili raspodijeljeni u dvije grupe. Njihove vještine procjenjivala su tri instruktora direktnim opažanjem. Osnovna odbojkaška tehnika bila je poučavana tijekom četrnaest tjedana; na prvoj

grupi je korišten zapovjedni stil, a na drugoj stil vođenog otkrivanja. Nakon četrnaest tjedana rezultati su pokazali da je zapovjedni stil vrlo učinkovit u učenju osnovne odbojkaške tehnike, dok je stil vođenog otkrivanja samo djelomično učinkovit.

Istraživanje Zenga i sur. (2009) istraživalo je ishode učenja nakon korištenja tri stila poučavanja u odbojci. Sudionici su bili 72 ispitanika koji su nasumično podijeljeni u tri skupine. Svaka od njih imala je različite stilove poučavanja (praktični, recipročni i inkluzivni). Rezultati su otkrili da je srednja ocjena grupe s praktičnim stilom značajno viša od grupa s recipročnim i inkluzivnim stilom poučavanja. Između grupe s recipročnim i inkluzivnim stilom poučavanja nije pronađena statistički značajna razlika. Međutim, zanimljivo je istaknuti kako su muški ispitanici ostvarili značajno bolju ocjenu u grupi praktičnog stila, dok su žene ostvarile značajno bolju ocjenu u grupi s inkluzivnim i recipročnim stilom poučavanja. Prema uspješnosti stila poučavanja kod muškaraca oni su rangirani od najboljeg prema najgorem: praktični, recipročni i inkluzivni; a kod žena inkluzivni, recipročni i praktični.

## **CILJEVI I HIPOTEZE**

Trenerov stil poučavanja izravno utječe na proces i brzinu učenja kod sportaša. Direktno utječe i na dostignuća sportaša jer se pokazalo da su sportaši koji su zadovoljni trenerovim pristupom treningu i kojima odgovara trenerov stil poučavanja, motiviraniji i imaju bolje preduvjete napredak, a posljedično i uspješne rezultate (Kašnar,2016). Treneri koji koriste širok spektar stilova poučavanja imaju veće šanse da njihovo poučavanje bude uspješno, a da se sportaš razvije u sretnu, zdravu, samopouzdanu i samokritičnu mladu osobu koja će jednako dobro funkcionirati sama kao i u timskom okruženju.

Ovim istraživanjem željelo se sakupiti podatke trenerskom samoprocjenom i kontrolnom procjenom stila poučavanja koji treneri koriste za vrijeme trenažnog procesa. Cilj je sakupiti podatke o trenerima u nekoliko sportova i sportskih programa, kako individualnih, tako i ekipnih, sportova u kojima su sportaši različite dobi, spola i razine motoričkih sposobnosti i znanja. Ovim radom željelo se utvrditi najzastupljeniji stil poučavanja kod svih trenera, kao i kod određenih skupina trenera s obzirom na karakteristike grupe kojoj pripadaju i odrediti koji bi mogući razlozi tomu mogli ishoditi.

Sukladno opisanim ciljevima, postavljene su sljedeće hipoteze koje pretpostavljaju da:

H1: Postoje razlike u procjeni trenerskih stilova poučavanja između promatrača i samoprocjene trenera o vlastitim stilovima poučavanja.

H2: Treneri sa stručnim obrazovanjem koristit će više stilova poučavanja

H3: Treneri mlađih dobnih skupina koristit će manji broj trenerskih stilova poučavanja

## **METODE ISTRAŽIVANJA**

### **Uzorak ispitanika**

U istraživanju je sudjelovalo 12 trenera i trenerica koji se aktivno bave trenerskim poslom. Od njih 12, 8 je žena i 4 muškarca (  $N_{\text{ž}}=8$ ,  $N_{\text{m}}=4$ ), prosječne dobi 30.67 godina  $\pm 10,12$ . Ispitani treneri, treneri su različitih sportova, ritmičke gimnastike, tenisa, karatea, nogometa te treneri univerzalnih sportskih programa. Ispitivanje se provelo u prostorijama kluba svakog od ispitanika koji je dao svoj dobrovoljni pristanak na sudjelovanje u istraživanju. Samo istraživanje je provedeno u Rijeci, u vremenskom okviru od mjesec dana, u Veljači 2023 godine. Ispitanici su bili upoznati sa svim dijelovima istraživanja, a njihov zadatak bio je ispuniti upitnik tipa papir-olovka te odgovoriti na nekoliko pitanja u trajanju od desetak minuta u refleksnom intervjuu nakon ispunjavanja upitnika.

### **Mjerni instrumenti**

U ovom istraživanju koristila su se dva načina prikupljanja podataka. Prvi je upitnik tipa papir-olovka koji je sadržavao 22 čestice vrednovane s jednostavnom Likertovom skalom od 3 stupnja. Ispitanici su, kao i trener promatrač, ispunjavali isti upitnik o stilovima poučavanja u treniranju mladih sportaša. Vrijeme trajanja promatranja bilo je 60 minuta, nakon čega su i trener i promatrač ispunjavali upitnik koji se odnosio na prisustvo trenerskih stilova kod promatranog trenera. Upitnik se sastojao od tvrdnji za 11 stilova po Mosstonovu Spectrumu (2008) koji su bili konstruirani na temelju glavnih odrednica pojedinog stila (Spectrum of Teaching Styles, 2019). Ispitanici su odgovarali odabirom jedne od tri ponuđene opcije (da, ne, ne mogu odrediti) te su potom odgovarali na pitanja refleksnog intervjuja. Refleksni intervju u trajanju od desetak minuta bio je proveden nakon ispunjavanja upitnika i kratke analize odgovora. Pitanja koja su bila postavljena u refleksnom intervjuu bila su ista za svakog ispitanika. Prvi dio odnosio se na neke antropološke odrednice i obrazovanje te trenersko iskustvo, dok je drugi dio bio konstruiran na temelju odgovora koji su ispitanici dali u strukturiranom intervjuu. Sam intervju bio je sniman diktafonom te potom transkribiran. Svi ispitanici bili su upoznati s ciljevima istraživanja i dali su dobrovoljni pristanak na sudjelovanje.

### **Varijable**

Nezavisne varijable zastupljene u ovom istraživanju su: spol, sport, dob, godine iskustva, obrazovanje, dobne skupine vježbača te 11 trenerskih stilova poučavanja prema Mosstonu koji su predstavljali zavisnu varijablu. Osim odabira trenerskih stilova, kao nadopunu i detaljnije



objašnjenje istih, sakupljene su informacije i strukturiranim refleksnim intervjuom s pitanjima koja se temelje na odabiru trenerskih stilova (“Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?”, “Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno u svom poučavanju mislite da bi trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?”, “Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha?” te “Zašto mislite da baš te tvrdnje donose najviše uspjeha?”)

### **Metode obrade podataka**

Podatci sakupljeni iz upitnika i intervjuova uneseni su u Microsoft Excel tablicu, alat za računanje internetske aplikacije Microsoft 365 (Office, 2021), gdje su organizirani i strukturirani u grupe. Podatci sakupljeni refleksnim intervjuom sakupljeni su mobilnim diktafonom te potom transkribirani u alatu Microsoft Word aplikacije Microsoft Office 365. Kvantitativni podatci obrađivani su u softverskom paketu za analizu podataka Statistica TIBCO® Data Science / Statistica™ (14 Migration Support, 2023) deskriptivnom statistikom i T-testom za nezavisne uzorke.

## REZULTATI

Tablica I. Ukupna zastupljenost trenerskih stilova poučavanja

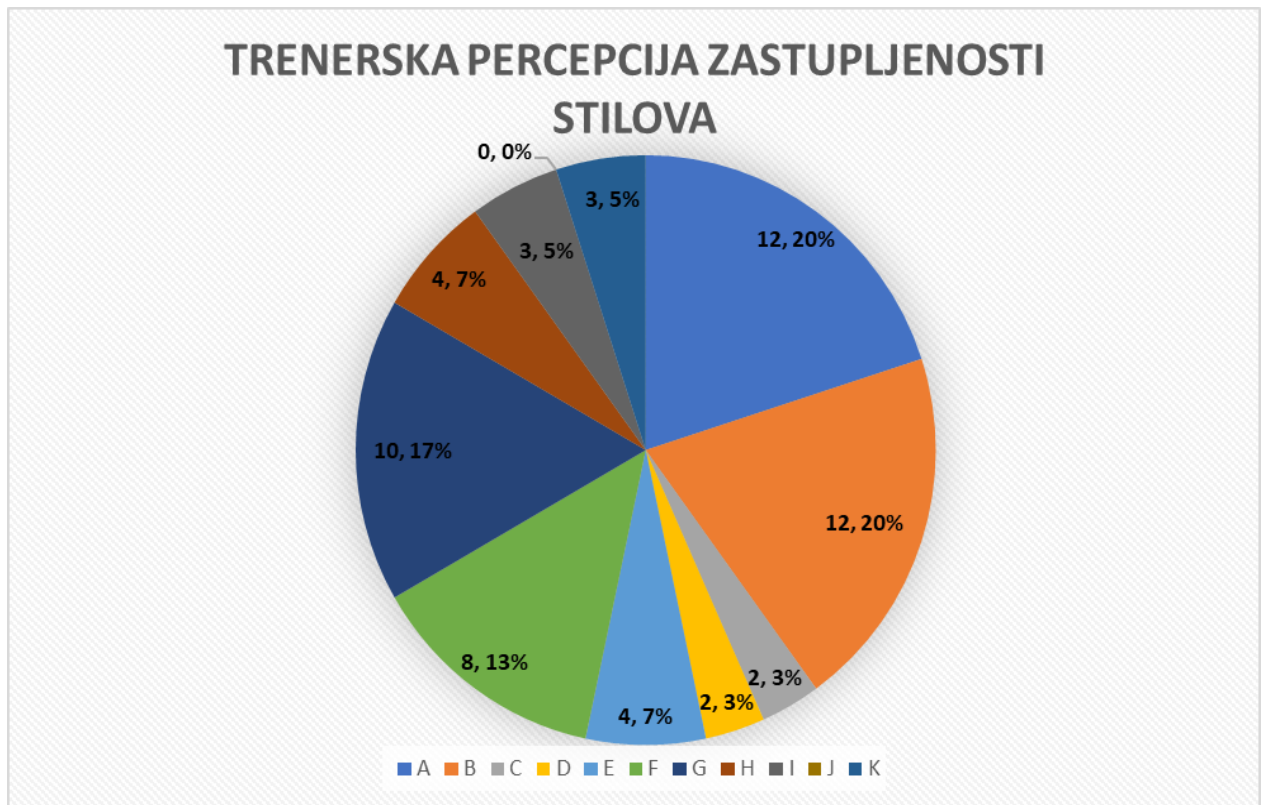
	Sport	Trenerska percepcija stilova	Kontrolna percepcija stilova
<b>Trener 1</b>	Univerzalni sportski programi	A, B, C, F, G	A, B, E
<b>Trener 2</b>	Ritmička gimnastika	A, B, E, F, I	A, B, E, F
<b>Trener 3</b>	Ritmička gimnastika	A, B, D, E, F, G, H, I	A, B, C, D, E
<b>Trener 4</b>	Ritmička gimnastika	A, B, G, K	A, B, D
<b>Trener 5</b>	Univerzalni sportski programi	A, B, F, G, K	A, B, F
<b>Trener 6</b>	Nogomet	A, B, F, G, H	A, B, E
<b>Trener 7</b>	Ritmička gimnastika	A, B, C, G	A, B, C, D, E, F, I
<b>Trener 8</b>	Karate	A, B	A, B, C, F
<b>Trener 9</b>	Ritmička gimnastika	A, B, F, G	A, B, D, E
<b>Trener 10</b>	Nogomet	A, B, E, F, G, H, I, K	A, B, G
<b>Trener 11</b>	Karate	A, B, D, E, F, G, H	A, B, C, G
<b>Trener 12</b>	Tenis	A, B, G	A, B, G

LEGENDA o stilovima poučavanja prema A.Žnidarec Čučković (2018) i Mosston i Ashworth (2008)

- A- Naredbeni stil
- B- Praktični stil
- C- Recipročni
- D- Samoprovjera
- E- Inkluzija
- F- Vođeno otkrivanje
- G- Konvergentni
- H- Divergentni
- I- Individualni
- J- Inicijativom učenika
- K- Samostalno poučavanje

