Odgojna uloga borilačkih vještina u Hrvatskoj

Strukar, Stjepan

Master's thesis / Diplomski rad

2018

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: University of Rijeka, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Rijeci, Filozofski fakultet u Rijeci

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:186:995663

Rights / Prava: In copyright

Download date / Datum preuzimanja: 2021-02-05

Repository / Repozitorij:

Repository of the University of Rijeka, Faculty of Humanities and Social Sciences - FHSSRI Repository
ODGOJNA ULOGA BORILAČKIH VJEŠTINA U HRVATSKOJ

diplomski rad

IME I PREZIME STUDENTA: Stjepan Strukar

STUDIJ: Izvanredni diplomski jednopredmetni studij pedagogije

MENTORICA: prof. dr. sc. Jasminka Zloković

Rijeka, 2018. godina
SADRŽAJ

SADRŽAJ ................................................................................................................................................. 2
SAŽETAK .................................................................................................................................................... 4
ABSTRACT .................................................................................................................................................. 5
UVOD .......................................................................................................................................................... 6
1. POJAM ODGOJA ..................................................................................................................................... 8
  1.1. Ciljevi odgoja .................................................................................................................................. 9
  1.2. Zadaci odgoja .................................................................................................................................. 9
  1.3. Metode odgoja .................................................................................................................................. 10
2. DOBROBITI TJELESNIH AKTIVNOSTI I ODGOJ .................................................................................... 11
3. AUTORITET I/ILI ODGOJITELJ U ODGOJNOJ ULOZI ........................................................................... 15
  3.1. Trener kao autoritet i odgojitelj ..................................................................................................... 16
4. BORILAČKE VJEŠTINE I BORILAČKI SPORTOVI ................................................................................ 17
5. ODGOJNA ULOGA BORILAČKIH VJEŠTINA .................................................................................... 19
  5.1. Odgojna uloga hrvanja .................................................................................................................. 19
  5.2. Odgojna uloga juda ....................................................................................................................... 23
  5.3. Odgojna uloga karatea .................................................................................................................. 28
  5.4. Odgojna uloga taekwondoa ......................................................................................................... 31
  5.5. Odgoj kroz ostale borilačke vještine ............................................................................................... 35
  5.6. Odgojna uloga trenera borilačkih vještina ..................................................................................... 37
6. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA ...................................................................................................... 38
  6.1. Ciljevi i hipoteze istraživanja ......................................................................................................... 38
  6.2. Uzorak istraživanja ....................................................................................................................... 39
  6.3. Metode, postupci i instrumenti istraživanja .................................................................................. 43
  6.4. Obrada podataka ............................................................................................................................ 44
7. ANALIZA I INTERPRETACIJA REZULTATA ISTRAŽIVANJA ............................................................. 45
  7.1. Mišljenja sportaša i trenera o odgojnoj ulozi borilačkih vještina ................................................ 45
    7.1.1. Mišljenja ispitanika o utjecaju borilačkih vještina na odgoj djeteta/mladog sportaša ................. 46
    7.1.2. Mišljenja ispitanika o utjecaju borilačkih vještina na formiranje djeteta/mladog sportaša kao svestrane ličnosti ........................................................................................................ 47
7.1.3. Stupanj (ne)slaganja ispitanika s ulogom borilačkih vještina u okvirima definiranih odgojnih odrednica

7.2. Mišljenja ispitanika o kvaliteti i učinkovitosti odgojne uloge trenera

7.2.1. Mišljenja ispitanika o važnosti odgojne uloge trenera

7.2.2. Mišljenja ispitanika o učinkovitosti odgojne uloge trenera

7.2.3. Primjenjivost i njegovanje odgojnih vrijednosti poučavanih od trenera kod djece/mladih sportaša u njihovom trenutnom životnom djelovanju

7.2.4. Primjenjivost i njegovanje odgojnih vrijednosti poučavanih od trenera kod djece/mladih sportaša u njihovom budućem radu i djelovanju

7.3. Odgojne metode trenera

7.4. Primjena stečenih odgojnih vrijednosti usvojenih putem borilačkih vještina od trenera u sportaševom radu i djelovanju

7.5. Dodatni komentari, prijedlozi i napomene ispitanika

7.5.1. Posebne prednosti borilačkih vještina u odnosu na druge vještine i sportove, koje su značajne za odgoj djece/mladih sportaša

7.5.2. Otežavajuće okolnosti i negativne strane borilačkih vještina u ostvarivanju odgojne uloge kod djece/mladih sportaša

7.5.3. Sve ostalo što ispitanici smatraju važnim za temu istraživanja

ZAKLJUČAK

LITERATURA

PRILOZI
SAŽETAK

Odgoj djece i mladih vrlo je složen proces. Postoji čitav niz čimbenika koji su uključeni u odgoj. Ciljevi, zadaci i metode odgoja moraju biti usmjereni na potpuni i pravilan psihofizički rast i razvoj svakog djeteta. Djeca i mladi stječu odgojne vrijednosti kroz različite aktivnosti u svom životu. U radu se govori o borilačkim vještinama kao tjelesnim aktivnostima koje donose mnoge dobrobiti u odgoju djece i mladih. Različitim je istraživanjima potvrđeno kako tjelesne aktivnosti pozitivno utječu na psihičko i tjelesno stanje mlade osobe. Postavlja se pitanje jesu li i borilačke vještine pozitivan oblik tjelesnih aktivnosti za odgoj djece i mladih. U radu se nalazi opći ili generalni razvoj borilačkih vještina koje su kroz povijest imale odgojnu ulogu i koje su u današnjem obliku izrasle u aktivnosti od značajnog odgojnog utjecaja na mladog čovjeka. Također se bolje razjašnjava razlika između borilačkih vještina i borilačkih sportova. Detaljnije se proučava odgojna uloga pojedinih borilačkih vještina kroz povijest. Ističu se najznačajnije odgojne vrijednosti koje proučavane vještine sadrže u svojim tradicionalnim oblicima. Prolazimo kroz tisuću godina staru tradiciju hrvanja i ističemo odgojni značaj koji susrećemo u pojedinim razdobljima. Dotičemo se najstarijih korijena juda, karatea i taekwodoa. Prikazujemo njihova načela po kojima funkcioniraju i danas. Uspoređujemo odgojne vrijednosti s odrednicama svake borilačke vještine. Proučavamo odgojnu ulogu trenera borilačkih vještina kroz povijest. U konačnici kroz istraživanje saznavamo što o odgojnoj ulozi borilačkih vještina misle današnji sportaši i treneri. Oni nam daju svoja mišljenja o odgojnoj ulozi borilačkih vještina. Sažnajemo i koliko je uloga trenera značajna u odgoju djece/mladih sportaša te kojim se to odgojnim metodama koriste treneri kako bi postigli nabolje odgojne rezultate. Istraživanjem dobivamo cjelovitu sliku o tome koje su odgojne vrijednosti sportaši usvojili kroz borilačke vještine te njeguju li oni i danas stečene vrijednosti i koliko im je to važno u životu. Uz sve navedeno, ovim radom ćemo prvenstveno saznati koje su to pozitivne, a koje negativne strane borilačkih vještina i imaju li značajnu odgojnu ulogu u Hrvatskoj.

Ključne riječi: borilačke vještine; borilački sportovi; odgoj; odgojna uloga; odgojne metode; sportaši; treneri; odgojitelj/autoritet
ABSTRACT

Education of children and young people is a very complex process. There are a number of factors involved in education. Goals, tasks, and methods of education have to be aimed towards the complete and proper psychophysical growth and development of each child. Children and young people gain educational values through various activities in their lives. The paper deals with martial arts as body activities that bring many benefits to the education of children and young people. Various studies have confirmed that physical activities have a positive influence on the psychological and physical condition of a young person. The question is whether the martial arts are a positive form of physical activity for the education of children and young people. What we find out through this paper is some common or general development of martial arts which have had an educational role throughout history, and which have grown into activities of today, that have a significant educational impact on a young man. It also better clarifies the difference between martial arts and martial sports. More specifically, the educational role of some martial arts through history is studied. They highlight the most important educational values that the studied skills contain in their traditional forms. We go through a thousand years old wrestling tradition and we emphasize the educational significance that we encounter in some periods. We approach the oldest roots of judo, karate, and taekwondo. We show their principles by which they function today. We compare educational values with the attributes of each martial arts. We study the educational role of martial arts coaches through history. Ultimately, through research, we know what the athletes and trainers think of the educational role of martial arts. They give us their opinions about the educational role of martial arts. We also find out how much the role of a coach is important in raising children / young athletes. We also learn which training methods trainers used to achieve the best educational results. The research gives us a complete picture of the athletes’ educational values gained through martial arts. We find out whether they still nurture the acquired values and how important it is for them in their lives. In addition to this, in this paper we will firstly find out which are the positive and the negative sides of martial arts and do they have a significant educational role in Croatia.

Key words: martial arts; martial arts as sports; education; educational role; methods of education; athletes; coaches; educator/authority
UVOD


---

1 Više informacija na: https://hr.wikipedia.org/wiki/Borila%C4%8Dke_vje%C5%A1tine
2 Gimnastika – naziv za tjelesno vježbanje u XVII. i XVIII. st. po uzoru na Antičku Grčku (Jajčević, 2010, 132)


Gledajući na dugu povijest pojedinih borilačkih vještina i navode pojedinih autora koji razjašnjavaju njihovu odgojnu ulogu lako bi bilo zaključiti da se ta odgojna uloga zadržala i danas. Međutim, moramo uzeti u obzir nedostatak relevantnih istraživanja i modernizaciju društva, a samim time i prilagodbu borilačkih vještina suvremenim zahtjevima. Stoga ne možemo sa sigurnošću reći da borilačke vještine imaju ikakvu odgojnu ulogu u današnjem društvu dok se taj fenomen detaljnije ne istraži. U ovome radu ćemo razjasniti dosadašnju odgojnu ulogu pojedinih borilačkih vještina, njihov razvoj i značaj kroz povijest te pokušati steći saznanja o značajnosti borilačkih vještina u odgojnom procesu djece i mladih koji su u njih uključeni.
1. POJAM ODGOJA

Još od postanka svijeta svaki se čovjek rađa kao jedinstveno biće. Svaki čovjek ima svoje jedinstvene tjelesne, intelektualne, moralne, estetske, radne i druge dimenzije koje ga obilježavaju. U skladu s time veliki broj autora koji se bave odgojnom znanosti ističu važnost tjelesnog, intelektualnog, moralnog, estetskog i radnog odgoja. Međutim, Matijević (2016)³ ističe kako se u današnjim pedagoškim literaturama uz navedeno dosta govori i o zdravstvenom, samozaštitnom, vjerskom, ekološkom, političkom, građanskom i socijalnom odgoju. Time se naravno cilja na područja čovjekovog razvoja i djelovanja na koja se želi utjecati kroz odgoj. Pred čovjeka se još od malih nogu postavljaju brojni odgojni čimbenici koji obilježavaju njegov razvoj do samostalne, pozitivne i društveno poželjne ličnosti. Odgoj se smatra društvenom pojmovom koja se javlja formiranjem čovjeka i društva kako navode Zaninović (1985, 7-10) i Opić i Matijević (2016)⁴.


1.1. Ciljevi odgoja

Pojedini autori stručno određuju ciljeve odgoja. Tako primjerice Šimleša (1971)⁶ navodi kako je cilj odgoja da individualitet preraste u svestrano razvijenu, slobodnu i humanu ličnost. Gudjons (1993, 153-155) kaže kako su ciljevi odgoja usmjereni na razvoj zrelosti pojedinca, sudioništvo i emancipaciju, ali i kako ciljevi odgoja mogu biti različito određeni ovisno o povijesnim, društvenim, gospodarskim i drugim promjenama i pogledima na sami odgoj. Bilić i Matijević (2016)⁷ ciljeve odgoja dijele na gospodarske, socijalne i psihološke, a njima ističu cjelovit rast i razvoj te samoostvarenje, kao i osposobljavanje za produktivan, ispunjen i kreativan život, prihvaćanje izazova budučnosti te konstruktivno sudjelovanje u zajednici. Vodeći se ovakvim stručnim određenjima ciljeva odgoja, a govoreći o odgoju u širem smislu, možemo slobodno reći da je glavni cilj odgoja kompletan razvoj psihomotoričkog, kognitivnog i afektivnog područja pojedinca. Naravno da se razvoj svakog pojedinca odvija kroz cijeli život i glavni cilj odgoja ne možemo shvatiti kao statičnu točku koju je potrebno i moguće dostići u tom smislu. Međutim, u ovome radu ćemo se baviti odgojnim procesom djece i mladih do njihove punoljetnosti, te možemo reći da postoji određena granica do koje bi ti mladi ljudi trebali dostići određene ciljeve ili se barem usmjeriti prema onom, gore navedenom „životnom” cilju odgoja.

1.2. Zadaci odgoja


---

okviru bioloških potreba; razvoj zajedništva u uređivanju okoliša, očuvanje prirode, zaštita životinja i sl. u okviru socijalnih potreba, te stavovi i uvjerenja o razmnožavanju ljudi i očuvanju života, preoblikovanju prirode i njezinu očuvanju i sl. u sklopu samoaktualizirajućih potreba. Socijalni odgoj uključuje: važnost rada, podjelu rada, spolne odnose, brak, rađanje i odgoj djece i dr. kao dio bioloških potreba; sposobnost dogovaranja, provedbe dogovorenog, prihvaćanje moralnih normi i sl. kao dio socijalnih potreba i osjećaj pripadnosti kolektivu, osjećaj sigurnosti, vlastite vrijednosti, doživljaj ljudi i dr. u okviru samoaktualizirajućih potreba. Humanistički odgoj u okviru bioloških potreba prepoznaje: spremnost na pomaganje starijima i nemoćnima, odgoj za mir i razoružanje i sl.; u sklopu socijalnih potreba: toleranciju, prihvaćanje različitosti, nenasilje, suradnju i dr., te kao dio samoaktualizirajućih potreba: razvoj pozitivne slike o sebi, ostvarenje svojih mogućnosti, samoaktualizaciju i sl. Odgoj i pogledi na njega se s vremenom mijenjaju, ali zadaci odgoja uvijek moraju biti usmjereni k ostvarivanju ciljeva odgoja.

1.3. Metode odgoja

Za ostvarivanje ciljeva i zadataka odgoja više autora navodi različita usmjerenja koja vode k željenom ishodu. Prema tome razlikujemo načela ili principe, strategije, metode, sredstva, pravila odgoja i sl. U djelu „Pedagogija“ urednika Pere Šimleše (1971) govori se detaljnije o načelima tjelesnog, intelektualnog, moralnog, estetskog te radnog i tehničkog odgoja, kao i čitavom nizu metoda sredstava i pravila odgoja. Matijević (2016) detaljnije razrađuje određena načela, strategije i metode odgoja. Templar (2012) u svom djelu „100 pravila odgoja“ vrši podjelu na deset cjelina. On predlaže pravila za očuvanje zdravog razuma, za zauzimanje pravog stava, pravila discipliniranja, pravila za poštivanje djetetove osobnosti, za odnose s braćom i sestrama, pravila za školu, pravila za tinejdžere i odraslu djecu, te pravila za krizne situacije. Slunjski (2014) u svojih devet stručno-popularnih priručnika iznosi čitav niz savjeta, pravila i odgojnih metoda kojima bi se roditelji, odgojitelji i učitelji trebali voditi kako bi dijete usmjerili k izgradnji zdrave, psihički stabilne, uspješne i u potpunosti samostalne osobe. Ona rješava pitanja kako djetetu pomoći da (p)ostane samostalno i odgovorno; da upozna svoje emocije i nauči njima upravljati; bude uspješno i razvija samopouzdanje; da (p)ostane kreativno i da se izražava jezikom umjetnosti; da (za)voli učenje

i školu; stječe prijatelje i razvija socijalne vještine; da bude pametno na različite načine i da (p)ostane tolerantno i razumijeva različitosti, te kako s djetetom razgovarati i razvijati kvalitetan odnos. Biddulph (2014a,b) prolazi kroz kompletan razvoj djeteta od njegovog rođenja do punoljetnosti. On razrađuje i praktičnim primjerima pokazuje što, kako, kada i zašto činiti da bi odgoj djeteta i mlade osobe bio pozitivan i kvalitetan. Dotiče se najznačajnijih pitanja u odgoju dječaka i djevojčica kao što su razlike između muških i ženskih mozgova, odnosi roditelja i djece, odnosi okoline i društva i djece, razvoj seksualnosti, djeca i slobodne aktivnosti (npr. sport), priprema za život odrasle osobe i dr.

Svaki autor za ostvarivanje kvalitetnog odgojnog procesa nudi nekakvu svoju viziju prema pozitivnom ishodu. Bez obzira radilo se o strategijama, načelima, postupcima, pravilima ili nečemu drugačijem bitno je da se odabere pozitivan smjer k ostvarivanju kvalitetnog odgojnog procesa. Objedinjujući sve gore predložene načine i pristupe, načela, metode i strategije pojedinih autora za potrebe ovoga rada koristit ćemo se terminom metode odgoja.

2. DOBROBITI TJELESNIH AKTIVNOSTI I ODGOJ

Gledajući kroz povijest, odgoj se razvijao i prilagođavao aktivnostima i djelovanjima u skladu s društvenim razvojem. Tako je u početku odgoj bio jednak za svu djecu, dok je kasnije bivao sve složeniji. Odgoj čovjeka u njegovim ranijim fazama se uglavnom vezao za dvije odrednice. Na prvom je mjestu bilo preživljavanje koje je podrazumijevalo osiguravanje osnovnih potreba i uvjeta za život kao što su hrana, piće, odjeća, smještaj i sl. Na drugom je mjestu bio opstanak i preživljavanje u okolini prepuno društvenih različitosti. U tom smislu podrazumijevaju se borba i ratovanje za bolju geografsku poziciju, za veću naklonost ljudi, za izvore prirodnih bogatstava (zalihe hrane, vode, energetskih izvora kao što su vodene struje/vodopadi ili ugljen, vrijednosna sredstava za trgovinu i razmjenu poput životinjskog krzna, metalnih ruda i sl). Kako bi čovjek kroz vrijeme preživio i sačkalao sve prepreke na koje je nailazio morao je biti sklon razvijanju i usavršavanju različitih vještina. Samim radom i djelovanjem čovjek se kroz svoj život bavio različitim tjelesnim aktivnostima. Nastale tjelesne aktivnosti postajale su svakodnevica u svim slojevima društva i vrlo značajan odgojni čimbenik kako govori Aydon (2012).


Cox (1998, 15-44) govori nešto više o utjecaju sporta na osobnost. On navodi više istraživanja koja dokazuju značajan utjecaj sporta na razvoj osobnosti. Međutim, po njemu je sport vrlo širok pojam, stoga napominje da je razvoj osobina osobnosti usko vezan za vrstu sporta kojim se netko bavi. Tako su primjerice sportaši koji se bave ekipnim sportovima anksiozniji, ovisniji, ekstravirtirani i žustro-objektivniji, ali manje senzibilno-maštoviti od sportaša iz individualnih sportova. Također sportaši koji se bave direktnim sportovima (ragbi, hrvanje, košarka) ističu se kao neovisniji i s manjom snagom ega od sportaša iz paralelnih sportova (odbojka, bejzbol i sl.).

Žugić (1996 i 1999) i Slunjski (2014) navode pojedine dobrobiti socijalizacijskog procesa koje djeca i mladi mogu ostvariti kroz igru i sportske aktivnosti. Djeca se uče vještinama i individualnim postignucima, spolnim podjelama uloga i osobnim potrebama, neovisnosti, emocijском izražavanju i mentalnim reakcijama. Lakše se međusobno upoznaju, razvijaju odnose i sklapanje prijateljstva. Zbližavaju se s neposrednim socijalnim okruženjem i suočavaju se sa zadaćama koje ih čekaju u budućnosti. Takvi primjeri su snalaženje s
nesuglasicama, interakcija, podnošenje zadirkivanja, traženje pomoći, suradnja, podnošenje neuspjeha, nošenje s uspjehom i dr.

Findak (1999) i Milanović (2010) smatraju kako se s dobrim planom i programom, ispravno odabranim metodičkim i organizacijskim oblicima rada i pravilno doziranim, raspodijeljenim i kontroliranim opterećenjem, te kontinuiranim praćenjem tjelesnog vježbanja kod djece i mladih mogu postići značajni odgojni, zdravstveni, moralni, ali i drugi efekti.

