

SVJESNOST O VAŽNOSTI KOMPETENCIJA KRETANJA U VODI ISPITANIKA RAZLIČITIH PROFESIJA ZANIMANJA

Sikra, Nada

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:117:501307>

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

Nada Sikra

**SVJESNOST O VAŽNOSTI KOMPETENCIJA
KRETANJA U VODI ISPITANIKA RAZLIČITIH
PROFESIJA ZANIMANJA**

diplomski rad

Zagreb, rujan, 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 sportski menadžment

Vrsta studija: sveučilišni

Razina kvalifikacije: integrirani prijediplomski i diplomski studij

Studij za stjecanje akademskog naziva: sveučilišni magistra kineziologije u edukaciji i sportski menadžment univ. mag. cin.)

Znanstveno područje: Društvene znanosti

Znanstveno polje: Kineziologija

Vrsta rada: Znanstveno-istraživački

Naziv diplomskog rada: je prihvaćena od strane Povjerenstva za diplomске radove Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu u akademskoj godini (npr. 2021./2022.) dana (09. Svibnja 2022.).

Mentor: doc. dr. sc. *Dajana Zoretić*

Pomoć pri izradi:

Svjesnost o važnosti kompetencija kretanja u vodi ispitanika različitih profesija zanimanja

Nada Sikra, 0034078124

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

- | | | |
|----|------------------------------------|----------------------|
| 1. | doc. dr. sc. Dajana Zoretić | Predsjednik - mentor |
| 2. | doc. dr. sc. Klara Šiljeg | član |
| 3. | doc. dr. sc. Ana Žnidarec Čučković | član |
| 4. | doc. dr. sc. Sunčica Bartoluci | 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 Management of Sport

Level of qualification: Integrated undergraduate and graduate

Acquired title: University Master of Kinesiology in Education and Management of Sport

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 (e.g.2022/2023) on (e.g. February 20, 2023).

Mentor: doc. dr. sc. *Dajana Zoretić*

Technical support:

Awariness of the importance of the competence of movement in the water of respondents of different professions

Nada Sikra, 0034078124

Thesis defence committee:

- | | | |
|----|--|------------------------|
| 1. | <i>Doc.dr.sc Dajana Zoretić</i> | chairperson-supervisor |
| 2. | <i>Doc.dr.sc Klara Šiljeg</i> | member |
| 3. | <i>Doc.dr.sc Ana Žnidareč Čučković</i> | member |
| 4. | <i>Doc.dr.sc Sunčica Bartolucci</i> | 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 završena 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. Dajana Zoretić

Student:

Nada Sikra

SVJESNOST O VAŽNOSTI KOMPETENCIJA KRETANJA U VODI ISPITANIKA RAZLIČITIH PROFESIJA ZANIMANJA

Sažetak:

Za pojam kompetencije postoje razne definicije i mnoštvo znanstvenih i stručnih radova koji se bave tom problematikom. U ovome istraživanju koristili smo definiciju kompetencije iz Oxfordovog rječnika 2003. „Kompetencije se objašnjavaju kao: imanje neophodnih znanja i sposobnosti nešto učiniti uspješno te kao skup povezanih znanja, stavova, vještina i drugih osobnih karakteristika koje utječu na glavni dio čijega posla“. Također u ovome radu bazirati ćemo se na pojam svjesnosti koja predstavlja psihičku funkciju. Zbog nedovoljnih kompetencija kretanja u vodi dolazi do brojnih utapanja ljudi te je cilj bio vidjeti koliko su ljudi različitih profesija svjesni tog problema. U kompetencije kretanja u vodi spadaju: skok u vodu, uranjanje glave u vodu, disanje i kontrola disanja ispod i iznad površine vode, rotacije tijela oko uzdužne, poprečne i sagitalne osi u vodoravnom i okomitom položaju tijela na vodi. Cilj ovoga istraživanja je dobivanje uvida o razini svjesnosti o važnosti kompetencija kretanja u vodi. Nastojat će se dobiti podaci o tome kako ispitanici različitih populacija utječu na opću svjesnost o važnosti kompetencija kretanja u vodi kako bi se prikazali mogući čimbenici koju utječu na ovakve stavove. Također će se utvrditi postoji li razlika između ispitanika s obzirom na različitu profesiju zanimanja. Ispitanici ovog istraživanja bili su studenti prve i druge godine Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu (127 ispitanika), studenti druge godine Ekonomskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu (188 ispitanika) te profesori razredne i predmetne nastave osnovnih škola u Zagrebu i Rijeci (76 ispitanika). Istraživanje se provelo putem anketnog upitnika pomoću Likertove skale slaganja ili neslaganja kroz 22 tvrdnje. Prikupljeni podaci obrađeni su u programu za statističku obradu podataka Statistica. Izračunati su osnovni statistički pokazatelji dobiveni na učestalosti odgovora za skupne zasebne varijable te je za ispitivanje razlika između ispitanika s obzirom na različito polje studija društvenih znanosti koristila se univarijantna analiza varijance (ANOVA) i Studentov t-test za nezavisne varijable. Rezultati deskriptivne statistike pokazuju da su najveći rezultati zabilježeni u tvrdnji broj 12 (AS=4,51), a najmanji u tvrdnji broj 18 (AS=2,34). Prema rezultatima Studentovog t-testa ispitanici Kineziološkog fakulteta u Zagrebu najveću statistički značajnu razliku u usporedbi s ispitanicima Ekonomskog fakulteta u Zagrebu i Profesora pokazali su u tvrdnji broj 2. S obzirom da su kompetencije kretanja u vodi vrlo važne u prevenciji utapanja od iznimne je važnosti pobuditi svjesnost opće populacije o tom problemu i pronaći načine kako educirati roditelje, adolescente, djecu i odrasle osobe. U ovome istraživanju također se spominju i

profesori koji imaju iznimnu ulogu u odgajanju i educiranju djece te je njihov stav o važnosti znanja kretanja u vodi važan

Ključne riječi: plivanje, utapanje, Likertova skala, studenti, profesori

AWARENESS OF THE IMPORTANCE OF THE COMPETENCE OF MOVEMENT IN THE WATER OF RESPONDENTS OF DIFFERENT PROFESSIONS

Abstract:

For the concept of competence, there are various definitions and many scientific and professional works dealing with this issue. In this research, we used the definition of competence from the Oxford dictionary in 2003. "Competence is explained as: having the necessary knowledge and ability to do something successfully and as a set of related knowledge, attitudes, skills and other personal characteristics that affect the main part of one's job". Also, in this paper, we will base ourselves on the concept of awareness, which represents a psychological function. Due to the insufficient competences of movement in water, many people drown, and the goal was to see how many people of different professions are aware of this problem. Competences for movement in water include: jumping into water, immersing the head in water, breathing and breathing control below and above the surface of the water, rotation of the body around the longitudinal, transverse and sagittal axes in the horizontal and vertical position of the body on the water. The aim of this research is to gain an insight into the level of awareness of the importance of the competences of movement in water. An effort will be made to obtain data on how the respondents of different populations influence the general awareness of the importance of the competences of movement in the water in order to present the possible factors that influence such attitudes. It will also be determined whether there is a difference between the respondents with regard to the different occupation profession. The subjects of this research were first- and second-year students of the University of Zagreb's Faculty of Kinesiology (127 respondents), second-year students of the University of Zagreb's Faculty of Economics (188 respondents), and teachers of classroom and subject classes in elementary schools in Zagreb and Rijeka (76 respondents). The research was conducted through a questionnaire using a Likert scale of agreement or disagreement through 22 statements. The collected data were processed in the statistical data processing program Statistica. The basic

statistical indicators obtained on the frequency of responses for collective and separate variables were calculated with analysis of variance (ANOVA) and Student t- test for independent variable. The results of descriptive statistics show that the highest results were recorded in claim number 12 (mean=4.51), and the lowest in claim number 18 (mean=2.34). According to the results of the Student's t-test, the subjects of the Faculty of Kinesiology in Zagreb showed the greatest statistically significant difference compared to the subjects of the Faculty of Economics in Zagreb and Professors in statement number 2. Given that the competencies of movement in water are very important in the prevention of drowning, it is extremely important to arouse awareness of the general population about this problem and find ways to educate parents, adolescents, children and adults. This research also mentions professors who have an exceptional role in raising and educating children, and their attitude about the importance of knowledge of movement in water is important.

Key words: swimming,drowning, Likert scale, students, proferssors

Sadržaj

1. UVOD	1
2. CILJ RADA I HIPOTEZE	2
3. KOMPETENCIJE	3
3.1. KRETANJE NAPRIJED	7
3.2. KRETANJE UNAZAD	7
3.3. BOČNO KRETANJE	7
3.4. KRETANJE ISPOD POVRŠINE VODE	7
4. UTAPANJE	8
5. SVJESNOST	9
6. METODE ISTRAŽIVANJA	12
6.1. Uzorak ispitanika	12
6.2. Uzorak varijabli	12
6.3. Opis protokola istraživanja	12
6.4. Opis mjernog instrumenta	12
6.5. Metoda obrade podataka	12
7. REZULTATI	13
7.1. DESKRIPTIVNI POKAZATELJI	13
7.2. STUDENTOV T-TEST	18
7.3. ANOVA	22
8. RASPRAVA	27
9. ZAKLJUČAK	31
10. LITERATURA	32

1. UVOD

Plivanje predstavlja kretanje kroz vodu u željenom smjeru, te je poznat kao jedan od bazičnih sportova koji ima brojne korisnike u cijelom svijetu. Plivanje je još iz povijesti poznat kao sport na Olimpijskim igrama koji se zadržao skroz do današnjih modernih olimpijskih igara. Znanje plivanja postalo je neophodno u suvremenom životu čovjeka. Također poznat je i kao jedan od najzdravijih sportova koji se vrlo često preporuča uslijed ozljeda u vidu terapije jer ima pozitivan utjecaj na mišiće cijelog tijela.

U današnje vrijeme rekreativci se često odlučuju za plivanje kao oblika tjelesne aktivnosti za održavanje zdravlja i opuštanja od svakodnevice. Osim brojnih dobrobiti u vidu tjelesnog i mentalnog zdravlja, znanje plivanja ima vrlo bitnu ulogu u sprječavanju i smanjenju broja utapanja koje predstavlja globalni problem. Prema podacima WHO-a utapanje je treći po redu uzrok smrti u svijetu, podaci preuzeti s „World health organization“ (2022).

Upravo zbog toga važno je prije svega educirati i osvijestiti širu populaciju o tome problemu te poduzeti mjere sprječavanja utapanja odnosno obučiti djecu od najranije dobi određene kompetencije koje će im pomoći u snalaženju i kretanju u vodi.

Do utapanja najčešće dolazi u ljetnim mjesecima u morima, jezerima, bazenima i ostalim vodenim medijima uslijed neopreznosti, nesretnog slučaja ili ne znanja odnosno ne imanja određenih kompetencija kretanja u vodi. Uslijed važnosti podučavanja djece o kompetencijama kretanja u vodi također je vrlo važno educirati osobe koje rade s djecom o važnosti znanja plivanja te bi bilo poželjno kada bi se to moglo učiniti već u najranijim razredima osnovne škole. Pored poučavanja djece plivanju kroz programe poduke ne plivača trebalo bi educirati adolescente o svim mogućim posljedicama koje dovode do utapanja te osobito roditelje o važnosti nadzora i korištenja mogućih pomagala pri kretanju djece u vodi i blizini vode. Osim roditelja bilo bi poželjno kada bi i učitelji i profesori prošli kroz edukaciju mogućih opasnosti na vodi te kroz nastavu mogli podučavati djecu o ovome problemu kako bi se što više podigla svjesnost te kako bi se djeca od malena educirala i na taj način spriječiti veći broj utapanja.

Provedena su brojna istraživanja na temu kompetencija kretanja u vodi pa tako Olstad i suradnici (2020) u svome radu opisuju kako je u Norveškoj zbog svjesnosti o velikom broju utapanja na godišnjoj razini dogovoreno da će plivanje u osnovnim školama biti obavezno. Intervjuirali su privatne učitelje plivanja, učitelje plivanja iz plivačkog kluba i učitelje angažirane od strane lokalne zajednice. Upitnik je sadržavao pitanja o obrazovanju, sportu, tjelesnom odgoju, podučavanju plivanja, itd. zaključili su kako je mali broj učitelja obrazovan

za tjelesni odgoj te kako bi trebalo biti više učitelja plivanja i više ulagati u plivanje. Također smatraju kako tjelesni odgoj treba biti jednako važan kao npr. matematika.

Svjesni važnosti kompetencija kretanja u vodi u svrhu smanjenja broja utapanja Stallman i suradnici (2017) u svome radu detaljno opisuju sve kompetencije koje smatraju važnima te navode kako je za neke potrebno još istraživanja kao što je kretanje u bočnoj poziciji. Zaključili su kako je potrebno imati više kompetencija kretanja jer to osobu čini sigurnijom i postoji manji rizik od utapanja.

O globalnom problemu utapanja Denny i suradnici (2019) analiziraju i istražuju pozadinu koja dovodi do utapanja kod djece i adolescenata te također govore kako postoje brojne strategije pomoću kojih se može spriječiti broj utapanja.