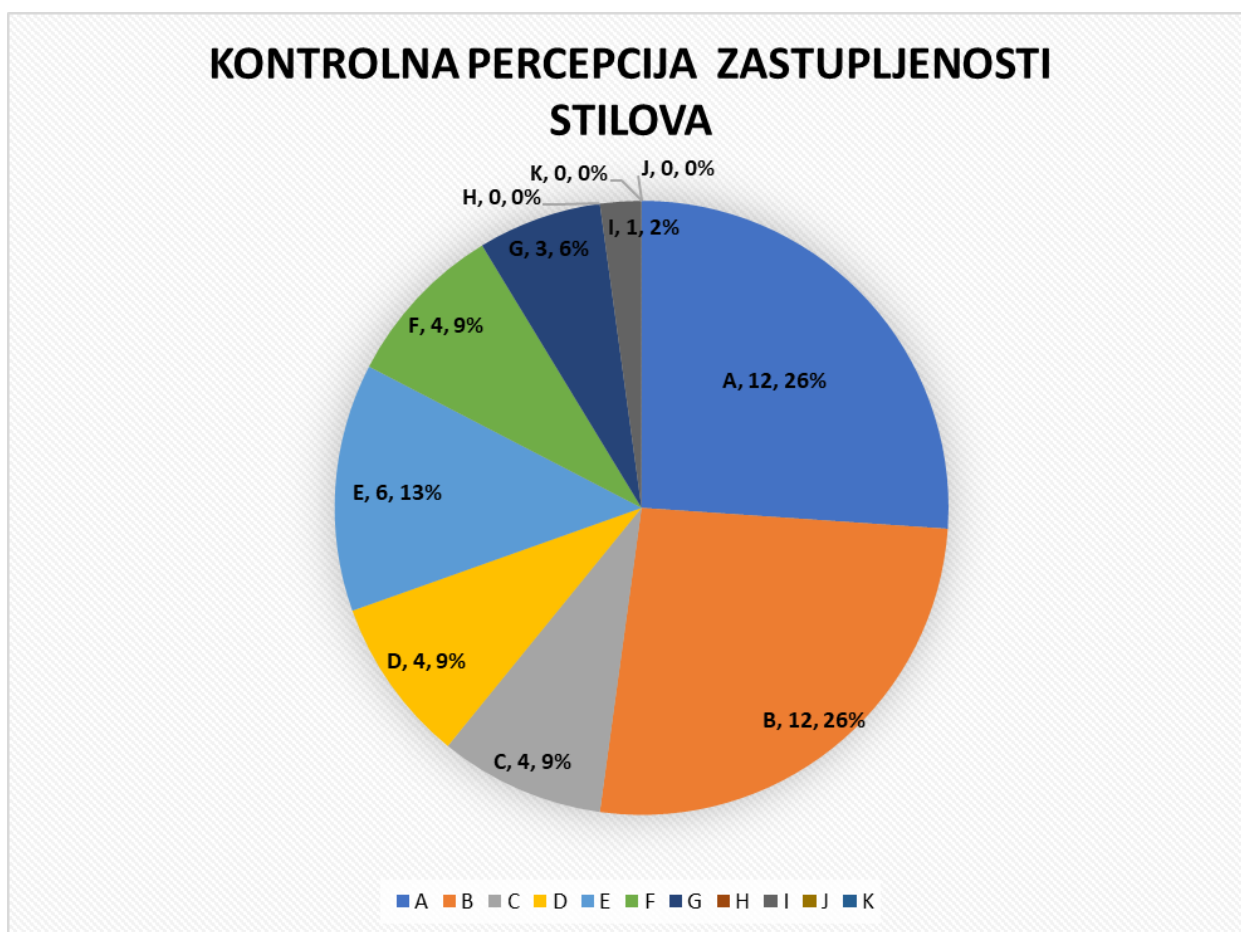
Tablica I. prikazuje rezultate dobivene testom tipa papir-olovka o percepciji prisutnosti različitih trenerskih stilova poučavanja. U tablici su vidljivi rezultati ispitanika o njihovoj procjeni pojavnosti stilova u vlastitom poučavanju te rezultate dobivene promatračevom percepcijom (kontrolna percepcija) o pojavnosti stilova kod svakog od ispitanika.

Graf I. Ukupna trenerska percepcija o zastupljenosti stilova poučavanja



Graf I prikazuje ukupne postotke zastupljenosti pojedinog stila kod samoprocjene stilova poučavanja kod svih trenera

Graf II. Ukupna kontrolna percepcija zastupljenosti stilova poučavanja



Graf II prikazuje ukupne postotke kontrolne percepcije zastupljenosti pojedinog trenerskog stila poučavanja kod promatranih trenera odnosno ispitanika

Tablica II. Postotci pojedinačne zastupljenosti određenog trenerskog stila poučavanja

TREnerski POUčAVANJA	STIL	POSTOTAK ZASTUPLJENOSTI PERCIPIRANOG TREnersKOG POUčAVANJA	STILA	POSTOTAK ZASTUPLJENOSTI KONTROLNOG TREnersKOG POUčAVANJA	STILA
A		100%		100%	
B		100%		100%	
C		16.67%		33.33%	
D		16.67%		33.33%	
E		33.33%		50%	
F		66.67%		33.33%	
G		83.33%		25%	
H		33.33%		0%	
I		25%		8.33%	

<b>J</b>	0%	0%
<b>K</b>	25%	0%

Tablica III. Deskriptivni pokazatelji

VARIABLE	N	AS	MINIMUM	MAXIMUM	RANGE	ST.DEV
<b>DOB</b>	12	30,66667	18,0000	46,0000	28,0000	10,12049
<b>GODINE ISKUSTVA</b>	12	9,62500	0,50000	26,0000	25,5000	8,26583
<b>OBRAZOVANJE</b>	12	1,16667	0,00000	2,0000	2,0000	0,83485
<b>DOBNA SKUPINA</b>	12	2,75000	1,00000	4,0000	3,0000	1,13818
<b>TRENERSKA PROCJENA BROJA STILOVA</b>	12	5,00000	2,00000	8,0000	6,0000	1,85864
<b>KONTROLNA PROCJENA BROJA STILOVA</b>	12	3,83333	3,00000	7,0000	4,0000	1,19342

Legenda: N – broj sudionika; AS – aritmetička sredina; SD – standardna devijacija; MIN. – minimalan rezultat; MAX. – maksimalan rezultat; RANGE- raspon između najmanje i najveće vrijednosti

Za potrebe ovog diplomskog rada i obrade i strukturiranja podataka varijablama *Obrazovanje* i *Dobna skupina* bile su dodijeljene brojčane vrijednosti za pripadajuću grupaciju. Tako su varijabli Obrazovanja dodijeljene sljedeće vrijednosti: 0- nestručno obrazovanje, 1- tečaj ili licenca za trenera, 2- sveučilišni stručni ili integrirani studij Kineziologije. Varijabli Dobne skupine dodijeljene su sljedeće vrijednosti: 1- predškolska djeca (za dobnu skupinu djece od 4-6 godina), 2- rana školska dob (za djecu od 6-8 godina), 3- srednja školska dob (djeci dobne skupine od 9-12 godina) i 4- starija školska dob (za djecu u dobi od 13-16 godina).

Tablica III prikazuje kvantitativne podatke sakupljene kroz intervju. U tablici se prikazuju podatci o entitetima (N=12), prosječne dobi  $30,67 \pm 10,12$ , prosječnog radnog iskustva od  $9,63 \pm 8,266$  godina. Treneri procjenjuju posjedovanje prosječno 5 trenerskih stilova  $\pm 1,86$ , dok kontrolna percepcija procjene njihovih stilova iznosi  $3,83 \pm 1,19$ . Što se tiče obrazovanja, treneri u prosjeku najviše imaju završen tečaj ili licencu, a dobne skupine koje treniraju najčešće spadaju u drugu ili treću skupinu (od 6-8 i od 9-12 godina), a to su rana i srednja školska dob.

Tablica IV. Rezultati T-testa za nezavisne uzorke u varijablama trenerska i kontrolna procjena broja stilova poučavanja

VARIJABLA	VALID N	MEAN	t VRIJEDNOST	p VRIJEDNOST	ST. DEV
<b>TRENERSKA PROCJENA BROJA STILOVA</b>	12	5,000	-1,82971	0,08079	1,858641
<b>KONTROLNA PROCJENA BROJA STILOVA</b>	12	3,8333	-1,82971	0,08079	1,193416

Rezultati u tablici IV. pokazuju rezultate t- testa za nezavisne uzorke na 12 ispitanika u trenerskoj i kontrolnoj procjeni broja stilova. Treneri procjenjuju posjedovanje  $5 \pm 1,858641$  stila dok je kontrolna procjena istih  $3,83 \pm 1,1934$ . T vrijednost iznosi -1,82971 uz pogrešku p 0,08079.

Tablica V. Rezultati T- testa o broju stilova poučavanja s obzirom na obrazovanje

KONTROLNA PROCJENA BROJA STILOVA (OBRAZOVANJE)	VALID N	MEAN	ST.DEV
<b>Kineziološki fakultet</b>	5	4,0000	1,732051
<b>Licenca</b>	3	3,5000	0,577350
<b>Nestručno</b>	4	4,0000	1,000000

Tablica VI. Rezultati T-testa o broju stilova poučavanja s obzirom na obrazovanje

KONTROLNA BROJA (OBRAZOVANJE)	PROCJENA STILOVA	t-vrijednost	p- vrijednost
<b>Kineziološki fakultet</b>	<b>vs. Licenca</b>	0,546942	0,601411
<b>Kineziološki fakultet</b>	<b>vs. Nestručno</b>	0,00000	1,00000
<b>Licenca vs. Nestručno</b>		-0,845154	0,436588

Tablica V prikazuje broj ispitanika u određenom stupnju obrazovanja s prosječnim brojem stilova koje koriste. Tako fakultetsko obrazovanje sadrži  $4 \pm 1,732$  stilova, licenca  $3 \pm 0,5773$  a nestručno ima  $4 \pm 1,00$  stilova poučavanja.

Tablica VI. Prikazuje podatke T testa za nezavisne uzorke s t - vrijednosti uz pogrešku p i to za: Kineziološki fakultet usporedno s Licencom iznosi 0,5469 s pogreškom od 0,6014, za Kineziološki fakultet usporedno s Nestručnim obrazovanjem t iznosi 0 s pogreškom od 1, a

Licenca nasuprot Nestručnog obrazovanja ima t vrijednost u iznosu od -0.8451 s pogreškom p od 0,4365.

Tablica VII. Rezultati T-testa za nezavisne uzorke o broju stilova poučavanja u odnosu na dobnu skupinu djece

KONTROLNA PROCJENA BROJA STILOVA (DOBNA SKUPINA)	MEAN	VALID N	ST. DEV	t-vrijednost	p- vrijednost
<b>Predškolska dob</b>	3,0000	2	0,00000	-0,880451	0,428337
<b>Starija školska dob</b>	4,2500	4	0,428337		

Rezultati u tablici VII. prikazuju korištenje broja stilova poučavanja u odnosu na dobnu skupinu djece koju se poučava pa oni iznose prosječno  $3 \pm 0$  za predškolsku dob, dok za školsku taj rezultat iznosi  $4,25 \pm 0,42833$ . Rezultat t - vrijednosti iznosi -0,8804 s pogreškom p od 0,42833.