Milanović (2010) kao vrijednosti sportskih aktivnosti navodi razvoj poželjnog psihosomatskog statusa, poticanje čovjekove interakcije s okolinom, usvajanje, prihvaćanje i slijedećenje određenih pravila ponašanja, poticanje razvoja i regulacije emocija, omogućavanje društvene komunikacije, jačanje čovjekovih kapaciteta za suočavanje sa stresnim životnim situacijama i dr. Govoreći o sportskom treningu navodi njegove glavne zadaće koje uz ostalo podrazumijevaju i poboljšanje zdravstvenog statusa, podizanje razine kognitivnih sposobnosti, razvoj i održavanje pozitivnih osobina ličnosti, poticanje i razvoj intrinzične i ekstrinzične motivacije za rad, usvajanje određenih pravila i kodeksa ponašanja i dr.

Govoreći o tjelesnim aktivnostima, dosta se autora veže za sportske aktivnosti koje su se osim onog natjecateljskog dijela modificirale i u rekreativne i zabavne sadržaje, igre i druge aktivnosti. One kao takve također omogućuju mnoštvo dobrobiti za čovjekova. Vodeći se gore razmotrenim izvorima, iskustva i misli navedenih autora možemo vrlo lako povezati s pojedinim načelima tjelesnog, moralnog, zdravstvenog ili nekog drugog odgoja i prihvatiti da se kroz sportske aktivnosti i trening mogu razviti mnoge odgojne dobrobiti.

utjecaji sporta u određenim fazama razvoja djevojčica različiti. Djevojčice kroz sport u predškolskoj dobi najviše razvijaju samopouzdanje i osjećaju se slobodnije. U predadolescenciji su djevojčice po motoričkim sposobnostima izjednačene s djećacima te tada najviše zdravo izgrađuju i razvijaju svoje tijelo. Također u ovoj dobi značajno razvijaju svoje socijalne vještine i sklapaju prijateljstva, te dobivaju mogućnost kreativnog i umjetničkog izražavanja. U adolescenciji dosta djevojaka odustaje od sporta zbog svog prirodnog razvoja. Često im je neugodno zbog njihovih promjena i povlače se u sebe. Ali upravo je ovo razdoblje izrazito bitno kako bi djevojke zadržale svoje samopouzdanje, osjećaj pripadnosti, ispunjenosti i da se zdravo razviju, a sport im u tome svakako pomaže. Matijević (2016) govoreći o pedagogiji slobodnog vremena navodi i dobrobiti sportskog odgoja. Po njemu je djecu od najranije dobi važno pedagoški osmišljeno i uravnoteženo poticati na kretanje i zdrav sportski život. Slunjski (2014c,f,g) također navodi važnost bavljenja sportom u dječjoj i mladenačkoj dobi radi razvoja kinestetičke i logičko-matematičke inteligencije, sprječavanja neprilagođenog i delikventnog ponašanja, socijalizacije, stjecanja kontinuiranih radnih navika i održavanja zdravog načina života.

Više autora, osim pozitivnih odgojnih utjecaja, govori i o mogućim negativnim utjecajima tjelesnih aktivnosti i sporta na odgoj djece i mladih. Slunjski (2014); Templar (2012) i Budulph (2014) govore kako ni u čemu ne valja pretjerivati pa tako ni u bavljenju sportom. Često se dogodi da roditelji, odgojitelji ili treneri nisu sigurni što dijete želi ili su uvjereni da je ono što oni misle najbolje za njega. U tim slučajevima se može dogoditi da dijete uopće nema vrijeme za svoje djetinjstvo i vlastito ostvarivanje, nego je samo podređeno nametnutim obavezama. Dijete koje je preokupirano s više aktivnosti, sportskih grupa, sekcija, izvanškolskih edukacijskih grupa i sl. nikako ne može dobiti pozitivan odgoj. Takvo dijete uopće nema slobodu izražavanja i samo je podređeno autoritetu koji ga može negativno obilježiti za cijeli život. Ako odgojitelj misli da je dijete talent za nešto, a dijete je sasvim prosječno također može forsiranjem uništiti mladu osobu. Odgoj nije natjecateljski sport. Odgojitelji ne smiju upadati u zamke „velikih talenata“. Dijete treba pustiti da se samo izrazi što želi i što ga zanima, a ne mu nametati ono što netko subjektivno vidi u njemu. Slunjski (2014c) kaže da se djeca razlikuju i to treba shvatiti i poštovati. Neko dijete može biti više uspješno u nekom sportu, dok drugo dijete uopće nije za sport niti neke posebne tjelesne

aktivnosti i to je u redu. To treba prihvatiti. Sport može biti i sredstvo zabave gdje će dijete samo odlučiti koliko mu je takve aktivnosti dovoljno. Takav pristup zasigurno vodi k pozitivnim rezultatima odgoda. Dijetetu treba pomoći da pronađe ono u čemu je dobar i gdje se dobro i prirodno osjeća i poticati to. Samo tako se može pozitivno odgojiti mladu osobu.

3. AUTORITET I/ILI ODGOJITELJ U ODGOJNOJ ULOZI


Govoreći o odgojitelju možemo se vezati za Bilić (2016) koja u detaljnijoj rozradi odgoja ističe i važnost odgojitelja u odgojnom procesu. Ona se primjerice dotiče duhovno-znanstvenog pristupa odgoja u kojem odgajanik mora usvojiti spoznaje o svijetu, društvu i kulturi kako bi ih poslije mogao stvaralački oblikovati te stvarati nova znanja i sadržaje, a to nije moguće bez vođenja odgojitelja. Također, govoreći o emancipacijskom pristupu odgoju

usmjerenom na demokratizaciju društva ističe partnerski odnos i komunikaciju između odgojitelja i odgajanika kao neophodno za potpuno ostvarivanje odgojnog procesa. Uz navedeno razmatra i humanistički pristup gdje je odgojni proces fleksibilan odnos između odgojitelja i odgajanika koji ih oboje uvijek mijenja i glavna mu je funkcija poticanje rasta i razvoja ličnosti. Uloga odgojitelja se kroz povijest mijenjala. Tradicionalni odgojitelji su u svom djelovanju koristili položaj moći, oblikovali i prenosili znanja, vrijednosti i iskustva. Imali su dominantan odgojni utjecaj, jednosmjernu determinaciju razvoja i određivali su sadržaje učenja. Suvremeni odgojitelji u svom djelovanju koriste položaj jednakopravnosti, usmjeravaju razvoj, potiču i omogućuju učenje. Imaju višestruki odgojni utjecaj gdje sudjeluje više suodgojitelja, surađuju putem dvosmjerne komunikacije te daju djeci slobodu izbora sadržaja učenja ili zajednički s njima određuju sadržaje učenja. U oba slučaja odgojitelji poznaju ciljeve odgoja, ali s obzirom na to da se moralne, etičke, društvene i druge vrijednosti mijenjaju kroz povijest tako su i ciljevi drugačije usmjereni. Ista autorica još napominje kako pravi odgojitelj osim svojim zauzimanjem i usmjeravanjem dijeteta, mora utjecati i svojim primjerom. Naime, ako se odgojitelj zalaže za jedno i usmjerava dijete prema određenim vrijednostima, uči ga određenim pravilima i društvenim dobrotama, a on sam svojim postupcima ne poštuje to isto onda može imati samo negativan odgojni utjecaj na dijete.

Autoritet i/ili odgojitelj u odgoju može biti: otac, majka, brat ili sestra u obitelji; učitelj, nastavnik ili stručni suradnik u školi; prijatelji i poznanci iz društva u koje su djeca uključena; vjerski vođe i učitelji; sportski treneri, glazbeni i likovni učitelji, voditelji rekreativnih i zabavnih programa i drugi sudionici slobodnih aktivnosti i sl.

3.1. Trener kao autoritet i odgojitelj

Govoreći o tjelesnim aktivnostima i sportu možemo reći da veliki dio životnih aktivnosti djeteta sportaša zauzima trening. Samim time je za očekivati da i sportski treneri imaju važnu odgojnu ulogu. Oni imaju vrlo složene odgojne zadatke i o njima puno ovisi kako će sport utjecati na mladu osobu i u kakvu će osobu ona izrasti. Poznato je još iz antičke Grčke da su treneri i osobe koje su se brinule o tjelesnom odgoju mladića bili upravo pedagozi kojima je primarna uloga bila odgoj tih istih mladića (Jajčević, 2008, 149-156). Sportski treneri često su dominantne osobe u životu djeteta i nedvojbeno im predstavljaju uzore i osobe od povjerenja. Oni su često i autoriteti i odgojitelji koji dijete potiču na kvalitetniji i uspješniji rad, prenose mu iskustva i uče ga kako se nositi s pobjedama i porazima, kako se suočiti s


4. BORILAČKE VJEŠTINE I BORILAČKI SPORTOVI

Danas je teško definirati ili reći postoji li jasna granica ili razlika između borilačkih vještina i borilačkih sportova. Kako bi to sve bolje shvatili, prije svega razjasnit ćemo dvojbu ili poimanje borilačkih sportova i borilačkih vještina. Sport je općenito teško jednoznačno


S obzirom na ovako poimanje sporta, borilačke sportove ćemo također podrazumijevati pod iste kriterije. S druge strane, borilačke vještine bi podrazumijevale sustav vježbi temeljen na tradicionalnim načelima koja uključuju pripremu tijela i uma za borbu. Izvorne vrijednosti borilačkih vještina često možemo povezati s introvertnošću, iracionalnostima, trpljenjem, svakodnevnim napornim vježbanjem, skromnosti i ponižnosti, ljubavi prema životu onakvom kakav je, duhovnom smirenosti, ne pridavanju velike važnosti materijalnim dobrima, pridržavanjem etičkih i moralnih načela i sl. (Janjić i Gigov, 1979). Naravno da bi sa ovakvim određenjima borilačkih sportova i borilačkih vještina mogli gotovo bez poteškoća odvojiti jedne od drugih. Međutim, danas je takvo što vrlo teško jer se većina borilačkih vještina prilagodila sportskim vrijednostima i odrednicama. Prije svega tradicionalne borilačke vještine u svojim izvornim oblicima ne bi bile relevantan pokazatelj odgojne uloge koju ovdje želimo prikazati jer nemaju masovnost. Tradicionalne su borilačke vještine značajno utemeljeni korijeni današnjih oblika borilačkih sportova. Baviti se ili trenirati neki borilački sport danas u svakom slučaju podrazumijeva i trening, a vrlo često i izvorna načela određene borilačke vještine. Svaka borilačka vještina nije borilački sport, ali s druge strane, svaki borilački sport ujedno je i borilačka vještina.
5. ODGOJNA ULOGA BORILAČKIH VJEŠTINA


Pojedini autori kao što su Vučenik i Rebac (1989); Smit (2003); Stepan (2003); Drid, Obadov i Vujkov (2005) i dr. naglašavaju kako se kroz borilačke sportove osim tjelesnog razvoja pojedinca znatno utječe i na njegov psihički razvoj, odnosno razvoj osobnosti i izgradnju čovjeka kao kompletnog bića osposobljujući ga za uspjeha daljnji život i rad. Nadovezujući se na psihički razvoj čovjeka, a prvotno djeteta ili mlade osobe, ključnu ulogu odigrava odgoj. Kako bi imali bolji uvid u značajnost odgojne uloge borilačkih vještina, pojedine ćemo detaljnije razraditi.

5.1. Odgojna uloga hrvanja

ostalog govore i o *sumo* hrvanju. Naime, postoje pisani dokumenti iz 8. st. pr. Kr. u kojima se spominje kako je *sumo* hrvanje bilo poznato još u 23. st. pr. Kr. S vremenom se *sumo* toliko razvio da postaje čak i nacionalni simbol vojničke moći i prestiža. *Sumo* borci imali su poseban socijalni status i privilegije čak i od vladajućih institucija i pojedinaca.


Unatoč svemu navedenom, najznačajniji dokazi o važnosti hrvanja općenito i o odgojnoj ulozi hrvanja dolaze iz doba antičke Grčke odnosno iz doba antičkih Olimpijskih igara. U to doba antičke Olimpijske igre predstavljale su najznačajniji događaj u povijesti sporta antičke Grčke, kako navodi Jajčević (2008). Održavale su se svake četiri godine u peloponeskoj državici Elidi u svetištu Olimpiji, po kojem su i dobile ime. Postoji više legendi o nastanku Olimpijskih igara, a između ostalih jedna govori i o tome kako se sam bog Zeus hrvao s tovad vratnim bogom Kronom za vlast. Zeus je u tom hrvakom dvoboju pobijedio i u čast svoje pobjede odredio igre koje će se dalje odvijati kako je već povijesno zapisano.


Hrvači su kao i mnogi olimpijski sportaši u doba antičke Grčke u narodu smatrali uzorima i idealima, odnosno „miljenicima bogova“, a odgojne metode bile su usmjerene na izgradnju osobnosti što bliže tim idealima. Odgojem se djecu i mlade poticalo da postižu svoj maksimum i u intelektualnom i u tjelesnom smislu kako bi svoje vrline unaprijedili i time slijedili, pa čak i prestigl svoje uzore. Hrvanje i hrvački velikani su u tom cijelom procesu igrali vrlo važnu odgojnu ulogu dokle god je bilo Olimpijskih igara. Dolaskom rimskog doba Olimpijske igre, pa tako i hrvanje, postepeno gube odgojni značaj. Kod Rimljana su vladala


U srednjem vijeku hrvanje je djelomično ponovno počelo dobivati odgojni značaj. S obzirom na to da je u srednjem vijeku od tjelesnih aktivnosti najvažnije i najznačajnije bilo viteštvo i viteški turniri u tom pogledu prepoznajemo i hrvanje. Naime, jedino je viteštvo imalo izgrađen složeni sustav odgoja u kojem je tjelesno vježbanje imalo primarnu ulogu. U sklopu odgojnog procesa mladi budući vitez je od svoje pubertetske dobi pa sve do svoje zrelosti bio poučavan sedam viteških vrlina među kojima je jedna od njih bila i mačevanje s hrvanjem. Za vrijeme održavanja viteшкиh turnira postojala su i nadmetanja koja su organizirali građani među kojima se našlo i nadmetanje u hrvanju, kako navodi Jajčević (2010).

U renesansi se pojavom Jana Amosa Komenskog, po mnogima ocem moderne pedagogije, javljaju nove odgojne metode u kojima se kao dobrobiti tjelesnog, ali i moralnog odgoja navode pojedine tjelesne aktivnosti kao što su trčanje, skakanje, igre loptom i borbe koje su uključivale različite vrste borilačke igre. Ideje koje su začete u renesansni nastavile su se razvijati i u prosvjetiteljstvu i filantropizmu sve do sredine 19. st. Hrvanje se u odgojnom smislu u tom razdoblju održavalo kroz različite sredstva tjelesnih aktivnosti koji su provođeni u sklopu tadašnjih sustava školskog tjelesnog odgoja. Za te sustave zasluzni su pedagoški velikani toga doba kao što su J. Lock, J. J. Rousseau, B. Basedow, J. C. F Guts Muths, H. Pestalozzi i dr. kako navodi Jajčević (2010). Hrvanje se smatralo izvanrednim sredstvom tjelesnog odgoja, te je zbog toga i bilo uvršteno u školski program.

Krajem 19. st. i početkom 20. st. te ponovnom obnovom Olimpijskih igara hrvanje se u svijetu razvilo u tri smjera i to: profesionalno, amatersko i narodno hrvanje. Profesionalno hrvanje tada je počelo zahtijevati poseban režim prehrane, pravilno isplanirane i isprogramirane treninge i posebne uvjetne za treniranje što se hrvači iz narodnih načina i amaterski hrvači nisu mogli priuštititi. U samim počecima razvoja profesionalnog sporta hrvanje se treniralo uglavnom uz druge sportove snage kao što su dizanje utega, bacanje kugle, bacanje diska, potezanje užeta i sl. U tom periodu počinju se i osnivati hrvacki klubovi.

Hrvatska ništa ne kasni za svjetskim razvojem hrvanja. Naime, u pogledu tjelesnog odgoja u Hrvatskoj su se hrvačke vježbe prvotno učile u četvrtom razredu gimnazije da bi se kasnije
elementi hrvanja uveli u programe tjelesnog vježbanja u svim školama kao obvezna nastavna grada kako kažu Marić, Baić i Cvetković (2007). Odgojna uloga hrvanja se skroz do poslije II. svjetskog rata ogleda uglavnom u sadržajima školskih programa tjelesnog vježavanja. U hrvackim klubovima, teškoatletskim sekcijama i sličnim udruženjima odgojna uloga je manje značajna jer su članovi tih udruženja uglavnom stariji, odnosno punoljetni mladići. Međutim, veliki značaj u odgoju djece i mladih sportaša hrvanje dobiva nakon osnivanja prve hrvacke škole za dječake 1966. godine pri Savezu fizičke kulture Hrvatske s točno definiranim dvogodišnjim planom i programom rada koju osniva profesor Branimir Sviben. Od tada se počinju redovno održavati ljetne škole hrvanja za dječake koje obuhvaćaju dobne skupine kadeta, juniora, mladih i starijih senora. Također se od tada nizaju brojni uspjesi naših hrvaca na velikim svjetskim natjecanjima. To je samo još dodatno iniciralo da se učvrste temelji za razvoj hrvackog sporta u Hrvatskoj. Pristup radu s mladim hrvacima u potpunosti odgovara programima tjelesnog, ali i moralnog odgoja i socijalizacije, te se tako nastavlja provoditi do početka Domovinskog rata. U ratnom periodu 90-ih godina se nije značajno promijenila uloga hrvanja pa se i nakon rata sve do danas nastavlja kontinuirano raditi s mladim hrvačima u svim dobnim kategorijama. Porednini hrvatski hrvaci kao što su Josip Marić, Željko Pjaca, Vlado Lisjak, Čedomir Cvetković, Mario Baić i mnogi drugi su svojim radom i uspjehovima pridonijeli i potakli mnoge mlade sportaše da se formiraju kao svestrane ličnosti i pozitivno usmjeru u životu.

5.2. Odgojna uloga juda


15 Ronin – u povijesti Japana, lutajući samuraj bez svog gospodara koji to postaje zahvaljujući smrti istoga ili gubitkom privilegija od svog gospodara.
postavio. Prvo je načelo usredotočenja energije koje govori da se cijela psihička i tjelesna energija treba usredotočiti na zahvat koji se izvodi. Drugo je načelo neopiranja koje omogućuje osim vlastite snage korištenje i protivnikove protiv njega samog. Nakon toga, načelo pravog momenta govori kako tehniku treba izvesti u trenutku koji je najpovoljniji za njezino izvođenje. Sljedeće je načelo neravnoteže koje se vodi time da prije izvedbe neke tehnike treba protivnika uneravnotežiti tako da ne može uspješno promijeniti svoj položaj. Iza toga slijedi načelo najveće učinkovitosti koje kaže kako svaku tehniku treba izvesti na najbolji mogući način, a to se postiže samo dugotrajnim vježbanjem. I posljednje, ali možda nama i najvažnije je načelo etičnosti. Ono govori kako judaš izvan strunjače ne napada, nego se samo brani. Treba se s poštovanjem odnositi prema trenerima, suborcima i protivnicima i ponašati se s načelima poželjnim u društvenoj okolini.

„Uzdaj se i vjeruj u svoje sposobnosti. Radi brzo, gipko, striktno po principima juda, a nikada snagom; jer ako si jači, nije ti potrebna, a ako si slabiji, nikada je nemaš dovoljno. Jedino se tako može objasniti da slabiji može pobijediti jačega.”

Jigoro Kano

Judaši se već pri samom početku vježbanja juda moraju upoznati s osnovnim načelima, jer im to pomaže da judo uče bez velikih napora, da uživaju i budu zadovoljni s time što rade, te da lakše izgrade vlastita životna načela, kako kaže Kuleš (1991). Pojedini autori koji su se detaljnije bavili proučavanjem juda i odrednica koje je postavio Jigoro Kano s razlogom smatraju da je judo više od vještine i sporta. Same činjenice da je Jigoro Kano osmislio takvu borilačku vještinu kojoj je cilj da se mladi sportaši razvijaju tjelesno, moralno i intelektualno, te da judo početkom 20. st. postaje temeljem tjelesnog odgoja govore nam da ta borilačka vješćina može značajno utjecati na rast i sazrijevanje kao i na formiranje mladog sportaša kao svestrane ličnosti koji će se znati nositi sa životnim izazovima koji se postavljaju pred njega. Naravno da su takva postignuća moguća samo ako se pravilno i dobronamjerno slijede odrednice juda. Kuleš (1991) opisuje judo kao sustav tjelesnog i psihičkog odgoja. U tom pogledu on govori kako je osnovni smisao vježbanja i svrha juda skladan tjelesni i psihički razvoj čovjeka, stoga je jasno zašto judo u Japanu zauzima važno mjesto u sustavu tjelesnog odgoja u osnovnim i

---

srednjim školama te na fakultetima. U judu se koristi čitav niz složenih motoričkih pokreta te se vježbanjem istovremeno razvijaju sve motoričke sposobnosti i opravdano je pogodan za kompletan tjelesni razvoj djece/mladih sportaša. S tim se slaže i Sertić (2004) koji detaljnije razrađuje utjecaj juda na razvoj motoričkih sposobnosti (snaga, koordinacija, brzina, ravnoteža...) kao i funkcionalnih sposobnosti (aerobne, anaerobne...). Međutim, isti autor naglašava kako se kroz judo osim motoričkih i funkcionalnih sposobnosti razvijaju i kognitivne sposobnosti, te konativne osobine. Prema tome možemo reći kako nigdje ne dolaze do izražaja intelektualne sposobnosti pojedinca kao u direktnoj borbi čovjeka s čovjekom. Kognitivne (intelektualne) sposobnosti više dolaze do izražaja u nekom sportu što je on složeniji. Tako su u judu vrlo važne one intelektualne sposobnosti koje su odgovorne za prihvat, identifikaciju i organizaciju podataka, za rad centra za memoriju i centra za analizu podataka. Konativne osobine, odnosno crte ličnosti, u svim borilačkim sportovima, kao i u svim individualnim sportovima imaju dominantno mjesto. Kroz dugogodišnje treniranje i učenje juda, te prihvaćanje njegovih načela, svaka osoba formira se u dobro strukturiranu ličnost. Kako bi bili uspješni u treningu i natjecanju, judaši moraju imati izraženu agresivnost, ali isto tako dobru samokontrolu, snagu ega, snagu superega te snalažljivost. Ovako strukturirane ličnosti u odrasloj dobi imaju veliku šansu biti uspješni, pozitivno orijentirani i zadovoljni u daljnjem životu.