U Hrvatskoj Petrić (2018) navodi: „Možemo zaključiti kako određena kinantropološka obilježja učenika poput koordinacije, snage, tjelesne visine i aerobni kapacitet mogu značajni doprinijeti uspjehu u obuci neplivača“ (str.47). Zbog navedenih kinantropoloških obilježja određenoj djeci i učenicima će biti lakše savladati osnove kretanja u vodi, pretpostavka je kako kinantropološka obilježja nebi trebala biti ograničavajući faktor za djecu i učenike kod kojih npr. koordinacija ili tjelesna visina nije naglašena. Ne smije se izostaviti važnost poduke neplivača stoga Soldo (2016) istražuje o važnosti i doprinosima plivanja u predškolskom odgoju. Osim što plivanje pridonosi fizičkoj sposobnosti ono pridonosi i zdravstvenoj sposobnosti te smatra kako su to mjere za učvršćivanje zdravlja kod djece. Zaključuje kako je uloga odgojitelja vrlo važna u radu s djecom te da o njemu ovisi hoće li ili neće koristiti tjelesni odgoj u radu s djecom, također smatra kako djeca trebaju naučiti plivati kroz igru zbog stjecanja sigurnosti i samostalnosti u vodi. Prema Vazdar (2020) „Plivanje djeluje na tjelesni rast i razvoj te na psihički razvoj djece“. Psihološkim pojmom svjesnosti koja se može interpretirati na razne načine i ovisi isključivo o svakom pojedincu, a u najranijoj dobi najveći utjecaj na odluke imaju roditelji. U svojem radu Reić Ercegovac i Ljubetić (2019) opisivale su svjesnost roditeljstva i kroz to se dotakle teme same svjesnosti i koje vrste postoje.

2. CILJ RADA I HIPOTEZE

Cilj ovog rada je dobiti uvid o razini svjesnosti o važnosti kompetencija kretanja u vodi. Odnosno kako ispitanici različitih populacija utječu na opću svjesnost o važnosti kompetencija kretanja u vodi.

HIPOTEZE:

H1: ne postoji statistički značajna razlika u svjesnosti o važnosti kompetencija kretanja u vodi ispitanika različitih zanimanja

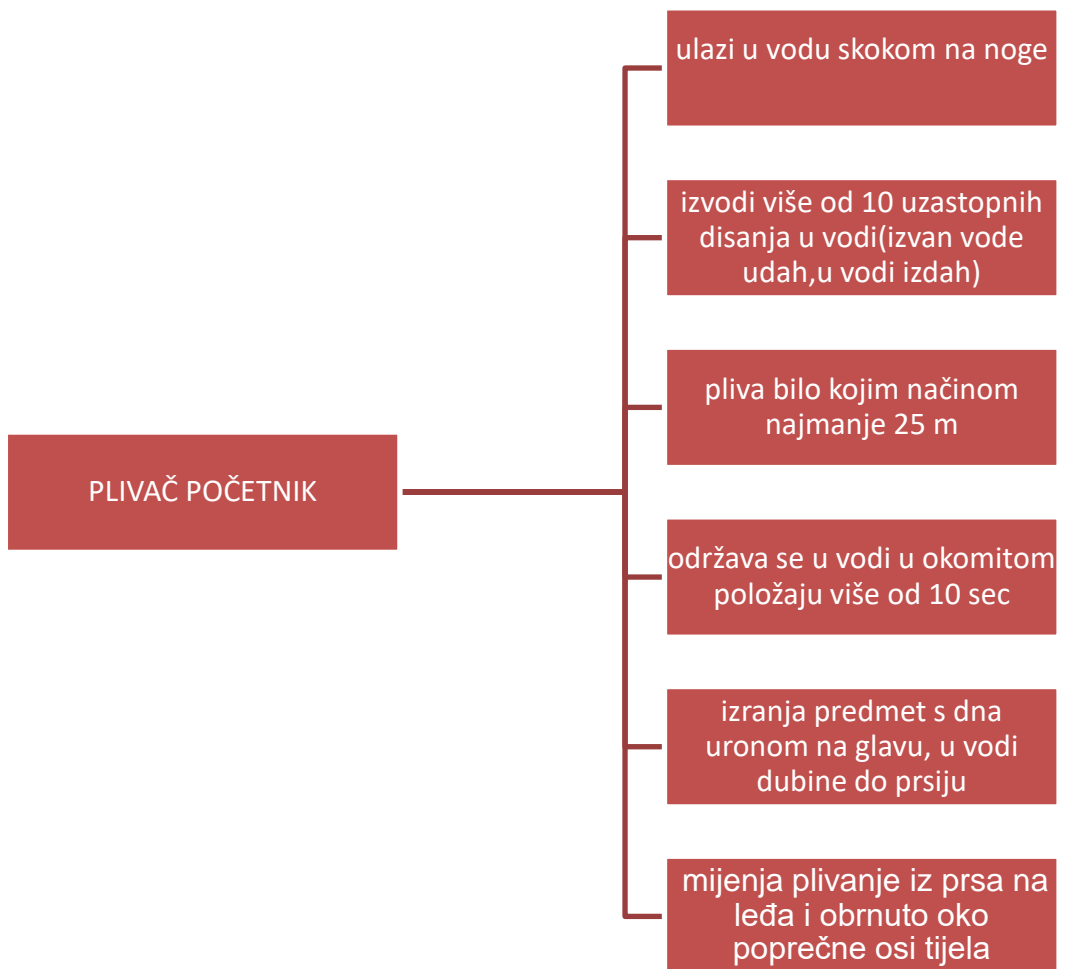
3. KOMPETENCIJE

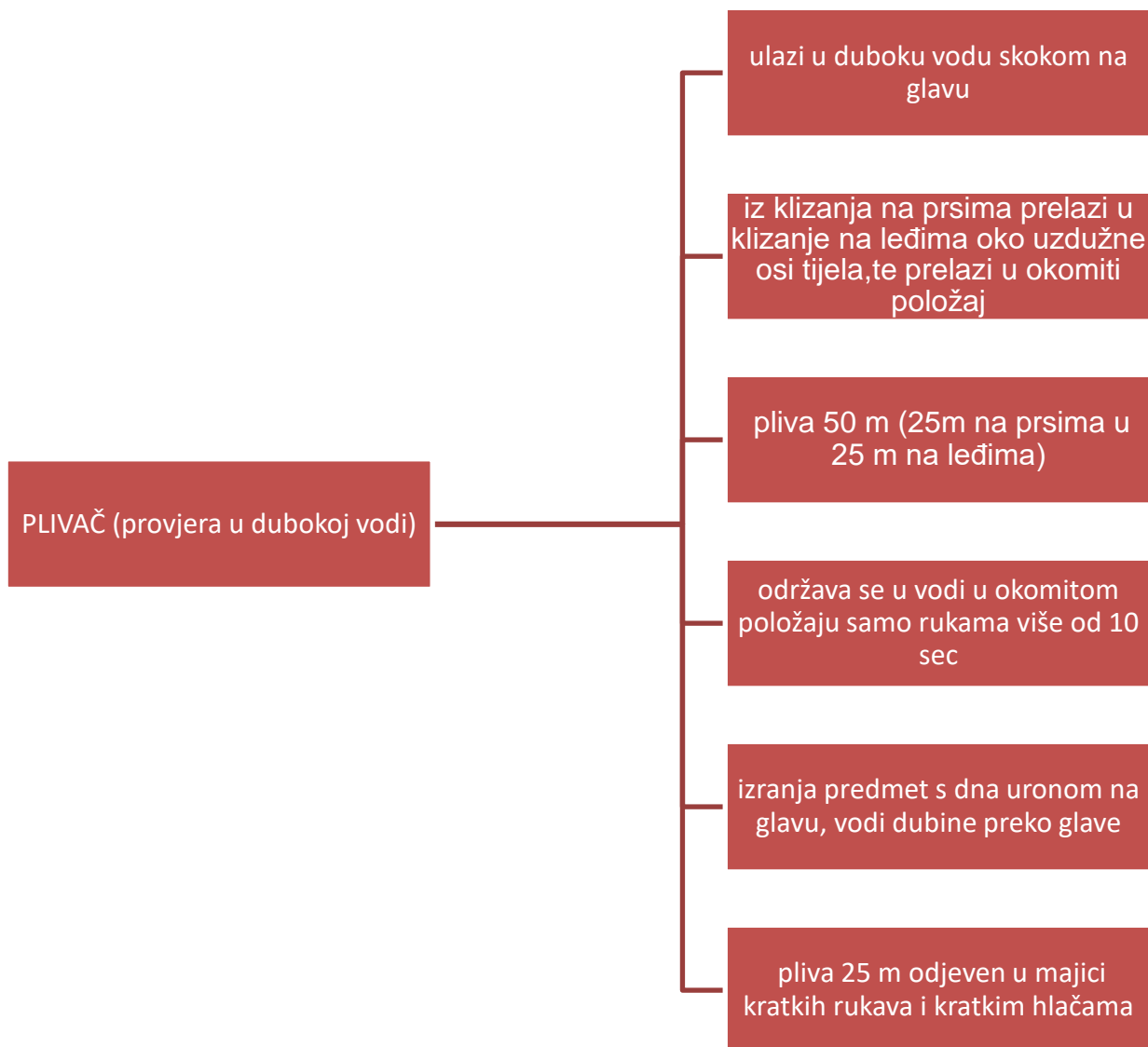
Kompetencija kao pojam ima brojna tumačenja, u ovome radu i anketi koja je bila korištena u svrhu istraživanja korištena je definicija kompetencija prema Oxfordovom engleskom rječniku iz 2003.

Kompetencije se objašnjavaju kao: imanje neophodnih znanja i sposobnosti nešto učiniti uspješno te kao skup povezanih znanja, stavova, vještina i drugih osobnih karakteristika, Moran (2013) navodi: „Kao polazište predlaže se da temelji obrazovanja za sigurnost u vodi budu na temelju koncepta kompetencija u vodi“ (str. 3).

Kompetencije kretanja u vodi obuhvaćaju: kretanje naprijed, kretanje unazad, bočno kretanje i kretanje ispod vode. Osim navedenih kompetencija važno je naglasiti i siguran ulazak u vodu te kontrolu disanja. Prema Moran (2013): „Sposobnosti kompetencija kretanja dio su vrlo dinamičnog konstrukta koji variraju prema pojedincu npr. percepcija rizika (vještine i znanje), zadatak (npr. plivanje, plutanje, ronjenje) i okoliš (npr. otvoreno/zatvoreno, toplo/hladno)“ (str. 3). Vrlo je važno i kako sam pojedinac doživljava svoje sposobnosti kretanja u vodi, ukoliko dođe do precjenjivanja svojih sposobnosti ishod može završiti kobno.

Prema Grčić-Zubčević (2016) sa 14. Hrvatskog savjetovanja o obuci neplivača koje je provedeno u Orahovici 2016. godine usvojenost znanja plivanja definira se prema 4 stupnja. Prva tri stupnja su provjere u plitkoj vodi dok su četvrti (plivač početnik) i peti stupanj (plivač) provjere u dubokoj vodi.





Kada bi se standardizirali kriteriji za ocjenjivanje znanja plivanja učitelji plivanja imali bi točno određene vještine koje djeca trebaju savladati. Standardizacija kriterija također bi omogućila bolju edukaciju djece, roditelja i adolescenata o opasnostima na i oko vode te samoj važnosti znanja plivanja, također pod pretpostavku možemo staviti da bi veći postotak djece zadovoljio zadane kriterije.

3.1. KRETANJE NAPRIJED

Kretanje naprijed može se izvoditi s glavom u vodi ili s glavom vani ovisno o situaciji te se može plivati kraul ili prsnom tehnikom. Bolji plivači mogu koristiti obje tehnike. Kretanje prema naprijed ima prednost što plivač može vidjeti gdje se kreće. Stallman i suradnici (2017) navode: “ Korištenje kraula nudi brzinu kretanja kada je potrebno brzo kretanje kako bi se što prije stiglo na sigurno mjesto,, (str. 9). Plivanje prsnim načinom ili samo zaveslaji prsno u mjestu omogućuju održavanje na vodi. U sprječavanju utapanja nema preporuke koju tehniku koristiti, izbor ostaje na osobi kojim mu se stilom lakše i sigurnije kretati.

3.2. KRETANJE UNAZAD

Prednost kretanja unazad je ta što je glava cijelo vrijeme na površini te je lakše disati, nedostatak kretanja unazad je loša preglednost odnosno osoba ne vidi u kojem se smjeru kreće. Stallman i suradnici (2017) prema Stallman (2008) navode:„Osobe koje su preživjele utapanje izjavile su da je njihov neuspjeh u plivanju i plutanju na leđima doprinio potrebi da budu spašeni“ (str.10).

3.3. BOČNO KRETANJE

Vrlo slično kao i kod kretanja unazad, prednost kretanja na boku za razliku od kretanja naprijed je veći dotok kisika ali također je smanjena preglednost odnosno osoba slabije vidi u kojem se smjeru kreće.

3.4. KRETANJE ISPOD POVRŠINE VODE

Kretanje ispod površine vode također je vrlo važna kompetencija u svrhu sprječavanja utapanja. Kretanje pod vodom vrlo često započinje površinskim ronjenjem. Rekreativci često izabiru vodene aktivnosti poput jedrenja, veslanja, kajaka itd. tijekom aktivnosti na vodi može doći do prevrtanja i osoba nađe pod vodom, vrlo često se zna dogoditi ako je u pitanju jedrenje ili jedrenje na dasci da jedro padne na vodu te se osoba može naći zarobljena ispod jedra. U takvim situacijama vrlo je važno znati održati kontrolu disanja i kretati se ispod vode kako ne

bi došlo do utapanja. Stallman i suradnici (2017) prema Stallman (2008) ističu: „Preživjeli od utapanja naveli su neuspjeh u plivanju i ronjenju opasnim po život“ (str. 11).