Tablica VIII: Pitanje 1

PITANJE 1	Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?
Trener 1	Postupci koje upotrebljavam omogućuju mi da trening bude jasan, strukturiran, jer djeca kada imaju točno zadane zadatke i točne upute trening provode pravilnije, a meni kao treneru je lakše provesti taj trening. Djeca vole strukturu, čim se oni malo raspuste odmah bude nered.
Trener 2	Zato što mislim da osim mojih poticaja da kada dijete samo odluči o nekim svojim postupcima, o nekim svojim idućim koracima, da će to pridonijeti djetetovom samopouzdanju i u odlučnosti. Mislim da je vrlo važno to poticanje i to da djeca ne ovise o drugima i da mogu sama odrediti neku vježbu. Isto mislim da kada dijete kaže da ne može, da ga se još više potiče jer može više nego što misli, to jest može prijeći neke svoje zacrtane granice.
Trener 3	Upotrebljavam ih zato što imam bolju strategiju svakog treninga i bolje se mogu uputiti prema svakoj ritmičarki, na njen način, način na koji ona to može. Treninzi su jako strukturirani, demonstracija zadatka je odmah lakša i cure se lakše prilagođavaju na takav način treninga.
Trener 4	Najviše toga ja njima demonstriram pa oni onda to pokušaju ili kopirati ili na svoj način interpretirati i doći do nekog svog zaključka i to je nekako u gimnastici najlakše s obzirom na to da u gimnastici nema previše pokreta koji se mogu izmisliti nego su striktno napravljeni za natjecanja. Zato te postupke upotrebljavam jer je to jednostavno najlakši način i to je nešto što bi svaki trener gimnastike i trebao jer su to osnovni pokreti koji se koriste.
Trener 5	Lakše mi je objašnjavati zadatak koji vježbači trebaju napraviti, a oni imaju jasnu sliku toga što trebaju napraviti, donose mi i red i disciplinu tijekom izvođenja vježbi.
Trener 6	Jer nam donose pomake u kondicijskim parametrima, koordinaciji, fleksibilnosti, agilnosti, izdržljivosti, snage što sve uklapamo u neki tehničko taktički plan, uz

	<p>preduvjet da je tehnika temelj za dalje. Donosi nam razvoj, što je možda i najbitnije, na to smo jako fokusirani, rezultat za mlađe dobne skupine isključivo kroz dobar razvoj i u obliku dobrog rada i nagrade. Vježbači nisu opterećeni rezultatom, nego dobrim razvojem. Naravno meni je važan i psihološki aspekt svega, da se socijaliziraju i izrastaju u zdrave i dobre ljude koji misle svojom glavom. Naravno, tu je i disciplina, odnos prema samom sebi, prema treneru, suigraču i cijeloj ekipi. Kada se sve to ukomponira, dobiješ jednu širu sliku zdrave mlade osobe koja percipira u sportu i koja se vodi onom „u zdravom tijelu zdrav duh“ i to je nekakav cilj sporta općenito, iz moje perspektive.</p>
Trener 7	<p>Upotrebljavam ih zbog metoda rada, zbog pristupa samoj organizaciji, lakšem planiranju i programiranju treninga.</p>
Trener 8	<p>Upotrebljavam ih da uvježbaju razne napade, da znaju rješavati situacije, radimo tehničko taktičke treninge i borbe, što su situacijski treninzi.</p>
Trener 9	<p>Upotrebljavam ih u treningu zato što sam vidjela da funkcioniraju, da daju rezultate kod ritmičarki i jer su trenutno one još u premladoj dobi da bi neke stvari same odlučivale. One još uvijek nisu potpuno objektivne da bi imale jasno definirane kriterije pomoću kojih bi se ocjenjivale, iako jako dobro znaju ocijeniti kad je nešto dobro ili nije dobro, generalno.</p>
Trener 10	<p>Donose mi zabavu u treningu, a samim time i maštovitost u nekom dječjem razmišljanju prema određenim sadržajima.</p>
Trener 11	<p>Da bi vježbač postigao svoj cilj. Da osjeti osobno zadovoljstvo i da ga potaknem da nađe rješenje kada misli da je nešto nemoguće.</p>
Trener 12	<p>Zbog načina vođenja samog treninga. Volim da je jasno strukturiran i posložen u svakom segmentu. Koristim ih i zato da mi bude lakše postaviti se kao autoritet nad vježbačem i da bi vježbač radio po točnim uputama i zahtjevima onoga što ja želim u njegovu korist.</p>

Tablica VIII sadrži odgovore svih ispitanika na prvo od 4 pitanja strukturiranog intervjua, provedenog nakon ispunjavanja upitnika.

*Tablica IX: Pitanje 2*

PITANJE 2	<b>Koje od tvrdnji nemate zastupljeno, a mislite da bi trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?</b>
Trener 1	<p>Mislim da ove tvrdnje koje nemam zastupljene, nemam zastupljene izato što sam sad provodila trening s četverogodišnjacima gdje se navedene stvari ne mogu primijeniti, a sigurna sam da ih koristim u poučavanju sa starijim dobnim skupinama. One bi trebale biti dio poučavanja kako bi dobili različite povratne informacije, od mlađih vježbača, odnosno te vrtičke dobi i od starijih. Kao prvo, kod mlađih, mi vidimo napredak i razvoj nekih motoričkih sposobnosti, a kod starijih osim napretka i sposobnosti, možemo dobiti i verbalne povratne informacije. Oni se međusobno mogu ocjenjivati i vidjeti da li neki zadatak koji su dobili rade ispravno i slično. Mogu si već i sami zadati zadatke jer su dovoljno zreli i već su naučili, ma ustvari, sve ovisi stvarno o dobi.</p>
Trener 2	<p>Pa možda više to samovrednovanje, kada nešto odrade, jer bi mi dalo veći uvid o njihovom mišljenju i o sebi, to jest na čemu se više treba raditi. Možda bi to doprinijelo još većem poticaju, možda netko ima manje mišljenje, to jest slabije bi</p>



	mislio o sebi, a zapravo može puno više. Možda bi trebalo i vidjeti to kada si djeca zadaju sama zadatke, na koji način razmišljaju.
Trener 3	Nemam zastupljeno da vježbači rade u parovima i međusobno zato što gimnastika i je individualan sport osim ako se rade grupne vježbe, a ja trenutno nisam trener grupnih vježbi tako da ne mislim da bi to mogla uvrstiti u trening. I nemam da vježbač sam kreira plan i program jer se ipak radi o kompliciranim vježbama koje se mogu dostići tek nizom treninga i treninga i sati treninga koji jednostavno treba biti uz trenera i njegov nadzor.
Trener 4	Npr. ocjenjivanje jedni drugih, to tu i tamo znam napraviti na treningu, evo sada nisam ali kada radimo neku koreografiju ili improvizaciju vrlo često znam napraviti manje grupice, pa da jedna drugu pogledaju i da budu svjesne koja je grupa bolje ili lošije napravila, ali opet da se ne naprave neke razlike između njih.
Trener 5	Npr. Da je vježbač istodobno i učenik i učitelj, te da se i on da u postupak rješavanja nekih problema koje on smatra da ima i tako meni malo pomogne u tome. To bi trebalo biti zastupljeno baš zbog toga što bi sportaš bolje izvodio neke zadatke, da se i on uključi u to, a ne da radi samo ono što mu ja kao trener kažem.
Trener 6	Za sada mislim da u svom poučavanju ne bih ništa mijenjao. Ipak više volim da vježbač sam sebe ne ocjenjuje i da ima ulogu izvođača. Ako ćeš sam sebe ocjenjivati onda to nije dobro jer je apsolutno subjektivno. Kao što ja volim da mene osobe iz struke ocjenjuju, tako i ja volim da ja ocijenim svoju ekipu i svog igrača. Ne kažem da ne bih prihvatio kada bi cijela ekipa dala neko mišljenje o pojedinom igraču, pa bi to za mene možda i moglo biti objektivno. Ali odnos jedan na jedan, mene i igrača i kako ja utječem na ekipu što se tiče trenažnog procesa, to uvijek volim ja ocjenjivati i zadavati.
Trener 7	Smatram da već nakon 23 godine radnog iskustva, koji puta moja demonstracija nije više kakva bi trebala biti, pa uvijek pitam za demonstraciju nekoga od vježbača koji su bolji u tome, jer smatram da neki to mogu odraditi i bolje od mene. Ne dozvoljavam vježbačima baš da u svom tempu uvježbavaju, i dalje namećem svoj ritam, jer smatram da je to bitno i to ne mogu sami. Za samovrednovanje mislim da nisu dovoljno educirani da bi to provodili i vrednovali ostale, mislim da je to ipak moj zadatak i dalje, nas trenera.
Trener 8	Iskreno mislim da mi od ovih tvrdnji koje nemam, ništa ni ne treba. Sve što radimo je baš onako kako ja želim da radimo.
Trener 9	Upravo te neke kriterije treba dovesti do točke gdje se same mogu ocijeniti u kojoj količini su nešto dobro napravile, koliko još tu treba raditi da bi se dovele do onog stupnja do kojeg trener od njih očekuje. One same trebaju postati svjesne onoga što rade, onoga što jesu i onoga prema čemu idu.
Trener 10	Nemam recimo rad u parovima, zato što trening strukturiram u većim skupinama. Kod mene vježbač ima ulogu izvođača ali nema ocjenjivača, ja kao trener ocjenjujem, a ono što bi trebalo možda biti dio je to da ja postavim zadatak i pitanjima im možda pokušam približiti da sami dođu do nekog rješenja, primjerice u nekoj tehničkoj izvedbi i slično. Na taj način bi kroz neku njihovu maštovitost došli do rješenja sami.
Trener 11	Ne mislim da bi išta drugo trebalo biti dio mog poučavanja.
Trener 12	Ne mislim da bih trebao imati neke dodatne tvrdnje zastupljene zbog toga što su ovdje navedene neke tvrdnje tipa da bi vježbač trebao zadatak provoditi svojim tempom i vrednovati sam sebe. Smatram da to u slučaju mojih sportaša, gdje individualno radimo, nije dobro, jer ako vježbač nije dovoljno intrinzično motiviran, sam se neće potruditi dovoljno tj. tolikim intenzitetom i tempom izvesti ono što trener od njega traži.

Tablica IX sadrži odgovore svih ispitanika na drugo od 4 pitanja strukturiranog intervjua, provedenog nakon ispunjavanja upitnika.

Tablica X: Pitanje 3

PITANJE 3	Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?
Trener 1	Definitivno da se uputa jasno objasni i da vježbač ispravno provodi zadatak, da ga se usmjerava na ispravnost izvedbe. Ima još tu puno toga, izvedba, broj ponavljanja i tako dalje.
Trener 2	Kada trener daje povratnu informaciju i potiče učenikovu neovisnost, jer često nakon što se dijete pohvali, ono se nasmije i još bolje odradi vježbu i bude ponosno. Često zapamte baš tu vježbu i onda sljedeći put još i bolje uvježbaju. I to da djeca uvježbavaju vlastitim tempom jer nema svatko istu brzinu, ne uče svi jednakom brzinom, već neki sporije neki brže i ne treba nikoga požurivati.
Trener 3	Smatram da kad vježbač na više različitih načina pronalazi rješenje jednom specifičnom zadatku te se trener na takav način lakše prilagođava jer ne može svaka ritmičarka na jedan način, npr. koji ja zadam, odraditi zadatak. Vježbač ima sveukupnu odgovornost o onome što uči te tako motivira i sebe i druge oko sebe te moje znanje koje sam jednom vježbaču prenijela, on prenosi drugima tj. međusobno si pomažu što je timski rad koji je uvijek poželjan.
Trener 4	Pa to što im ja sve to mogu pokazati, jer sam jako dugo to trenirala i mogu sve i dalje napraviti. Definitivno je lakše kada im netko pokaže sve stvari, nego da im samo kaže to je tako i tako. Mislim da najviše vrijedi ta demonstracija.
Trener 5	To da im dam jasno strukturiran zadatak koji trebaju izvršiti i da im ne dam prostora da oni sami šire i izmjenjuju ono što trebaju ili ne trebaju raditi.
Trener 6	Definitivno mislim da trening mora biti jasno strukturiran i objašnjen, demonstriran i s preciznim uputama obavezno, da oni to shvate. S time da netko shvati prije kada mu nacrtam na ploči a netko na terenu, zato ja volim raditi oboje. Obavezno povratna informacija igrača prema treneru, ona je uvijek dobrodošla. Mora se dati jasan kriterij izvedbe zadatka, naravno, to uvijek. Apsolutno i to da se vježbači međusobno vrednuju pomoću trenerovog kriterija.
Trener 7	Apsolutno je to broj ponavljanja i nametanje nekog mog ritma, onda su oni tu bolji. Što im se manje da prostora da oni sami nešto odrađuju, po meni se pokazalo bolje. To je ova neka strukturiranost i jasni kriteriji izvedbe zadataka. Što si precizniji u uputama, to je bolje za njih.
Trener 8	Rješavanje problema, vezano za taktiku. Potom, da trener daje jasne upute i jasne kriterije, povratnu informaciju, kada postavlja zadatke različite razine zahtjevnosti.
Trener 9	To što dozvoljavam, a i moram, jer sam u određenim godinama, da one jedna drugoj demonstriraju, što je veći poticaj, kada rade. Zatim što postavljam zadatke različite zahtjevnosti i dajem im kriterije tako da im objasnim što bi trebalo biti i kako bi trebalo biti te oblikovanje pitanja kako bi ih naveli sa same nešto naprave tj. da bi same došle do rješenja.
Trener 10	Mislim da to što sam u ulozi savjetnika i prijatelja, pa djeca kroz neki opušteniji pristup lakše uče. Mislim i da to što ja demonstriram zadatak isto dobro dođe, pogotovo kada ih pustim da ga uvježbavaju vlastitim tempom. Mislim da isto dosta doprinosi kada vježbači predlažu rješenja zadataka i situacija koje onda uz trenerovo navođenje rješavaju na najbolji način.
Trener 11	Ova tvrdnja da je trener u ulozi savjetnika itd.
Trener 12	Da jasno postavljam zadatke i očekivanja od sportaša i da ga pitanjima usmjeravam u jedan cilj.