Uz gore navedeno, Kuleš (1991) dublje razrađuje i pojašnjava tezu odgojne uloge juda. On judo uspoređuje sa šahom jer se u njemu dvije osobe, osim specifično tjelesno, također nadmeću i intelektualno pokušavajući navesti jedna drugu na pogrešku. Intelektualne i motoričke sposobnosti u treningu i borbi u judu imaju jednaku važnost. Intelektualne sposobnosti se u judu razvijaju kroz više radnji kao što su predviđanje pokreta protivnika, sakrivanje svojih namjera, memoriranje pokreta, kretanja i situacija, taktičko planiranje, pronalaženje novih rješenja za uvijek nove situacije ili situacije u drugim uvjetima i sl. Trening i borba u judu zahtijevaju sto posto tjelesno i psihičko angažiranje. Vježbanjem juda formira se specifična struktura crta ličnosti radi kojih judaši ne mogu biti anksiozni i nekontrolirano agresivni. Kontinuirani trening ih čini hrabrima i sposobnima da se u svakom trenutku kontroliraju. Također, imaju jaku kontrolu vlastitih emocija srdžbe, tuge i veselja. Niti jedan iskusni judaš neće nakon borbe, bez obzira pobijedio ili izgubio ekspresno izražavati svoje emocije nekontroliranim pokretom ili glasom. On je naučen da dostojanstveno prihvatit poraz kao svoju slabost koju može nadoknaditi samo upornijim i
dalnjim radom. Isto tako će znati regulirati emocije i kad pobjedi, jer zna suosjećati s protivnikom. Trening i natjecanja su mjesta gdje se odgajaju mladi judaši. Norme ponašanja u judu su uvijek čvrsto određene. Održavanje čiste i uredne odjeće, pozdrav pri ulasku u dvoranu i kad se pristupa drugome, održavanje čistoće na strunjači, poštivanje starijih, pomaganje mladima, besprijekorna tišina pri vježbanju, poštivanje suca, protivnika i drugih osoba samo su neka od obilježja juda. Dugogodišnji pristup u poučavanju juda na takav način značajno se odražava i na ponašanje izvan strunjače, pa to postaju i životne navike i pravila prema kojima pravi judaši imaju male šanse da postanu ili budu osobe s delikventnim, nepristojnim ili neprilagođenim ponašanjem u stvarnom životu.


Judson može se baviti i muškarci i žene počevši već od šeste godine pa do poodomakle starije dobi. Trening juda može služiti kao rekreacija, a možemo se profesionalno baviti i uključivati u sustav natjecanja. Također, može služiti i kao sredstvo tjelesnog vježbanja i pripreme počevši od najranije dječje i mladenačke dobi kroz osnovnu i srednju školu u sklopu tjelesnog odgoja pa sve do institucija kao što su vojska i policija koje moraju imati visoki stupanj tjelesne spremnosti, psihičke stabilnosti i discipline. Judo može transformirati čovjeka i tjelesno i psihički, samo je pitanje na koji način će se usmjeriti i iskoristiti sve dobrobiti ovako vrijedne borilačke vještine.
5.3. Odgojna uloga karatea


klub Zagreb, prvi hrvatski karate klub. Nedugo nakon toga se osnivaju karate klubovi i na drugim područjima države, da bi danas gotovo svaki grad imao jedan ili više karate klubova, te veliki broj općina i naselja koji također imaju svoje klubove. Karate se u Hrvatskoj trenira u svim uzrastima, od najranije dječje dobi do najstarije veteranske dobi, a treniraju ga i muškarci i žene.

se na ono najvrjednije u odgoju djece/mladih sportaša kroz karate, a to je načelo etičnosti. Ono govori o ponašanju karataša na borilištu i izvan njega. Karataš poštuje pravila borbe, ne ozljeđuje namjerno protivnika u borbi, znanje stečeno na treningu ne zloupotrebljava izvan sportske dvorane, a koristi ga samo u krajnoj nuždi samoobrane. Karataš poštuje i uvažava starije osobe, učitelje i trenere. Dugotrajnim bavljenjem karateom od dječje ili mladenačke dobi svaki karataš navikne u potpunosti uvažavati ova načela.

Primjenjujući načela, gledajući bavljenje karatea kao odgojni proces možemo reći da karatašu ta ista načela postaju i niti vodilje u životu, a ne samo na treningu i u borbi. Karataš počinje na život gledati kao na borbu, a svaki izazov koji se postavlja pred njega nastoji riješiti primjenjujući karate načela koja su postala njegov stil života. S time se slažu i pojedini autori koji detaljnije razrađuju odgojnu ulogu karatea. Tako primjerice Vašinko (1980) i Smit (2001) navode cijeli niz pozdrava i pokazivanja poštovanja prema drugima, kao i niz drugih pravila koja čine osnovu ponašanja u karateu. Početi trenirati karate ujedno znači i početi stjecati nove navike u životu. Početi trenirati karate znači prihvaćanje zdravijeg načina života što uključuje uravnoteženu prehranu, dovoljno odmora i odustajanje od loših navika poput pušenja; vježbanje tijela radi bolje tjelesne spremnosti; poštovanje programa treninga koji zahtijeva posvećenost, stegu i odricanje; ustrajnost usprkos svemu. U borilačkim vještinama, pa tako i u karateu, disciplina je izrazito bitna. Stjecanje navika pozdravljanja pri ulasku u sportsku dvoranu, pri ulasku na strunjaču, naklon i pozdravljanje starijih i trenera kada im se prilazi u svakoj situaciji, pozdravljanje kolega na treningu i protivnika na borilištu, zajednički pozdrav učenika/mladih sportaša i trenera na početku i na kraju treninga, redoslijed ulaska i izlaska po starini i razini stečenog znanja (po pojasevima) u sportsku dvoranu i druge prateće prostorije kao što su svlačionica i tuše, skidanje obuće prije stupanja na borilište, skidanje nakita prije treninga, zabranjena konzumacija alkohola prije i za vrijeme treninga, zabranjeno pušenje i žvakanje žvakače gume za vrijeme treninga, nedopušteno prostačenje, loše ponašanje i svade, navika nošenja uvijek čiste odjeće i druga stroga higijenska pravila, sve su to pravila kojih se karataši navikavaju svakodnevno koristiti. Mnoge su i dobrobiti koje nam karate nosi kao primjerice povećanje samopouzdanja i zrelosti, poboljšanje izgleda tijela, snalaženje u svakodnevnim situacijama, razvoj unutarnje snage i ravnopravno korisiti. Mnoge su i dobrobiti koje nam karate nosi kao primjerice povećanje samopouzdanja i zrelosti, poboljšanje izgleda tijela, snalaženje u svakodnevnim situacijama, razvoj unutarnje snage i ravnopravne kojome se uči kako biti dobromamjeran i suočenacijan, zadržavanje samokontrole u svakoj situaciji, postavljanje i dostizanje ciljeva i mnoštvo drugih. I naravno da moramo shvatiti da krajnji cilj karatea nije pobjeda ili poraz u onom malom sportskom dijelu, odnosno borbi, nego poboljšanje osobnosti
onoga koji se njime bavi. Karate nam također nudi priliku susreta s kolegama sportašima, priliku stjecanja novih saznanja, priliku poticanja vlastitih postignuća, mogućnost stvaranja duha zajedništva. U tome svemu se ogleda smisao karatea. U cijelom tom odgojnom procesu kroz karate se uče i neka moralna načela. Tako Drid, Obadov i Vujkov (2005) navode i moralni kodeks karatea koji uključuje čast, vjernost, iskrenost, hrabrost, dobrotu i ljubaznost; skromnost i poniznost; pravednost, poštovanje i samokontrolu. Neke od tih vrijednosti su neophodne i u životu općenito. One čine duhovni sklop čovjeka koji se u modernom i ubrzanom načinu života često zna izgubiti. Primarni zadatak svakoga tko poučava karateu je da promiče moralna načela i da vlastitim primjerom utječe na druge.

Nije bitno koji stil karatea dijete/mladi sportaš počne trenirati. Svaki stil ima neke svoje specifičnosti koje ga čine jedinstvenim. Niti jedan stil karatea nije bolji od drugog. Svaki stil karatea, ako se trenira i poučava dovoljno dugo u skladu sa svojim najvrednijim odrednicama, trebao bi rezultirati pozitivnim odgojnim ishodom. Pri tome podrazumijevamo kontinuirani odgojni proces u kojem svaki mladi karataš izrasta u zrelu, razumn, stabilnu i pozitivnu ličnost.

5.4. Odgojna uloga taekwondoa

Povijest taekwondoa može se vezati, slično kao i razvoj karatea i ostalih borilačkih vještina u azijskim zemljama za događaje poput borilačkih disciplina antičkih Olimpijskih igara ili dolazak indijskog svećenika zvanog Bodhidharma u Kinu. Međutim, premda postoji velika sličnost između karatea i taekwondoa, ne možemo sa sigurnošću tvrditi da su te dvije vještine vezane za iste korijene. Nobilo (1987) navodi više povijesnih nalaza na području današnjih Koreja koje dijele poveznice s taekwondoom. Prema tome imamo freske na zidovima koje prikazuju kraljevske ratnike u pozicijama sličnim današnjoj taekwondo tehnici iz doba dinastije Koguryo I.-V. st. Također su nam poznata dva kamena reljefa u gradu Kyongju, prijestolnici Silla kraljevine (I. st. pr. Kr.), kao i knjiga o borilačkim vještinama (gađanje lukom i strijelom, mačevanje, tekyon i soo bak) koje su prethodile taekwondou koje je napisao Lee Duk Moo 1790. godine po narudžbi kralja Chongio iz Yi dinastije, a gdje je značajnu ulogu imala borba rukama i nogama bez upotrebe oružja. Postoji još niz tragova iz povijesti Koreja koje bi mogli povezati s taekwondoom, ali ne možemo sa sigurnošću tvrditi da je bilo koji od tragova imao više utjecaja od nekog drugog niti da je bilo koji trag imao uopće
utjecaja na razvoj današnjeg taekwondoa. Ono što im je zajedničko je samo stil borbe i pojedine tehnikе.


Na naše prostore taekwondo dolazi 1960-ih godina zahvaljujući korejskom instruktoru Park Sun Jaeu koji je održao prvi taekwondo seminar u Zagrebu. 1970-ih godina osnivaju se mnogi hrvatski taekwondo klubovi, a neki od najzaslužnijih ljudi za razvoj taekwondoa u Hrvatskoj su Božidar Podhraški, Nikola Pečko, Anto Nobilo i drugi. Hrvatska taekwondo reprezentacija od 1970-ih pa do danas nastupila je na mnogim natjecanjima svjetske razine i ostvarila niz vrlo dobrih rezultata, pa čak i onih olimpijske razine. Današnji taekwondo u Hrvatskoj i dalje vrlo uspješno djeluje pod obje svjetske organizacije (ITF i WTF), a zastupljenost klubova je gotovo po svim gradovima i velikom broju općina (Jajčević, 2010).

Ono što nas najviše zanima je odgojna uloga ove borilačke vještine. O tome detaljnije govore Pečko (1984) i Stepan (2003). Prema tome, taekwondo kao i svaka zdrava borilačka vještina poučava se u skladu s općim moralnim načelima. Krajnji cilj taekwondoa nije samo zadovoljavanje sportskog instinkta nego i buđenje svijesti o osobnim tjelesnim i moralnim mogućnostima kod djece/mladih sportaša, a ujedno ih time udaljivši od bilo kakvog oblika nasilja i nepravednosti. Upornim i redovnim bavljenjem taekwondoom mladi sportaš razvijaju svjesni nadzor nad svojim tijelom, a ujedno i nadzor nad samim sobom. Ispravno usmjerenim odgojem se prilikom vježbanja mladim sportašima pomaže u oblikovanju crta ličnosti ulijevajući im ujedno osjećaj reda, plemenitosti, skromnosti, samopouzdanja i hrabrosti. Osim učenja tjelesnih pokreta, taekwondo teži pozitivnom razvoju duha i oplemenjivanju osobne ljudske naravi kako bi se čovjek mogao iskreno posvetiti svome radu, sve dok njegov život i rad ne postanu jedno. Kako svako dijete/mladi sportaš napreduje u taekwondoOutdoor tako ima mogućnost i prelaska na viši stopnjeve (polaganje za viši pojaseve). Kod polaganja za viši pojaseve se osim tehničke pripremljenosti uzimaju u obzir i poštivanje općih etičkih i moralnih načela. Viši pojas se ne dobiva zbog sebičnosti i osjećaja moći, kao ni ako mladi sportaš ne zna prihvaćati pogreške i ne uvažava međusobno pomaganje. Sve se to kosi s moralnim i etičkim načelima pa onaj tko to ne prevlada ne može napredovati na viši stupanj. Težeći boljoj tehnički i višem stupnju sve teškoće treba nadmašiti radom i strpljenjem.

Propisanim ponašanjem na treningu, mladi sportaši počinju stjecati i životne navike primjenjujući ista pravila i izvan treninga. Postoji cijeli niz pravila kojima se djeca/mladi sportaši prilagođavaju u svom odgojnom procesu kroz taekwondo. Pečko (1984) tako navodi pravila za učitelje/trenere i učenike koje je kreirao sam Choi Hong Hi. Prema tome, treneri nikad ne smiju odustati od poučavanja i trebaju težiti da ga njegovi učenici nadmaše jer to

Bavljenjem taekwondoom osim tjelesnog rasta i razvoja pojedinca može se značajno utjecati i na intelektualni razvoj i sazrijevanje kao i na formiranje sportaša kao svestrane ličnosti koja
će se u budućnosti znati uspješno suočavati sa životnim izazovima. Sve ovisi na koji način primjenjujemo taekwondo u odgojnom procesu. Gore navedenim pravilima autori ukazuju na pozitivno usmjeravanje sportaša na zdrav način života, poštivanje moralnih i etičkih načela i kontinuirano cjeloživotno tjelesno i psihičko usavršavanje. Stepan (2003) i Spasović (2008) također taekwondo navode kao borilačku vještinu i sport kojim se mogu baviti svi ljudi neovisno o spolu i dobi, a da uz to mogu zadovoljiti potrbe za igrom i zabavom, rekreacijom, profesionalnim sportskim uspjehom, značajnim tjelesnim i intelektualnim unaprjeđenjem i sl.

Kako bi zaokružili cijelu priču, neophodno je navesti glavna načela taekwondo koja ističe Nobilo (1987), a kojima se vodio Choi Hong Hi pri samom kreiranju ovako vrijedne borilačke vještine, a ona su sljedeća: dobrota, poštenje, upornost, samokontrola i nesalomljiv duh.

5.5. Odgoj kroz ostale borilačke vještine

Osim gore navedenih borilačkih vještina moramo spomenuti da se u svijetu kroz povijest razvijao i čitav niz drugih borilačkih vještina. Najveći broj njih dolazi nam s azijskog kontinenta, a one nekako najutjecajnije za Europu, a onda i za Hrvatsku su japanske, kineske, korejske i tajlandske. Uz one već navedene, neke sa zvučnijim imenima za opću populaciju bile su: aikido i jiu jitsu iz Japana, thai chi i kung fu iz Kine, hapkido iz Koreje ili muay thai iz Tajlanda. Osim azijskih borilačkih vještina, na europskom kontinentu su se razvile ili izdominirale i druge kao što su mačevanje, streljaštvo, boks, te druge izvedenice i mješovite borilačke vještine, ako ih se tako može nazvati, kao što su kickboxing, francuski savate ili izraelski krav maga.

Jasno je da je iz povijesti svijeta obilježenog brojnim ratovima, sukobima, natjecanjima i nadmetanjima, igrama i zabavnim aktivnostima proizašao veliki broj borilačkih vještina i stilova čijim zaslugama se može pripisati razvoj pojedinih borilačkih vještina današnjice. Velika je vjerojatnost da ćemo svaku danas poznatu borilačku vještinu moći povezati s pojedinim vještinama i stilovima iz povijesti i reći da svaka ima duboke povijesne korijene. Naravno, da to sve ovisi o autoru ili povijesnom materijalu koji prezentira pojedinu borilačku vještinu i koji naravno želi prikazati kako je baš ono o čemu on pripovijeda ili poučava najdugovječnije, najuzinkovitije ili jednostavno najbolje. U kratkom pregledu povijesti za ostale borilačke vještine nadovezat ćemo se samo na one koje usporedivo najznačajnije dijelove.


„Olimpijske igre predstavljaju pedagošku manifestaciju, na kojoj se kao nekada, oko starog kulta, treba objediniti omladina s mišlju o zajedništvu naroda kao središnjoj točki i čiji se uspjesi stapaju s aktivnošću koja se ovom idejom izražava.“

„Pri tome je važno da športska natjecanja, koja su osnova ovih Igara, zadrže plemenitu i vitešku formu... time će šport zadržati značajnu ulogu u odgoju modernih naroda, takvu kakvu mu pripisuju stari grčki majstori.“

Pierre de Coubentin\(^\text{17}\)

Značajnije prethodnice pojedinih današnjih borilačkih vještina javljaju se najprije kroz prve tjelovježbene sustave od XV. stoljeća prema ranijoj povijesti. Jajčević (2010) jako dobro opisuje kako veliki mislioci, umjetnici i pedagozi u tim povijesnim razdobljima po uzoru na antičku povijest stvaraju svoja velika djela u kojima čovjek postaje središte zanimanja. U renesansni talijanski matematičar i pedagog Vittorino de Rambaldoni da Feltre u svom odgojnom zavodu „Knjažja radosti“ zalaže se za harmoničan razvoj tijela i duha. U svom odgojnom sustavu između ostalog primjenjuje hrvanje, mačevanje i gađanje lukom i strijelom kao odgojna sredstva. Češki filozof, pedagog i književnik Jan Amos Komensky kroz svoje odgojne metode zalaže se za redovito tjelesno vježbanje koje je uz ostalo uključivalo i

određene vrste borbi i borbenih igara. U tom pogledu, glavni ciljevi su mu bili održavanje zdravlja, usavršavanje tjelesnih sposobnosti, moralni odgoj i razvoj duha kod djece i mladih. U prosvjetiteljstvu i filantropizmu se javlja načelo odgoja u skladu s prirodom. Tako kod Johna Locke'a, Jean Jacues Rousseaua, Bernharda Basedowa, Johanna Heinricha Pestalozzia i drugih po uzoru na njihove prethodnike odgojne metode poput različitih borbi i nadmetanja, mačevanja, hrvanje i sl. pronalaze svoje mjesto. Nakon ovih razdoblja veliku ulogu u odgoju djece i mladih donosi nam Pierre de Coubertin sa svojim zalaganjem koje rezultira stvaranjem i razvojem modernog olimpijskog pokreta u 19. i 20. st. U okvirima olimpijskog pokreta su i pojedine borilačke vještine pronašle svoje mjesto. Neke od njih su kasnije izrasle u masovne svjetske sportove sa značajnom brojkom djece i mladih uključenih u dugogodišnji trenažni i odgojni proces. S druge strane, neke borilačke vještine nisu uspjele pronaći svoje mjesto u okvirima olimpijskog pokreta, ali su se po uzoru na one „masovnije“ pokazale kao vrijedna odgojna sredstva kod djece i mladeži.