4. UTAPANJE

Prema svjetskoj zdravstvenoj organizaciji (eng. WHO) definicija utapanja glasi: „Utapanje je proces respiratornog oštećenja uslijed potapanja/uranjanja u tekućinu; ishodi su klasificirani kao smrt, morbiditet i bez morbiditeta“. Kada se osoba nalazi ispod površine vode svjesna reakcija je zadržavanje daha no to dovodi do gubitka svijesti, osim zadržavanja daha prilikom utapanja može doći i do pokušaja udisaja, tada tekućina ulazi u dišni sustav i dolazi do laringospazma. „Laringospazam je naglo zatvaranje grkljana zbog grča njegovih unutarnjih mišića, što izaziva napadaj gušenja jer zrak ne može prolaziti u pluća“ tekst preuzet s „Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje“ (2022). Prilikom utapanja dolazi do hipoksije odnosno smanjenje količine kisika u stanicama što uzrokuje oštećenje mozga, srca i drugih tkiva. Utapanje može dovesti do srčanog zastoja a nakon toga slijedi prestanak disanja. Kod djece se zna često pojaviti i suho utapanje. Suho utapanje nastaje kada osoba umjesto zraka udahne vodu u pluća, prvi simptom je kašalj no pogubni simptomi se mogu razviti i 24 sata nakon događaja. Ukoliko se na vrijeme prepoznaju simptomi i ako se pravodobno reagira ishod ne mora biti poguban. Stallman i suradnici (2017) tumače: „U zemljama s visokim dohotkom mnoga se utapanja događaju vezano s namjernim uranjanjem i često su povezani s rekreacijskim aktivnostima. Drugi su posljedica ne namjernog uranjanja i mogu se dogoditi u različitim okruženjima kao što su dom, farma ili gradilišta i pod različitim klimatskim i vremenskim uvjetima kao što su vrućina i hladnoća, oluja i poplava dok u zemljama s niskim i srednjim dohotkom većina utapanja se događa povezano s obiteljskim životom, zanimanjem, putovanjem i prirodnim katastrofama“ (str. 1). Znanstvenici koji se bave ovom temom predlažu da se s podukom neplivača krene od najranije dobi te da bi bilo poželjno uvesti edukacije o kompetencijama kretanja u vodi u obrazovni sustav. Trebale bi se provoditi edukacije o opasnostima u blizini vodenih medija za roditelje i adolescente. Rejman i suradnici (2020) ističu: „Kako bi imale obrazovni učinak, vodene aktivnosti trebale bi biti integrirane u obrazovni kurikulum, a moraju težiti izazivanju trajnih promjena u vrijednostima, stavovima, znanju, prosuđivanju i ponašanju“ (str. 2).

5. SVJESNOST

Svatko od nas na temelju svojih stavova i uvjerenja ima formiranu svjesnost o nečemu pa tako i o važnostima kompetencija kretanja u vodi. Pod pretpostavkom da ljudi koju su povezani sa sportom imaju veću svjesnost o važnosti znanja plivanja od osoba koje nisu povezane sa sportom. Mnogi roditelji postanu svjesni o važnosti znanja kretanja i sigurnosti u vodi pred same ljetne mjesec kada djecu upisuju na programe poduke neplivača kako bi naučili plivati pred odlazak na godišnji odmor. Smatra se kako je većina populacije svjesna opasnosti u blizini i u samoj vodi ali također većina razmišlja kako se to njima ne može dogoditi i smatraju se dovoljno dobrim plivačima pa nije rijetkost da npr. alkoholizirani ulaze u more, jezero, rijeku ili ostale vodene medije. Bez obzira na znanje plivanja opasnost uvijek postoji te je vrlo važno osvijestiti populaciju o tome. Vrlo važnu ulogu u edukaciji i osvještavanju o opasnostima imaju profesori u školi. U školama u Republici Hrvatskoj ne postoje programi koji educiraju upravo o ovoj vrlo važnoj temi. U Norveškoj prema istraživanju Olstad i suradnici (2021) ravnatelj škole je rekao: „ Imamo dva nastavnika tjelesnog odgoja, oni su sretni što nemaju satove plivanja. Nijedno od njih nema poseban interes za plivanje. Da imamo učitelja tjelesnog odgoja koji voli plivanje, možda bi učinio nešto drugo.“ (str.5) . Ova izjava predstavlja velik problem iako se radi o Norveškoj, ali profesori tjelesnog bi prvi trebali podupirati važnost znanja plivanja i kretanja u vodi upravo jer su educirani o problemu ne znanja i ne imanja kompetencija kretanja u vodi te su također osposobljeni provoditi sate poduke neplivača. Ako pođemo od toga da ni profesori tjelesnog nisu svjesni o važnosti kompetencija kretanja u vodi i ako nisu svjesni da te kompetencije spašavaju živote imamo velik problem. Upravo iz toga razloga se treba zalagati za provedbu edukacija o važnostima kompetencija kretanja i podići svjesnost ljudima da znanje plivanja i odgovorno ponašanje u blizini vodenih medija spašava živote. Vjerojatno je to teško promijeniti ali zašto čekati da se još jedan život izgubi utapanjem zbog nedovoljne educiranosti kada postoje dovoljno kompetentni ljudi koji to mogu provoditi i organizirati te osvijestiti ljude o svim opasnostima i važnostima koje su potrebne u blizini vodenih medija. Smatra se ako se krene na vrijeme odnosno od najranije dobi da se može smanjiti broj utapanja, ali također stručnjaci smatraju kako je edukacija djece, adolescenata, roditelja i ostalih vrlo bitna u procesu smanjivanja broja utapanja. Prema Breivik (2013) „Psihološka svjesnost je psihološki mehanizam koji nas čini sposobnima za opažanje, vjerovanja i želje, rukovanje informacijama, donošenje odluka, djelovanje i tako dalje“ (str.2) osim psihološke svjesnosti isti autor navodi i fenomenalnu svjesnosti koja se opisuje kao iskustvo onoga što osjećamo. Svjesnost kao pojam teško je točno definirati s obzirom da se

odnosi na percepciju nekog događaja svakog pojedinca. Za primjer opisivanja svjesnosti uzet ćemo vrhunske sportaše. Neki stručnjaci smatraju kako vrhunski sportaši funkcioniraju poput „auto-pilota“ zbog toga što su nebrojeno puta ponovili istu radnju te vjeruju kako sportaši u tim trenucima više ne koriste svjesnost nego automatizam. Prema Breivik (2013) „Istina je da u mnogim slučajevima sportaši koriste automatskog pilota. Ali to nije zato što nije moguće donositi svjesne odluke, već zato što nije učinkovito koristiti svjesnost kada se trenira tisućama sati i obrasci reakcija su urezani u kosti i srž, a kvaliteta izvedbe je visoka“ (str.11). Ako u obzir uzmemo početnike pretpostavka je kako oni više koriste svjesne radnje od profesionalaca koji se sve više koriste nesvjesnim način, vjerojatno je to iz razloga što su profesionalci ponovili određenu radnju više puta i sigurni su u njenu izvedbu dok se početnici još uče te nisu sigurni u svoju izvedbu. Vodeći se ovim promišljanjima možemo za usporedbu uzeti plivače i neplivače. Plivači će manje biti svjesni rizika utapanja jer se smatraju dovoljno sposobnima i sigurnim u vodi dok će neplivači biti puno više svjesniji opasnosti u vodi s obzirom da su nesigurni pri kretanju u vodi. Osim toga plivači su svjesni svog tijela i pokreta koje izvode u vodi dok su neplivači više orijentirani na to da dođu do cilja na bilo koji način. Često se svjesnost povezuje sa znanjem. Uher i suradnici (2018) navode „Moramo postati svjesni da misli tvore znanje, i sve što znamo je kroz znanje, a to je pamćenje, iskustvo, slušamo, akumuliramo i interpretiramo. Znanje je ono što doživljavamo“ (str.3), od iznimne je važnosti tijekom poduke neplivača posvetiti se potpuno djeci jer ona pamte, slušaju i akumuliraju ono što im je pokazano te im na taj način olakšavamo proces učenja plivanja. Sve ono što nauče naučili su upravo zato jer su pratili ono što im se pokazivalo. Također ovdje možemo i dati usporedbu kako bi bilo kada bi postojale edukacije roditeljima o opasnostima vode i važnosti rane poduke neplivača, roditelji bi naučili odnosno zapamtili ono što bi im se prezentiralo te vjerojatno postali svjesni prave opasnosti i radi toga možda promijenili svoje gledište. Ako se vratimo na vrhunske sportaše, oni zapravo svoju svjesnost proživljavaju kroz ono što su osjetili tijekom treninga ili natjecanja odnosno svjesnost im se temelji na njihovom senzualnom iskustvu. Ovu tezu također možemo usporediti s neplivačima, ukoliko je njihovo senzualno iskustvo u vodi negativno vjerojatno će odbijati kontakt s vodom jer će se smatrati nesigurnima i imat će strah od utapanja. Prema Uher i suradnicima (2018) „Ono što želimo naglasiti je da mi smo kompulzivni, ovisni mislioci, u mnogim slučajevima, jesmo „zatvorenici“ vlastitog razmišljanja, od kojih se ponekad nastojimo odvojiti“ (str.3) osim djece neplivača uzet ćemo u obzir i odrasle ljude koji ne znaju plivati odnosno kretati se u vodi. Veći strah od utapanja postoji u odraslih ljudi jer su svjesniji događaja oko sebe i kao što je navedeno u prijašnjem citatu „zatvorenici“ su vlastitog mišljenja odnosno imaju velik strah od vode koji im je teško

preći, a zbog tog straha teško im se opustiti u vodenim medijima te na taj način im je otežano učenje kretanja u vodi. Vrlo je važno biti svjestan svojih strahova i nesigurnosti kako bi se moglo raditi na njima i olakšati si daljnje radnje u životu, osim što pojedinac treba sam sebe osvijestiti problema i suočiti se s njim važno je imati educiranu osobu koja će osim znanja pokazati razumijevanje i podršku. Toner i Moran (2014) navode : „Samosvijest jednostavno znači obraćanje pozornosti na znakove koje pružaju pokreti i prilagođavanje svojih postupaka kada nešto nije u redu“. Kako je prije navedeno vrhunski sportaši tijekom svojih izvedbi ne koriste u punom kapacitetu svoju svjesnost s obzirom da su im pokreti automatizirani, ali kada nešto krene po zlu svjesnost se uključuje. Bez obzira na automatizirane pokrete važno je poznavati svoje tijelo i osvijestiti pokrete kako bi i kada dođe do pogreške što prije to ispravili.

6. METODE ISTRAŽIVANJA

6.1. Uzorak ispitanika

U istraživanju je sudjelovalo sveukupno 391 ispitanik. Ispitanici su podijeljeni u 3 grupe. Prvu grupu činili su studenti prve i druge godine Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu njih 127, drugu grupu činili su studenti druge godine Ekonomskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu njih 188 te su treću grupu činili profesori u osnovnim školama u Rijeci i Zagrebu njih 76.

6.2. Uzorak varijabli

Uzorak varijabli na kojemu se temeljilo istraživanje postavljeno je u obliku ankete pomoću Likertove skale slaganja ili neslaganja kroz 22 tvrdnje.

6.3. Opis protokola istraživanja

Istraživanje je provedeno na Ekonomskom fakultetu u Zagrebu, Kineziološkom fakultetu u Zagrebu, te 3 osnovne škole, dvije u Rijeci i jedna u Zagrebu. Ispitanici su od strane istraživača dobili anketne upitnike koje su trebali riješiti na temelju svog vlastitog mišljenja odnosno zaokružiti slažu li se ili ne s navedenim tvrdnjama. Ispitanici nisu imali određeno vrijeme za rješavanje upitnika.

6.4. Opis mjernog instrumenta

Za potrebu provedbe istraživanja koristio se anketni upitnik smišljen od strane istraživača u kojemu su bile navedene 22 tvrdnje po Likertovoj skali slaganja ili ne slaganja.

6.5. Metoda obrade podataka

Za potrebe analize dobivenih rezultata koristit će se program STATISTICA. Za sve varijable biti će izračunati deskriptivni statistički parametri (aritmetička sredina i standardna devijacija). Za ispitivanje razlika između ispitanika s obzirom na različito polje studija društvenih znanosti koristit će se univarijantna analiza varijance (ANOVA) i Studentov t-test.