Tablica X sadrži odgovore svih ispitanika na treće od 4 pitanja strukturiranog intervjua, provedenog nakon ispunjavanja upitnika.

*Tablica XI: Pitanje 4*

PITANJE 4	Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?
Trener 1	Pa opet je sve na tim uputama, sve je jasno definirano, strukturirano i onda nema puno mjesta za grešku.
Trener 2	Pa upravo ovo što sam navela u prethodnom pitanju, sve je stvar toga kako i na koji način dijete primi neku informaciju, ovisno o tome će zavoljeti ili zamrziti nešto.
Trener 3	Zato što se tako može razviti i komunikacija između gimnastičarki. One mogu vidjeti kako koja radi, bolje ili lošije, ponavljati po boljima ili razviti moment da svoje znanje lako prebace na ostale.
Trener 4	Pa nekako, to sam sve na svojoj koži osjetila. Devet godina sam to trenirala i uvijek je bio otprilike takav model. Naravno, svaki trener ima svoj pristup, ali isto tako neki generalan pristup koji je mene naučio puno stvari, pokušavam prenijeti na njih.
Trener 5	Zato što je trener tu za vježbača. Vježbač sam ne vidi gdje griješi, dok trener to jasno vidi.
Trener 6	Mislim da je to zato što se treba težiti ka jednostavnosti, tu bih se referirao na demonstraciju i davanje jasnih i preciznih uputa. Ako je komunikacija, koja je jako bitna, precizna i ako se tu gubi što manje vremena, ako je provedeš jednostavno, a da s druge strane igrači to prihvate i da dobiješ izvedbu na terenu onako kako si ti tražio, onda mislim da je to izuzetno uspješno. To je za mene onda pravi posao, i za mene i za igrače.
Trener 7	Zato što oni dolaze tu da ih netko vodi, ljudima se danas ne da više razmišljati, pogotovo u rekreaciji. To je naš zadatak, trenera, da im ukazujemo na neke pogreške, a isto je tako i s djecom.
Trener 8	Zato jer tako možemo uvježbavati razne situacije, možemo pobijediti svakog protivnika na tatamiju. Ne bore se sportaši protiv svakog protivnika jednakom taktikom, već je bitna ta širina, koju uvježbavamo na treninzima
Trener 9	Nekako sam kroz iskustvo i rad s djecom uvidjela da to funkcionira, iako sam s iskustvom i godinama naučila da uvijek uvedem nešto novo jer me svaka nova generacija nauči nešto novo, pa i ja sama trebam unaprijediti svoj rad.
Trener 10	Zato što volim da djeca sama dolaze do rješenja, jer se tako najviše uči, iz iskustva, kada sama probaju nešto. U svakom slučaju više tako, nego na neki drugačiji način.
Trener 11	Zato što ne dajem vježbaču konkretno rješenje, već od njega tražim da nađe pravilan način kako da postigne svoj cilj. Ne želim mu sve servirati na pladnju, nego želim da sam dođe do tog rješenja jer tako najbolje uči.
Trener 12	Jer je i sportaš uključen, a opet nije tu da donosi odluke, već je tu trener da ga potakne i odvede na pravi put.

Tablica XI sadrži odgovore svih ispitanika na posljednje od 4 pitanja strukturiranog intervjua, provedenog nakon ispunjavanja upitnika

## RASPRAVA

Kako je navedeno, cilj ovog istraživanja je bio sakupiti podatke trenerskom samoprocjenom i kontrolnom procjenom o korištenju stilova poučavanja u treniranju mladih sportaša.

U tablici I. sistematizirani su podatci o ukupnoj zastupljenosti stilova poučavanja. Kako je vidljivo, trenerska percepcija stilova koje koriste, nešto je opsežnija od kontrolne procjene. To se može pripisati nedovoljnoj edukaciji trenera o stilovima poučavanja, kao i mogućoj pogrešci kontrolora, budući da nije izvršena dvostruka provjera. Nadalje, iz tablice I. se primjećuje da je najviša percepcija pojavnosti stila A i B, odnosno naredbenog i praktičnog stila iz ogranka reprodukcije, kod svih trenera, kao i kod kontrolne percepcije. Ujedno to su i jedina dva stila koja se pojavljuju kod svih trenera i u samoprocjeni, i kod kontrolne percepcije. Zanimljivo je još istaknuti da prema kontrolnoj procjeni, svi treneri više koriste stilove iz grupacije reprodukcije, dok sami treneri izvješćuju također o većem broju stilova iz ogranka reprodukcije, ali uz njih, i značajno više stilova iz ogranka produkcije od kontrolne procjene. Slične podatke potvrđuje i Sympas I sur.(2016) koji su u svom radu također potvrdili da Grčki učitelji TZK uporno koriste reproduktivne stilove poučavanja jer smatraju da učenici tako učinkovitije usvajaju različite vještine. I u radu Kulinne i sur. (2003) potvrdili su gotovo iste rezultate, da unatoč korištenju mnogih stilova, učitelji mnogo manje koriste stilove iz ogranka produkcije nego reprodukcije. Ta i mnoga druga istraživanja došla su do istih ili sličnih zaključaka što nam otvara prostor za daljnja istraživanja upravo o razlozima korištenja dominantno reproduktivnih stilova. Do tada se o istima i dalje može samo spekulirati i insinuirati na temelju nekih drugih spoznaja.

Nadalje, iz grafova I i II su vidljivi ukupni postotci zastupljenosti određenih stilova koji su odabrani u upitniku o stilovima poučavanja. Najveći postotak kod trenerske percepcije zauzimaju stilovi A, B i G, a slijede ih stilovi F, E, H, I, D i C. Zastupljenost stila J kod trenerske percepcije nije zabilježen. U odnosu na graf II. postotci svih stilova su veći u prvom grafu zato što su treneri procijenili ukupno veću pojavnost stilova u odnosu na kontrolnu percepciju. Kod ukupne kontrolne percepcije stilova u grafu II. također su najzastupljeniji stilovi A i B, no ipak u manjem ukupnom postotku, i to manjem čak za gotovo 10%. Naredbeni i praktični stil po postotcima u grafu II. slijede redom stilovi: E, potom C, D, F, G i I. Kod kontrolne percepcije nisu zastupljeni ni stil H ni stil J, što je logično s obzirom na manju ukupnu zastupljenost stilova kod kontrolne percepcije. Iz tog razloga su svi postotci u grafu II. manji nego u grafu I.

Osim ukupnih postotaka zastupljenosti svih trenerskih stilova poučavanja, na temelju broja ispitanika (n=12) izračunati su i pojedinačni postotci zastupljenosti određenog stila kod ispitanika. Zanimljivo je istaknuti kako su stilovi A i B podudarni u postotku zastupljenosti i da oni iznose maksimalnih 100% i kod samoprocjene trenera i kod kontrolne percepcije. To su i ujedno podatci koji su potpuno isti i u jednoj i u drugoj grupi, te na temelju toga, možemo pouzdano tvrditi da su oni istiniti i da najbolje prikazuju pravu sliku poučavanja danas, koje se većinom temelji na naredbenom i praktičnom stilu, koje se nije značajno promijenilo od prijašnjih desetljeća. Svakako to može insinuirati na to da su se ti trenerski stilovi istaknuli kao najuspješniji, međutim tu se mogu skrivati i drugi razlozi. Jedan od osnovnih jest needuciranost trenera, odnosno rad na sportskim principima koji su im poznati, vrlo vjerojatno od onda kada su se isti koristili na njima. Nadalje, takav način provođenja treninga za trenere s vremenom postaje najjednostavniji oblik organizacije trenažnog procesa jer svatko u dvorani ima jasno definiranu ulogu i zadaću. Zastupljenost poglavito stilova A i B nije nužno loša, no za cjelokupni razvoj sportaša, preporučuje se korištenje raznih stilova poučavanja, kako bi se sve sposobnosti sportaša potencirale. Osim stilova A i B, ostali stilovi poučavanja koji spadaju u grupaciju reprodukcije (A-E) imaju različite postotke zastupljenosti kod samoprocjene trenera i kontrolne percepcije. Međutim, kada dođemo do grupacije produkcije, tu se situacija mijenja. Od stila E do stila K u kontrolnoj percepciji nije zabilježeno niti jedno pojavljivanje stila H, I i J te njihov postotak iznosi 0%. Jedni stil koji se u tom postotku podudara kod trenerske percepcije stila poučavanja je stil J, koji i kod kontrolne percepcije iznosi 0%. Možemo samo pretpostavljati koji su razlozi ne korištenja tih stilova, no jedna od pretpostavki je da je trenerima jednostavnije koristiti stilove iz grupacije reprodukcije. Kod trenerske percepcije zastupljenosti stila K, troje trenera označilo je korištenje stila K, međutim, to možemo procijeniti kao potpuno pogrešno. Takav način uključuje samog vježbača, bez trenerskog uplitanja, što ne može biti vidljivo u učionici ili dvorani u 60 minuta, a i ime samog stila poučavanja označava da ga ne može koristiti učitelj ili trener, već samoinicijativno, jedino učenik ili vježbač. Iz ove perspektive i ovog primjera, vidi se da, kako tvrdi SueSee I sur. (2011) u svom istraživanju, učitelji, u ovom slučaju treneri, vjeruju da koriste više stilova nego što zapravo koriste. U potonjem istraživanju, kao i u slučaju ovog diplomskog rada, to je indikator učiteljima, odnosno trenerima, a i cijelom sustavu da su potrebni postupci daljnjeg usavršavanja i stjecanje boljeg znanja.

Tablicom III. prikazani su deskriptivni pokazatelji svih 12 ispitanika, a podatak koji je važno istaknuti je upravo podatak o procjeni broja stilova poučavanja. Kod trenerske procjene broj

stilova se procjenjuje na 5, što je za otprilike 1,2 stila veće od kontrolne procjene koja iznosi 3,8 stilova. Kako je prethodno navedeno, i u ovom radu treneri procjenjuju korištenje više stilova nego što u stvari koriste. Sam problem istraživanja je upravo to što treneri nisu bili upoznati s karakteristikama Mosstonovih stilova poučavanja prije istraživanja, a o njima ni prije nisu bili informirani. Dakle, glavni razlog je nedovoljna educiranost, moguća loša procjena ili kriva percepcija, što otvara prostor za dodatno obrazovanje i edukaciju trenera.

U ovom radu postavljene su tri hipoteze. Prva od njih glasila je: Postoje razlike u procjeni trenerskih stilova poučavanja između promatrača i samoprocjene trenera o vlastitim stilovima poučavanja. Temeljem t- testa za nezavisne uzorke, u tablici IV prikazani su rezultati koji su dobiveni analizom te dvije grupe. Kada se pogledaju same aritmetičke sredine, na ovako malom uzorku, čini se kako se vidi jasna razlika između samoprocjene trenera, koja govori o većem samoprocjenjenom broju stilova, nego kod kontrolne procjene promatrača. Međutim, t vrijednost u iznosu od -1,83 sa standardnom pogreškom p od 0,08 ipak pokazuje drugačije. Podatci dobiveni analizom nisu statistički značajni, iako je vrijednost p blizu granice. Većim uzorkom vjerojatno bi utjecali na to da se rezultati kreću u smjeru potvrde hipoteze, ali zbog dobivenih vrijednosti, H1 se odbacuje.