U Hrvatskoj su se osim već opisanih borilačkih vještina do danas razvile i druge borilačke vještine koje vjerojatno imaju značajnu odgojnu ulogu. To su primjerice mačevanje, streljaštvo, boks, jiujitsu, hapkido, savate, kickboxing i dr. Međutim, za potrebe ovoga rada odabrali samo one borilačke vještine za koje smo bili sigurni da su rasprostranjene po većini županija u RH i koje sigurno uključuju sve dobne uzraste djece i mladeži. Prema tome ove druge borilačke vještine nećemo detaljnije razrađivati pojedinačno, ali ćemo se u dalje prikazanim rezultatima istraživanja nadovezati na ispitanike iz istih smatrajući ih skupno pod „ostale“ borilačke vještine.

5.6. Odgojna uloga trenera borilačkih vještina

Kod glavnih voditelja, učitelja ili trenera borilačkih vještina kroz povijest između ostalog javlja se i naglašena odgojna uloga. Naime, oni su uglavnom bili plemenski vođe i ujedno najiskusniji i naj sposobniji u društvenim skupinama. Oni nisu bili samo učitelji borilačkih vještina, nego su svojim radom i djelovanjem imali značajnu odgojnu ulogu svakog djeteta, te bitno utjecali na razvoj kompletne ličnosti. Takve opise možemo pronaći kod više autora koji govore o povijesti borilačkih sportova kao što su primjerice Janjić i Gigov (1879); Nobilo (1987); Marić (2005); Jajčević (2010) i dr. Današnji treneri borilačkih vještina često koriste odgojne metode temeljene na starim tradicionalnim zakonima i pravilima borilačkih vještina. Takvim pristupom u radu s djecom, treneri u borilačkim vještinama mogu imati značajnu
odgojnu ulogu kod djece i mladih, a djeca s druge strane kroz takav odgojni rad mogu izgraditi dimenzije ličnosti koje će ih pratiti cijelog života. Ostvaruje li se takva značajna uloga zaista pokušat ćemo saznati kroz dalje opisano istraživanje.

6. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA

U ovom radu bazirali smo se na borilačke vještine koje kroz svoj povijesni razvoj imaju odgojna obilježja, a poznato nam je da su zastupljene u Hrvatskoj u svom djelovanju kroz sve sportske i dobne kategorije (od najranije dječje dobi do najstarije zrele dobi). Takav pristup je vrlo bitan za ostvarivanje ciljeva istraživanja jer se, uz odgojnu ulogu borilačkih vještina, preispituje i odgojna uloga trenera te odgojni čimbenici i njihov utjecaj na mlade sportaše.

6.1. Ciljevi i hipoteze istraživanja

Glavni cili:

➤ Procijeniti odgojnu ulogu borilačkih vještina u Hrvatskoj

U skladu s glavnim ciljem istraživanja prihvatit ćemo nultu (H0) ili alternativnu (H1) hipotezu:

➤ H0 – borilačke vještine u Hrvatskoj nemaju značajnu odgojnu ulogu
➤ H1 – borilačke vještine u Hrvatskoj imaju značajnu odgojnu ulogu

Specifični ciljevi:

1. Ispitati mišljenja sportaša koliko je odgojna uloga borilačkih vještina bila značajna za njih;
2. Ispitati mišljenja sportaša koliko je odgojna uloga trenera borilačkih vještina bila značajna za njih;
3. Utvrditi koliko sportaši u svom životu primjenjuju odgojne vrijednosti stečene kroz borilačke vještine;
4. Ispitati mišljenja trenera borilačkih vještina u Hrvatskoj o značajnosti odgojne uloge borilačkih vještina;

5. Ispitati mišljenja trenera borilačkih vještina u Hrvatskoj o kvaliteti i učinkovitosti vlastite odgojne uloge;

6. Definirati koje su to odgojne metode za koje se zalažu današnji treneri borilačkih vještina u Hrvatskoj.

6.2. Uzorak istraživanja

Uzorak istraživanja činilo je ukupno 157 ispitanika od čega su 102 punoljetna sportaša koji su se bavili ili se još uvijek bave borilačkim vještinama i 55 trenera borilačkih vještina u Hrvatskoj. Istraživanje je uključivalo 5 grupa borilačkih vještina i to: hrvanje, judo, karate i taekwondo kao zasebne grupe, te ostale borilačke vještine kao objedinjena grupa. Ispitanici se još razlikuju kroz kategorije spola, dobi, županije sportskog/trenerskog djelovanja, te godine radnog staža trenera i godine i početak aktivnog bavljenja borilačkom vještinom kod sportaša.

Grafikon 1. Ispitanici

Grafikon 2. Ispitanici po borilačkim vještinama

Grafikon 1. prikazuje relativne odnose ispitanika u dvije osnovne grupe. Prema tome, vidimo da je ukupan broj ispitanika činilo 65% sportaša i 35% trenera. Raspodjeljujući ih u grupe po borilačkim vještinama (Grafikon 2.) istraživanju je od ukupnog broja pristupilo 17% ispitanika iz hrvanja, 20% iz juda, 17% iz karatea, 34% iz taekwondoa i 12% ispitanika iz ostalih borilačkih vještina, a koje su uključivale boks18, kickboks19, jiu jitsu20 i mješovite

18 Više informacija na: https://hr.wikipedia.org/wiki/Boks
19 Više informacija na: https://hr.wikipedia.org/wiki/Kickboks
20 Više informacija na: https://hr.wikipedia.org/wiki/D%C5%BEiju-d%C5%BEicu i https://hr.wikipedia.org/wiki/Brazilski_d%C5%BEiju-d%C5%BEicu
borilačke vještine (engl. MMA) 21. Moramo napomenuti da je značajan broj ispitanika (41%) djelovao istovremeno ili naizmjene u više borilačkih vještina. Prema tome, uz osnovnu borilačku vještinu kojom se vode u istraživanju 25% ispitanika je djelovalo u još jednoj dodatnoj, dok ih je 11% djelovalo u dvije borilačke vještine uz osnovnu, a 5% ih je djelovalo u čak tri ili više borilačkih vještina uz osnovnu.

Gledajući pojedinačno sportaše i trenere po borilačkim vještinama kako je prikazano u Grafikonima 3. i 4. uočavamo slične odnose. Najveći broj ispitanika je iz taekwondoa (34% sportaša i 31% trenera), zatim iz juda (20% sportaša i 22% trenera), hrvanja (18% i 15%), karatea (17% i 18%) i najmanje iz ostalih borilačkih vještina (11% sportaša i 14% trenera).

S obzirom na spol, 75% ispitanika iz kategorije sportaša su muškarci, a 25% žene dok je čak 82% trenera muškaraca, a tek 18% žena (Grafikoni 5. i 6.).

21 Više informacija na: https://hr.wikipedia.org/wiki/Mje%C5%A1ovite_borila%C4%8Dke_vje%C5%A1tine
Ispitanici se po dobi razlikuju kako je prikazano u Grafikonima 7. i 8. Najveći je broj ispitanika sportaša starosne dobi od 18 do 30 godina (89%), manji dio od 31 do 40 godina (8%) dok je tek neznamenit broj onih od 41 do 50 godina (2%) i od 51 godine i stariji (1%). Najveći broj trenera ima od 18 do 30 godina (55%), zatim od 31 do 40 godina (16%) kao i od 41 do 50 godina (16%) i najmanje onih od 51 godine i stariji (13%). Najmladi ispitanici imaju 18 godina u grupi sportaša i 19 godina u grupi trenera. Najstariji ispitanik sportaš ima 51 godinu, a trener 61 godinu. Sportaši u prosjeku imaju 25.41 godinu dok su treneri u prosjeku stariji oko 9 godina i imaju prosječno 34.85 godina.

Istraživanje je obuhvatilo ispitanike iz 16 županija Republike Hrvatske uključujući i Grad Zagreb. Međutim, najveći broj ispitanika djeluje u tek tri ili četiri županije. U Grafikonima 9. i 10. možemo uočiti rasprostranjenost ispitanika po županijama. Najveći broj ispitanika...
djeluje u Gradu Zagrebu (33% sportaša i 40% trenera), Vukovarsko-srijemskoj županiji (27% sportaša i 13% trenera) i Zagrebačkoj županiji (14% sportaša i 22% trenera). Značajan broj ispitanika trenera djeluje i u Brodsko-posavskoj županiji (9%). U ostalim županijama koje nisu poimence navedene djeluje 26% ispitanika sportaša i 16% ispitanika trenera. Ispitanici koji djeluju u ostalim županijama uključuju Krapinsko-zagorsku, Sisačko-moslavačku, Karlovačku, Bjelogrsko-bilogorskog, Primorsko-goransku, Virovitičko-podravsku, Zadarsku, Osječko-baranjsku, Šibensko-krinsku, Splitsko-dalmatinsku, Istarsku i Dubrovačko-neretvansku županiju. Broj ispitanika iz svake pojedine županije koja je navedena pod ostale ne iznosi više od 5% te nije detaljno prikazan nego je objedinjen u kategoriju ostalih županija.

Ispitanici su s obzirom na staž raspodijeljeni u pet kategorije kako je prikazano u Grafičkim 11. i 12. Prvu kategoriju obuhvaćaju ispitanici do 5 godina staža, drugu od 6 do 10, treću od 11 do 15, četvrту od 16 do 20 i petu od 21 godine i više staža. Najviše ispitanika sportaša (32%) aktivno se bavi određenom borilačkom vještinom 11 do 15 godina, zatim 26% njih 6 do 10 godina, 25% njih 16 do 20 godina, 9% njih 21 godinu i duže i 8% ih se bavi određenom borilačkom vještinom do 5 godina. Najviše ispitanika trenera (45%) aktivno djeluje u borilačkim vještinama do 5 godina, zatim 22% njih 6 do 10 godina, 11% njih 11 do 15 godina, 7% njih 16 do 20 godina, a 15% ih u borilačkim vještinama djeluje 21 godinu i duže. Najkraći staž sportaša je 1 godina, a trenera 2 godine. Najduži staž sportaša je 32 godine, a trenera 42 godine. Prosječni staž sportaša je 13.40 godina, a trenera 11.29 godina. Sportaši su se najranije počeli baviti s određenom borilačkom vještinom već u dobi od 3 godine, a najkasnije sa 16 godina. Prosječna životna dob u kojoj se sportaši aktivno uključuju u bavljenje borilačkim vještinama je 9.97 godina.
6.3. Metode, postupci i instrumenti istraživanja

Sukladno postavljenim ciljevima i utvrđenim hipotezama, a zbog složenosti fenomena odgoja, u ovom istraživanju se koristio kombinirani (kvantitativni i kvalitativni) opći metodološki pristup.

Na osnovi postavljenog metodološkog pristupa u ovom istraživanju se koristila metoda studije dokumentacije i anketa. Studija dokumentacije je podrazumijevala proučavanje stručne literature iz područja pedagogije, sporta (povijesti sporta, razvoja i obilježja borilačkih vještina/sportova kao i tjelovježbenih sustava i treninga), psihologije, sociologije i povijesti.

Za potpunu realizaciju ovog istraživanja primijenjen je postupak anketiranja. Isključivo u svrhu ovog istraživanja kreirani su sljedeći instrumenti:

- Anketni upitnik odgojnih čimbenika kod mladih sportaša u borilačkim vještinama u Hrvatskoj (upitnik u Prilogu 1.)
- Anketni upitnik odgojne uloge trenera borilačkih vještina u Hrvatskoj (upitnik u Prilogu 2.)

Pitanja u anketnim upitnicima definirana su kvantitativno i kvalitativno, a podijeljena su u pet skupina. Prva skupina pitanja u oba upitnika odnosila se na opće podatke ispitanika. Druga skupina pitanja odnosila se na mišljenja ispitanika o odgojnoj ulozi borilačkih vještina. Treća skupina pitanja je podrazumijevala mišljenja ispitanika o odgojnoj ulozi trenera. Četvrta skupina pitanja kod ispitanika sportaša se odnosila na primjenu stečenih odgojnih vrijednosti putem borilačkih vještina i od pitanja o trenerovu radu i djelovanju, a kod ispitanika trenera se odnosila na odgojne metode za koje se oni zalažu u svom trenerskom radu. Peta skupina pitanja odnosila se na dodatne komentare, prijedloge i napomene vezane uz upitnik, borilačke vještine, odgoj i sl. Pitanja unutar anketnog upitnika kreirana su na osnovi proučavanja stručne literature na temelju koje je napisan teorijski dio rada koji prethodi metodologiji istraživanja. Za osnovno strukturiranje pitanja po specifičnim područjima znatno je pridonijelo praćenje pedagoških odrednica kojima se vode Šimleša (1971) i Matijević i sur. (2016) u svojim radovima.

Mjerne skale ispitivanja mišljenja ispitanika u anketnom upitniku definirane su mjernim jedinicama od 1 do 6 ili od 1 do 5. Mjerne jedinice od 1 do 6 korištene su radi izbjegavanja neutralnih odgovora u pojedinačnim pitanjima u kojima se uz mjernu jedinicu kao odgovor na fenomen ispitivanja traži i dodatno opisno pojašnjenje odgovora u potpitanju koje slijedi.
Mjerne jedinice od 1 do 5 korištene su za skupove pitanja koja se odnose na pojedina područja fenomena istraživanja. U odnosu na fenomen istraživanja mjerne jedinice od 1 do 6 predstavljale su utjecaj, važnost, učinkovitost ili primjenjivost fenomena ispitivanja na sljedeće načine: 1 predstavlja fenomen bez utjecaja, važnost, učinkovitost ili primjenjivost, a 2, 3, 4 i 5 su međustupnjevi. Isto tako, mjerne jedinice od 1 do 5 predstavljale su razinu slaganja s navedenim tvrdnjama ili razinu primjenjivanja navedenih odrednica na sljedeće načine: 1 predstavlja potpuno neslaganje ili neprimjenu, a 2,3 i 4 su međustupnjevi.

Tehnika prikupljanja podataka bila je izravno anketiranje (licem u lice) i anketiranje elektronskim putem. Izravno je anketirano 25% ispitanika dok je elektronskim putem anketirano njih 75%. Anketa je bila anonimnog tipa, a vrsta podataka odnosila se na podatke o mišljenjima ispitanika o fenomenu istraživanja. Preduvjet uspješnosti pristupa ispitanika istraživanju osiguran je zanimljivosti područja istraživanja samim ispitanicima, te jasnoćom i konkretnošću pitanja. Anketiranju je pristupilo preko 90% traženih ispitanika, a svi anketni upitnici koji su prikupljeni su korektno ispunjeni i važeći.

6.4. Obrada podataka

Za potrebe obrade podataka korišteni su jednostavni odgovarajući statistički postupci. Obrada podataka u ovom istraživanju provedena je pomoću računalnog programa „Microsoft Excel 2010“.

U obradi podataka korišteni su sljedeći statistički indikatori: apsolutne i relativne frekvencije, mjere centralne tendencije i mjere disperzije, te univarijatna analiza varijance (ANOVA) kao osnovna metoda. Od mjera centralne tendencije korištena je aritmetička sredina (M), a od mjera disperzije standardna devijacija (SD).

Statistički pojmovi, kratice i oznake koje susrećemo u radu su sljedeće: H0 – nulta hipoteza; H1 – alternativna hipoteza; % - relativna frekvencija, M – aritmetička sredina; SD – standardna devijacija; ANOVA – univarijatna analiza varijance; SS – suma kvadrata; df – stupnjevi slobode; MS – varijanca; F – F vrijednost; P – P vrijednost; F crit – kritična F vrijednost; p – pogreška.
7. ANALIZA I INTERPRETACIJA REZULTATA ISTRAŽIVANJA

7.1. Mišljenja sportaša i trenera o odgojnoj ulozi borilačkih vještina

*Tablica 1. Mišljenja ispitanika o utjecaju borilačkih vještina na odgoj i formiranje djeteta/mladog sportaša kao svestrane ličnosti*

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>SPORTAŠI</th>
<th>TRENERI</th>
<th>UKUPNO</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>M</td>
<td>SD</td>
<td>M</td>
</tr>
<tr>
<td>1. Utjecaj borilačkih vještina na odgoj djeteta/mladog sportaša</td>
<td>5,23</td>
<td>0,81</td>
<td>5,38</td>
</tr>
<tr>
<td>2. Utjecaj borilačkih vještina na formiranje djeteta/mladog sportaša kao svestrane ličnosti</td>
<td>4,96</td>
<td>0,87</td>
<td>5,22</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Ispitujući mišljenja ispitanika o utjecaju borilačkih vještina na odgoj i formiranje djeteta/mladog sportaša kao svestrane ličnosti koristili smo mjernu skalu s procjenama utjecaja od 1 do 6. Kao što možemo vidjeti u *Tablici 1.*, analizom podataka utvrđeno je da i sportaši i treneri smatraju da borilačke vještine puno utječu na odgoj i na formiranje djeteta/mladog sportaša kao svestrane ličnosti.

Preispitujući razlike u mišljenjima sportaša i trenera, a vezano za ova dva pitanja, utvrđeno je da se mišljenja ispitanika ove dvije grupe statistički značajno ne razlikuju uz pogrešku *p*(0,05). Detaljnija analiza slijedi u *Tablici 1.1.*

*Tablica 1.1. Razlika u mišljenjima sportaša i trenera o utjecaju borilačkih vještina na odgoj i formiranje djeteta/mladog sportaša kao svestrane ličnosti*

<table>
<thead>
<tr>
<th>ANOVA</th>
<th>SS</th>
<th>df</th>
<th>MS</th>
<th>F</th>
<th><em>P</em>-value</th>
<th>F crit</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Između grupa</td>
<td>0,04</td>
<td>1</td>
<td>0,04</td>
<td>1,77</td>
<td>0,32</td>
<td>18,51</td>
</tr>
<tr>
<td>Unutar grupa</td>
<td>0,05</td>
<td>2</td>
<td>0,02</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>UKUPNO</td>
<td>0,09</td>
<td>3</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
Preispitujući razlike u mišljenjima ispitanika po grupama različitih borilačkih vještina, a vezano također za gore navedena dva pitanja, utvrđeno je da se mišljenja ispitanika u pet grupa borilačkih vještina statistički značajno ne razlikuju uz pogrešku $p(0,05)$. Detaljnija analiza slijedi u Tablici 1.2.

**Tablica 1.2. Razlika u mišljenjima ispitanika o utjecaju borilačkih vještina na odgoj i formiranje djeteta/mladog sportaša kao svestrane ličnosti u pet grupa borilačkih vještina**

<table>
<thead>
<tr>
<th>ANOVA</th>
<th>SS</th>
<th>df</th>
<th>MS</th>
<th>F</th>
<th>P-value</th>
<th>F crit</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Između grupa</td>
<td>0,13</td>
<td>4</td>
<td>0,03</td>
<td>1,02</td>
<td>0,48</td>
<td>5,19</td>
</tr>
<tr>
<td>Unutar grupa</td>
<td>0,16</td>
<td>5</td>
<td>0,03</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>UKUPNO</td>
<td>0,29</td>
<td>9</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

7.1.1. Mišljenja ispitanika o utjecaju borilačkih vještina na odgoj djeteta/mladog sportaša:

Ispitanici, smatrajući kako borilačke vještine mogu puno utjecati na odgoj mlade osobe, navode mnoge dobrobiti koje se stječu kroz njih. S obzirom na to da se radi o jednoj vrsti tjelesne aktivnosti, većina ispitanika navodi upravo razvoj funkcionalnih i motoričkih sposobnosti kao glavnu pozitivnu odgojnu karakteristiku borilačkih vještina. Međutim, veliki broj sportaša smatra kako su u svom sportskom djelovanju imali priliku steći široki spektar znanja o sportu, tjelesnim aktivnostima, zdravstvenim navikama, anatomiji i fiziologiji čovjeka, okolini, društvu, općim pitanjima iz pojedinih životnih i obrazovnih područja i sl. S druge strane, treneri smatraju da mlade osobe kroz borilačke vještine zaista imaju puno prilika steći navedena znanja ako je rad s mladim osobama pravilno usmjeren. Prema navedenom, sportaši su te prilike uvelike i koristili, te na osnovu njih značajno razvili svoje mentalne sposobnosti. Baveći se takvim specifičnim aktivnostima sportaši su, kako i sami navode, također razvili vlastiti karakter i osobnost, izgradili su svoja stajališta i mišljenja o stvarima i pojavama. Baveći se borilačkim vještinama, sportaši su se sustavno razvijali u sva tri područja odgoja u širem smislu koja navodi Bilić (2016). To podrazumijeva razvoj u psihomotoričkom, kognitivnom i afektivnom području.
Vrijednosti koje sportaši smatraju da su stekli bavljenjem borilačkim vještinama podrazumijevaju disciplinu, samodisciplinu, samokontrolu, red, ustrajnost u radu i djelovanju, nošenje s uspjehom i neuspjehom, odgovornost, odlučnost, poštenje, toleranciju i uvažavanje, poštivanje različitosti kod ljudi i okoline, sposobnost rasuđivanja, kritičko razmišljanje, samopouzdanje, smirenost, snalažljivost, društvenost, strpljivost, timski rad, upornost, zdrave životne navike, lakše svladavanje životnih izazova i problema i sl.