7. REZULTATI

7.1.DESKRIPTIVNI POKAZATELJI

Tablica 1. Deskriptivni parametri rezultata varijable Kineziološki fakultet u Zagrebu

TVRDNJE	N	AS	SD
11 Pojam kompetencija kretanja u vodi sveobuhvatniji je od kompetencije plivanja.	128	3,51	0,97
12 Kretanje u vodi kao „osnovni pokret“ poput hodanja nešto je što se ne uči, već je dio razvoja.	128	3,15	1,16
13 Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi treba obuhvatiti sve aspekte kretanja (naprijed, unazad, bočno, ispod površine vode).	126	4,40	0,65
14 Koncept stjecanja sposobnosti kretanja u vodi ili vladanje pokretima u vodi važniji je od samog ispravnog izvođenja plivačkog pokreta.	128	3,66	0,85
15 Kompetencije kretanja u vodi samo su dio „sigurnosti u vodi“ i moraju biti dio znanja i stavova svih programa (tečajeva).	128	3,95	0,84
16 Kretanje pod vodom trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na površini.	128	3,62	1,06
17 Kretanje na leđima trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na prsima.	126	3,62	1,18
18 Nije važno „koliko daleko možeš plivati“ već „kako se pliva“.	126	3,50	1,06
19 Kompetencije kretanja u vodi od velike su važnosti u suvremenom načinu života.	127	3,53	0,95
110 Trebalo bi razvijati „lepezu“ pokreta u svim smjerovima i na sve načine.	127	3,94	0,89
111 Učenje pokreta u svim svojim oblicima (duž sagitalne, poprečne i uzdužne osi tijela) mogu spasiti život u situaciji utapanja.	128	4,35	0,79
112 Disanje, zadržavanje daha i kontrola disanja važne su sastavnice kompetencija kretanja u vodi.	127	4,51	0,71
113 Otvaranje očiju (gledanje ispod vode) od velike je važnosti za snalaženje u prostoru – medij voda.	126	4,04	0,88
114 Plivač je osoba koja ima dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi tj. da je sposobna nošenja s neočekivanim i nehotičnim potapanjem.	128	4,08	0,93
115 Znati se kretati u vodi znači obavljati skup kompetencija kretanja u vodi.	128	4,06	0,78
116 Plivanjem se smatra samo pitanje „ispravnog“ izvođenja plivačkog pokreta.	128	2,74	1,03
117 Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi plivanje ne bi trebalo biti premještanje iz pozicije A u poziciju B.	128	3,14	0,78
118 Za znanje plivanja nije potrebno moći preplivati određenu metražu (25 m, 50 m...)	128	2,34	1,08
119 Za znanje plivanja potrebno je imati dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi.	128	3,88	0,76
120 Obrazovanje za sigurnost u vodi mora nastojati učiniti nastavu čim realnijom i autentičnijom.	128	3,95	0,72
121 Od velike je važnosti da se tijekom osnovnoškolskog obrazovanja provjere kompetencije kretanja u vodi kod svih učenika osnovnih škola Republike Hrvatske.	128	4,20	0,76
122 U suvremenom načinu života neophodno je svakoj osobi pružiti mogućnost da se nauči kretati u vodi.	128	4,43	0,74

N= broj ispitanika AS= aritmetička sredina SD= standardna devijacija

Tablica 1 prikazuje deskriptivne parametre procijene stava prema kompetencijama kretanja u vodi studenata prve i druge godine Kineziološkog fakulteta u Zagrebu koji nisu upisali i položili kolegij Metodika poučavanja plivanja te Sportsko plivanje. Rezultati su temeljeni prema odgovorima na Likertovoj skali slaganja ili ne slaganja na 22 tvrdnje. Iz tablice možemo vidjeti da su najveći rezultati zabilježeni u tvrdnji broj 12 (AS=4,51), a najmanji u tvrdnji broj 18 (AS=2,34)

Tablica 2. Deskriptivni parametri rezultata varijable Ekonomski fakultet u Zagrebu

TVRDNJE	N	AS	SD
1. Pojam kompetencija kretanja u vodi sveobuhvatniji je od kompetencije plivanja.	189	4,17	0,97
2. Kretanje u vodi kao „osnovni pokret“ poput hodanja nešto je što se ne uči, već je dio razvoja.	189	3,48	1,16
3. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi treba obuhvatiti sve aspekte kretanja (naprijed, unazad, bočno, ispod površine vode).	187	4,36	0,65
4. Koncept stjecanja sposobnosti kretanja u vodi ili vladanje pokretima u vodi važniji je od samog ispravnog izvođenja plivačkog pokreta.	188	3,58	0,85
5. Kompetencije kretanja u vodi samo su dio „sigurnosti u vodi“ i moraju biti dio znanja i stavova svih programa (tečajeva).	189	4,13	0,84
6. Kretanje pod vodom trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na površini.	188	3,68	1,06
7. Kretanje na leđima trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na prsima.	186	3,76	1,18
8. Nije važno „koliko daleko možeš plivati“ već „kako se pliva“.	189	3,91	1,06
9. Kompetencije kretanja u vodi od velike su važnosti u suvremenom načinu života.	189	3,66	0,95
10. Trebalo bi razvijati „lepezu“ pokreta u svim smjerovima i na sve načine.	188	3,69	0,89
11. Učenje pokreta u svim svojim oblicima (duž sagitalne, poprečne i uzdužne osi tijela) mogu spasiti život u situaciji utapanja.	189	4,52	0,79
12. Disanje, zadržavanje daha i kontrola disanja važne su sastavnice kompetencija kretanja u vodi.	188	4,70	0,71
13. Otvaranje očiju (gledanje ispod vode) od velike je važnosti za snalaženje u prostoru – medij voda.	187	3,79	0,88
14. Plivač je osoba koja ima dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi tj. da je sposobna nošenja s neočekivanim i nehotičnim potapanjem.	189	4,28	0,93
15. Znati se kretati u vodi znači obavljati skup kompetencija kretanja u vodi.	189	4,17	0,78
16. Plivanjem se smatra samo pitanje „ispravnog“ izvođenja plivačkog pokreta.	189	2,86	1,03
17. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi plivanje ne bi trebalo biti premještanje iz pozicije A u poziciju B.	189	3,08	0,78
18. Za znanje plivanja nije potrebno moći preplivati određenu metražu (25 m, 50 m...)	187	2,90	1,08
19. Za znanje plivanja potrebno je imati dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi.	188	4,18	0,76
20. Obrazovanje za sigurnost u vodi mora nastojati učiniti nastavu čim realnijom i autentičnijom.	189	4,31	0,72
21. Od velike je važnosti da se tijekom osnovnoškolskog obrazovanja provjere kompetencije kretanja u vodi kod svih učenika osnovnih škola Republike Hrvatske.	189	4,34	0,76
22. U suvremenom načinu života neophodno je svakoj osobi pružiti mogućnost da se nauči kretati u vodi.	189	4,53	0,74

N= broj ispitanika AS= aritmetička sredina SD= standardna devijacija

Tablica 2 prikazuje deskriptivne parametre procijene stava prema kompetencijama kretanja u vodi studenata druge i treće godine Ekonomskog fakulteta u Zagrebu. Rezultati su temeljeni prema odgovorima na Likertovoj skali slaganja ili ne slaganja na 22 tvrdnje. Iz tablice možemo vidjeti da su najveći rezultati zabilježeni u tvrdnji broj 12 (AS= 4.70), a najmanji u tvrdnji broj 16 (AS=2,86)

Tablica 3 Deskriptivni parametri rezultata varijable Profesori

TVRDNJE	N	AS	SD
1. Pojam kompetencija kretanja u vodi sveobuhvatniji je od kompetencije plivanja.	71	3,87	1,16
2. Kretanje u vodi kao „osnovni pokret“ poput hodanja nešto je što se ne uči, već je dio razvoja.	71	3,31	1,17
3. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi treba obuhvatiti sve aspekte kretanja (naprijed, unazad, bočno, ispod površine vode).	71	4,51	0,65
4. Koncept stjecanja sposobnosti kretanja u vodi ili vladanje pokretima u vodi važniji je od samog ispravnog izvođenja plivačkog pokreta.	69	3,67	1,00
5. Kompetencije kretanja u vodi samo su dio „sigurnosti u vodi“ i moraju biti dio znanja i stavova svih programa (tečajeva).	71	4,03	0,83
6. Kretanje pod vodom trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na površini.	71	3,89	1,08
7. Kretanje na leđima trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na prsima.	71	3,93	1,03
8. Nije važno „koliko daleko možeš plivati“ već „kako se pliva“.	70	4,20	0,97
9. Kompetencije kretanja u vodi od velike su važnosti u suvremenom načinu života.	71	3,83	0,91
10. Trebalo bi razvijati „lepezu“ pokreta u svim smjerovima i na sve načine.	70	4,09	0,74
11. Učenje pokreta u svim svojim oblicima (duž sagitalne, poprečne i uzdužne osi tijela) mogu spasiti život u situaciji utapanja.	71	4,25	0,63
12. Disanje, zadržavanje daha i kontrola disanja važne su sastavnice kompetencija kretanja u vodi.	71	4,65	0,51
13. Otvaranje očiju (gledanje ispod vode) od velike je važnosti za snalaženje u prostoru – medij voda.	71	4,32	0,81
14. Plivač je osoba koja ima dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi tj. da je sposobna nošenja s neočekivanim i nehotičnim potapanjem.	71	4,46	0,69
15. Znati se kretati u vodi znači obavljati skup kompetencija kretanja u vodi.	71	4,31	0,67
16. Plivanjem se smatra samo pitanje „ispravnog“ izvođenja plivačkog pokreta.	71	3,15	1,14
17. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi plivanje ne bi trebalo biti premještanje iz pozicije A u poziciju B.	70	3,60	0,86
18. Za znanje plivanja nije potrebno moći preplivati određenu metražu (25 m, 50 m...)	69	3,13	1,41
19. Za znanje plivanja potrebno je imati dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi.	70	4,29	0,68
20. Obrazovanje za sigurnost u vodi mora nastojati učiniti nastavu čim realnijom i autentičnijom.	70	4,30	0,55
21. Od velike je važnosti da se tijekom osnovnoškolskog obrazovanja provjere kompetencije kretanja u vodi kod svih učenika osnovnih škola Republike Hrvatske.	70	4,50	0,78
22. U suvremenom načinu života neophodno je svakoj osobi pružiti mogućnost da se nauči kretati u vodi.	70	4,51	0,68

N= broj ispitanika AS= aritmetička sredina SD= standardna devijacija

Tablica 3 prikazuje deskriptivne parametre procijene stava prema kompetencijama kretanja u vodi profesora osnovnih i srednjih škola u Zagrebu i Rijeci, iz ankete su bili izuzeti profesori tjelesnog i zdravstvenog odgoja. Rezultati su temeljeni prema odgovorima na Likertovoj skali slaganja ili ne slaganja na 22 tvrdnje. Iz tablice možemo vidjeti da su najveći rezultati zabilježeni u tvrdnji broj 12 (AS=4.65) a najmanji u tvrdnji broj 18 (AS=3.13)

Tablica 4 Deskriptivni parametri rezultata svih varijabli

TVRDNJE	N	AS	SD
1. Pojam kompetencija kretanja u vodi sveobuhvatniji je od kompetencije plivanja.	388	3,90	0,97
2. Kretanje u vodi kao „osnovni pokret“ poput hodanja nešto je što se ne uči, već je dio razvoja.	388	3,34	1,16
3. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi treba obuhvatiti sve aspekte kretanja (naprijed, unazad, bočno, ispod površine vode).	384	4,40	0,71
4. Koncept stjecanja sposobnosti kretanja u vodi ili vladanje pokretima u vodi važniji je od samog ispravnog izvođenja plivačkog pokreta.	385	3,62	0,95
5. Kompetencije kretanja u vodi samo su dio „sigurnosti u vodi“ i moraju biti dio znanja i stavova svih programa (tečajeva).	388	4,05	0,80
6. Kretanje pod vodom trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na površini.	387	3,70	1,10
7. Kretanje na leđima trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na prsima.	383	3,75	1,08
8. Nije važno „koliko daleko možeš plivati“ već „kako se pliva“.	385	3,83	1,05
9. Kompetencije kretanja u vodi od velike su važnosti u suvremenom načinu života.	387	3,65	0,99
10. Trebalo bi razvijati „lepezu“ pokreta u svim smjerovima i na sve načine.	385	3,84	0,87
11. Učenje pokreta u svim svojim oblicima (duž sagitalne, poprečne i uzdužne osi tijela) mogu spasiti život u situaciji utapanja.	388	4,42	0,71
12. Disanje, zadržavanje daha i kontrola disanja važne su sastavnice kompetencija kretanja u vodi.	386	4,63	0,62
13. Otvaranje očiju (gledanje ispod vode) od velike je važnosti za snalaženje u prostoru – medij voda.	384	3,97	0,95
14. Plivač je osoba koja ima dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi tj. da je sposobna nošenja s neočekivanim i nehotičnim potapanjem.	388	4,24	0,85
15. Znati se kretati u vodi znači obavljati skup kompetencija kretanja u vodi.	388	4,16	0,77
16. Plivanjem se smatra samo pitanje „ispravnog“ izvođenja plivačkog pokreta.	388	2,88	1,06
17. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi plivanje ne bi trebalo biti premještanje iz pozicije A u poziciju B.	387	3,19	0,89
18. Za znanje plivanja nije potrebno moći preplivati određenu metražu (25 m, 50 m...)	384	2,76	1,27
19. Za znanje plivanja potrebno je imati dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi.	386	4,10	0,77
20. Obrazovanje za sigurnost u vodi mora nastojati učiniti nastavu čim realnijom i autentičnijom.	387	4,19	0,69
21. Od velike je važnosti da se tijekom osnovnoškolskog obrazovanja provjere kompetencije kretanja u vodi kod svih učenika osnovnih škola Republike Hrvatske.	387	4,32	0,82
22. U suvremenom načinu života neophodno je svakoj osobi pružiti mogućnost da se nauči kretati u vodi.	387	4,49	0,73

N= broj ispitanika AS= aritmetička sredina SD= standardna devijacija

U tablici 4 prikazani su rezultati deskriptivne statistike za sve ispitanike, odnosno za sve varijable: Kineziološki fakultet u Zagrebu, Ekonomski fakultet u Zagrebu te profesori. Vidimo kako je najviša prosječna ocjena ispitanika bila za tvrdnju broj 12 (AS= 4,64), a najniža prosječna ocjena bila je za tvrdnju broj 18. (AS=2.76)

7.2.STUDENTOV T-TEST

U ovom diplomskom radu za obradu podataka koristio program Statistica, a za analizu dobivenih rezultata provedenih anketa koristile su se statističke funkcije Studentov t-test i univarijanta analiza varijance (ANOVA) za prikaz rezultata u grafičkom obliku.