U tablici V i VI, prikazani su podatci za drugu hipotezu: Treneri sa stručnim obrazovanjem koristit će više stilova poučavanja. Pet trenera završilo je Kineziološki fakultet te je izračunat prosječan broj njihovih stilova poučavanja koji iznosi  $4 \pm 1,73$ , 3 trenera ima licencu za rad te koriste prosječno 3,5 stila dok 4 ispitanika nema stručno obrazovanje, ali ipak koriste  $4 \pm 1$  stil poučavanja. Da bi dobili podatke o broju stilova koje koriste ispitanici različitog stupnja obrazovanja, izračunate su t vrijednosti usporedbom svake od grupa ispitanika po stupnju obrazovanja. Tako u tablici VI stoji usporedba grupe ispitanika s obrazovanjem Kineziološkog fakulteta i grupe sa licencom, Kineziološkog fakulteta s grupom bez stručnog obrazovanja, kao i grupe s licencom i bez obrazovanja. Prva grupa ima t vrijednost u iznosu 0,55 s pogreškom p od 0,6, drugoj ta vrijednost iznosi 0 s pogreškom 1, a u trećoj t je -0,85 s pogreškom 0,44. Niti u jednoj skupini nije potvrđena značajnost razlike aritmetičkih sredina stilova koje koriste, pa se i ova hipoteza mora odbaciti. Prema rezultatima, treneri s licencom koriste najmanje stilova, dok treneri s nestručnim obrazovanjem kao i treneri sa završenim Kineziološkim fakultetom koriste prosječno isti broj stilova. Kako je istraživanje rađeno na prigodnom uzorku, dio ovih rezultata može se objasniti time da su trenerima s nestručnim obrazovanjem u ovom istraživanju, mentorirali kineziolozi, pa postoji mogućnost da iz tog razloga koriste isti broj stilova poučavanja. Isti broj stilova može se pripisati vođenju i treniranju istog sporta jer postoji

pretpostavka o korištenju pojedinih stilova u vezi s ciljevima određenog sporta te najuspješnijih načina poučavanja istog.

U tablici VII prikazani su podaci za analizu treće hipoteze: Treneri mlađih dobnih skupina koristit će manji broj trenerskih stilova poučavanja. Za dobivanje rezultata uspoređeni su rezultati između trenera koji treniraju dobnu najudaljeniju djecu; djecu predškolske i djecu starije školske dobi jer se predviđa da će se upravo tu prikazati najveća razlika. Iako su usporedbom aritmetičkih sredina uzorka jasno vidljivi rezultati koji bi mogli potvrditi hipotezu, jer treneri predškolske djece koriste u prosjeku 3 stila, a treneri starije školske dobi  $4,25 \pm 0,43$  stila, uvidom u t i p vrijednost, to se ipak ne može dogoditi. T vrijednost od -0,88 s pogreškom od 0,43 koja je prevelika za potvrdu hipoteze, hipoteza mora biti odbačena. Većim uzrokom vrlo vjerojatno dobili bi rezultate koji bi potvrdili hipotezu, jer sama pretpostavka koja stoji iza hipoteze govori o tome da su starija djeca zrelija, razvijenija i kognitivno spremnija da bi mogli percipirati okolinu na različite načine. Tako bi broj stilova poučavanja koje treneri koriste sa starijim dobnim skupinama mogao biti veći. Samim korištenjem više stilova poučavanja uključuje se i grupacija stilova iz skupine produkcije, što će za mlađu djecu, pretpostavlja se, predstavljati veći problem, pa bi posljedično i broj stilova s kojim treneri poučavaju bio manji.

Međutim, nakon kvantitativnih podataka i mjerenja, postoje i kvalitativni podatci koji nam otkrivaju prave razloge nekih postupaka u trenažnom procesu. Kroz tablice VII, IX, X, XI, analizirat će se podatci iz strukturiranog intervjua provedenog nakon upitnika.

U tablici VIII postavljeno je pitanje o postupcima koje svaki trener upotrebljava u treningu na temelju upitnika koji su prethodno ispunjavali. Zanimalo nas je zašto treneri upotrebljavaju odabrane stilove. Nakon analize odgovora uviđeno je da većina trenera u ovom pitanju u fokus stavlja sebe, na koji način oni najlakše mogu organizirati i poučavati ostale. Ovi podatci mogu se staviti u relaciju s radom Jaakkole i sur (2011) koji također u svojoj studiji govore o tome kako su Finski učitelji TZK više okrenuti stilovima u kojima je u središtu učitelj, a ne učenik. Tako možemo istaknuti da u ovom istraživanju šest trenera spominje riječ "lakše" u kontekstu lakše organizacije i provedbe treninga upotrebom određenih stilova. ("*...trening provode pravilnije, a meni kao treneru je lakše provesti taj trening.*", "*treninzi su jako strukturirani, demonstracija zadatka je odmah lakša...*", "*Zato te postupke upotrebljavam jer je to jednostavno najlakši način...*", "*lakše mi je objašnjavati zadatak...*" "*zbog pristupa samoj organizaciji, lakšem planiranju i programiranju...*", "*Koristim ih i zato da mi bude lakše postaviti se...*"). Ovi odgovori potvrđuju i rezultate studije SueSee i sur.(2019) gdje autori

ukazuju na to da učitelji ne koriste različite pedagogije, odnosno stilove, zbog različitih razloga. I u ovom istraživanju kako je gore navedeno, treneri ne koriste određene stilove iz različitih razloga, već kao glavni razlog većina navodi upravo lakšu organizaciju i provedbu trenažnog procesa. Ti se korišteni stilovi podudaraju s reproduktivnim stilovima poučavanja što dokazuju specifične sintagme iz intervjua kao što su :” *jasan i strukturiran trening*”, ” *zadani zadatci i točne upute*”, ” *jasna slika*”, ” *red i disciplina*”, ” *izvođenje vježbi*” i druge. Kako se radi o sportu, za koji Mallet (2004) u radu Syrmypasa i sur (2016) govori da ga dominantno obilježava okruženje praktičnog uvježbavanja, Syrmypas i sur (2016) tvrde kako nije čudno da treneri koriste upravo stilove poučavanja koji spadaju u grupaciju reprodukcije.

Međutim, u ovom pitanju nekoliko trenera ipak stavlja vježbače u središte samog procesa poučavanja. Tako Trenerica 2 tvrdi: ” *Zato što mislim da osim mojih poticaja da kada dijete samo odluči o nekim svojim postupcima, o nekim svojim idućim koracima, da će to pridonijeti djetetovom samopouzdanju i u odlučnosti. Mislim da je vrlo važno to poticanje i to da djeca ne ovise o drugima i da mogu sama odrediti neku vježbu.* “ Na temelju ovih odgovora, trenerica se referira na stilove iz skupine produkcije, od kojih je ona, kao i kontrolna procjena kod nje, označila prisutnost stila E i F. Rezultati istraživanja Morgana i sur.(2005) govorili su o značajnosti recipročnog stila i stila vođenog otkrivanja koji je koristila i naša ispitanica, koji su bili povezani s većim razvojem vještina. Kako ta studija tvrdi, kod korištenja tih stilova, ponašanja nastavnika bila su manje usmjerena na izvedbu, a više prema samim učenicima. Isto je u odgovoru potvrdila trenerica 2, jer se referirala na neke konstrukte koji se tiču psihološkog razvoja kao što su samopouzdanje i odlučnost, a ne isključivo na vještinu i samu izvedbu.

Trenerica 8 u odgovorima također stavlja u središte vježbača: ” *... da uvježbaju razne napade, da znaju rješavati situacije...* “, međutim u vlastitoj percepciji stilova poučavanja smatra da koristi samo naredbeni i praktični stil, dok u kontrolnoj percepciji, osim tih stilova koristi i recipročni stil i stil vođenog otkrivanja. Ovo je jedan od rijetkih primjera u praksi, gdje trener percipira korištenje manje stilova od broja stilova koje realno koristi prema kontrolnoj percepciji.

U tablici IX pokušali smo saznati za koje stilove treneri smatraju da su značajni u poučavanju mladih sportaša, a da su procijenili da se ne nalaze na popisu njihovih procijenjenih stilova poučavanja. Pitanje koje je bilo postavljeno glasilo je: ” *Koje od tvrdnji nemate zastupljeno, a mislite da trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?* “ Na ovo pitanje, pet trenera odgovorilo je da ne misli da bi bilo što drugo trebalo biti dio njihovog poučavanja i da u svom poučavanju



ne bi ništa mijenjali ( *Trenerica 8: " Iskreno mislim da mi od ovih tvrdnji koje nemam, ništa ni ne treba. Sve što radimo je baš onako kako ja želim da radimo "*). Važno je istaknuti da su obje trenerice karatea izvijestile kako u svom poučavanju ne bi ništa mijenjale, unatoč korištenju manjeg broja trenerskih stilova poučavanja. Istraživanje Vidranskog i sur. (2008) govori upravo o tome kako je u karate sportu nezadovoljavajuća razina obrazovanja trenera koji se radi neadekvatnog obrazovanja, oslanjaju na prethodno znanje koje su dobili vlastitim iskustvom s treninga i natjecanja. U svom istraživanju tvrdi kako je izrazito poražavajuća činjenica da samo 42,4% trenera smatra da se treba dalje usavršavati. Računica (2020) tvrdi da je jedina konstanta u suvremenom društvu promjena te da su takvom društvu potrebni pojedinci koji će biti spremni na nju i na doživotno obrazovanje.

Tu možemo povući paralelu na primjeru našeg istraživanja jer trenerice smatraju da u svom poučavanju ne treba ništa mijenjati, unatoč tome da iz dana u dan dolaze novije generacije kojima se treba prilagođavati. Tu dovodimo u pitanje samu kompetenciju trenerica jer kako tvrdi Računica (2020), sve je važnije preispitivanje načina i metoda rada, osiguravanje prilagodbe okruženju i posljedično, zadovoljenje zahtjeva suvremenog društva.

Nadalje, ostali treneri najviše su izvijestili da bi trebali posjedovati stilove iz skupine reprodukcije, i to najviše recipročni stil i stil samoprovjere. Samo dvoje trenera misli da bi u svoje poučavanje trebalo uvrstiti stilove koji spadaju u grupaciju produkcije i to divergentni stil i samostalno poučavanje, koje se zapravo ne može smatrati trenerskim stilom poučavanja na način kao što se i ostali stilovi smatraju, jer ono nipošto ne ovisi o treneru. Zanimljivo je također navesti dihotomiju koja se dogodila kod dva trenera. Trenerica 9 označila je da bi trebala uvrstiti stil D u svoje poučavanje, međutim, iako ga u svojoj procjeni nije označila kao postojećeg, u kontrolnoj percepciji ova trenerica ipak je koristila stil samoprovjere. Trener 10 u intervjuu izvijestio je o želji uključivanja divergentnog stila, iako je u upitniku označio stil H kao korišten stil. Međutim u kontrolnoj procjeni stila u poučavanju kod trenera 10 nije bio zastupljen divergentni stil. Podatci ova dva trenera govore da postoje mnogi problemi u detekciji korištenja stilova poučavanja. Svakako je glavni dio kriva samoprocjena, koja je kod trenera išla u različitim smjerovima s obzirom na kontrolnu percepciju, ali i samo nerazumijevanje stilova poučavanja. To nam signalizira da su ti stilovi, iako postoje, slabo upotrebljavani ili pak u velikoj mjeri zapostavljeni u odnosu na glavni stil koji određen trener upotrebljava. Također, slab interes oko same promjene ili implementacije i ostalih stilova poučavanja kod trenera govori nam o slaboj edukaciji trenera koja nije popraćena interesom i

željom za učenjem, već nekim ustaljenim i poznatim obrascima trenerskog ponašanja i poučavanja.