Uz sve pozitivne odlike koje ispitanici navode, nailazimo i na opreznost pojedinih ispitanika. Naime, oni smatraju kako borilačke vještine nude mnoštvo pozitivnih odgojnih vrijednosti, ali ovisno o pristupu i poučavanju istih mogu lako poprimiti i negativna odgojna obilježja koja su kontradiktorna s gore navedenim.

7.1.2. Mišljenja ispitanika o utjecaju borilačkih vještina na formiranje djeteta/mladog sportaša kao svestrane ličnosti:

O svestranosti ličnosti ispitanici razmatraju fenomen uglavnom s dva gledišta. Prvi su oni koji zasluge borilačkih vještina za razvoj svestrane ličnosti pripisuju tjelesnim obilježjima. Oni svestranost vide kroz kompletan razvoj čovjekovih tjelesnih sposobnosti i vještina, odnosno razvoj obilježja koja pripadaju području kinestetičke inteligencije. Ipak, veći dio ispitanika koji svestranost vidi kao psihičku odliku. Prema tome, ispitanici su mišljenja kako se kroz borilačke vještine gradi kompletna osoba s jakom psihom, stavom i stabilnom osobnosti. Mlada osoba uči gledati svijet oko sebe i prihvaćati sve kulturne i društvene različitosti, te stječe interes za uključivanjem u različita područja rada i djelovanja. Mlada osoba prihvaća nove izazove i spremna je za kontinuirano učenje, stječe pozitivne stavove o društvu i okolini, lako se prilagođava i snalazi u različitim životnim situacijama, promišlja o svojim i tuđim postupcima i djelovanjima. Mlada osoba razvija borbenu duh i upornost u radu, gradi poštovanje prema prijateljima, starijima, nadređenima i podređenima te se lako uklapa u društvenu okolinu.

U svakom slučaju možemo reći kako se glavna odlika utjecaja borilačkih vještina na formiranje djeteta/mladog sportaša kao svestrane ličnosti prema ispitanicima kao i u prethodnom pitanju vidi u kompletnom psihomotoričkom, kognitivnom i afektivnom jednolikom razvoju.
7.1.3. Stupanj (ne)slaganja ispitanika s ulogom borilačkih vještina u okvirima definiranih odgojnih odrednica

*Tablica 2. Stupanj (ne)slaganja ispitanika s ulogom borilačkih vještina*

<table>
<thead>
<tr>
<th>Borilačke vještine kod djeteta/mladog sportaša...</th>
<th>SPORTAŠI</th>
<th>TRENERI</th>
<th>UKUPNO</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>M</td>
<td>SD</td>
<td>M</td>
</tr>
<tr>
<td>1. unapređuju zdravstveno stanje</td>
<td>4,58</td>
<td>0,68</td>
<td>4,85</td>
</tr>
<tr>
<td>2. poboljšavaju opće funkcionalne sposobnosti organa za kretanje, disanje, krvotoka i živčanog sustava i utječu na podizanje opće tjelesne sposobnosti i radne kondicije</td>
<td>4,80</td>
<td>0,49</td>
<td>4,91</td>
</tr>
<tr>
<td>3. značajno utječu na pravilan tjelesni rast i razvoj</td>
<td>4,64</td>
<td>0,54</td>
<td>4,78</td>
</tr>
<tr>
<td>4. razvijaju visoki stupanj motorike i omogućuju svladavanje tehnike pojedinih pokreta</td>
<td>4,78</td>
<td>0,50</td>
<td>4,87</td>
</tr>
<tr>
<td>5. pozitivno utječu i unapređuju intelektualni razvoj</td>
<td>4,44</td>
<td>0,64</td>
<td>4,67</td>
</tr>
<tr>
<td>6. pobuđuju interese za učenjem i stjecanjem novih znanja</td>
<td>4,49</td>
<td>0,70</td>
<td>4,69</td>
</tr>
<tr>
<td>7. pobuđuju interese za stjecanjem novih vještina i sposobnosti</td>
<td>4,63</td>
<td>0,61</td>
<td>4,75</td>
</tr>
<tr>
<td>8. potiču razvoj osobnog kritičkog mišljenja i stavova</td>
<td>4,43</td>
<td>0,72</td>
<td>4,38</td>
</tr>
<tr>
<td>9. potiču razvoj pozitivnih osobina ličnosti i akara</td>
<td>4,52</td>
<td>0,69</td>
<td>4,73</td>
</tr>
<tr>
<td>10. utječu na socijalno sazrijevanje</td>
<td>4,45</td>
<td>0,82</td>
<td>4,56</td>
</tr>
<tr>
<td>11. potiču stjecanje prijateljstava i razvoj socijalnih odnosa</td>
<td>4,64</td>
<td>0,69</td>
<td>4,84</td>
</tr>
<tr>
<td>12. razvijaju svijest za obiteljski život</td>
<td>3,83</td>
<td>1,09</td>
<td>4,15</td>
</tr>
<tr>
<td>13. utječu na moralno sazrijevanje</td>
<td>4,36</td>
<td>0,82</td>
<td>4,45</td>
</tr>
<tr>
<td>14. utječu na formiranje pogleda na svijet i pojave u društvenoj okolini</td>
<td>4,35</td>
<td>0,78</td>
<td>4,36</td>
</tr>
<tr>
<td>15. potiču brigu i odgovornost za sobom i drugima</td>
<td>4,46</td>
<td>0,80</td>
<td>4,64</td>
</tr>
<tr>
<td>16. razvijaju poštovanje, povjerenje i uvažavanje u međuljudskim odnosima</td>
<td>4,60</td>
<td>0,66</td>
<td>4,65</td>
</tr>
<tr>
<td>17. potiču pravednost, poštenje i borbu za ljudska prava, te uvažavanje vjerskih, nacionalnih, kulturnih i drugih društvenih različitosti</td>
<td>4,40</td>
<td>0,82</td>
<td>4,60</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Razvijaju dobrotu, iskrenost, uljdnost i omogućuju formiranje pozitivnog odnosa prema materijalnim i duhovnim vrijednostima</td>
<td>4,33</td>
<td>0,84</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Potiču razvijanje samostalnosti, odgovornosti i samopouzdanja</td>
<td>4,67</td>
<td>0,60</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Potiču upoznavanje i reguliranje vlastitih emocija</td>
<td>4,56</td>
<td>0,65</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Potiču razvoj tehnika i kultura rada općenito</td>
<td>4,31</td>
<td>0,84</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Razvijaju pozitivne stavove i odnose prema radu kao i stvaranje radnih navika</td>
<td>4,59</td>
<td>0,69</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Razvijaju poslušnost, poniznost i disciplinu u radu i djelovanju općenito</td>
<td>4,67</td>
<td>0,60</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Razvijaju smisao za ljepotu i umjetnost</td>
<td>3,72</td>
<td>1,08</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Utječu na razvoj osjetnih organa kao što su oko i uho</td>
<td>3,97</td>
<td>0,99</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Utječu na razvoj sposobnosti prihvaćanja i doživljavanja estetskih obilježja</td>
<td>3,63</td>
<td>1,00</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Utječu na razvoj i usavršavanje sposobnosti zapažanja i prosuđivanja estetskih obilježja</td>
<td>3,71</td>
<td>1,03</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Potiču reprodukciju kreativnih misli i ostvarivanje estetskih obilježja</td>
<td>3,87</td>
<td>0,92</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Izazivaju težnju za stvaranjem ljepših i boljih stvari, predmeta i pojava od postojećih</td>
<td>3,84</td>
<td>0,96</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Mišljenja ispitanika o ulozi borilačkih vještina po pojedinim odgojnim odrednicima prikazanim u Tablici 2 (1-29), a vodeći se odgojnim područjima i vrijednostima koja definiraju Šimleša (1971), Slunjski (2014) i Matijević i sur. (2016) možemo detaljnije analizirati. U skladu s mjernom skalom slaganja (1-5) možemo uočiti prosječno slaganje ispitanika sportaša, ispitanika trenera i ukupno prosječno slaganje ispitanika (M), kao i raspršenost mišljenja istih (SD). Slaganja ispitanika po odrednicama zdravstvenog odgoja (1-3); tjelesnog odgoja (2-4); intelektualnog odgoja (5-9); socijalizacije (10-11); moralnog odgoja (13-18); samoaktualizacije (19-20) i radnog odgoja (21-23) su vrlo visoka (4,31<M<4,91), a raspršenost u mišljenjima je uglavnom mala (0,37<SD<0,87), te možemo reći da se ispitanici uglavnom slažu s navedenim odrednicama. Slaganja ispitanika po odrednicama obiteljskog odgoja (12) i estetskog odgoja (24-29) su relativno visoka (3,63<M<4,20), a raspršenost u
mišljenjima je relativno niska (0,89<SD<1,13), te možemo reći da su ispitanici dosta neodlučni, ali se više slažu, nego što se ne slažu s navedenim odrednicama.

Uvažavajući statističke podatke, ispitanici smatraju da borilačke vještine unaprjeđuju zdravstveno stanje; poboljšavaju opće funkcionalne sposobnosti tjelesnih organa i sustava; utječu na podizanje opće tjelesne sposobnosti i radne kondicije; značajno utječu na pravilan tjelesni rast i razvoj; razvijaju visoki stupanj motorike i omogućuju svladavanje tehnike pojedinih pokreta. Također, pozitivno utječu i unaprjeđuju intelektualni razvoj; pobuđuju interese za učenjem i stjecanjem novih znanja; pobudju interese za stjecanjem novih vještina i sposobnosti; potiču razvoj osobnog kritičkog mišljenja i stavova; potiču razvoj pozitivnih osobina ličnosti i karaktera; utječu na socijalno sazrijevanje; potiču stjecanje prijateljstava i razvoj socijalnih odnosa. Borilačke vještine po ispitanicima utječu i na moralno sazrijevanje; utječu na formiranje pogleda na svijet i pojave u društvenoj okolini; potiču brigu i odgovornost za sobom i drugima; razvijaju poštovanje, povjerenje i uvažavanje u međuljudskim odnosima; potiču pravednost, poštenje i borbu za ljudska prava, te uvažavanje vjerskih, nacionalnih, kulturnih i drugih društvenih različitosti. Zatim, razvijaju dobrotu, iskrenost, uljudnost i omogućuju formiranje pozitivnog odnosa prema materijalnim i duhovnim vrijednostima; potiču razvijanje samostalnosti, odgovornosti i samopouzdanja; potiču upoznavanje i reguliranje vlastitih emocija; potiču razvoj tehnika i kultura rada općenito; razvijaju pozitivne stavove i odnose prema radu kao i stvaranje radnih navika; razvijaju poslušnost, poniznost i disciplinu u radu i djelovanju.

Ispitanici su uglavnom neodlučni, ali blago pozitivnog mišljenja o utjecaju borilačkih vještina na razvoj svijesti za obiteljski život. Također neodlučno, ali i dalje pozitivno mišljenje ispitanici imaju o utjecaju borilačkih vještina na razvoj smisla za ljepotu i umjetnost; razvoj osjetnih organa kao što su oko i uho; razvoj sposobnosti prihvaćanja i doživljavanja estetskih obilježja; razvoj i usavršavanje sposobnosti zapažanja i prosuđivanja estetskih obilježja; poticanja reprodukcije kreativnih misli i ostvarivanja estetskih obilježja; izazivanja težnje za stvaranjem ljepših i boljih stvari, predmeta i pojava od postojećih.

Kako bi potvrдили prethodno navedene činjenice analizirali smo razlike u mišljenjima ispitanika uspoređujući grupe sportaša i trenera kako je prikazano u Tablici 2.1.
Tablica 2.1. Razlika u mišljenjima sportaša i trenera po pitanju definiranih odgojnih odrednica (1-29, Tablica 2.)

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>SS</th>
<th>df</th>
<th>MS</th>
<th>F</th>
<th>P-value</th>
<th>F crit</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Između grupa</td>
<td>0,33</td>
<td>1</td>
<td>0,33</td>
<td>2,78</td>
<td>0,10</td>
<td>4,01</td>
</tr>
<tr>
<td>Unutar grupa</td>
<td>6,61</td>
<td>56</td>
<td>0,12</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>UKUPNO</td>
<td>6,94</td>
<td>57</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

Preispitujući razlike u mišljenjima sportaša i trenera, a vezano za definirane odgojne odrednice (1-29, Tablica 2.) utvrđeno je da se mišljenja ispitanika u ove dvije grupe statistički značajno ne razlikuju uz pogrešku $p(0,05)$.

Također smo ispitali razlike u mišljenjima ispitanika po grupama borilačkih vještina, a definirano slijedi u Tablici 2.2.

Tablica 2.2. Razlika u mišljenjima ispitanika u definiranim odgojnim odrednicama (1-29, Tablica 2.) po grupama borilačkih vještina.

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>SS</th>
<th>df</th>
<th>MS</th>
<th>F</th>
<th>P-value</th>
<th>F crit</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Između grupa</td>
<td>0,42</td>
<td>4</td>
<td>0,11</td>
<td>0,77</td>
<td>0,54</td>
<td>2,44</td>
</tr>
<tr>
<td>Unutar grupa</td>
<td>19,14</td>
<td>140</td>
<td>0,14</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>UKUPNO</td>
<td>19,56</td>
<td>144</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

Preispitujući razlike u mišljenjima ispitanika po različitim grupama borilačkih vještina, a vezano za definirane odgojne odrednice (1-29, Tablica 2.), utvrđeno je da se mišljenja ispitanika po grupama borilačkih vještina statistički značajno ne razlikuju uz pogrešku $p(0,05)$.

7.2. Mišljenja ispitanika o kvaliteti i učinkovitosti odgojne uloge trenera

a. Smatrate li Vi sebe uzornim trenerom?

Procjenjujući sami sebe čak 96% ispitanika trenera sebe smatra uzornima, a tek 4% njih se ne smatra uzornim trenerima.
Možete li navesti tri vrline koje Vas čine uzornim trenerom?

Izražavajući svoje mišljenje treneri su naveli sljedeće vlastite vrline: stručnost na prvom mjestu kod 25% ispitanika; pravednost kod 22% ispitanika; strpljenje 18%; upornost i odgovornost 15%; disciplina kod 13% ispitanika. Ostale vrline koje ispitanici treneri (5% - 10% ispitanika) navode značajnima su: poštenje, brižnost, dobromamjernost, motivacija, predanost, razumijevanje, užoritost, marljivost, ravnopravnost, pozitivan stav, red i rad.

b. Smatrate li sebe kao trenera ujedno i odgojiteljem djece/mladih sportaša?

Na postavljeno pitanje 95% ispitanika trenera sebe ujedno smatra i odgojiteljem djece/mladih sportaša, dok 5% njih smatra kako njihova trenerska uloga ne znači da su odgojitelji.

Tablica 3. Mišljenja ispitanika o kvaliteti i učinkovitosti odgojne uloge trenera

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>SPORTAŠI</th>
<th>TRENERI</th>
<th>UKUPNO</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1. Koliko je odgojna uloga trenera važna u životu djeteta/mladog sportaša?</td>
<td>5,11 0,82</td>
<td>5,17 0,71</td>
<td>5,13 0,78</td>
</tr>
<tr>
<td>2. Koliko je odgojna uloga trenera učinkovita?</td>
<td>5,05 0,74</td>
<td>4,83 0,65</td>
<td>4,97 0,71</td>
</tr>
<tr>
<td>3. Koliko djeca/mladi sportaši primjenjuju i njeguju odgojne vrijednosti u svom trenutnom životnom djelovanju kojima ih je trener poučavao ili ih još uvijek poučava?</td>
<td>4,75 0,92</td>
<td>4,67 0,68</td>
<td>4,72 0,84</td>
</tr>
<tr>
<td>4. Koliko će djeca/mladi sportaši primjenjivati i njegovati odgojne vrijednosti u svom budućem radu i djelovanju kojima ih je njihov trener poučavao ili ih još uvijek poučava?</td>
<td>4,91 0,86</td>
<td>4,58 0,67</td>
<td>4,80 0,81</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Ispitujući mišljenja ispitanika o kvaliteti i učinkovitosti odgojne uloge trenera koristili smo mjerne skale važnosti, učinkovitosti i primjene s procjenama od 1 do 6. U Tablici 3. su prikazana prosječna mišljenja ispitanika (M) i njihova raspršenost (SD). Raspršenost mišljenja po ovim pitanjima je relativno mala (0,65<SD<0,92), te možemo reći kako su mišljenja ispitanika većinom koncentrirana oko prosječnog mišljenja. Analizom podataka je utvrđeno da i sportaši i treneri uglavnom smatraju kako je odgojna uloga trenera dosta važna (5,11<M<5,17), ali isto tako i dosta učinkovita (4,97< M<5,05). Govoreći o njegovanju i
primjeni odgojnih vrijednosti poučavanih od trenera većina ispitanika sportaša je prosječnog mišljenja (4,75<M<4,91) kako oni puno primjenjuju naučene odgojne vrijednosti, te kako će ih i u budućnosti puno primjenjivati u svom radu i djelovanju. Treneri su nešto opreznijeg mišljenja (4,58<M<4,67), ali također uglavnom smatraju kako djeca/mladi sportaši ipak primjenjuju naučene odgojne vrijednosti, te kako će iste i u budućnosti primjenjivati i njegovati.

Kako bi potvrdili prethodno navedene činjenice analizirali smo razlike u mišljenjima ispitanika uspoređujući grupe sportaša i trenera, te isto tako uspoređujući grupe borilačkih vještina međusobno kako je prikazano u Tablici 3.1. i Tablici 3.2.

**Tablica 3.1. Razlika u mišljenjima sportaša i trenera o kvaliteti i učinkovitosti odgojne uloge trenera**

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>SS</th>
<th>Df</th>
<th>MS</th>
<th>F</th>
<th>P-value</th>
<th>F crit</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Između grupa</td>
<td>0,04</td>
<td>1</td>
<td>0,04</td>
<td>0,84</td>
<td>0,39</td>
<td>5,99</td>
</tr>
<tr>
<td>Unutar grupa</td>
<td>0,28</td>
<td>6</td>
<td>0,05</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>UKUPNO</strong></td>
<td>0,32</td>
<td>7</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

Preispitujući razlike u mišljenjima sportaša i trenera, a vezano za pitanja kvalitete i učinkovitosti odgojne uloge trenera (1-4, Tablica 3.) utvrđeno je da se mišljenja ispitanika u ove dvije grupe statistički značajno ne razlikuju uz pogođku p (0,05).

**Tablica 3.2. Razlika u mišljenjima ispitanika po grupama borilačkih vještina o kvaliteti i učinkovitosti odgojne uloge trenera**

<table>
<thead>
<tr>
<th></th>
<th>SS</th>
<th>Df</th>
<th>MS</th>
<th>F</th>
<th>P-value</th>
<th>F crit</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Između grupa</td>
<td>0,12</td>
<td>4</td>
<td>0,03</td>
<td>0,74</td>
<td>0,58</td>
<td>3,06</td>
</tr>
<tr>
<td>Unutar grupa</td>
<td>0,58</td>
<td>15</td>
<td>0,04</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td><strong>UKUPNO</strong></td>
<td>0,70</td>
<td>19</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
Preispitujući razlike u mišljenjima ispitanika s obzirom na grupe borilačkih vještina, a vezano također za pitanja kvalitete i učinkovitosti odgojne uloge trenera (1-4, Tablica 3.) utvrđeno je da se mišljenja ispitanika po grupama borilačkih vještina statistički značajno ne razlikuju uz pogrešku $p(0.05)$.