Tablica 5 rezultati Studentovog t-testa za varijable Kineziološki fakultet u Zagrebu i Ekonomski fakultet u Zagrebu

TVRDNJE	KIFZG			EFZG		
	N	AS	p	N	AS	p
1. Pojam kompetencija kretanja u vodi sveobuhvatniji je od kompetencije plivanja.	128	3,51	0	189	4,17	0,01
2. Kretanje u vodi kao „osnovni pokret“ poput hodanja nešto je što se ne uči, već je dio razvoja.	128	3,15	0,01	189	3,48	0,76
3. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi treba obuhvatiti sve aspekte kretanja (naprijed, unazad, bočno, ispod površine vode).	126	4,40	0,62	187	4,36	0,06
4. Koncept stjecanja sposobnosti kretanja u vodi ili vladanje pokretima u vodi važniji je od samog ispravnog izvođenja plivačkog pokreta.	128	3,66	0,44	188	3,58	0,05
5. Kompetencije kretanja u vodi samo su dio „sigurnosti u vodi“ i moraju biti dio znanja i stavova svih programa (tečajeva).	128	3,95	0,04	189	4,13	0,11
6. Kretanje pod vodom trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na površini.	128	3,62	0,61	188	3,68	0,46
7. Kretanje na leđima trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na prsima.	126	3,62	0,25	186	3,76	0,08
8. Nije važno „koliko daleko možeš plivati“ već „kako se pliva“.	126	3,50	0,00	189	3,91	0,59
9. Kompetencije kretanja u vodi od velike su važnosti u suvremenom načinu života.	127	3,53	0,27	189	3,66	0,28
10. Trebalo bi razvijati „lepezu“ pokreta u svim smjerovima i na sve načine.	127	3,94	0,01	188	3,69	0,70
11. Učenje pokreta u svim svojim oblicima (duž sagitalne, poprečne i uzdužne osi tijela) mogu spasiti život u situaciji utapanja.	128	4,35	0,04	189	4,52	0,02
12. Disanje, zadržavanje daha i kontrola disanja važne su sastavnice kompetencija kretanja u vodi.	127	4,51	0,01	188	4,70	0,02
13. Otvaranje očiju (gledanje ispod vode) od velike je važnosti za snalaženje u prostoru – medij voda.	126	4,04	0,02	187	3,79	0,10
14. Plivač je osoba koja ima dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi tj. da je sposobna nošenja s neočekivanim i nehotičnim potapanjem.	128	4,08	0,05	189	4,28	0,14
15. Znati se kretati u vodi znači obavljati skup kompetencija kretanja u vodi.	128	4,06	0,24	189	4,17	0,77
16. Plivanjem se smatra samo pitanje „ispravnog“ izvođenja plivačkog pokreta.	128	2,74	0,31	189	2,86	0,88
17. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi plivanje ne bi trebalo biti premještanje iz pozicije A u poziciju B.	128	3,14	0,54	189	3,08	0,04
18. Za znanje plivanja nije potrebno moći preplivati određenu metražu (25 m, 50 m...)	128	2,34	0,00	187	2,90	0,04
19. Za znanje plivanja potrebno je imati dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi.	128	3,88	0,00	188	4,18	0,75

20. Obrazovanje za sigurnost u vodi mora nastojati učiniti nastavu čim realnijom i autentičnijom.	128	3,95	0,00	189	4,31	0,40
21. Od velike je važnosti da se tijekom osnovnoškolskog obrazovanja provjere kompetencije kretanja u vodi kod svih učenika osnovnih škola Republike Hrvatske.	128	4,20	0,13	189	4,34	0,16
22. U suvremenom načinu života neophodno je svakoj osobi pružiti mogućnost da se nauči kretati u vodi.	128	4,43	0,24	189	4,53	0,90

N= broj ispitanika AS= aritmetička sredina p= statistička značajnost

Tablica 5 prikazuje rezultate razlika između odgovora studenata Kineziološkog fakulteta u Zagrebu te studenata Ekonomskog fakulteta u Zagrebu. Iz tablice je vidljivo kako statistički značajna razlika postoji. Najveću statistički značajnu razliku (p) vidimo u tvrdnji broj 2 (KIFZG p= 0,01 EFZG p= 0,76), a najmanju u tvrdnji broj 12 (KIFZG p= 0,01 EFZG p=0,02)

Tablica 6 rezultati Studentovog t-testa za varijable Kineziološki fakultet u Zagrebu i Profesori

TVRDNJE	KIFZG			PROF		
	N	AS	p	N	AS	p
1. Pojam kompetencija kretanja u vodi sveobuhvatniji je od kompetencije plivanja.	128	3,51	0	71	3,87	0,09
2. Kretanje u vodi kao „osnovni pokret“ poput hodanja nešto je što se ne uči, već je dio razvoja.	128	3,15	0,01	71	3,31	0,97
3. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi treba obuhvatiti sve aspekte kretanja (naprijed, unazad, bočno, ispod površine vode).	126	4,40	0,62	71	4,51	0,93
4. Koncept stjecanja sposobnosti kretanja u vodi ili vladanje pokretima u vodi važniji je od samog ispravnog izvođenja plivačkog pokreta.	128	3,66	0,44	69	3,67	0,14
5. Kompetencije kretanja u vodi samo su dio „sigurnosti u vodi“ i moraju biti dio znanja i stavova svih programa (tečajeva).	128	3,95	0,04	71	4,03	0,86
6. Kretanje pod vodom trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na površini.	128	3,62	0,61	71	3,89	0,86
7. Kretanje na leđima trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na prsima.	126	3,62	0,25	71	3,93	0,22
8. Nije važno „koliko daleko možeš plivati“ već „kako se pliva“.	126	3,50	0,00	70	4,20	0,41
9. Kompetencije kretanja u vodi od velike su važnosti u suvremenom načinu života.	127	3,53	0,27	71	3,83	0,70
10. Trebalo bi razvijati „lepezu“ pokreta u svim smjerovima i na sve načine.	127	3,94	0,01	70	4,09	0,08
11. Učenje pokreta u svim svojim oblicima (duž sagitalne, poprečne i uzdužne osi tijela) mogu spasiti život u situaciji utapanja.	128	4,35	0,04	71	4,25	0,03
12. Disanje, zadržavanje daha i kontrola disanja važne su sastavnice kompetencija kretanja u vodi.	127	4,51	0,01	71	4,65	0,00
13. Otvaranje očiju (gledanje ispod vode) od velike je važnosti za snalaženje u prostoru – medij voda.	126	4,04	0,02	71	4,32	0,43
14. Plivač je osoba koja ima dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi tj. da je sposobna nošenja s neočekivanim i nehotičnim potapanjem.	128	4,08	0,05	71	4,46	0,01
15. Znati se kretati u vodi znači obavljati skup kompetencija kretanja u vodi.	128	4,06	0,24	71	4,31	0,15

16. Plivanjem se smatra samo pitanje „ispravnog“ izvođenja plivačkog pokreta.	128	2,74	0,31	71	3,15	0,31
17. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi plivanje ne bi trebalo biti premještanje iz pozicije A u poziciju B.	128	3,14	0,54	70	3,60	0,36
18. Za znanje plivanja nije potrebno moći preplivati određenu metražu (25 m, 50 m...)	128	2,34	0,00	69	3,13	0,01
19. Za znanje plivanja potrebno je imati dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi.	128	3,88	0,00	70	4,29	0,34
20. Obrazovanje za sigurnost u vodi mora nastojati učiniti nastavu čim realnijom i autentičnijom.	128	3,95	0,00	70	4,30	0,01
21. Od velike je važnosti da se tijekom osnovnoškolskog obrazovanja provjere kompetencije kretanja u vodi kod svih učenika osnovnih škola Republike Hrvatske.	128	4,20	0,13	70	4,50	0,87
22. U suvremenom načinu života neophodno je svakoj osobi pružiti mogućnost da se nauči kretati u vodi.	128	4,43	0,24	70	4,51	0,41

N= broj ispitanika AS= aritmetička sredina p= statistička značajnost

Tablica 6 prikazuje rezultate razlika između odgovora studenata Kineziološkog fakulteta u Zagrebu te profesora osnovnih i srednjih škola Najveću statistički značajnu razliku (p) vidimo u tvrdnji broj 2 (KIFZG p= 0,01 PROF p= 0,97), a najmanju u tvrdnji broj 16 (KIFZG p= 0,31 EFZG p=0,31)

Tablica 7 rezultati Studentovog t-testa za varijable Ekonomski fakultet u Zagrebu i Profesori

TVRDNJE	EFZG			PROF		
	N	AS	p	N	AS	p
1. Pojam kompetencija kretanja u vodi sveobuhvatniji je od kompetencije plivanja.	189	4,17	0,01	71	3,87	0,09
2. Kretanje u vodi kao „osnovni pokret“ poput hodanja nešto je što se ne uči, već je dio razvoja.	189	3,48	0,76	71	3,31	0,97
3. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi treba obuhvatiti sve aspekte kretanja (naprijed, unazad, bočno, ispod površine vode).	187	4,36	0,06	71	4,51	0,93
4. Koncept stjecanja sposobnosti kretanja u vodi ili vladanje pokretima u vodi važniji je od samog ispravnog izvođenja plivačkog pokreta.	188	3,58	0,05	69	3,67	0,14
5. Kompetencije kretanja u vodi samo su dio „sigurnosti u vodi“ i moraju biti dio znanja i stavova svih programa (tečajeva).	189	4,13	0,11	71	4,03	0,86
6. Kretanje pod vodom trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na površini.	188	3,68	0,46	71	3,89	0,86
7. Kretanje na leđima trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na prsima.	186	3,76	0,08	71	3,93	0,22
8. Nije važno „koliko daleko možeš plivati“ već „kako se pliva“.	189	3,91	0,59	70	4,20	0,41
9. Kompetencije kretanja u vodi od velike su važnosti u suvremenom načinu života.	189	3,66	0,28	71	3,83	0,70
10. Trebalo bi razvijati „lepezu“ pokreta u svim smjerovima i na sve načine.	188	3,69	0,70	70	4,09	0,08
11. Učenje pokreta u svim svojim oblicima (duž sagitalne, poprečne i uzdužne osi tijela) mogu spasiti život u situaciji utapanja.	189	4,52	0,02	71	4,25	0,03
12. Disanje, zadržavanje daha i kontrola disanja važne su sastavnice kompetencija kretanja u vodi.	188	4,70	0,02	71	4,65	0,00

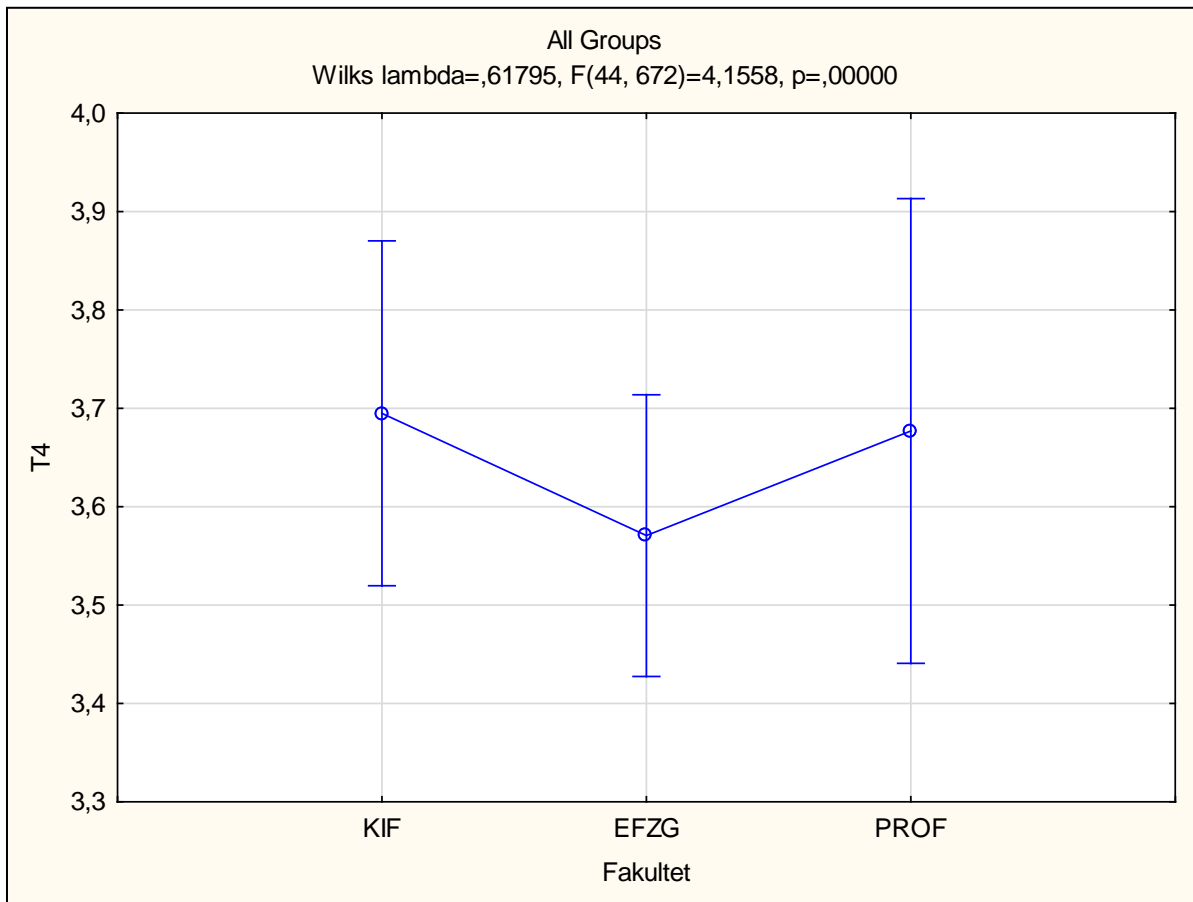
13. Otvaranje očiju (gledanje ispod vode) od velike je važnosti za snalaženje u prostoru – medij voda.	187	3,79	0,10	71	4,32	0,43
14. Plivač je osoba koja ima dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi tj. da je sposobna nošenja s neočekivanim i nehotičnim potapanjem.	189	4,28	0,14	71	4,46	0,01
15. Znati se kretati u vodi znači obavljati skup kompetencija kretanja u vodi.	189	4,17	0,77	71	4,31	0,15
16. Plivanjem se smatra samo pitanje „ispravnog“ izvođenja plivačkog pokreta.	189	2,86	0,88	71	3,15	0,31
17. Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi plivanje ne bi trebalo biti premještanje iz pozicije A u poziciju B.	189	3,08	0,04	70	3,60	0,36
18. Za znanje plivanja nije potrebno moći preplivati određenu metražu (25 m, 50 m...)	187	2,90	0,04	69	3,13	0,01
19. Za znanje plivanja potrebno je imati dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi.	188	4,18	0,75	70	4,29	0,34
20. Obrazovanje za sigurnost u vodi mora nastojati učiniti nastavu čim realnijom i autentičnijom.	189	4,31	0,40	70	4,30	0,01
21. Od velike je važnosti da se tijekom osnovnoškolskog obrazovanja provjere kompetencije kretanja u vodi kod svih učenika osnovnih škola Republike Hrvatske.	189	4,34	0,16	70	4,50	0,87
22. U suvremenom načinu života neophodno je svakoj osobi pružiti mogućnost da se nauči kretati u vodi.	189	4,53	0,90	70	4,51	0,41