Nadalje, odgovor trenerice 1 u strukturiranom intervjuu ono je, što bi potvrdilo hipotezu kako treneri mlađih dobnih skupina koriste manje stilova poučavanja, da se radilo o analizi isključivo kvalitativnih podataka iz ovog istraživanja. Trenerica je promatrana u treningu s vrtićkom skupinom te je sama izvijestila kako joj rad u tako mladoj dobnj skupini onemogućuje da koristi razne stilove poučavanja: *“ Mislim da ove tvrdnje koje nemam zastupljene, nemam zastupljene zato što sam sad provodila trening s četverogodišnjacima gdje se navedene stvari ne mogu primijeniti, a sigurna sam da ih koristim u poučavanju sa starijim dobnim skupinama. ”* Trenerica je kod vlastite percepcije stilova poučavanja označila posjedovanje stilova A, B, C, F i G, dok je kod kontrolne percepcije zamijećeno korištenje samo stilova A, B i E. To nam govori o tome da s djecom predškolske dobi trenerica koristi više stilova iz grupacije reprodukcije, dok je izvijestila nemogućnost primjene ostalih stilova. S obzirom na dob djece, Jakšić (2019) prema Pejčić (2005) tvrdi: *„Prije prvog izvođenja kretnje, djetetu je potrebno jasno, kratko, točno i njemu primjereno objasniti i najaviti gibanje, njegov redosljed te je demonstracija pokreta od velike pomoći za usvajanje predodžbe kod djeteta.”* Karakteristike ovog opisa direktno insinuiraju na naredbeni i praktični stil, za koje trenerica smatra da su primjenjivi kod djece mlađe dobi, koje je ona ali i kontrolna percepcija prepoznala u njenom poučavanju.

Na 3. pitanje u strukturiranom intervjuu pokušali smo dobiti odgovor na pitanje: *“Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?”* Ovo pitanje pokazalo je najviše disperzije u odgovorima u odnosu na samoprocjenjene stilove kao i među trenerima. Treneri su mnogo puta spominjali stilove koje u stvari ne koriste, a za njih su vjerovali da donose najviše uspjeha. Možemo pretpostaviti da treneri imaju predodžbu o tome kako bi ti stilovi bili učinkoviti u poučavanju, ali zbog iskrivljene percepcije, nedostatka alata, želje, a moguće i volje za usavršavanjem, ti stilovi se ne pojavljuju u njihovom trenažnom procesu. Ti stilovi su uglavnom pripadali grupaciji produkcije, dok je većina, osim tih stilova, kao značajne za postizanje uspjeha navela stilove A i B. I u istraživanjima Sunaya i sur. (2004) te Zenga i sur.(2009) potvrdili su da su u odbojci vrlo učinkoviti upravo ti stilovi poučavanja. Kako u odbojci, tako i u istraživanju Hewitta i Edwardsa (2013) govori se kako teniski treneri koriste A i B stil poučavanja, što direktno korelira s podacima trenera 12 iz našeg istraživanja, koji također trenira tenisače te koristi dominantno zapovjedni i praktični stil za koji ujedno smatra da mu donosi najviše uspjeha.

Na zadnje pitanje intervjua koje se nadovezuje na prethodno, ispitanici su dali šarolike odgovore. Na pitanje zašto ispitanici misle da im korišteni stilovi donose najviše uspjeha, većina ispitanika referirala se dominantno naredbeni i praktični stil. Kao glavni razlog navodili su da prilikom prakticiranja tih stilova nema mjesta pogrešci, te je jedna trenerica izjavila: *“Pa opet je sve na tim uputama, sve je jasno definirano, strukturirano i onda nema puno mjesta za grešku.”* Drugi treneri su tvrdili da se takvim pristupom postiže uspjeh jer je taj pristup jednostavniji i za trenera i za sportaša: *“Mislim da je to zato što se treba težiti ka jednostavnosti, tu bih se referirao na demonstraciju i davanje jasnih i preciznih uputa”*, kaže trener 6. Trenerica 7 na tragu prethodne izjave kolege, objašnjava kako sve treba biti pojednostavljeno zbog vježbača, na temelju iskustva s rekreativnim sportašima, jer kako navodi: *“Zato što oni dolaze tu da ih netko vodi, ljudima se danas ne da više razmišljati, pogotovo u rekreaciji. To je naš zadatak, trenera, da im ukazujemo na neke pogreške, a isto je tako i s djecom.”* Međutim, niti jedan trener ne daje zadovoljavajuće razloge zašto misle da ti stilovi poučavanja donose najviše uspjeha. Moguće je zaključiti da treneri ponavljaju obrasce poučavanja kakvi su se na njima samima koristili, te da ne poznaju drugačije, moguće i bolje načine poučavanja. Ovu tvrdnju podupire i izjava jedne trenerice: *„Pa nekako, to sam sve na svojoj koži osjetila. Devet godina sam to trenirala i uvijek je bio otprilike takav model. Naravno, svaki trener ima svoj pristup, ali isto tako neki generalan pristup koji je mene naučio puno stvari, pokušavam prenijeti na njih“* Postoji i mogućnost da nikada nisu propitkivali svoje načine rada, jer su uvjereni da stilovi poučavanja koje koriste donose uspjeh. Kada su prethodno treneri govorili o pogrešci, moguće je da su se referirali i na svoju pogrešku, i da se sami boje pogriješiti, pa koriste već poznate obrasce i načine rada. Za razliku od prethodne izjave, koja se oslanja na prethodno naučene obrasce trenerskog ponašanja, zanimljivo je vidjeti ipak drugačiji pristup. Neki treneri teže novim znanjima i žele unaprijediti svoje trenerstvo: *„...iako sam s iskustvom i godinama naučila da uvijek uvedem nešto novo, jer me svaka nova generacija nauči nešto novo, pa i ja sama trebam unaprijediti svoj rad.”* U radu *„Privrženost u odnosu sportaša i trenera,”* Vojedilov (2022) napominje isto: *„Trener se ne postaje rođenjem, već dugogodišnjim obrazovanjem i usavršavanjem.”*

Kada se pogledaju ukupni kvantitativni i kvalitativni podatci, možda najporažavajuća činjenica koja se mora istaknuti jest slaba informiranost trenera o stilovima poučavanja i korištenje malog broja trenerskih stilova poučavanja. To su stilovi koji su kod svih trenera mahom isti,

na relativno velikom broju djece, unatoč različitim dobnim skupinama i grupacijama sportova koji zasigurno zahtijevaju korištenje različitih pristupa učenju.

## ZAKLJUČAK

U provedenom istraživanju, na temelju kvantitativnih podataka potrebno je reći da su, hipoteze H1: Postoje razlike u procjeni trenerskih stilova poučavanja između promatrača i samoprocjene trenera o vlastitim stilovima poučavanja, H2: Treneri sa stručnim obrazovanjem koristit će više stilova poučavanja i H3: Treneri mlađih dobnih skupina koristit će manji broj trenerskih stilova poučavanja, odbačene. Prilikom analize, uviđeno je da postoje razlike koje bi mogle potvrditi neke od hipoteza, ali kvantitativnom analizom, one nisu bile statistički značajne. Mogući razlozi takvom ishodu, zasigurno su vrlo mali broj ispitanika te prigodni uzorak koji je bio korišten u ovom istraživanju. I kvantitativni i kvalitativni podatci potvrdili su korištenje pretežito stilova iz skupine reprodukcije, a uključivali su naredbeni i praktični stil, što je bilo potvrđeno i samoprocjenom trenera ali i kod kontrolne percepcije. Većina trenera izvijestila je o manjem korištenju stilova iz skupine produkcije, a kao razloge naveli su jednostavnost i jasnoću prilikom korištenja stilova iz skupine reprodukcije. Vrlo je važno istaknuti činjenicu da je u istraživanju otkriveno da su neki treneri imali nedostatnu razinu obrazovanja ili nisu posjedovali stručno obrazovanje za posao kojim se bave. Stoga, neophodno je skrenuti pozornost na stručni kadar i samo obrazovanje trenera kao ključni čimbenik uspješnosti i razvoja sporta. Kada se zadovolje takve potrebe, treba istaknuti da treba težiti cjeloživotnom obrazovanju i radu na proširivanju znanja i kompetencija trenera svih sportova, kako bi oni sami unaprijedili svoj rad, te se učinkovito mogli prilagoditi svim zahtjevima suvremenog svijeta. Najveći problemi u istraživanju pokazali su se u vidu neinformiranosti i ne znanja trenera o stilovima poučavanja prema Mosstonu. Prilikom odabira stila poučavanja za koje su treneri vjerovali da koriste, u većini slučajeva dogodilo se da treneri označavaju tvrdnje koje se tiču jednog te istog stila poučavanja dijametralno suprotno. Iz tog se uvidjelo da bi korištenje kontrolne percepcije bilo od velike pomoći, te se pokazalo kao uspješno. Kao prijedlog za daljnja istraživanja, koja su u konkretnom pitanju uvelike potrebna, predlaže se uvođenje još jedne ili nekoliko kontrolnih procjena kako se rezultati ne bi subjektivizirali. Nadalje, za dobivanje točnijeg određenja trenerskih stilova poučavanja predlaže se procjenjivati trenere na dulje vremensko razdoblje no što je korišteno u ovom istraživanju. Zbog dobivenih rezultata i kao doprinos ovom istraživanju, uputno je skrenuti pozornost trenerima na važnost stručnog usavršavanja. Kao dio toga u razmatranje se može staviti razvoj edukacije o stilovima poučavanja prema Mosstonu, budući da upravo ona predstavlja jedan od najopširnijih i najkorištenijih klasifikacija sustava poučavanja, kako primjenom u školstvu, tako i u trenerstvu. S obzirom na vrlo mali broj znanstvenih istraživanja hrvatskih autora o stilovima poučavanja

prema Mosstonu, potrebno je naglasiti važnost upoznavanja Spectruma u ustanovama koje se bave osposobljavanjem budućih trenera, a ujedno i pisanjem znanstvenih radova na tu temu, kako bi oni bili dostupni široj javnosti.

## LITERATURA

- Barić, R. (2007). Povezanost trenerjevega vedenja in njegove motivacijske strukture z motivacijskim tendencami športnikov. (Doktorska disertacija). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
- Bartoš, A. (2015). Zdravlje i tjelesna aktivnost civilizacijska potreba modernog čovjeka. *Media, Culture & Public Relations*, 6(1).
- Byra, M. (2006). 4.5 Teaching styles and inclusive pedagogies. *Handbook of physical education*, 449.
- Dimec, T. i Kajtna, T. (2009). Psihološke karakteristike mlađih i starijih trenera. *Kinesiology*, 41. (2.), 172-180. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/45838>
- Fernández Rivas, M., & Espada Mateos, M. (2020). Physical education teachers' use of and feeling for teaching styles.
- Hewitt, M., & Edwards, K. (2013). Observed teaching styles of junior development and club professional tennis coaches in Australia. *ITF Coaching and Sport Science Review*.
- Jaakkola, T., & Watt, A. (2011). Finnish physical education teachers' self-reported use and perceptions of Mosston and Ashworth's teaching styles. *Journal of teaching in physical education*, 30(3), 248-262.
- Jakšić, S. (2019). *Razine učenja biotičkih motoričkih znanja za savladavanje prepreka kod djece rane i predškolske dobi* (Doctoral dissertation, University of Rijeka. Faculty of Teacher Education).
- Kašnar, T. (2016). *Kakve trenere sportaši žele, a kakve imaju?* (Doctoral dissertation, University of Zagreb. Faculty of Kinesiology).
- Kulinna, P. H., & Cothran, D. J. (2003). Physical education teachers' self-reported use and perceptions of various teaching styles. *Learning and instruction*, 13(6), 597-609.
- Spectrum of teaching styles (29.03.2023) Dostupno na: [Learn about the Styles unique to Spectrum \(spectrumofteachingstyles.org\)](https://www.spectrumofteachingstyles.org)

- Miljković, D. (2009). *Pedagogija za sportske trenere*. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu.
- Morgan, K., Kingston, K., & Sproule, J. (2005). Effects of different teaching styles on the teacher behaviours that influence motivational climate and pupils' motivation in physical education. *European physical education review*, *11*(3), 257-285.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *Teaching physical education: First online edition*. Spectrum Institute for Teaching and Learning.
- Patinanoglou, S., Digelidis, N., & Tsigilis, N. (2008). The command and self-check styles for more effective teaching of tennis at the elementary school. *International Journal of Physical Education*, *45*, 26-32.
- Pejčić, A. (2005.) *Kineziološki aktivnosti za djecu predškolske i rane školske dobi*. Rijeka: Visoka učiteljska škola u Rijeci.
- Računica, L. (2020). *Pedagoška kompetencija trenera* (Doctoral dissertation, University of Split. Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Split. Department of Pedagogy).
- Sindik, J., Miljak, T., & Đunđenac, R. (2012). Konstrukcija skale procjene dispozicija stilova učenja za djecu predškolske dobi. *Medica jadertina*, *42*(1-2), 13-31.
- SueSee, B., & Barker, D. M. (2019). Self-reported and observed teaching styles of Swedish physical education teachers. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, *10*(1), 34-50.
- SueSee, B., & Edwards, K. (2011, January). Self-identified and observed teaching styles of senior physical education teachers in Queensland schools. In *Proceedings of the 27th Australian Council for Health, Physical Education and Recreation Conference (ACHPER 2011)*. University of Southern Queensland.
- SueSee, B., Edwards, K., Pill, S., & Cuddihy, T. (2018). Self-reported teaching styles of Australian senior physical education teachers. *Curriculum Perspectives*, *38*, 41-54.
- Sunay, H., Gunduz, N., & Dolasir, S. (2004). The effects of different methods used in teaching basic volleyball techniques to physical education teacher candidates. *International Journal of Physical Education*, *41*(1), 28-32.