7.2.1. Mišljenja ispitanika o važnosti odgojne uloge trenera

Većina ispitanika sportaša ističe kako je trener za njih bio uzor na kojega su se željeli ugledati i čiji primjer su htjeli slijediti. Neki su se tako zahvalujući svom uzoru opredijelili za ista daljnja fakultetska obrazovanja kao i treneri, neki su naučili važne životne lekcije koje su sve više shvaćali kako su rasli i sazrijevali, a neki su nastavljajući dijeliti iste interese kao njihovi treneri s vremenom i odrastanjem postali međusobno pravi prijatelji. Također veliki broj sportaša navodi kako je njihov trener za njih predstavljao drugog roditelja ili drugog oca kojeg su često slušali i više nego prave roditelje. Većina njih smatra kako je njihovo dugotrajno i gotovo svakodnevno provođenje vremena na treninzima, natjecanjima, seminarima i drugim okruženjima borilačkih vještina znatno pridonijelo takvom njihovom razmišljanju i doživljavanju. U svakom pogledu što god je bilo vezano uz borilačke vještine, a da je pojedino dijete bilo uključeno trener je bio uz njega. Trener im je bio podrška, motivator, pedagog, roditelj i sl., te je provodeći vrijeme s njima razmišljao i djelio takvom njihovom razmišljanju. Sportaši su stekli čitav niz odgojnih vrijednosti od svojih trenera, a neke od njih su sljedeće: red, rad, disciplina, poštivanje autoriteta, radne navike, osjećaj odgovornosti i obaveze prema sportu i kolegama na treninzima, tolerancija, pravednost, poštovanje drugih i okoline, prihvaćanje pobjede i poraza, čast, poštenje, iskrenost i sl. Velika većina ispitanika trenere opisuje kao pozitivne ličnosti koji isto tako i djeluju. Međutim, manji broj ispitanika navodi kako treneri mogu imati i negativne utjecaje. Sve to prispisuju karakteristikama trenera i njihovom pristupu radu, ali i zainteresiranosti djeteta/sportaša. Neki od njih se vjerojatno nisu pronašli u borilačkim vještinama iz nekih neopisanih razloga što je i normalno jer nije sve za svakoga. S druge strane nekolicina ispitanika navodi kako treneri nisu imali nikakav utjecaj na njih jer su se prekasno počeli baviti borilačkim vještinama i smatraju da su tada već bili formirane ličnosti (primjerice u dobi od 15 ili 16 godina).

Treneri sebe također smatraju uzorima i drugim roditeljima djece sportaša. To naravno pripisuju značajnom vremenu koje provode s djetetom/sportašem. Upravo zbog toga naglašavaju kako djecu kroz odgoj moraju pozitivno usmjeravati. Po njihovom mišljenju,
slika djeteta na ulici, društvu i okolini je ujedno i slika trenera. Oni djecu nastoje naučiti poštenju, disciplini, fair playu, radnim navikama, kulturnom ponašanju, odgovornosti i sl. Često su u ulozi savjetnika i oslonca koji nastoje dijete izvesti na pravi put i naučiti ga pravim vrijednostima ukupnog životnog djelovanja.

7.2.2. Mišljenja ispitanika o učinkovitosti odgojne uloge trenera

Većina sportaša smatra kako je odgojna uloga njihovih trenera za njih bila dosta učinkovita. Učinkovitost odgojne uloge trenera oni vide u svome današnjem radu i djelovanju. Često im dok su bili mladi i provodili značajan dio vremena s trenerom nisu bile jasne neke trenerove odluke, namjere i savjeti. S vremenom kako su se susreli s različitim životnim situacijama i problemima su počeli shvaćati kako su dobili značajne odgojne vrijednosti od trenera koje im pomažu u životu. Naučili su se disciplini, fair playu, poštovanju ljudi i njihovih različitosti, strpljenju, upornosti, borbi i zalaganju u životu. Treneri su često imali više utjecaja na njih od roditelja i učitelja. Međutim, nekolicina sportaša smatra kako su njihovi treneri bili učinkoviti u svom odgojnom djelovanju samo dok su bili djeca, a kasnije se to izgubilo. S druge strane, većina sportaša smatra kako se učinkovitost uloge njihovog trenera ogleda u tome što su naučili i pozitivne i negativne stvari, te znaju razlučiti što im je potrebno i što im je poželjno koristiti u životu.

Velika većina trenera smatra kako je njihova odgojna uloga dosta učinkovita. Oni svoju učinkovitost odgojne uloge kod djece/sportaša razmatraju s tri gledišta. Prvo se odnosi na povratne informacije roditelja. Često im roditelji govore da su se djeca popravila uključivanjem u treninge, te kako vide dosta pozitivnih promjena na njima. Drugo se odnosi na školski uspjeh. Dosta trenera navodi kako djeca poprave školski uspjeh nakon što počnu trenirati borilačku vještinu. Neki od trenera čak imaju i uvide u ocjene djece koju treniraju, te zahtijevaju vrlo dobre i odlične ocjene, kao i uzorno ponašanje u školi ako žele nastaviti trenirati. Treće gledište navode oni iskusniji i stariji treneri koji naglašavaju kako su svi sportaši koje treniraju primjereno ponašanja u društvu, a oni koji su nekada trenirali kod njih sada su uzorni i uspješni građani.

7.2.3. Primjenjivost i njegovanje odgojnih vrijednosti poučavanih od trenera kod djece/mladih sportaša u njihovom trenutnom životnom djelovanju

Većina sportaša puno primjenjuje stečene odgojne vrijednosti od trenera u svom trenutnom životnom djelovanju. Naime, kod mišljenja ispitanika uočavamo različita pozitivna stajališta.
Prvi su oni sportaši koji su se ugledali na trenere, te su danas i sami treneri u nekoj borilačkoj vještini ili sportu. Oni naučene odgojne vrijednosti prenose na mlađe naraštaje u svom trenerskom radu. Dobar dio sportaša ističe kako su danas zaposleni u institucijama kao što su vojska i policija, te kako im naučene odgojne vrijednosti jako dobro dođu u radu i odnosu s kolegama, nadređenima i podređenima. Oni sportaši koji se nisu uključili u neke od ovih institucija i nisu uključeni u trenerski rad smatraju kako im naučene vrijednosti koriste u svakodnevnim životnim situacijama. Međutim, kod velikog broja ispitanika sportaša se uočava kritičko promišljanje. Naime, oni smatraju kako su naučene odgojne vrijednosti vrlo korisne, ali ne samo kao vrijednosti koje treba primjenjivati nego i kao iskustvo kojim se treba voditi u suvremenom društvu. Pored direktnih koristi koje su naučene vrijednosti smatraju neprimjenjivim ili neprilagođenim, oni smatraju da su te vrijednosti vrlo korisne u svakodnevnom životu. Međutim, kod velikog broja sportaša se uočava kritičko promišljanje.

Treneri uglavnom smatraju kako je mnogim sportašima koje je treneri trenerali i koje još uvijek treniraju sport postao dio života. U skladu s time oni su mišljenja kako sportaši puno primjenjuju odgojne vrijednosti koje su ih naučili. Svoje mišljenje najviše grade na povratnim informacijama roditelja i pojedinih svojih sportaša koje sretnu, te ih zahvale za neke pozitivne stvari koje su naučili jer su upravo na osnovu istih riješili neke situacije i probleme u životu. Također, treneri u svom svakodnevnom trenerskom radu vide kako se djeca sa vremenom mijenjaju i prihvaćaju vrijednosti kojima ih se poučava. Neke od najznačajnijih odgojnih vrijednosti koje treneri smatraju da su se u treninju i primjenjuju su pozitivni međuljudski odnosi i socijalizacija, pomaganje drugima, suradnja, uvažavanje vjerskih, kulturnih, nacionalnih i drugih različitosti, razvoj timskog duha, disciplina, poslušnost, marljivost, prenošenje pozitivnih vrijednosti izvan treninga i dvorane (nema pušenja, alkohola, zadirkivanja, svađa i sl.).

7.2.4. Primjenjivost i njegovanje odgojnih vrijednosti poučavanih od trenera kod djece/mladih sportaša u njihovom budućem radu i djelovanju

Sportaši se izjašnjavaju kako je većina odgojnih vrijednosti koje su naučili od svojih trenera dobra i pozitivna. Prema tome većina sportaša ih navodi kako će nastojati naučene vrijednosti primjenjivati u svom daljnjem životu. Oni su osim dobrih i pozitivnih odgojnih vrijednosti od svojih trenera naučili i nadareći vlastito mišljenje i sami procjenjivati i zaključivati o stvarima, društvu i pojavnama. Sukladno tome, dio sportaša kritički zaključuje kako su naučili i neke
negativne stvari ili vrijednosti koje im se ne sviđaju, ali s obzirom na pozitivnu usmjerenost aktivnosti s kojom su se bavili ili se još uvijek bave to će nastojati promijeniti. Nastojat će naučene vrijednosti njegovati i primjenjivati na način da će se lako prilagoditi novim i nadolazećim životnim zahtjevima.

Nasuprot mišljenju sportaša, treneri smatraju da će odgojne vrijednosti koje oni poučavaju sigurno ostati zapamćene. Međutim, uglavnom smatrajući da će sportaši puno primjenjivati naučene vrijednosti ipak se osjeti doza opreznosti. Hoće li u potpunosti primjenjivati naučeno ovisi tome koliko dugo se neki sportaš bavio borilačkom vještinom, koliko je vremena provodio na treninzima, koliko je bio zainteresiran za rad, koliku podršku ima od roditelja, prijatelja i društva oko sebe, kojim aktivnostima i poslovima će se sportaš baviti u budućnosti. Sve su to značajni čimbenici koje treneri navode, a koji bi mogli utjecati na to hoće li sportaši u svojoj budućnosti naučene odgojne vrijednosti primjenjivati ili neće.

7.3. Odgojne metode trenera
Kako bi stekli konkretnija saznanja koliko se treneri zaista zalažu za određene odgojne vrijednosti ispitali smo mišljenja trenera o primjeni strateških metoda iz različitih područja odgoja.

Tablica 4. Strateške metode iz različitih područja odgoja u radu trenera

<table>
<thead>
<tr>
<th>Odgojne strategije, metode, postupci i pravila:</th>
<th>Nikad %</th>
<th>Rijetko %</th>
<th>Ponosna %</th>
<th>Često %</th>
<th>Vrlo često %</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1. zdrav način života, urednost i dobre higijenske navike</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>44</td>
<td>56</td>
</tr>
<tr>
<td>2. različite vrste igara, zabave, simulacije, igranja uloga</td>
<td>0</td>
<td>4</td>
<td>11</td>
<td>27</td>
<td>58</td>
</tr>
<tr>
<td>3. poticanje na razvoj samopouzdanja i samozastita</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>2</td>
<td>38</td>
<td>60</td>
</tr>
<tr>
<td>4. jednosmjerna komunikacija i pasivno slušanje</td>
<td>11</td>
<td>22</td>
<td>31</td>
<td>15</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>5. dvosmjerna komunikacija i aktivno slušanje</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>9</td>
<td>49</td>
<td>42</td>
</tr>
<tr>
<td>6. rasprava</td>
<td>5</td>
<td>18</td>
<td>22</td>
<td>35</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>7. spontani razgovori</td>
<td>0</td>
<td>4</td>
<td>27</td>
<td>38</td>
<td>31</td>
</tr>
<tr>
<td>8. pomaganje drugima i suradnja u radu</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>9</td>
<td>44</td>
<td>47</td>
</tr>
<tr>
<td>9. razumijevanje drugih i briga za osjećajima drugih</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>4</td>
<td>42</td>
<td>55</td>
</tr>
<tr>
<td>10. međusobna potpora i pomaganje</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>4</td>
<td>25</td>
<td>71</td>
</tr>
<tr>
<td>11. povjerenje, i međusobno poštivanje</td>
<td>0</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>25</td>
<td>71</td>
</tr>
<tr>
<td>12. pohvale i motivacija</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>29</td>
<td>65</td>
</tr>
<tr>
<td>13.</td>
<td>kazne, prijetnje i vikanje</td>
<td>15</td>
<td>38</td>
<td>35</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>14.</td>
<td>udovoljavanje u svemu</td>
<td>25</td>
<td>55</td>
<td>11</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>15.</td>
<td>pokazivanje topline i pozitivnih osjećaja</td>
<td>0</td>
<td>4</td>
<td>22</td>
<td>47</td>
</tr>
<tr>
<td>16.</td>
<td>nezainteresiranost i zanovijetanje</td>
<td>53</td>
<td>33</td>
<td>9</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td>17.</td>
<td>slobodna volja u radu</td>
<td>5</td>
<td>24</td>
<td>42</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>18.</td>
<td>kontrola i upravljanje osjećajima i emocijama</td>
<td>5</td>
<td>5</td>
<td>29</td>
<td>40</td>
</tr>
<tr>
<td>19.</td>
<td>objašnjavanje donesenih odluka</td>
<td>0</td>
<td>5</td>
<td>11</td>
<td>47</td>
</tr>
<tr>
<td>20.</td>
<td>poštivanje pravila i usuglašenost</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>4</td>
<td>55</td>
</tr>
<tr>
<td>21.</td>
<td>savjetovanje</td>
<td>0</td>
<td>2</td>
<td>15</td>
<td>42</td>
</tr>
<tr>
<td>22.</td>
<td>promišljeno riskiranje</td>
<td>9</td>
<td>9</td>
<td>40</td>
<td>33</td>
</tr>
<tr>
<td>23.</td>
<td>sagledavanje stvari s više pogleda i razmišljanje na različite načine</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>15</td>
<td>58</td>
</tr>
<tr>
<td>24.</td>
<td>dopuštanje napretka</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>4</td>
<td>35</td>
</tr>
<tr>
<td>25.</td>
<td>poticanje na samostalno razmišljanje i slobodno izražavanje</td>
<td>2</td>
<td>0</td>
<td>9</td>
<td>38</td>
</tr>
<tr>
<td>26.</td>
<td>postavljanje granica</td>
<td>0</td>
<td>11</td>
<td>22</td>
<td>45</td>
</tr>
<tr>
<td>27.</td>
<td>podmićivanje</td>
<td>62</td>
<td>20</td>
<td>9</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>28.</td>
<td>dosljednost ili ustrajnost</td>
<td>2</td>
<td>0</td>
<td>11</td>
<td>38</td>
</tr>
<tr>
<td>29.</td>
<td>usredotočenje na problem</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>13</td>
<td>53</td>
</tr>
<tr>
<td>30.</td>
<td>strpljenje</td>
<td>0</td>
<td>2</td>
<td>4</td>
<td>40</td>
</tr>
<tr>
<td>31.</td>
<td>opraštanje i tolerancija</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>11</td>
<td>47</td>
</tr>
<tr>
<td>32.</td>
<td>mirno rješavanje svada</td>
<td>0</td>
<td>4</td>
<td>2</td>
<td>36</td>
</tr>
<tr>
<td>33.</td>
<td>zalaganje za miljenike</td>
<td>25</td>
<td>35</td>
<td>16</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>34.</td>
<td>uspješno nošenje s neuspjehom</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>7</td>
<td>58</td>
</tr>
<tr>
<td>35.</td>
<td>poticanje na uspješnost</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>2</td>
<td>31</td>
</tr>
<tr>
<td>36.</td>
<td>odgovornost i samostalnost u radu</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>2</td>
<td>40</td>
</tr>
<tr>
<td>37.</td>
<td>razvijanje socijalnih vještina i kvalitetnih odnosa</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>44</td>
</tr>
<tr>
<td>38.</td>
<td>poticanje na učenje</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>29</td>
</tr>
<tr>
<td>39.</td>
<td>poticanje na kreativnost</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>4</td>
<td>40</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Vodeći se analizom mišljenja trenera (Tablica 4.) možemo reći kako se oni u svom radu najčešće zalažu za zdrav način života, urednost i dobre higijenske navike (M=4,56; SD=0,50); poticanje na razvoj samopouzdanja i samoznaštenja (M=4,58; SD=0,53); razumijevanje drugih i brigu za osjećajima drugih (M=4,51; SD=0,57); međusobnu podršku i pomaganje (M=4,67; SD=0,55); povjerenje, i međusobno poštivanje (M=4,65; SD=0,62); pohvale i motivaciju (M=4,55; SD=0,79); dopuštanje napretka (M=4,58; SD=0,57); poticanje na uspješnost (M=4,65; SD=0,52); odgovornost i samostalnost u radu (M=4,56; SD=0,54); razvijanje socijalnih vještina i kvalitetnih odnosa (M=4,56; SD=0,50); poticanje na učenje (M=4,71; SD=0,46) i poticanje na kreativnost (M=4,53; SD=0,57).
U manjoj mjeri, ali još uvijek često se zalažu za različite vrste igara, zabave, simulacije, igranje uloga (M=4,40; SD=0,83); dvosmjernu komunikaciju i aktivno slušanje (M=4,33; SD=0,64); pomaganje drugima i suradnju u radu (M=4,38; SD=0,65); objašnjavanje donesenih odluka (M=4,15; SD=0,83); poštivanje pravila i usuglašenost (M=4,38; SD=0,56); savjetovanje (M=4,24; SD=0,77); sagledavanje stvari s više pogleda i razmišljanje na različite načine (M=4,13; SD=0,64); poticanje na samostalno razmišljanje i slobodno izražavanje (M=4,36; SD=0,80); dosljednost ili ustajnost (M=4,33; SD=0,82); usredotočenje na problem (M=4,22; SD=0,66); strpljenje (M=4,47; SD=0,66); opraštanje i toleranciju (M=4,31, SD=0,66); mirno rješavanje svada (M=4,49; SD=0,72) i uspješno nošenje s neuspjehom (M=4,27; SD=0,59).

Ponekad se zalažu za spontane razgovore (M=3,96; SD=0,86); pokazivanje topline i pozitivnih osjećaja (M=3,98; SD=0,80) i postavljanje granica (M=3,78; SD=0,92).

Treneri su neodlučni ili se samo ponekad zalažu za jednosmjernu komunikaciju i pasivno slušanje (M=3,15; SD= 1,30); raspravu (M=3,45; SD=1,17); slobodnu volju u radu (M=3,02; SD=0,99); kontrolu i upravljanje osjećajima i emocijama (M=3,64; SD=1,04) i promišljeno riskiranje (M=3,24; SD=1,05).

Metode koje rijetko primjenjuju u svom radu su kazne, prijetnje i vikanje (M=2,45; SD=0,90); udovoljavanje u svemu (M=2,05; SD=0,91) i zalaganje za miljenike (M=2,49; SD=1,30).

Metode koje većina trenera nikad ili gotovo nikad ne primjenjuje u svom radu su sljedeće: nezainteresiranost i zanovijetanje (M=1,71; SD=0,98), te podmićivanje (M=1,67; SD=1,04).

Analizirajući mišljenja trenera po grupama borilačkih vještina dobivamo sljedeće rezultate (Tablica 4.1.):

**Tablica 4.1.** Razlike u mišljenjima trenera u primjeni metoda odgoja (1-39, Tablica 4. ) u svome radu po grupama borilačkih vještina

<table>
<thead>
<tr>
<th>ANOVA</th>
<th>SS</th>
<th>df</th>
<th>MS</th>
<th>F</th>
<th>P-value</th>
<th>F crit</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Između grupa</td>
<td>1,06</td>
<td>4</td>
<td>0,26</td>
<td>0,35</td>
<td>0,84</td>
<td>2,42</td>
</tr>
<tr>
<td>Unutar grupa</td>
<td>142,88</td>
<td>190</td>
<td>0,75</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>UKUPNO</td>
<td>143,94</td>
<td>194</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
S obzirom na navedene činjenice i analizu rezultata, a govoreći o metodama iz različitih područja odgoja u radu trenera (1-39, *Tablica 4.*) utvrđeno je da se mišljenja ispitanika po grupama borilačkih vještina statistički značajno ne razlikuju uz pogrešku $p(0,05)$.

Razmatrajući detaljno prethodno navedene činjenice možemo reći kako se treneri u svom radu uglavnom zalažu za primjenu pozitivnih metoda odgoja, te time ujedno pridonose i uvažavanju poželjnih odgojnih vrijednosti. Takav pristup radu, barem kako se izjašnjavaju treneri može vrlo pozitivno utjecati na odgoj djeteta/sportaša.

7.4. **Primjena stečenih odgojnih vrijednosti usvojenih putem borilačkih vještina i od trenera u sportaševom radu i djelovanju**

*Tablica 5.* prikazuje stupanj slaganja (1-5) sportaša s definiranim odgojnim odrednicama (1-29).