N= broj ispitanika AS= aritmetička sredina p= statistička značajnost

Tablica 7 prikazuje rezultate razlika između odgovora studenata Ekonomskog fakulteta u Zagrebu te profesora osnovnih i srednjih škola. Najveću statistički značajnu razliku (p) vidimo u tvrdnji broj 3 (EFZG p= 0,06 PROF p= 0,93), a najmanju u tvrdnji broj 18 (EFZG p= 0,04 PROF p=0,01)

7.3.ANOVA

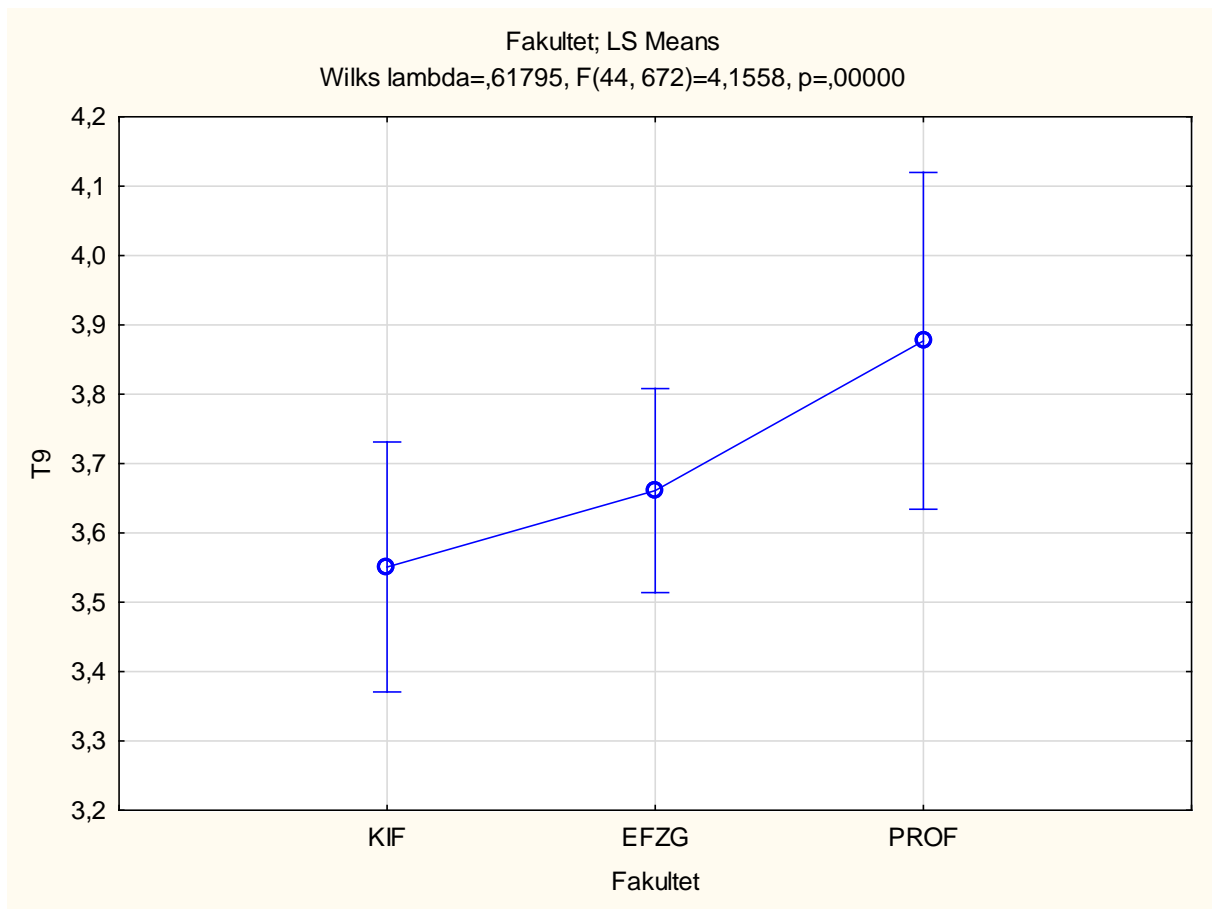
Graf 1 prosječne vrijednosti svih ispitanika za tvrdnju 4



KIF= KINEZIOLOŠKI FAKULTET, EFZG= EKONOMSKI FAKULTET, PROF= PROFESORI, T4= TVRDNJA 4

Graf 1 prikazuje rezultate tvrdnje broj 4 „Koncept stjecanja sposobnosti kretanja u vodi ili vladanje pokretima u vodi važniji je od samog ispravnog izvođenja plivačkog pokreta.“ , odnosno razlike u odgovorima ispitanika u navedenoj tvrdnji. Iz grafa možemo očitati kako su ispitanici Kineziološkog fakulteta imali najveću prosječnu ocjenu dok su ispitanici Profesori u ovoj tvrdnji imali najmanju prosječnu ocjenu.

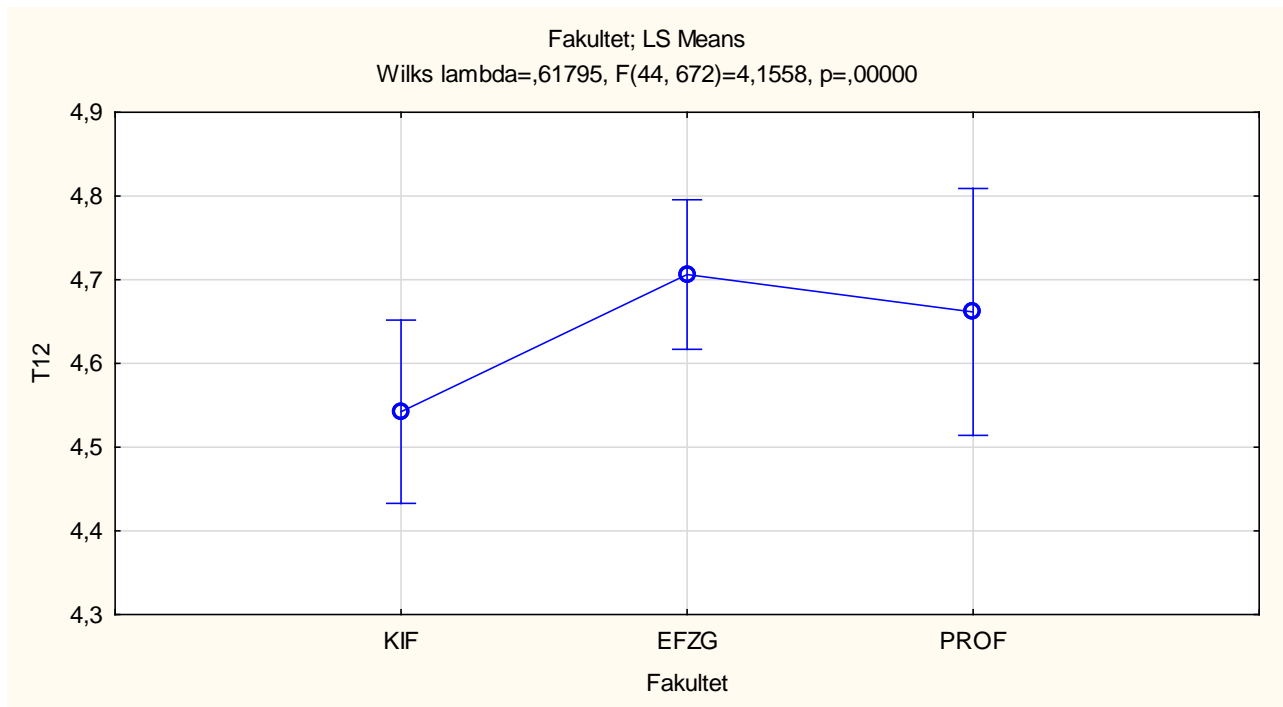
Graf 2 prosječne vrijednosti svih ispitanika za tvrdnju 2



KIF= KINEZIOLOŠKI FAKULTET, EFZG= EKONOMSKI FAKULTET, PROF= PROFESORI, T9= TVRDNJA 9

Graf 2 prikazuje stavove ispitanika za tvrdnju broj 9 „Kompetencije kretanja u vodi od velike su važnosti u suvremenom načinu života.“ Gdje vidimo kako ispitanici Profesori imaju najveću prosječnu ocjenu dok ispitanici Kineziološkog fakulteta u Zagrebu daju najmanje prosječne ocjene

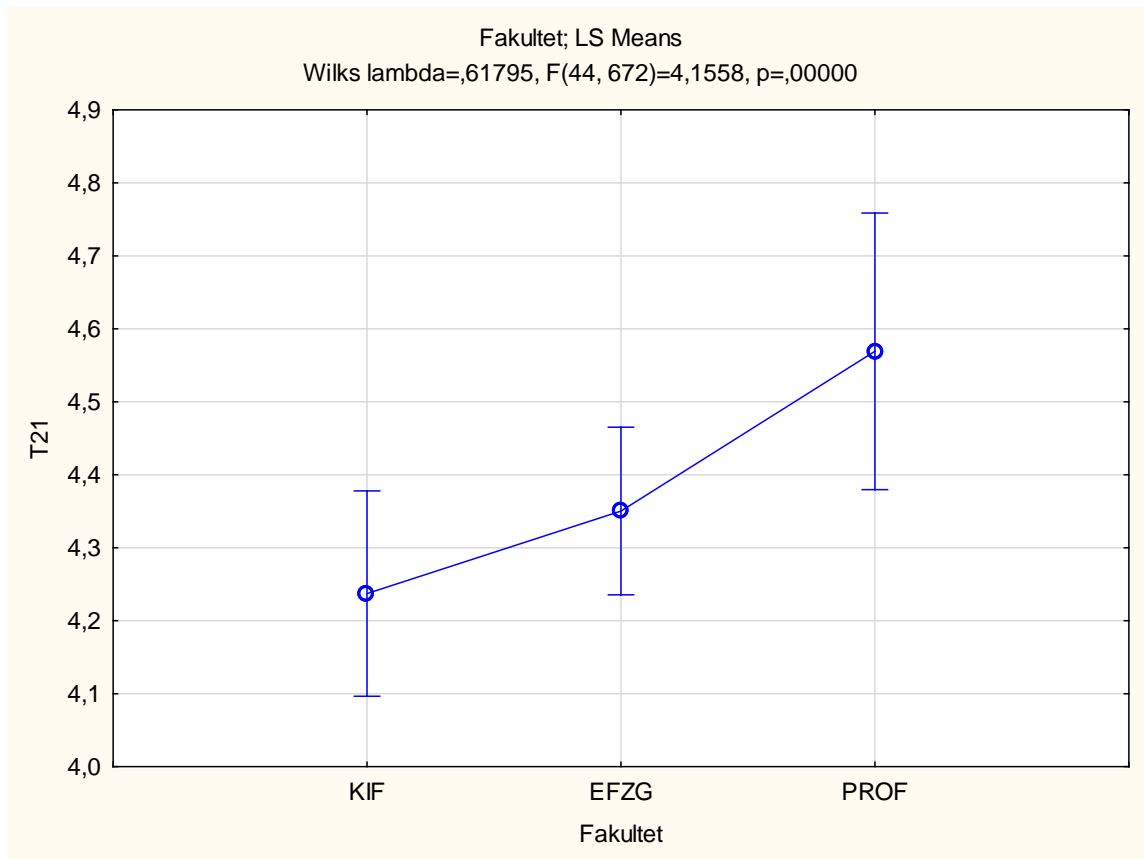
Graf 3 prosječne vrijednosti svih ispitanika za tvrdnju 12



KIF= KINEZIOLOŠKI FAKULTET, EFZG= EKONOMSKI FAKULTET, PROF= PROFESORI, T12= TVRDNJA 12

Graf 3 prikazuje rezultate ispitanika za tvrdnju broj 12 „Disanje, zadržavanje daha i kontrola disanja važne su sastavnice kompetencija kretanja u vodi.“ Gdje studenti Ekonomskog fakulteta u Zagrebu imaju najveću prosječnu ocjenu dok studenti Kineziološkog fakulteta imaju najmanju ocjenu.