- Syrmpas, I., Digelidis, N., & Watt, A. (2016). An examination of Greek physical educators' implementation and perceptions of Spectrum teaching styles. *European Physical Education Review*, 22(2), 201-214.
- Vidranski, T., Cvenić, J., & Vračan, D. Stanje i perspektiva razvoja trenerskog kadra u hrvatskom karate sportu.
- Vojedilov, K. (2022). *Privrženost u odnosu sportaša i trenera* (Doctoral dissertation, Josip Juraj Strossmayer University of Osijek. Faculty of Kinesiology Osijek).
- Wałach-Biśta, Z. M. (2019). What do we want and what do we get from the coach? Preferred and perceived leadership in male and female team sports. *Human movement*, 20(3), 38-47.
- Zeng, H. Z., Leung, R. W., Liu, W., & Bian, W. (2009). Learning outcomes taught by three teaching styles in college fundamental volleyball classes. *Clinical Kinesiology (Online)*, 63(1), 1.
- Žnidarec Čučković A. (2018). Inkluzivni i inovativni pristupi nastavi TZK-a i sportskom vježbanju. *Stilovi poučavanja koji podržavaju ljudska prava i demokraciju* (str.93-96). Strasbourg Cedex: Vijeće Europe

## **PRILOZI**

### **PRILOG 1: Transkripti**

Transkript 1: Trenerica 1

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor:** 33

**Pitanje: Koje je vaše obrazovanje?**

**Odgovor:** Magistar kineziologije, zaposlena sam kao nastavnik TZK i radim kao trener s mlađim dobnim kategorijama

**Pitanje: Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?**

**Odgovor:** 8 godina

**Pitanje: Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?**

**Odgovor:** Postupci koje upotrebljavam omogućuju mi da trening bude jasan, strukturiran, jer djeca kada imaju točno zadane zadatke i točne upute trening provode pravilnije, a meni kao treneru je lakše provesti taj trening. Djeca vole strukturu, čim se oni malo raspuste odmah bude nered.

**Pitanje: Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?**

**Odgovor:** Mislim da ove tvrdnje koje nemam zastupljene, nemam zastupljene iz razloga što sam sad provodila trening sa četverogodišnjacima gdje se navedene stvari ne mogu primjeniti, a sigurna sam da ih koristim u poučavanju sa starijim dobnim skupinama. One bi trebale biti dio poučavanja kako bi dobili različite povratne informacije, od mlađih vježbača, odnosno te vrtičke dobi i od starijih. Kao prvo, kod mlađih, mi vidimo napredak i razvoj nekih motoričkih sposobnosti, a kod starijih osim napretka i sposobnosti, možemo dobiti i verbalne povratne informacije. Oni se međusobno mogu ocjenjivati i vidjeti da li neki zadatak koji su dobili rade ispravno i slično. Mogu si već i sami zadati zadatke jer su dovoljno zreli i već su naučili, ma ustvari, sve ovisi stvarno o dobi.

**Pitanje: Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?**

**Odgovor:** Definitivno da se uputa jasno objasni i da vježbač ispravno provodi zadatak, da ga se usmjerava na ispravnost izvedbe. Ima još tu puno toga, izvedba, broj ponavljanja i tako dalje.

**Pitanje: Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?**

**Odgovor:** Pa opet je sve na tim uputama, sve je jasno definirano, strukturirano i onda nema puno mjesta za grešku.

Transkript 2: Trenerica 2

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor: 18**

**Pitanje: Koje je Vaše obrazovanje?**

**Odgovor:** Ja sam studentica Filozofskog fakulteta u Rijeci, Odsjek za kulturologiju.

**Pitanje: Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?**

**Odgovor: 2 godine**

**Pitanje: Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?**

**Odgovor:** Zato jer mislim da osim mojih poticaja da kada dijete samo odluči o nekim svojim postupcima, o nekim svojim idućim koracima, da će to pridonijeti djetetovom samopouzdanju i u odlučnosti. Mislim da je vrlo važno to poticanje i to da djeca ne ovise o drugima i da mogu sama odrediti neku vježbu. Isto mislim da kada dijete kaže da ne može, da ga se još više potiče jer može više nego što misli, to jest može preći neke svoje zacrtane granice.

**Pitanje: Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?**

**Odgovor:** Pa možda više to samovrednovanje, kada nešto odrade, jer bi mi dalo veći uvid o njihovom mišljenju i o sebi, to jest na čemu se više treba raditi. Možda bi to doprinjelo još većem poticaju, možda netko ima manje mišljenje, to jest slabije bi mislio o sebi, a zapravo može puno više. Možda bi trebalo i vidjeti to kada si djeca zadaju sama zadatke, na koji način razmišljaju.

**Pitanje: Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?**

**Odgovor:** Kada trener daje povratnu informaciju i potiče učenikovu neovisnost, jer često nakon što se dijete pohvali, ono se nasmije i još bolje odradi vježbu i bude ponosno. Često zapamte baš tu vježbu i onda sljedeći put još i bolje uvježbaju. I to da djeca uvježbavaju vlastitim tempom jer nema svatko istu brzinu, ne uče svi jednakom brzinom, već neki sporije neki brže i ne treba nikoga požurivati.

**Pitanje: Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?**

**Odgovor:** Pa upravo ovo što sam navela u prethodnom pitanju, sve je stvar toga kako i na koji način dijete primi neku informaciju, ovisno o tome će zavoljeti ili zamrziti nešto.

Transkript 3: Trenerica 3

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor:** Imam 20 godina

**Pitanje: Koje je Vaše obrazovanje?**

**Odgovor:** moje obrazovanje je srednja sportska gimnazija, i trenutno Ekonomski fakultet.

**Pitanje: Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?**

**Odgovor:** Imam trenutno 2 mjeseca iskustva u trenerskom poslu ali sam više od pola svog života u profesionalnom sportu, više od 15 godina.

**Pitanje: Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?**

**Odgovor:** Upotrebljavam ih zato što imam bolju strategiju svakog treninga i bolje se mogu uputiti prema svakoj ritmičarki, na njen način, način na koji ona to može. Treninzi su jako strukturirani, demonstracija zadatka je odmah lakša i cure se lakše prilagođavaju na takav način treninga.

**Pitanje: Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?**

**Odgovor:** Nemam zastupljeno da vježbači rade u parovima i međusobno zato što gimnastika i je individualan sport osim ako se rade grupne vježbe, a ja trenutno nisam trener grupnih vježbi tako da ne mislim da bi to moga uvrstiti u trening. I nemam da vježbač sam kreira plan i

program jer se ipak radi o kompliciranim vježbama koje se mogu dostići tek nizom treninga i treninga i sati treninga koji jednostavno treba biti uz trenera i njegov nadzor.

**Pitanje: Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?**

**Odgovor:** Smatram da kad vježbač na više različitih načina pronalazi rješenje jednom specifičnom zadatku te se trener na takav način lakše prilagođava jer ne može svaka ritmičarka na jedan način, npr. koji ja zadam, odraditi zadatak. Vježbač ima sveukupnu odgovornost o onome što uči te tako motivira i sebe i druge oko sebe te moje znanje koje sam jednom vježbaču prenijela, on prenosi drugima tj. međusobno si pomažu što je timski rad koji je uvijek poželjan.

**Pitanje: Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?**

**Odgovor:** Zato što se tako može razviti i komunikacija između gimnastičarki. One mogu vidjeti kako koja radi, bolje ili lošije, ponavljati po boljima ili razviti moment da svoje znanje lako prebace na ostale.

Transkript 4: trenerica 4

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor:** 20

**Pitanje: Koje je Vaše obrazovanje?**

**Odgovor:** Završila sam turističku školu za recepcionera i sada studiram Talijanski i Njemački na Filozofskom fakultetu

**Pitanje: Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?**

**Odgovor:** Dvije godine na gimnastici, a prije toga 2 godine na plesu, znači oko 4 godine ukupno.

**Pitanje: Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?**

**Odgovor:** Najviše toga ja njima demonstriram pa oni onda to pokušaju ili kopirati ili na svoj način interpretirati i doći do nekog svog zaključka i to je nekako u gimnastici najlakše s obzirom da u gimnastici nema previše pokreta koji se mogu izmisliti nego su striktno napravljeni za

natjecanja. Zato te postupke upotrebljavam jer je to jednostavno najlakši način i to je nešto što bi svaki trener gimnastike i trebao jer su to osnovni pokreti koji se koriste.

**Pitanje: Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?**

**Odgovor:** Npr. ocjenjivanje jedni drugih, to tu i tamo znam napraviti na treningu, evo sada nisam ali kada radimo neku koreografiju ili improvizaciju vrlo često znam napraviti manje grupice, pa da jedna drugu pogledaju i da budu svjesne koja je grupa bolje ili lošije napravila, ali opet da se ne naprave neke razlike između njih.

**Pitanje: Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?**

**Odgovor:** Pa to što im ja sve to mogu pokazati, jer sam jako dugo to trenirala i mogu sve i dalje napraviti. Definitivno je lakše kada im netko pokaže sve stvari, nego da im samo kaže to je tako i tako. Mislim da najviše vrijedi ta demonstracija.

**Pitanje: Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?**

**Odgovor:** Pa nekako, to sam sve na svojoj koži osjetila. Devet godina sam to trenirala i uvijek je bio otprilike takav model. Naravno, svaki trener ima svoj pristup, ali isto tako neki generalan pristup koji je mene naučio puno stvari, pokušavam prenijeti na njih.

Transkript 5: trener 5

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor:** 24

**Pitanje: Koje je Vaše obrazovanje?**

**Odgovor:** Preddiplomski stručni studij za Izobrazbu trenera, Kondicijska priprema sportaša

**Pitanje: Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?**

**Odgovor:** 5

**Pitanje: Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?**

**Odgovor:** Lakše mi je objašnjavati zadatak koji vježbači trebaju napraviti, a oni imaju jasnu sliku toga što trebaju napraviti, donose mi i red i disciplinu tokom izvođenja vježbi.

**Pitanje: Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?**

**Odgovor:** Npr. Da je vježbač istodobno i učenik i učitelj, te da se i on da u postupak rješavanja nekih problema koje on smatra da ima i na taj način meni malo pomogne u tome. To bi trebalo biti zastupljeno baš zbog toga što bi sportaš bolje izvodio neke zadatke, da se i on uključi u to, a ne da radi samo ono što mu ja kao trener kažem.

**Pitanje: Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?**

**Odgovor:** To da im dam jasno strukturiran zadatak koji trebaju izvršiti i da im ne dam prostora da oni sami šire i izmjenjuju ono što trebaju ili ne trebaju raditi.