*Tablica 5.* **Primjena stečenih odgojnih vrijednosti u životu sportaša**

<table>
<thead>
<tr>
<th>U svom životu, radu i djelovanju vodim računa o...</th>
<th>1 (%)</th>
<th>2 (%)</th>
<th>3 (%)</th>
<th>4 (%)</th>
<th>5 (%)</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1. unaprijedjenju zdravstvenog stanja</td>
<td>0</td>
<td>1</td>
<td>3</td>
<td>25</td>
<td>71</td>
</tr>
<tr>
<td>2. poboljšanju opće funkcionalne sposobnosti organa za kretanje, disanje, krvotoka i živčanog sustava i podizanju opće tjelesne sposobnosti i radne kondicije</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>3</td>
<td>21</td>
<td>76</td>
</tr>
<tr>
<td>3. pravilnom tjelesnom rastu i razvoju</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>3</td>
<td>20</td>
<td>77</td>
</tr>
<tr>
<td>4. razvoju visokog stupnja motorike i svladavanju tehnike pojedinih pokreta</td>
<td>0</td>
<td>1</td>
<td>5</td>
<td>17</td>
<td>77</td>
</tr>
<tr>
<td>5. unaprijedjenju intelektualnog razvoja</td>
<td>0</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>18</td>
<td>80</td>
</tr>
<tr>
<td>6. učenju i stjecanju novih znanja</td>
<td>0</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>11</td>
<td>87</td>
</tr>
<tr>
<td>7. stjecanju novih vještina i sposobnosti</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>2</td>
<td>13</td>
<td>85</td>
</tr>
<tr>
<td>8. razvoju osobnog kritičkog mišljenja i stavova</td>
<td>2</td>
<td>0</td>
<td>3</td>
<td>23</td>
<td>73</td>
</tr>
<tr>
<td>9. razvoju pozitivnih osobina ličnosti i karaktera</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>5</td>
<td>22</td>
<td>74</td>
</tr>
<tr>
<td>10. socijalnom sazrijevanju</td>
<td>0</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
<td>26</td>
<td>71</td>
</tr>
<tr>
<td>11. stjecanju prijateljstava i razvoju socijalnih odnosa</td>
<td>0</td>
<td>1</td>
<td>2</td>
<td>19</td>
<td>78</td>
</tr>
<tr>
<td>12. razvoju svijesti za obiteljski život</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>13</td>
<td>22</td>
<td>64</td>
</tr>
<tr>
<td>13. moralnom sazrijevanju</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>4</td>
<td>23</td>
<td>72</td>
</tr>
<tr>
<td>14. formiranju pogleda na svijet i pojave u društvenoj okolini</td>
<td>0</td>
<td>1</td>
<td>4</td>
<td>28</td>
<td>67</td>
</tr>
<tr>
<td>15. brizi i odgovornosti za sebe i druge</td>
<td>0</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>25</td>
<td>74</td>
</tr>
<tr>
<td>16. poštovanju, povjerenju i uvažavanju međuljudskih odnosa</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>4</td>
<td>25</td>
<td>71</td>
</tr>
<tr>
<td>17. pravednosti, poštenju i borbi za ljudska prava, te uvažavanju vjerskih, nacionalnih, kulturnih i drugih društvenih različitosti</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>10</td>
<td>25</td>
<td>66</td>
</tr>
</tbody>
</table>
Vodeći se analizom mišljenja sportaša, a uzimajući u obzir definirane odgojne odrednice (1-29, Tablica 5.) možemo reći kako velika većina njih (66% - 87%) u svom životu, radu i djelovanju vode računa o odrednicama zdravstvenog odgoja (1-3); tjelesnog odgoja (2-4); intelektualnog odgoja (5-9); socijalizacije (10-11); moralnog odgoja (13-18); samoaktualizacije (19-20) i radnog odgoja (21-23). Prosječno je slaganje sportaša s definiranim odrednicama vrlo visoko (4,54<M<4,84), a raspršenost u mišljenjima je vrlo mala (0,42<SD<0,77).

Sportaši o odrednicama obiteljskog odgoja (12) vode manje računa (M=4,46; SD=0,83), nego o prethodno navedenim, ali i dalje im to predstavlja nešto značajno u životu.

Razmatrajući odrednice estetskog odgoja (24-29) razina slaganja sportaša relativno je visoka (3,89<M<4,24), a raspršenost u mišljenjima relativno je niska (0,87<SD<1,03), te možemo reći da su ispitanici dosta neodlučni, ali se više slažu, nego što se ne slažu s navedenim odrednicama.

Analizirajući razlike u mišljenjima sportaša i uspoređujući ih po grupama borilačkih vještina dobivamo sljedeće rezultate (Tablica 5.1):
**Tablica 5.1.** Razlike u mišljenjima sportaša o pitanju vođenja računa o definiranim odgojnim odrednicama (1-29, **Tablica 5.** ) po grupama borilačkih vještina

<table>
<thead>
<tr>
<th>ANOVA</th>
<th>SS</th>
<th>df</th>
<th>MS</th>
<th>F</th>
<th>P-value</th>
<th>F crit</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Između grupa</td>
<td>0,63</td>
<td>4</td>
<td>0,16</td>
<td>2,18</td>
<td>0,07</td>
<td>2,44</td>
</tr>
<tr>
<td>Unutar grupa</td>
<td>10,11</td>
<td>140</td>
<td>0,07</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>UKUPNO</td>
<td>10,74</td>
<td>144</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

Uvažavajući analizu rezultata, a govoreći o ispitanicima sportašima i njihovom vođenju računa o definiranim odgojnim odrednicama (1-29, **Tablica 5.** ) utvrđeno je da se mišljenja ispitanika po grupama borilačkih vještina statistički značajno ne razlikuju uz pogrešku p(0,05).

Uvažavajući statističke podatke, možemo reći kako sportaši u svom životu, radu i djelovanju vode računa o unaprijedjenju zdravstvenog stanja; poboljšanju opće funkcionalne sposobnosti tjelesnih organa i sustava; podizanju opće tjelesne sposobnosti i radne kondicije; pravilnom tjelesnom rastu i razvoju; razvijanju visokog stupnja motorike i omogućavanju svladavanja tehnike pojedinih pokreta. Također, vode računa i o unaprijedjenju intelektualnog razvoja; interesu za učenjem i stjecanjem novih znanja; interesu za stjecanjem novih vještina i sposobnosti; razvoju osobnog kritičkog mišljenja i stavova; razvoju pozitivnih osobina ličnosti i karaktera; socijalnom sazrijevanju; stjecanju prijateljstava i razvoju socijalnih odnosa. Isto tako sportaši brinu o moralnom sazrijevanju; formiranju pogleda na svijet i pojave u društvenoj okolini; brizi i odgovornosti za sebe i druge; poštivanju, povjerenju i uvažavanju u međuljudskim odnosima; pravednosti, poštenju i borbi za ljudska prava, te uvažavanju vjerskih, nacionalnih, kulturnih i drugih društvenih različitosti. Zatim, nastoje razvijati dobrotu, iskrenost, uljudnost, kao i formirati pozitivni odnos prema materijalnim i duhovnim vrijednostima; razvijaju samostalnost, odgovornost i samopouzdanje; nastoje upoznati i regulirati vlastite emocije; razviti tehnike i kulture rada općenito; razviti pozitivne stavove i odnose prema radu kao i stvaranju radnih navika, razviti poslušnost, poniznost i disciplinu u radu i djelovanju.
Sportaši manje nego za prethodno navedene vrijednosti, ali i dalje značajno vode računa o obiteljskom životu. U najmanjoj mjeri, ali i dalje u pozitivnom smjeru sportaši vode brigu o razvoju smisla za ljepotu i umjetnost; razvoju osjetnih organa kao što su oko i uho; razvoju sposobnosti prihvaćanja i doživljavanja estetskih obilježja; razvoju i usavršavanju sposobnosti zapažanja i prosuđivanja estetskih obilježja; reprodukciji kreativnih misli i ostvarivanju estetskih obilježja; težnji za stvaranjem ljepših i boljih stvari, predmeta i pojava od postojećih.

7.5. Dodatni komentari, prijedlozi i napomene ispitanika

7.5.1. Posebne prednosti borilačkih vještina u odnosu na druge vještine i sportove koje su značajne za odgoj djece/mladih sportaša

Razmatrajući mišljenja sportaša i trenera uočavamo da slično razmišljaju o posebnim prednostima borilačkih vještina u odnosu na druge vještine i sportove. Prije svega radi se o tjelesnim aktivnostima koje zahtijevaju mnoštvo složenih kretnji i pokreta, te je u skladu s time po ispitanicima izrazito naglašen razvoj svih funkcionalnih i motoričkih sposobnosti. Ispitanici također misle kako se iznimna prednost borilačkih vještina ogleda prvenstveno u individualnosti. Dijete/mladi sportaš se od najranije dobi uči boriti sam za sebe. On je u ringu ili na strunjači sam ispred svog suparnika i ovisi samo o sebi i svojim psihofizičkim sposobnostima. Kod djeteta se kroz borbu i specifičnosti borilačkih vještina razvija disciplina, samopouzdanje, hrabrost, upornost, stabilnost i sl. Sportaš se jako dobro uči samokontroli i kontroli emocija. Neprestano se susreće s pobjedama i porazima, te se uči nositi s njima. U borbi ovisi sam o sebi te tako svaki poraz prima puno osobnije nego netko tko se bavi nekim ekipnim sportom ili aktiviteta. Sportaš se nauči svaki puta nakon poraza dizati i biti jači, uporniji, motivirani kako bi se popравio i ostvarivao daljnje uspjehe. Kroz borbu se uči i fair playu, a slijedeći načela borilačke vještine kojom se bavi gradi samopoštovanje i poštovanje drugih, te nauči da nikog nije dobro podejmenjivati. Također u skladu sa specifičnostima borilačkih vještina svaki pojedinac stječe određenu razinu sigurnosti i samoobrane. I na kraju, objedinjujući sve vrijednosti koje borilačke vještine daju više nego drugi sportovi i aktivnosti ispitanici naglašavaju kako se sve naučeno lako prenosi na životne situacije. Čovjek se lakše nosi s problemima, zahtjevima, stresom i preprekama koje mu život donosi ako je već prije naučio biti ustrajan, odgovoran, hrabar, discipliniran, odlučan i prije svega kako borac u vještini, tako i borac u životu.
7.5.2. Otežavajuće okolnosti i negativne strane borilačkih vještina u ostvarivanju odgojne uloge kod djece/mladih sportaša

Ispitanici se uglavnom jednoglasno izjašnjavaju po pitanju otežavajućih okolnosti i negativnih strana borilačkih vještina. Daleko je ispred svega u fokusu ispitanika zlouporaba borilačkih vještina. Naime, svako dijete/mladi sportaš dugotrajnim radom i izloženost treninzima postaje značajno tjelesno nadmoćniji od svojih vršnjaka. Stječe jako veliko samopouzdanje, hrabrost i odlučnost. Međutim, provodeći sve više vremena u okolini sličnoj sebi postoji mogućnost da zanemari i izgubi osjećaj za okolinu oko sebe. To nikako nije dobro jer gubi realni osjećaj svojih mogućnosti i lako može ući u sukobe i konflikte na ulici, u društvu, na poslu, u obitelji i sl. Ako se na vrijeme dijete/mladog sportaša pravilno ne usmjeri borilačke vještine u potpunosti mogu izgubiti značaj. Tada je jedino što slijedi razvoj negativne agresivnosti i nekontroliranosti što se svakako može loše odraziti na okolinu i društvo, ali i samog sportaša. Kako do toga ne bi došlo, većina ispitanika ističe važnost stručnosti trenera. Upravo još jedan negativni segment može biti nestručan, nedovoljno pedagoški i obrazovno nekompetentan trener. U tom slučaju svi njegovi nedostaci se lako prenose na dijete/SPORTAŠA. Sljedeća bitna negativna stvar su ozljede. One također mogu biti rezultat nestručnog trenera, ali i pogrešno usmjerениh roditelja kojima je bitan rezultat, a ne zdravlje djeteta/mladog sportaša. U svakom slučaju forsiranje djece/sportaša lako dovodi do neželjenih ozljeda. Sama specifičnost i složenost borilačkih vještina lako može dovesti do ozljeda ako se radi nedovoljno stručno, neoprezno i nemetodično jer čovjek je ipak čovjek, a ne stroj. Manji dio ispitanika navodi i individualnost kao negativnu stranu. Pod time podrazumijevaju gubljenje osjećaja za timski duh i postoji mogućnost da čovjek kao uspješna individua ne može kvalitetno ni uspješno funkcionirati u društvu. Jednostavno se ne može uklopiti jer je navikao raditi i funkcionirati sam za sebe.

7.5.3. Sve ostalo što ispitanici smatraju važnim vezano za temu istraživanja

➤ Misli pojedinih ispitanika...

bez napornog rada i uloženog truda i vremena. U borilačkim sportovima nikada ne možeš sve naučiti. Iako učiš svaki trening, nikada ne možeš sve naučiti, a to te tjera i motivira za dalje, za više“

Anonimna sportašica

„Borilački je sport način života koji uz kvalitetno vodstvo može pravilno izgrađivati mladi karakter te usmjeravati mladu osobu na pravi put. Ljudi su stvorenri različiti, a to i je ljepota prirode, te nas takve različite uz kvalitetno usmjeravanje može dovesti do nekog cilja koji kroz rad i zalaganje ta osoba sama sebi postavi. Pogledom na bilo koji sustav natjecanja, olimpijski, svjetski kup, europski kup, međunarodni kup, državni kup... sve su tu ciljevi za koje se proljeva krv i znoj kroz rad, stegu, disciplinu... tko nije skidao kile za neku kategoriju ispod ne zna što je odricanje sportaša. Svaki čovjek treniranjem i postavljanjem plemenitih ciljeva ne gubi vrijeme provodeći na ulici i tražeći probleme po lokalnim kvartovima na način da se uklopi, jer biti dio zajednice u nekom sportu osjećaj je pripadnosti koji se ugradi unutar čovjeka i koji te ispunjava u svakodnevnom životu.“

Anonimni sportaš

„Najbitnije je novim članovima kluba i njihovim roditeljima objasniti realno što se može očekivati u ovome sportu. Što trener zahtijeva od člana kluba i da treba podršku roditelja. Za to mora postojati dvosmjerna komunikacija. Trener mora znati svog učenika u dušu ne samo kao sportaša nego i privatno, a to ne ide bez dvosmjerne odnosno trosmjerne komunikacije: trener-učenik-roditelj. Isto tako učenicima i roditeljima treba govoriti iskreno i realno stanje o napredovanju, a ne u superlativima pričati kako bi oni ostali članovi kluba samo zbog članarine ili nekih drugih sporednih razloga. Prema svakom članu se treba pristupiti individualno. Jer svaki član je posebna individua. Primjer: pojedini sportaši traže vojnički sistem glasnije zapovijedi, grublji nastup kako bi napredovali i to će shvatiti kao dobromnjerno. Dok drugi traže blaži ton, više razgovora prije i poslije treninga i slično.“

Anonimni trener
S obzirom na fenomen istraživanja ovog rada i detaljnu analizu stručne literature možemo reći kako je glavna svrha rada bila izvući i dobiti što detaljnije i konkretnije informacije o odgojnoj ulozi borilačkih vještina na području Republike Hrvatske. Analizom radova i činjenica iz proučavane literature i objedinjavanjem istih dobili smo cjelovitoj uvid u razvoj pojedinih borilačkih vještina i njihovu ulogu u odgoju djece/mladih sportaša. Borilačke vještine su kroz povijest zaista imale svoju ulogu u odgoju mladih ljudi. U nekim periodima povijesti to je bilo više izraženo, a u nekim manje. U nekim povijesnim državama i narodima je također bilo više zastupljeno, a nekim manje. Neki povijesni velikini iz primjerice područja filozofije, povijesti i pedagogije su značajno pridonijeli razvoju borilačkih vještina i ostvarivanju njihove odgojne uloge. To smo detaljnom razradom definiranih vještina i potvrdili. Odgoj je kroz povijest zaista uključivao i različite borilačke vještine kao sredstva njegovanja odgojnih vrijednosti. Borilačke vještine su zaista u većini slučajeva slijedile pedagoška načela i stvarale pozitivne i uspješne ličnosti koje se pamte do danas. Postavlja se pitanje koliko su se odgojne vrijednosti zadržale u današnjem poučavanju borilačkih vještina. Kroz analizu sadržaja uvidjeli smo da su današnji oblici borilačkih vještina poprimili obilježja sportske aktivnosti. Nekadašnji tradicionalni sustavi odgoja i poučavanja u borilačkim vještinama su prihvatili suvremena pravila, dinamiku i sadržaje sportskih aktivnosti. Iste te aktivnosti su prilagođene publici, gledateljstvu i modernim poimanjima idealnog, lijepog i savršenog modela budućnosti. Svaki je borilački sport zaista postao nova vještina. Međutim, jesu li nove vještine nastavile njegovati odgojne vrijednosti tradicionalnih borilačkih vještina može se saznati jedino istraživanjima onoga što te vještine njeguju danas. Uzimajući u obzir specifične ciljeve istraživanja možemo reći kako su sportaši stekli čitav niz odgojnih vrijednosti kroz borilačke vještine. Prije svega naučili su se disciplini, ustrajnosti, organiziranosti i poštivanju pravila i normi u društvu. Stekli su samopouzdanje, samostalnost, odgovornost i radne navike. Naučili su se samokontroli, regulaciji vlastitih emocija, kritičkom promišljanju i održavanju zdravstvenih i higijenskih navika. Razvili su i poboljšali funkcionalne i motoričke sposobnosti i intelektualne sposobnosti. Razvili su dobrotu, iskrenost i uljudnost, te izgradili karakter i ličnost s jedinstvenim pogledima na društvo, okolinu i pojaive oko sebe. Naučili su prihvaćati kulturne, vjerske, nacionalne i druge društvene različitosti. Stekli su poštovanje prema sebi i drugima. Socijalno su sazreli i naučili...
obrazovanih trenera i tradicionalnih majstora (trenera) borilačkih vještina“ bi bila vrlo
značajna tema istraživanja koja bi se logičkim slijedom nadovezala na ovaj rad. Time bi stekli
bolji uvid o izgradnji poželjnih odgojnih vrijednosti kod djece/mladih sportaša od strane
pojedinih trenera ili pojedinih kategorija trenera. Također, vrlo korisno, a vjerojatno i
najpoželjnije nadovezivanje na ovaj rad bi bilo istraživanje „forsiranih talenata“ u borilačkim
vještinama. U ovome radu smo dobili i dio informacija koji nam govori da su najnegativnije
odlike borilačkih vještina ozljede, nekompetentni treneri i zloupotreba borilačkih vještina. Taj
dio negativnih odlika može vrlo lako biti povezan sa „prisilnim“ bavljenjem borilačkim
vještinama koji u svakom slučaju podrazumijeva psihičko ili fizičko pretjerano forsiranje
djece/mladih sportaša. Tim istraživanjem bi obuhvatili ljude (bivše sportaše) koji su radi
ozljeda, lošeg odgojnog pristupa, uskraćivanja slobode izbora i sl. negativnih čimbenika
svojevremeno napustili borilačke vještine. Mogli bi se također uključiti i istraživači iz
područja psihologije, kineziologije i zdravstva kako bi se bolje utvrdilo psihičko i fizičko
trenutno stanje takvih nekad „forsiranih talenata“. Mogli bi utvrditi da li su se oni uspjeli
oduprijeti negativnim čimbenicima ili imaju fizičke ili psihičke posljedice proizašle iz toga u
daljnjem životu.

Zaključnom mišlju možemo reći da smo u ovome radu i ovim istraživanjem dokazali da su
mišljenja sportaša po pitanju odgojne uloge borilačkih vještina pozitivna, a da su treneri osobe
koje nastoje taj pozitivan smjer održati. To naravno ne znači da su borilačke vještine idealno
sredstvo ili aktivnost za stjecanje pozitivnih odgojnih vrijednosti. Nismo svi isti. Ne mogu se
svi pronaći u borilačkim vještinama. Netko će možda radije pjevati, crtati ili svirati. Ako
imamo one koji sviraju, u „dvorani“ će se lakše plesati uz ritam. Svatko ima svoje mjesto u
društvu.
LITERATURA


69


Internet izvori:
https://hr.wikipedia.org/wiki/Borila%C4%8Dke_vje%C5%A1tine
https://hr.wikipedia.org/wiki/Boks
https://hr.wikipedia.org/wiki/Kickboks
https://hr.wikipedia.org/wiki/D%C5%BEiju-d%C5%BEicu
https://hr.wikipedia.org/wiki/Brazilski_d%C5%BEiju-d%C5%BEicu
https://hr.wikipedia.org/wiki/Mje%C5%A1ovite_borila%C4%8Dke_vje%C5%A1tine
PRILOZI

Prilog 1.

- Anketni upitnik odgojnih čimbenika kod mladih sportaša u borilačkim vještinama u Hrvatskoj

Prilog 2.

- Anketni upitnik odgojne uloge trenera borilačkih vještina u Hrvatskoj
Poštovani/a,

Ovim putem Vas pozivamo da sudjelujete u istraživanju kojim se ispituje odgojna uloga borilačkih vještina u Republici Hrvatskoj. U tom pogledu, sportsko iskustvo koje imate vrlo je značajan izvor podataka koji će se koristiti u ovom istraživanju.


Vjerujemo da ćete suradnički i s velikim interesom pristupiti ispunjavanju ovog upitnika kako bi zajednički došli do realnih saznanja koja bi u budućnosti mogla biti vrlo korisna mladim sportašima i trenerima, a i širem krugu stručnjaka koji se bave pedagogijom slobodnog vremena i srodnim područjima.

O rezultatima istraživanja biti ćete na vrijeme obaviješteni.

Podaci prikupljeni ovim anketnim upitnikom koristit će se isključivo u svrhu znanstvenih istraživanja i analiza, te u svrhu izrade gore navedenog diplomskog rada.