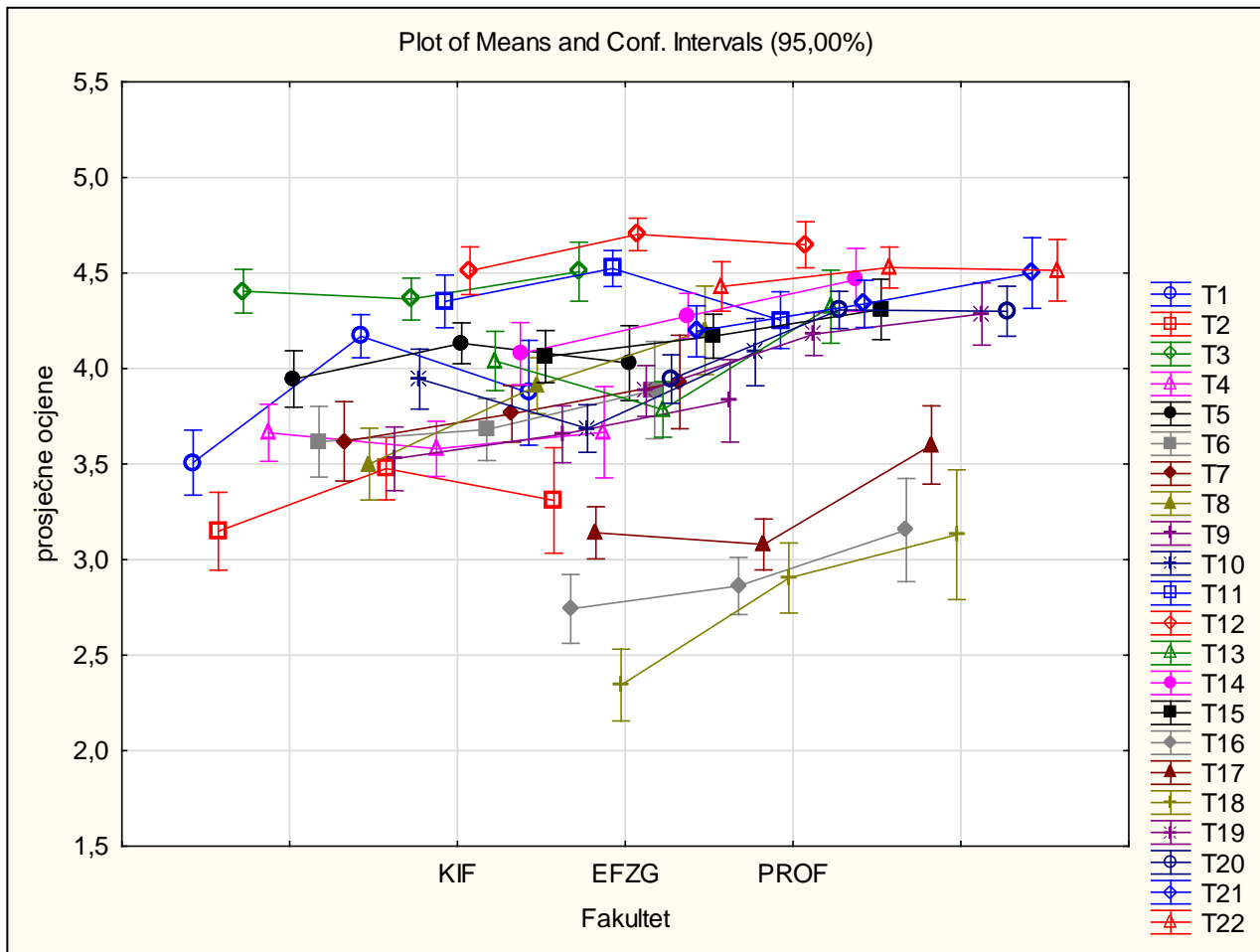
Graf 4 prosječne vrijednosti svih ispitanika za tvrdnju 21



KIF= KINEZIOLOŠKI FAKULTET, EFZG= EKONOMSKI FAKULTET, PROF= PROFESORI, T21= TVRDNJA 21

Graf 4 prikazuje rezultate za tvrdnju 21 „Od velike je važnosti da se tijekom osnovnoškolskog obrazovanja provjere kompetencije kretanja u vodi kod svih učenika osnovnih škola Republike Hrvatske.“ U kojem Profesori pokazuju najveće prosječne vrijednosti dok studenti Kineziološkog fakulteta u Zagrebu pokazuju najmanje prosječne vrijednosti za navedenu tvrdnju

Graf 5 prosječne vrijednosti svih ispitanika za sve tvrdnje



KIF= KINEZILOŠKI FAKULTET, EFZG= EKONOMSKI FAKULTET, PROF= PROFESORI

Graf 5. Prosječne vrijednosti svih ispitanika za sve tvrdnje navedene u anketi

8. RASPRAVA

S obzirom da su kompetencije kretanja u vodi vrlo važne u prevenciji utapanja od iznimne je važnosti pobuditi svjesnost opće populacije o tom problemu i pronaći načine kako educirati roditelje, adolescente, djecu i odrasle osobe. Cilj ovog istraživanja bio je dobiti uvid o razini svjesnosti o važnosti kompetencija kretanja u vodi, odnosno kako ispitanici različitih populacija utječu na opću svjesnost o važnosti kompetencija kretanja u vodi. Analizom rezultata deskriptivne statistike dobivene anketnim upitnikom može se vidjeti kako svi ispitanici imaju najveću prosječnu ocjenu ($AS=4,64$) u tvrdnji broj 12 (Disanje, zadržavanje daha i kontrola disanja važne su sastavnice kompetencija kretanja u vodi.), a najnižu prosječnu ocjenu imali su za tvrdnju broj 18 (Za znanje plivanja nije potrebno moći preplivati određenu metražu (25 m, 50 m...), ($AS=2,76$)). Prema rezultatima Studentovog t-testa ispitanici Kineziološkog fakulteta u Zagrebu najveću statistički značajnu razliku u usporedbi s ispitanicima Ekonomskog fakulteta u Zagrebu i Profesora pokazali su u tvrdnji broj 2 (Kretanje u vodi kao „osnovni pokret“ poput hodanja nešto je što se ne uči, već je dio razvoja.). u ostalim tvrdnjama ispitanici su imali različite rezultate (tablica 5, tablica 6, tablica 7). Istraživanje Stallman i suradnici (2017) temelji se na analiziranju kompetencija kretanja u vodi i kako znanje i posjedovanje određenih kompetencija utječe na prevenciju utapanja. Zaključili su da je znanje bilo koje od kompetencija (kretanje naprijed, kretanje unazad, kretanje na boku) jednako važno i da jednako može spasiti život, ali da je kompetenciju kretanja na boku potrebno još istražiti. U anketnom upitniku korištenom u ovome istraživanju tvrdnja broj 3 glasi „Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi treba obuhvatiti sve aspekte kretanja (naprijed, unazad, bočno, ispod površine vode)“ za koju je prosječna ocjena svih ispitanika bila $AS=4,40$. Ako gledamo pojedinačne rezultate ispitanika vidljivo je kako su profesori za ovu tvrdnju imali najveću prosječnu ocjenu od svih ispitanika ($AS=4,51$), ove rezultate možemo pripisati njihovom iskustvu i znanju koje posjeduju u usporedbi sa mlađom populacijom studenata.

Na tom tragu Olstad i suradnici (2021) u istraživanju govore kako je u Norveškoj edukacija plivanja i spašavanja života obavezna sastavnica tjelesnog odgoja. Proveli su intervju sa osobama koje su uključene u provođenje programa plivanja, nakon analize dobili su rezultat da samo 48% norveških nastavnika tjelesnog odgoja ima formalne kvalifikacije iz tjelesnog odgoja te se ispostavilo kako profesori tjelesnog nisu zainteresirani, odnosno da su sretni što ne moraju provoditi sate plivanja. Obzirom da se ovaj diplomski rad temelji na važnosti znanja plivanja

od najranije dobi te o dobrobitima uvođenja plivačkih programa u školski sustav, u anketi tvrdnja broj 21 (Od velike je važnosti da se tijekom osnovnoškolskog obrazovanja provjere kompetencije kretanja u vodi kod svih učenika osnovnih škola Republike Hrvatske.“) se referira na važnost znanja plivanja u osnovnoškolskom obrazovanju. Rezultati univarijantne analize varijance (ANOVA) pokazuju kako Profesori imaju najveće prosječne ocjene za navedenu tvrdnju, dok su studenti Kineziološkog fakulteta imali najmanje prosječne ocjene, što se može protumačiti iz grafa 4.

Kako bi se što bolje i učinkovitije provodile poduke neplivača s ciljem prevencije utapanja važno je imati standard prema kojemu se procjenjuje znanje plivanja djeteta stoga su Vogt i Staub(2020) svojom studijom imali za cilj razviti „alat“ za procjenu osnovnih vodenih vještina kako bi se lakše utvrdili stupnjevi znanja plivanja kod djece, te su zaključili kako je disanje jedna od najvažnijih kompetencija. U ovome diplomskom radu za tvrdnju koja se odnosi na važnost disanja (tvrdnja 12 „Disanje, zadržavanje daha i kontrola disanja važne su sastavnice kompetencija kretanja u vodi.“) dobiveni su slijedeći rezultati, studenti Ekonomskog fakulteta u navedenoj tvrdnji imali su najveću prosječnu ocjenu (AS=4,70) što je vidljivo u grafu 3.

Kao što je već navedeno vrlo je važno krenuti s podukom ne plivača već od najranije dobi kako bi bila što sigurnija u vodenom okruženju prema tome Stern i Thompson (2022) pišu kako su djeca u dobi od 1-4 godine pod najvećim rizikom od utapanja, a da nakon njih slijede adolescenti. Također govore o tome kako je vrlo važno podučavati djecu plivanju te da je Američka Akademija pedijatarata (eng. American Academy of Pediatrics) preporučila učenje plivanja već od prve godine života. Šiljeg (2016) prema Sindik, Boban (2016.) navodi: „ roditeljima se preporučuje dijete naučiti plivati s 4-6 god.jer je dijete znatiželjno i stabilno te želi zadovoljiti zahtjeve odraslih.“(str 63.) Od velike je važnosti podudaranje mišljenja svih stručnjaka u području plivanja i poduke ne plivača, kako bi se taj stav mogao što bolje promovirati i provoditi. Osim toga Šiljeg (2016) navodi: „ primarni cilj podučavanja plivanja u ranijoj dobi (od 2 do 4 god.) ne treba biti naučiti plivati već prihvatiti vodu kao medij kroz koji se može kretati, igrati i boraviti bez straha pri čemu stječe kontrolu nad vlastitim tijelom.“(str. 63.) Stav o važnosti snalaženja u vodi ispitivao se i kroz anketni upitnik pod tvrdnjom broj 4 „Koncept stjecanja sposobnosti kretanja u vodi ili vladanje pokretima u vodi važniji je od samog ispravnog izvođenja plivačkog pokreta.“ Za koju je prosječna ocjena svih ispitanika bila AS=3,62.

Mnoge druge države pa tako i Kina suočava se s problemima velikog broja utapanja mladih ljudi . Wenjing (2019) u svojoj studiji govori kako nesreća utapanja u Kineskim osnovnim i srednjim školama vrlo visoka te smatra kako je učenje plivanja u osnovnoškolskom i srednjoškolskom obrazovanju od iznimne važnosti. Također vidi problem u tome što sati plivanja od 40 minuta uzimajući u obzir 10 minuta za presvlačenje učenika, ukupno ostane 30 min za provođenje nastave plivanja što smatra da je premalo. Osim toga upozorava kako se djeca ne bi trebala igrati u blizini bazena ili gurati jedna druge u bazen jer to predstavlja iznimnu opasnost. Uzimajući u obzir navedene opasnosti koje su moguće u blizini vodenih medija može se zaključiti kako je u današnjem suvremenom svijetu od iznimne važnosti znati kretati se u vodi , stoga tvrdnja broj 9 „Kompetencije kretanja u vodi od velike su važnosti u suvremenom načinu života“ upravo govori o navedenom. Rezultate za navedenu tvrdnju mogu se interpretirati iz grafa 2 gdje profesori pokazuju najveću prosječnu ocjenu. Ovi rezultati bi se ponovno mogli pripisati znanju i iskustvu koje profesori posjeduju te drugačijem načinu razmišljanja od studenata koji osim što još trebaju proći edukaciju u području plivanja (studenti Kineziološkog fakulteta) trebaju i osvijestiti opasnost koju vodeni mediji nose pogotovo osobama koje su ne plivači.

Svjesnost je važna u svakodnevnom životu pa tako i u sportu. Prema Breivik (2013) “Postoji široka upotreba svjesnog mišljenja, koncepata, modela i reprezentacija, a važno mjesto imaju i svjesni oblici promišljanja, izbora i evaluacije.”(str.6) Ako svjesnost pogledamo iz druge perspektive, pretjerano razmišljanje ponekad može stvoriti dodatne probleme odnosno može nam odmaknuti fokus od zadatka. Uher i suradnici (2018) navode: „Intelekt mora biti nevezan vidjeti nešto novo. Ali većinu vremena naši umovi nisu otvoreni, vidjeti, promatrati, razumjeti.“ (str.3) Često nije lako otvoriti um i razumjeti neke stvari koje su nam nove i nepoznate te o njima promišljati. No kada su u pitanju važne informacije npr. smjernice kako smanjiti broj utapanja, od iznimne je važnosti što bolje razumjeti i prihvatiti sve načine kako bi se broj utapanja sveo na minimum. Naš um pamti radnje, osim onih dobrih pamti i one loše. Stoga Uher i suradnici (2018) navode: „Stanje uma je posljedica onoga što smo učinili ispravno ili pogrešno.“(str.3)

Ispunjavanje anketnog upitnika i dodjeljivanje ocjena za određene tvrdnje ovise o pojedincu i njegovom doživljaju i percepciji teme koja se ispituje a pretpostavlja se da u određenoj razini ovisi i o stečenom predznanju i educiranosti o navedenoj temi. To je moguće objasniti na način da studenti Ekonomskog fakulteta u Zagrebu tijekom svog akademskog školovanja nisu povezani sa domenom sporta te na taj način nisu educirani o važnostima tjelesne aktivnosti kao

i o važnostima kompetencija kretanja u vodi u usporedbi sa studentima Kineziološkog fakulteta u Zagrebu kojima se akademsko školovanje temelji na sportu i educirani su o svim dobrobitima i važnostima sporta i tjelesnog vježbanja, pritom je važno naglasiti kako studenti Kineziološkog fakulteta u Zagrebu koji su bili ispitanici ovog diplomskog rada nisu upisali kolegij „Metodika poučavanja plivanja“ i „Sportsko plivanje“. Ipak studentima još nedostaje potrebnog znanja, iskustva i rada u praksi kako bi još više osvijestili važnost stjecanja kompetencija kretanja u vodi. Profesori u svojem akademskom školovanju prolaze kroz predmete u kojima se spominjao sport, a polazi se od pretpostavke da ih većina ima djecu te da su ih upisivali na programe obuke neplivača što se može gledati kao svjesno i odgovorno ponašanje u vidu prevencije utapanja.