**Pitanje: Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?**

**Odgovor:** Zato što je trener tu za vježbača. Vježbač sam ne vidi gdje griješi, dok trener to jasno vidi.

Transkript 6: trener 6

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor:** 39

**Pitanje: Koje je Vaše obrazovanje?**

**Odgovor:** Srednja ekonomska škola i Trenerska akademija pod ingerencijom HNS-a, nositelj UEFA C licence

**Pitanje: Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?**

**Odgovor:** Evo, ušao sam u desetu godinu rada s mladima

**Pitanje: Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?**

**Odgovor:** Jer nam donose pomake u kondicijskim parametrima, koordinaciji, fleksibilnosti, agilnosti, izdržljivosti, snage što sve uklapamo u neki tehničko taktički plan, uz preduvjet da je

tehnika temelj za dalje. Donosi nam razvoj, što je možda i najbitnije, na to smo jako fokusirani, rezultat za mlađe dobne skupine isključivo kroz dobar razvoj i u obliku dobrog rada i nagrade. Vježbači nisu opterećeni rezultatom, nego dobrim razvojem. Naravno meni je važan i psihološki aspekt svega, da se socijaliziraju i izrastaju u zdrave i dobre ljude koji misle svojom glavom. Naravno, tu je i disciplina, odnos prema samom sebi, prema treneru, suigraču i cijeloj ekipi. Kada se sve to ukomponira, dobiješ jednu širu sliku zdrave mlade osobe koja percipira u sportu i koja se vodi onom „u zdravom tijelu zdrav duh“ i to je nekakav cilj sporta općenito, iz moje perspektive.

**Pitanje: Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?**

**Odgovor:** Za sada mislim da u svom poučavanju ne bih ništa mijenjao. Ipak više volim da vježbač sam sebe ne ocjenjuje i da ima ulogu izvođača. Ako ćeš sam sebe ocjenjivati onda to nije dobro jer je apsolutno subjektivno. Kao što ja volim da mene osobe iz struke ocjenjuju, tako i ja volim da ja ocijenim svoju ekipu i svog igrača. Ne kažem da ne bih prihvatio kada bi cijela ekipa dala neko mišljenje o pojedinom igraču, pa bi to za mene možda i moglo biti objektivno. Ali odnos jedan na jedan, mene i igrača i kako ja utječem na ekipu što se tiče trenajnog procesa, to uvijek volim ja ocjenjivati i zadavati.

**Pitanje: Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?**

**Odgovor:** Definitivno mislim da trening mora biti jasno strukturiran i objašnjen, demonstriran i sa preciznim uputama obavezno, da oni to shvate. S time da netko shvati prije kada mu nacrtáš na ploči a netko na terenu, zato ja volim raditi oboje. Obavezno povratna informacija igrača prema treneru, ona je uvijek dobrodošla. Mora se dati jasan kriterij izvedbe zadatka, naravno, to uvijek. Apsolutno i to da se vježbači međusobno vrednuju pomoću trenerovog kriterija.

**Pitanje: Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?**

Mislim da je to zato što se treba težiti ka jednostavnosti, tu bih se referirao na demonstraciju i davanje jasnih i preciznih uputa. Ako je komunikacija, koja je jako bitna, precizna i ako se tu gubi što manje vremena, ako je provedeš jednostavno, a da s druge strane igrači to prihvate i da dobiješ izvedbu na terenu onako kako si ti tražio, onda mislim da je to izuzetno uspješno. To je za mene onda pravi posao, i za mene i za igrače.



Transkript 7: trenerica 7

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor:** 41

**Pitanje: Koje je Vaše obrazovanje?**

**Odgovor:** Ja sam profesor Kineziologije, sa zagrebačkog sveučilišta.

**Pitanje: Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?**

**Odgovor:** 23 godine

**Pitanje: Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?**

**Odgovor:** Upotrebljavam ih zbog metoda rada, zbog pristupa samoj organizaciji, planiranju i programiranju treninga.

**Pitanje: Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?**

**Odgovor:** Smatram da već nakon 23 godine radnog iskustva, koji puta moja demonstracija nije više kakva bi trebala biti, pa uvijek pitam za demonstraciju nekoga od vježbača koji su bolji u tome, jer smatram da neki to mogu odraditi i bolje od mene. Ne dozvoljavam vježbačima baš da u svom trempu uvježbavaju, i dalje namećem svoj ritam, jer smatram da je to bitno i to ne mogu sami. Za samovrednovanje mislim da nisu dovoljno educirani da bi to provodili i vrednovali ostale, mislim da je to ipak moj zadatak i dalje, nas trenera.

**Pitanje: Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?**

**Odgovor:** Apsolutno je to broj ponavljanja i nametanje nekog mog ritma, onda su oni tu bolji. Što im se manje da prostora da oni sami nešto odrađuju, po meni se pokazalo bolje. To je ova neka strukturiranost i jasni kriteriji izvedbe zadataka. Što si precizniji u uputama, to je bolje za njih.

**Pitanje: Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?**

**Odgovor:** Zato što oni dolaze tu da ih netko vodi, ljudima se danas ne da više razmišljati, pogotovo u rekreaciji. To je naš zadatak, trenera, da im ukazujemo na neke pogreške, a isto je tako i sa djecom.

Transkript 8: trenerica 8

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor:** 43

**Pitanje: Koje je Vaše obrazovanje?**

**Odgovor:** Preddiplomski stručni studij za izobrazbu trenera, usmjerenje Sportske rekreacije

**Pitanje: Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?**

**Odgovor:** Imam iskustva od 25 godine, znači 18 godina

**Pitanje: Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?**

**Odgovor:** Upotrebljavam ih da uvježbaju razne napade, da znaju rješavati situacije, radimo tehničko taktičke treninge i borbe, što su situacijski treninzi.

**Pitanje: Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?**

**Odgovor:** Iskreno mislim da mi od ovih tvrdnji koje nemam, ništa ni ne treba. Sve što radimo je baš onako kako ja želim da radimo.

**Pitanje: Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?**

**Odgovor:** Rješavanje problema, vezano za taktiku. Potom, da trener daje jasne upute i jasne kriterije, povratnu informaciju, kada postavlja zadatke različite razine zahtjevnosti.

**Pitanje: Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?**

**Odgovor:** Zato jer na taj način možemo uvježbavati razne situacije, možemo pobijediti svakog protivnika na tatamiju. Ne bore se sportaši protiv svakog protivnika jednakom taktikom, već je bitna ta širina, koju uvježbavamo na treninzima.

Transkript 9: trenerica 9

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor:** 46

**Pitanje:** Koje je Vaše obrazovanje?

**Odgovor:** Odgajatelj predškolske djece, učitelj razredne nastave i fitness i aerobic instruktorka

**Pitanje:** Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?

**Odgovor:** 26

**Pitanje:** Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?

**Odgovor:** Upotrebljavam ih u treningu zato što sam vidjela da funkcioniraju, da daju rezultate kod ritmičarki i jer su trenutno one još u premladoj dobi da bi neke stvari same odlučivale. One još uvijek nisu potpuno objektivne da bi imale jasno definirane kriterije pomoću kojih bi se ocjenjivale, iako jako dobro znaju ocijeniti kad je nešto dobro ili nije dobro, generalno.

**Pitanje:** Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?

**Odgovor:** Upravo te neke kriterije treba dovesti do točke gdje se same mogu ocijeniti u kojoj količini su nešto dobro napravile, koliko još tu treba raditi da bi se dovele do onog stupnja do kojeg trener od njih očekuje. One same trebaju postati svjesne onoga što rade, onoga što jesu i onoga prema čemu idu.

**Pitanje:** Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?

**Odgovor:** To što dozvoljavam, a i moram, jer sam u određenim godinama, da one jedna drugoj demonstriraju, što je veći poticaj, kada rade. Zatim što postavljam zadatke različite zahtjevnosti i dajem im kriterije na način da im objasnim što bi trebalo biti i kako bi trebalo biti te oblikovanje pitanja kako bi ih naveli sa same nešto naprave tj. da bi same došle do rješenja.

**Pitanje:** Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?

**Odgovor:** Nekako sam kroz iskustvo i rad s djecom uvidjela da to funkcionira, iako sam s iskustvom i godinama naučila da uvijek uvedem nešto novo jer me svaka nova generacija nauči nešto novo, pa i ja sama trebam unaprijediti svoj rad.

Transkript 10: trener 10

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor:** 36

**Pitanje: Koje je Vaše obrazovanje?**

**Odgovor:** UEFA A licenca za nogometnog trenera

**Pitanje: Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?**

**Odgovor:** 8 godina

**Pitanje: Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?**

**Odgovor:** Donose mi zabavu u treningu, a samim time i maštovitost u nekom dječjem razmišljanju prema određenim sadržajima.

**Pitanje: Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?**

**Odgovor:** Nemam recimo rad u parovima, zato što trening strukturiram u većim skupinama. Kod mene vježbač ima ulogu izvođača ali nema ocjenjivača, ja kao trener ocjenjujem, a ono što bi trebalo možda biti dio je to da ja postavim zadatak i pitanjima im možda pokušam približiti da sami dođu do nekog rješenja, primjerice u nekoj tehničkoj izvedbi i slično. Na taj način bi kroz neku njihovu maštovitost došli do rješenja sami.

**Pitanje: Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?**

**Odgovor:** Mislim da to što sam u ulozi savjetnika i prijatelja, pa djeca kroz neki opušteniji pristup lakše uče. Mislim i da to što ja demonstriram zadatak isto dobro dođe, pogotovo kada ih pustim da ga uvježbavaju vlastitim tempom. Mislim da isto dosta doprinosi kada vježbači predlažu rješenja zadataka i situacija koje onda uz trenerovo navođenje rješavaju na najbolji način.

**Pitanje: Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?**

**Odgovor:** Zato što volim da djeca sama dolaze do rješenja, jer se tako najviše uči, iz iskustva, kada sama probaju nešto. U svakom slučaju više tako, nego na neki drugačiji način.

Transkript 11: trenerica 11

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor: 22**

**Pitanje: Koje je Vaše obrazovanje?**

**Odgovor: Kozmetičar i svjetski licencirani karate trener**

**Pitanje: Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?**

**Odgovor: 5**

**Pitanje: Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?**

**Odgovor: Da bi vježbač postigao svoj cilj. Da osjeti osobno zadovoljstvo i da ga potaknem da nađe rješenje kada misli da je nešto nemoguće.**

**Pitanje: Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?**

**Odgovor: Ne mislim da bi išta drugo trebalo biti dio mog poučavanja.**

**Pitanje: Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?**

**Odgovor: Ova tvrdnja da je trener u ulozi savjetnika itd.**

**Pitanje: Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?**

**Odgovor: Zato što ne dajem vježbaču konkretno rješenje, već od njega tražim da nađe pravilan način kako da postigne svoj cilj. Ne želim mu sve servirati na pladnju, nego želim da sam dođe do tog rješenja jer tako najbolje uči.**

Transkript 12: trener 12

**Pitanje: Koliko godina imate?**

**Odgovor: 25**

**Pitanje: Koje je Vaše obrazovanje?**

**Odgovor: Viša trenerska na Kineziološkom fakultetu u Zagrebu**

**Pitanje: Koliko imate iskustva u trenerskom poslu?**

**Odgovor:** 6 godina

**Pitanje: Što Vam donose postupci koje upotrebljavate u treningu, odnosno zašto ih upotrebljavate?**

**Odgovor:** Zbog načina vođenja samog treninga. Volim da je jasno strukturiran i posložen u svakom segmentu. Koristim ih i zato da mi bude lakše postaviti se kao autoritet nad vježbačem i da bi vježbač radio po točnim uputama i zahtjevima onoga što ja želim u njegovu korist.

**Pitanje: Što od ovih tvrdnji koje nemate zastupljeno bi po Vama trebale biti dio Vašeg poučavanja i zašto?**

**Odgovor:** Ne mislim da bih trebao imati neke dodatne tvrdnje zastupljene zbog toga što su ovdje navedene neke tvrdnje tipa da bi vježbač trebao zadatak provoditi svojim tempom i vrednovati sam sebe. Smatram da to u slučaju mojih sportaša, gdje individualno radimo, nije dobro, jer ako vježbač nije dovoljno intrinzično motiviran, sam se neće potruditi dovoljno tj. tolikim intenzitetom i tempom izvesti ono što trener od njega traži.

**Pitanje: Koje od tvrdnji koje posjedujete mislite da donose najviše uspjeha u poučavanju?**

**Odgovor:** Da jasno postavljam zadatke i očekivanja od sportaša i da ga pitanjima usmjeravam u jedan cilj.

**Pitanje: Zašto mislite da baš ti postupci donose najviše uspjeha?**

**Odgovor:** Jer je i sportaš uključen, a opet nije tu da donosi odluke, već je tu trener da ga potakne i odvede na pravi put.