9. ZAKLJUČAK

Plivanje predstavlja jedan od bazičnih sportova te ima iznimnu važnost u spašavanju i smanjivanju rizika od utapanja. U današnje vrijeme poduke neplivača vrlo su dostupne i gotovo u svakom gradu u Hrvatskoj u kojemu ima bazenski kompleks održavaju se programi obučavanja plivanja. Također neki programi upisuju čak i djecu od 1 godine koji se zajedno s roditeljima kroz igru navikavaju na vodu i uče osnovne elemente održavanja i plutanja na vodi. Primjenom naučenih kompetencija kretanja u vodi djeca i odrasli mogu si spasiti život ukoliko dođe do situacije utapanja. Od iznimne je važnosti s podukama krenuti od najranije dobi te je poželjno kada bi se već u vrtićima moglo organizirati odlaženje na bazene i prolaziti s educiranim osobama kroz elemente poduke neplivača, te da se to nastavlja kroz osnovnu i srednju školu. Također u sklopu organiziranih odlazaka na bazen bilo bi poželjno održati edukaciju za roditelje kako bi ih se bolje upoznalo, upozorilo i pripremio na moguće opasnosti koje se nalaze u blizini svih vodenih površina ali i kako bi im se prikazalo i objasnilo da je znanje kretanja u vodi nužno za budućnost djece i mladih. Kako je npr. slučaj u Norveškoj gdje je plivanje obavezno u školama smatram kako bi to trebala postati praksa u svim državama s obzirom da se svake godine posebno tijekom ljetnih mjeseci suočavamo s velikim brojem utapanja što zbog ne pažnje ili nesretnih slučajeva. Moramo shvatiti kako nam je i svjesnost o ovoj temi kao i u svakodnevnom životu vrlo važna. Osim onih svjesnih radnji postoje i ne svjesne, tako Breivik (2013) navodi: „Nesvjesna odluka se donosi pola sekunde prije donošenja svjesne odluke. Mozak donosi odluku o tome kada treba djelovati, a naša svjesnost samo slijedi poput surfera koji prati rastući val.“ (str.11)

Na ovu temu provedena su brojna istraživanja i gotovo iz svakog se može zaključiti kako su kompetencije kretanja u vodi nužne u životu svakog čovjeka.

U ovome istraživanju također se spominju i profesori koji imaju iznimnu ulogu u odgajanju i educiranju djece te je njihov stav o važnosti znanja kretanja u vodi važan. Smatram kako bi buduća istraživanja trebala obuhvatiti veći broj profesora u osnovnim i srednjim školama te istražiti njihove stavove u vezi znanja plivanja i provođenja obuka neplivača kroz nastavu tjelesnog odgoja.

10. LITERATURA

- Breivik, G. (2013). *Zombie-like or superconscious?: a phenomenological and conceptual analysis of consciousness in elite sport*. *Journal of the Philosophy of Sport*, 40, 85-106
<http://dx.doi.org/10.1080/00948705.2012.725890>
- Chan, D. K. C., Lee, A. S. Y., Hamilton, K. (2020). *Descriptive epidemiology and correlates of children's swimming competence*. *Journal of sports sciences*, 38(19), 2253–2263.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1776947>
- Denny, S. A., Quan, L., Gilchrist, J., McCallin, T., Shenoi, R., Yusuf, S., Hoffman, B., Weiss, J., (2019). *Council on injury, violence and poison prevention Prevention of Drowning*. *Pediatrics*, 143(5), e20190850. <https://doi.org/10.1542/peds.2019-0850>
- Findak, V. (2008). *Antropološke, metodičke i stručne pretpostavke rada u obuci plivanja* Zbornik radova 10. Hrvatskog savjetovanja o obuci neplivača (str. 3-6). Zagreb: Hrvatski savez sportske rekreacije „Sport za sve“
- Grčić-Zubčević, N. (2016). *Praćenje i vrednovanje rada u području obuke neplivača-kriterij znanja plivanja u Republici Hrvatskoj*. Zbornik radova 14. Hrvatskog savjetovanja o obuci neplivača (str.7-9). Zagreb: Hrvatski savez sportske rekreacije „Sport za sve“
- Katchmarchi Bradley, A. (2017). *"A Delphi on Drowning Prevention Education Research"* (doktorska disertacija) College of Physical Activity and Sport Sciences, Morgantown, West Virginia
- Leksikografski zavod Miroslav Krleža. Laringospazam. *U Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje*. Pristupljeno 13.09.2022.
<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=35462>
- Matas, M. (2021). *Poticanje i razvoj učeničkih kompetencija za učenje – perspektiva srednjoškolskih nastavnika* (diplomski rad). Odjel za pedagogiju, Zadar
- Moran, K. (2013). *Defining „swim and survive“ in the context of New Zealand drowning prevention strategies* (doktorska disertacija), University of Auckland, New Zealand

- Olstad, B. H., Berg, P. R., Kjendlie, P.L. (2020). *Outsourcing Swimming Education—Experiences and Challenges*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(1), 6. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18010006>
- Petrić, V. (2018). *Obuka neplivača učenika u primarnoj edukaciji: razina kinantropoloških obilježja kao čimbenik uspjeha?* Zbornik radova 15. Hrvatskog savjetovanja o obuci neplivača (str.46-47). Zagreb: Hrvatski savez sportske rekreacije „Sport za sve“
- Reić Ercegovac, I. i Ljubetić, M. (2019). *Svjesnost u roditeljstvu majki i očeva djece različite dobi: Validacija hrvatske inačice upitnika. Psihologijske teme, 28 (2), 397-418.*
<https://doi.org/10.31820/pt.28.2.9>
- Rejman, M., Kwašna, A., Chrobot, M., Kjendlie, P. L., i Stalman, R. K. (2020). *Perceived Versus Real Swimming Skills of Adolescents Under Standard and Challenging Conditions: Exploring Water Competencies as an Approach to Drowning Prevention. International journal of environmental research and public health, 17(11), 3826.*
<https://doi.org/10.3390/ijerph17113826>
- Soldo, A. (2016). *Plivanje u predškolskom odgoju (završni rad). Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti, Sveučilište Juraja Dobrile u Puli*
- Stallman, R.K., Moran, K., Quan, L., Langendorfer, S. (2017). *From Swimming Skill to Water Competence: Towards a More Inclusive Drowning Prevention Future. International journal of aquatic research and education, International Journal of Aquatic Research and Education: Vol. 10: No. 2, Article 3.*
<https://doi.org/10.25035/ijare.10.02.03>
- Stallman, R., Moran, K., Brenner, R., Rahman, A. (2013). *Swimming and Water Survival Competence International Journal of Aquatic Research and Education: Vol. 10: No. 2, Article 2.* <https://doi.org/10.25035/ijare.10.02.02>
- Stern, A. M., Thompson, L. A. (2022). *What Parents Should Know About Drowning and Dry Drowning. JAMA pediatrics, 176(8), 830.*
<https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2022.1434>

Šiljeg K. (2016). *Što znači plivati?* Zbornik radova 14. Hrvatskog savjetovanja o obuci ne plivača (str 62-65) Hrvatski savez sportske rekreacije „Sport za sve“

Toner,J.,Moran,A. (2014). *In praise of conscious awareness: a new framework for the investigation of “continuous improvement” in expert athletes. National Library of Medicine ,Frontiers in psychology, 5, 769.*

doi: 10.3389/fpsyg.2014.00769

Uher,I., Cimboláková,I., Küchelová, Z., Cholewa,J., Kunicki,M., Kaško,D., Švédová,M. (2018). *The Awareness in Sports Performance. Jorunal of Physical Fitness,Medicine&Treatment in Sports 3(1): 555605.*

DOI: 10.19080/JPFMTS.2018.03.555605.

Vazdar,L.(2020). *Utjecaj plivanja na razvoj motorike kod djece predškolske dobi (diplomski rad). Kineziološki fakultet , Sveučilište u Zagrebu*

Vogt, T., Staub, I. (2020). *Assessment of basic aquatic skills in children:inter-rater reliability of coaches,teachers,students and parents Journal of Physical Education and Sport 20(2):577-583*

DOI:10.7752/jpes.2020.02085

W, Lei. (2019). *A Comparative Study on the Promotion Cases and Safety Guarantees of Swimming Classes for Primary and Middle School Students. 5th International Workshop on Education, Development and Social Sciences (IWEDSS 2019), 1420-1422 DOI: 10.25236/iwedss.2019.308 .*

World Health Organizationn(13.09.2022) *Drowning.* <https://www.who.int/campaigns/world-drowning-prevention-day/2022>

PRILOG 1

Poštovani,

Na Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu provodimo istraživanje o svjesnosti važnosti kompetencija kretanja u vodi. Rezultati istraživanja koristit će se u svrhu diplomskog rada. Ljubazno Vas molimo da upitnik pažljivo pročitate i ispunite. Za ispunjavanje će Vam trebati desetak minuta. Anketni upitnik je anonimn. Zahvaljujemo Vam na pomoći.

Studentica: Nada Sikra

Mentorica: doc.dr.sc. Dajana Zoretić

KOMPETENCIJE: U Oxfordovom engleskom rječniku iz 2003. godine kompetencije se objašnjavaju kao: imanje neophodnih znanja i sposobnosti nešto učiniti uspješno te kao skup povezanih znanja, stavova, vještina i drugih osobnih karakteristika koje utječu na glavni dio čijega posla.

Ocijenite na ljestvici od 1 do 5 svoje slaganje s napisanim tvrdnjama, pri čemu ocjena 1 označava **u potpunosti se NE slažem**, a ocjena 5 **u potpunosti se slažem**.

	U potpunosti se NE slažem	Uglavnom se NE slažem	Niti se slažem niti se ne slažem	Uglavnom se slažem	U potpunosti se slažem
1) Pojam kompetencija kretanja u vodi sveobuhvatniji je od kompetencije plivanja.	1	2	3	4	5
2) Kretanje u vodi kao „osnovni pokret“ poput hodanja nešto je što se ne uči, već je dio razvoja.	1	2	3	4	5
3) Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi treba obuhvatiti sve aspekte kretanja (naprijed, unazad, bočno, ispod površine vode).	1	2	3	4	5
4) Koncept stjecanja sposobnosti kretanja u vodi ili vladanje pokretima u vodi važniji je od samog ispravnog izvođenja plivačkog pokreta.	1	2	3	4	5
5) Kompetencije kretanja u vodi samo su dio „sigurnosti u vodi“ i moraju biti dio znanja i stavova svih programa (tečajeva).	1	2	3	4	5
6) Kretanje pod vodom trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na površini.	1	2	3	4	5
7) Kretanje na leđima trebalo bi biti jednako ugodno i učinkovito kao kretanje na prsima.	1	2	3	4	5
8) Nije važno „koliko daleko možeš plivati“ već „kako se pliva“.	1	2	3	4	5
9) Kompetencije kretanja u vodi od velike su važnosti u suvremenom načinu života.	1	2	3	4	5
10) Trebalo bi razvijati „lepezu“ pokreta u svim smjerovima i na sve načine.	1	2	3	4	5
11) Učenje pokreta u svim svojim oblicima (duž sagitalne, poprečne i uzdužne osi tijela) mogu spasiti život u situaciji utapanja.	1	2	3	4	5
12) Disanje, zadržavanje daha i kontrola disanja važne su sastavnice kompetencija kretanja u vodi.	1	2	3	4	5
13) Otvaranje očiju (gledanje ispod vode) od velike je važnosti za snalaženje u prostoru – medij voda.	1	2	3	4	5
14) Plivač je osoba koja ima dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi tj. da je sposobna nošenja s neočekivanim i nehotičnim potapanjem.	1	2	3	4	5
15) Znati se kretati u vodi znači obavljati skup kompetencija kretanja u vodi.	1	2	3	4	5
16) Plivanjem se smatra samo pitanje „ispravnog“	1	2	3	4	5
17) izvođenja plivačkog pokreta.	1	2	3	4	5

18) Iz perspektive kompetencija kretanja u vodi plivanje ne bi trebalo biti premještanje iz pozicije A u poziciju B.	1	2	3	4	5
19) Za znanje plivanja nije potrebno moći preplivati određenu metražu (25 m, 50 m...)	1	2	3	4	5
20) Za znanje plivanja potrebno je imati dobro razvijene kompetencije kretanja u vodi.	1	2	3	4	5
21) Obrazovanje za sigurnost u vodi mora nastojati učiniti nastavu čim realnijom i autentičnijom.	1	2	3	4	5
22) Od velike je važnosti da se tijekom osnovnoškolskog obrazovanja provjere kompetencije kretanja u vodi kod svih učenika osnovnih škola Republike Hrvatske.	1	2	3	4	5
23) U suvremenom načinu života neophodno je svakoj osobi pružiti mogućnost da se nauči kretati u vodi.	1	2	3	4	5

Spol (molimo, zaokružite): 1) Muško 2) Žensko 3) Ne izjašnjavam se

Puno hvala!