Osobni podaci ispitanika služit će isključivo kao pomoć autoru diplomskog rada radi lakše orijentacije, sortiranja, obrade i analize podataka pri izradi diplomskog rada i neće biti korišteni niti izneseni javno. Time je osigurana potpuna anonimnost ispitanika.
**I. OPĆA SKUPINA PITANJA**

Ime i prezime (nije obavezno navesti):

Spol (molimo označiti sa „X“):
- [ ] M
- [ ] Ž

Dob (molimo navedite):

Županija/e trenutnog sportskog djelovanja (molimo označiti sa „X“):

<table>
<thead>
<tr>
<th>Zagrebačka</th>
<th>Brodsko-posavska</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Krapinsko-zagorska</td>
<td>Zadarska</td>
</tr>
<tr>
<td>Sisačko-moslavačka</td>
<td>Osječko-baranjska</td>
</tr>
<tr>
<td>Karlovačka</td>
<td>Šibensko-krkinska</td>
</tr>
<tr>
<td>Varaždinska</td>
<td>Vukovarsko-srijemska</td>
</tr>
<tr>
<td>Koprivničko-križevacka</td>
<td>Splitsko-dalmatinska</td>
</tr>
<tr>
<td>Bjelovarsko-bilogorska</td>
<td>Istarska</td>
</tr>
<tr>
<td>Primorsko-goranska</td>
<td>Dubrovačko-neretvanska</td>
</tr>
<tr>
<td>Ličko-senjska</td>
<td>Međimurska</td>
</tr>
<tr>
<td>Virovitičko-podravska</td>
<td>Grad zagreb</td>
</tr>
<tr>
<td>Požeško-slavonska</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

Godine aktivnog bavljenja borilačkim vještinama (molimo navedite):

S koliko godina ste se počeli baviti borilačkim vještinama (molimo navedite):

Borilačke vještine kojima ste se bavili (molimo označite sa „X“):
- [ ] Hrvanje
- [ ] Judo
- [ ] Karate
- [ ] Taekwondo
- [ ] Neke druge (koje)
II. VAŠA MIŠLJENJA O ODGOJNOJ ULOZI BORILAČKIH VJEŠTINA

1. U kolikoj mjeri smatrate da su borilačke vještine utjecale na Vaš odgoj (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>Uopće nisu utjecale</th>
<th>Vrlo malo su utjecale</th>
<th>Malo su utjecale</th>
<th>Osrednje su utjecale</th>
<th>Puno su utjecale</th>
<th>Izrazito puno su utjecale</th>
</tr>
</thead>
</table>

1.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!

2. U kolikoj mjeri smatrate da su borilačke vještine utjecale na formiranje Vas kao svestrane ličnosti (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>Uopće nisu utjecale</th>
<th>Vrlo malo su utjecale</th>
<th>Malo su utjecale</th>
<th>Osrednje su utjecale</th>
<th>Puno su utjecale</th>
<th>Izrazito puno su utjecale</th>
</tr>
</thead>
</table>

2.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!

3. Procijenite svoj stupanj (ne)slaganja s ulogom borilačkih vještina u okvirima sljedećih odrednica (molimo označite sa „X“):

1. unaprijedile su zdravstveno stanje
2. poboljšale su opće funkcionalne sposobnosti organa za kretanje, disanje, krvotok i živčani sustav i utjecale na podizanje opće tjelesne sposobnosti i radne kondicije
3. značajno su utjecale na pravilan tjelesni rast i razvoj
4. razvilе su visoki stupanj motorike i omogućile svladavanje tehnike pojedinih pokreta
5. pozitivno su utjecale i unaprijedile intelektualni razvoj
6. pobuđivale su interese za učenjem i stjecanjem novih znanja
7. pobuđivale su interese za stjecanjem novih vještina i sposobnosti
8. poticale su razvoj osobnog kritičkog mišljenja i stavova
9. poticale su razvoj pozitivnih osobina ličnosti i karaktera
10. utjecale su na socijalno sazrijevanje
11. poticale su stjecanje prijateljstava i razvoj socijalnih odnosa
12. razvijale su svijest za obiteljski život
13. utjecale su na moralno sazrijevanje

<table>
<thead>
<tr>
<th>Borilačke vještine kod mene kao djeteta/mladog sportaša...</th>
<th>1</th>
<th>2</th>
<th>3</th>
<th>4</th>
<th>5</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1. unaprijedile su zdravstveno stanje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>2. poboljšale su opće funkcionalne sposobnosti organa za kretanje, disanje, krvotok i živčani sustav i utjecale na podizanje opće tjelesne sposobnosti i radne kondicije</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>3. značajno su utjecale na pravilan tjelesni rast i razvoj</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>4. razvile su visoki stupanj motorike i omogućile svladavanje tehnike pojedinih pokreta</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>5. pozitivno su utjecale i unaprijedile intelektualni razvoj</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>6. pobuđivale su interese za učenjem i stjecanjem novih znanja</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>7. pobuđivale su interese za stjecanjem novih vještina i sposobnosti</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>8. poticale su razvoj osobnog kritičkog mišljenja i stavova</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>9. poticale su razvoj pozitivnih osobina ličnosti i karaktera</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>10. utjecale su na socijalno sazrijevanje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>11. poticale su stjecanje prijateljstava i razvoj socijalnih odnosa</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>12. razvijale su svijest za obiteljski život</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>13. utjecale su na moralno sazrijevanje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

85
14. utjecale su na formiranje pogleda na svijet i pojave u društvenoj okolini
15. poticale su brigu i odgovornost za sobom i drugima
16. razvijale su poštovanje, povjerenje i uvažavanje u međuljudskim odnosima
17. poticale su pravednost, poštovanje i borbu za ljudska prava, te uvažavanje vjerskih, nacionalnih, kulturnih i drugih društvenih različitosti
18. razvijale su dobrotu, iskrenost, uljudentnost i omogućavale formiranje pozitivnog odnosa prema materijalnim i duhovnim vrijednostima
19. poticale su razvijanje samostalnosti, odgovornosti i samopouzdanja
20. poticale su upoznavanje i reguliranje vlastitih emocija
21. poticale su razvoj tehnika i kultura rada općenito
22. razvijale su pozitivne stavove i odnose prema radu kao i stvaranje radnih navika
23. razvijale su poslušnost, poniznost i disciplinu u radu i djelovanju općenito
24. razvijale su rezime za ljepotu i umjetnost
25. utjecale su na razvoj osjetnih organa kao što su oko i uho
26. utjecale su na razvoj sposobnosti prihvaćanja i doživljavanja estetskih obilježja
27. utjecale su na razvoj i usavršavanje sposobnosti zapažanja i prosuđivanja estetskih obilježja
28. poticale su reprodukciju kreativnih misli i ostvarivanje estetskih obilježja
29. izazivale su težnju za stvaranjem ljepših i boljih stvari, predmeta i pojava od postojećih
30. nešto drugo (navedite)...

III. VAŠA MIŠLJENJA O ODGOJNOJ ULOZI TRENERA

1. Koliko je odgojna uloga Vašeg trenera bila važna u Vašem životu kao djeteta/mladog sportaša (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>U potpunosti nevažna</th>
<th>Dosta nevažna</th>
<th>Djelomično važna</th>
<th>Djelomično nevažna</th>
<th>Dosta važna</th>
<th>Iznimno važna</th>
</tr>
</thead>
</table>

1.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!
2. Koliko je odgojna uloga Vašeg trenera bila učinkovita (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>U potpunosti neučinkovita</th>
<th>Dosta neučinkovita</th>
<th>Djelomično neučinkovita</th>
<th>Djelomično učinkovita</th>
<th>Dosta učinkovita</th>
<th>Iznimno učinkovita</th>
</tr>
</thead>
</table>

2.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!

3. Koliko Vi primjenjujete i njegujete odgojne vrijednosti u svom životnom djelovanju kojima Vas je Vaš trener poučavao ili Vas još uvijek poučava (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>Uopće ne primjenjujem</th>
<th>Vrlo malo primjenjujem</th>
<th>Malo primjenjujem</th>
<th>Osrednje primjenjujem</th>
<th>Puno primjenjujem</th>
<th>Izrazito puno primjenjujem</th>
</tr>
</thead>
</table>

3.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!

4. Koliko ćete Vi i primjenjivati i njegovati odgojne vrijednosti u svom budećem radu i djelovanju, a kojima Vas je Vaš trener poučavao ili Vas još uvijek poučava (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>Uopće ih neću primjenjivati</th>
<th>Vrlo malo ću ih primjenjivati</th>
<th>Malo ću ih primjenjivati</th>
<th>Osrednje ću ih primjenjivati</th>
<th>Puno ću ih primjenjivati</th>
<th>Izrazito puno ću ih primjenjivati</th>
</tr>
</thead>
</table>

3.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!
IV. PRIMJENA STEČENIH ODGOJNIH VRJEDNOSTI USVOJENIH PUTEM
BORILAČKIH VJEŠTINA OD TRENERA U MOME RADU I DJELOVANJU

Molimo označite sa „X“ Vaše slaganje s tvrdnjama navedenim u sljedećoj tablici:

1 - ne slažem se  
2 - uglavnom se ne slažem  
3 - niti se slažem, niti se ne slažem  
4 - uglavnom se slažem  
6 - slažem se

<table>
<thead>
<tr>
<th>U svom životu, radu i djelovanju vodim računa o...</th>
<th>1</th>
<th>2</th>
<th>3</th>
<th>4</th>
<th>5</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1. unapređenju zdravstvenog stanja</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>2. poboljšanju opće funkcionalne sposobnosti organa za kretanje, disanje, krvotoka i živčanog sustava i podizanju opće tjelesne sposobnosti i radne kondicije</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>3. pravilnom tjelesnom rastu i razvoju</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>4. razvoju visokog stupnja motorike i svladavanju tehnike pojedinih pokreta</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>5. unapređenju intelektualnog razvoja</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>6. učenju i stjecanju novih znanja</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>7. stjecanju novih vještina i sposobnosti</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>8. razvoju osobnog, kritičkog mišljenja i stavova</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>9. razvoju pozitivnih osobina ličnosti i karaktera</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>10. socijalnom sazrijevanju</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>11. stjecanju prijateljstava i razvoju socijalnih odnosa</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>12. razvoju svijesti za obiteljski život</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>13. moralnom sazrijevanju</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>14. formiranju pogleda na svijet i pojave u društvenoj okolini</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>15. brizi i odgovornosti za sebe i druge</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>16. poštovanju, povjerenju i uvažavanju međuljudskih odnosa</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>17. pravednosti, poštenju i borbi za ljudska prava, te uvažavanju vjerskih, nacionalnih, kulturnih i drugih društvenih različitosti</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>18. razvoju dobrote, iskrenosti, uljudnosti i formiranju pozitivnih odnosa prema materijalnim i duhovnim vrijednostima</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>19. razvijanju samostalnosti, odgovornosti i samopouzdanja</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>20. upoznavanju i reguliranju vlastitih emocija</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>21. razvoju tehnika i kultura rada općenito</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>22. razvoju pozitivnih stavova i odnosa prema radu kao i stvaranju radnih navika</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>23. poslušnosti, poniznosti i disciplini u radu i djelovanju općenito</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>24. razvoju smisla za ljepotu i umjetnost</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>25. razvoju osjetnih organa kao što su oko i uho</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>26. razvoju sposobnosti prihvaćanja i doživljavanja estetskih obilježja</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>27. razvoju i usavršavanju sposobnosti zapažanja i prosuđivanja estetskih obilježja</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>28. reprodukciji kreativnih misli i ostvarivanju estetskih obilježja</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>29. težnji za stvaranjem ljepših i boljih stvari, predmeta i pojava od postojećih</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>30. nešto drugo (navedite)...</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
V. DODATNI KOMENTARI, PRIJEDLOZI, NAPOMENE...

1. Možete li navesti neke posebne prednosti borilačkih vještina u odnosu na druge vještine i sportove, a koje su značajne za odgoj djece/mladih sportaša?

2. Možete li istaknuti neke otežavajuće okolnosti ili negativne strane borilačkih vještina u ostvarivanju odgojne uloge kod djece/mladih sportaša?

3. Sve ostalo što smatrate važnim za ovu temu istraživanja možete navesti ovdje!

Zahvaljujemo Vam na razumijevanju i suradnji!
Poštovani/a,

Ovim putem Vas pozivamo da sudjelujete u istraživanju kojim se ispituje odgojna uloga borilačkih vještina u Republici Hrvatskoj. U tom pogledu, trenerško, sportsko i pedagoško iskustvo koje imate vrlo je značajan izvor podataka koji će se koristiti u ovom istraživanju.


Za ispunjavanje ovog anketnog upitnika će Vam biti potrebno od 15 do 20 minuta vremena.

Vjerujemo da ćete suradnjički i s velikim interesom pristupiti ispunjavanju ovog upitnika kako bi zajednički došli do realnih saznanja koja bi u budućnosti mogla biti vrlo korisna mladim sportašima i trenerima, a i širem krugu stručnjaka koji se bave pedagogijom slobodnog vremena i srodnim područjima.

O rezultatima istraživanja biti ćete na vrijeme obaviješteni.

Podaci prikupljeni ovim anketnim upitnikom korisit će se isključivo u svrhu znanstvenih istraživanja i analiza, te u svrhu izrade gore navedenog diplomskog rada.

Osobni podaci ispitanika služit će isključivo kao pomoć autoru diplomskog rada radi lakše orijentacije, sortiranja, obrasce i analize podataka pri izradi diplomskog rada i neće biti korišteni niti izneseni javno. Time je osigurana potpuna anonimnost ispitanika.
I. OPĆA SKUPINA PITANJA

Ime i prezime (nije obavezno navesti):

Spol (molimo označiti sa „X“):

Dob (molimo navedite):

Županija/e trenutnog sportskog djelovanja (molimo označiti sa „X“):

- Zagrebačka
- Krapinsko-zagorska
- Sisačko-moslavačka
- Karlovačka
- Varaždinska
- Koprivničko-križevačka
- Bjelovarsko-bilogorska
- Primorsko-goranska
- Ličko-senjska
- Virovitičko-podravska
- Požeško-slavonska
- Brodsko-posavska
- Zadarska
- Osječko-baranjska
- Šibensko-krknska
- Vukovarsko-srijemska
- Splitsko-dalmatinska
- Istarska
- Dubrovačko-neretvanska
- Međimurska
- Grad zagreb

Godine aktivnog bavljenja borilačkim vještinama (molimo navedite):

S koliko godina ste se počeli baviti borilačkim vještinama (molimo navedite):

Borilačke vještine kojima ste se bavili (molimo označite sa „X“):

- Hrvanje
- Judo
- Karate
- Taekwondo
- Neke druge (koje)
II. VAŠA MIŠLJENJA O ODGOJNOJ ULOZI BORILAČKIH VJEŠTINA

4. U kolikoj mjeri smatrate da borilačke vještine utječu na odgoj djeteta/mladog sportaša (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>Uopće ne utječu</th>
<th>Vrlo malo utječu</th>
<th>Malo utječu</th>
<th>Osrednje utječu</th>
<th>Puno utječu</th>
<th>Izrazito puno utječu</th>
</tr>
</thead>
</table>

4.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!

5. U kolikoj mjeri smatrate da borilačke vještine utječu na formiranje djeteta/mladog sportaša kao svestrane ličnosti (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>Uopće ne utječu</th>
<th>Vrlo malo utječu</th>
<th>Malo utječu</th>
<th>Osrednje utječu</th>
<th>Puno utječu</th>
<th>Izrazito puno utječu</th>
</tr>
</thead>
</table>

5.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!

6. Procijenite svoj stupanj (ne)slaganja s ulogom borilačkih vještina u okvirima sljedećih odrednica (molimo označite sa „X“):

- ne slažem se
- uglavnom se ne slažem
- niti se slažem, niti se ne slažem
- uglavnom se slažem
- slažem se

Borilačke vještine kod djeteta/mladog sportaša...

<table>
<thead>
<tr>
<th>1.</th>
<th>2.</th>
<th>3.</th>
<th>4.</th>
<th>5.</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>unaprijeduju zdravstveno stanje</td>
<td>poboljšavaju opće funkcionalne sposobnosti organa za kretanje, disanje, krvotok i živčanog sustava i utječu na podizanje opće tjelesne sposobnosti i radne kondicije</td>
<td>značajno utječu na pravilan tjelesni rast i razvoj</td>
<td>razvijaju visoki stupanj motorike i omogućuju svladavanje tehnike pojedinih pokreta</td>
<td>pozitivno utječu i unaprijeduju intelektualni razvoj</td>
</tr>
</tbody>
</table>
14. utječu na formiranje pogleda na svijet i pojave u društvenoj
   okolini
15. potiču brigu i odgovornost za sobom i drugima
16. razvijaju poštovanje, povjerenje i uvažavanje u
   međuljudskim odnosima
17. potiču pravednost, poštenje i borbu za ljudska prava, te
   uvažavanje vjerskih, nacionalnih, kulturnih i drugih
   društvenih različitosti
18. razvijaju dobrotu, iskrenost, uljdnost i omogućuju
   formiranje pozitivnog odnosa prema materijalnim i duhovnim
   vrijednostima
19. potiču razvijanje samostalnosti, odgovornosti i
   samopouzdanja
20. potiču upoznavanje i reguliranje vlastitih emocija
21. potiču razvoj tehnika i kultura rada općenito
22. razvijaju pozitivne stavove i odnose prema radu kao i
   stvaranje radnih navika
23. razvijaju poslušnost, poniznost i disciplinu u radu i
   djelovanju općenito
24. razvijaju smisao za ljepotu i umjetnost
25. utječu na razvoj osjetnih organa kao što su oko i uho
26. utječu na razvoj sposobnosti prihvaćanja i doživljavanja
   estetskih obilježja
27. utječu na razvoj i usavršavanje sposobnosti zapažanja i
   prosuđivanja estetskih obilježja
28. potiču reprodukciju kreativnih misli i ostvarivanje estetskih
   obilježja
29. izazivaju težnju za stvaranjem ljepših i bolji
   stvari, predmeta i pojava od postojećih
30. nešto drugo (navedite)...

III. VAŠA MIŠLJENJA O KVALITETI I UČINKOVITOSTI VLASTITE ODGOJNE
    ULOGE

1. Smatrate li Vi sebe uzornim trenerom (molimo označite sa „X“)?
   
   DA    NE

   1.1. Ako ste na prethodno pitanje odgovorili „DA“ možete li navesti tri vrline koje Vas čine
   uzornim trenerom, ako ste odgovorili „NE“ preskočite ovo pitanje.

2. Smatrate li sebe kao trenera ujedno i odgojiteljem djece/mladih sportaša.
   
   DA    NE

   Ako ste na prethodno pitanje odgovorili „DA“ odgovarajte redom na sljedeća pitanja, a ako ste
   odgovorili „NE“ prijedite na IV. skupinu pitanja.
2.1. Možete li procijeniti koliko je Vaša odgojna uloga važna u životu djeteta/mladog sportaša (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>U potpunosti je nevažna</th>
<th>Dosta je nevažna</th>
<th>Djelomično je važna</th>
<th>Djelomično je nevažna</th>
<th>Dosta je važna</th>
<th>Iznimno je važna</th>
</tr>
</thead>
</table>

2.1.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!

2.2. Možete li procijeniti koliko je Vaša odgojna uloga učinkovita (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>U potpunosti je neučinkovita</th>
<th>Dosta je neučinkovita</th>
<th>Djelomično je učinkovita</th>
<th>Djelomično je neučinkovita</th>
<th>Dosta je učinkovita</th>
<th>Iznimno je učinkovita</th>
</tr>
</thead>
</table>

2.2.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!

2.3. U kolikoj mjeri smatrate da djeca/mladi sportaši primjenjuju i njeguju odgojne vrijednosti u svom trenutnom životnom djelovanju kojima ih Vi poučavate ili ste ih poučavali (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>Uopće ne primjenjuju</th>
<th>Vrlo malo primjenjuju</th>
<th>Malo primjenjuju</th>
<th>Osrednje primjenjuju</th>
<th>Puno primjenjuju</th>
<th>Izrazito puno primjenjuju</th>
</tr>
</thead>
</table>

2.3.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!

2.4. U kolikoj mjeri smatrate da će djeca/mladi sportaši primjenjivati i njegovati odgojne vrijednosti kojima ih Vi poučavate u svom budućem radu i djelovanju (molimo označite sa „X“)?

<table>
<thead>
<tr>
<th>Uopće ih neće primjenjivati</th>
<th>Vrlo malo će primjenjivati</th>
<th>Malo će primjenjivati</th>
<th>Osrednje će primjenjivati</th>
<th>Puno će primjenjivati</th>
<th>Izrazito puno će primjenjivati</th>
</tr>
</thead>
</table>

2.4.1. Molimo ukratko obrazložite prethodni odgovor!
IV. ODGOJNE METODE U RADU TRENERA

1. U tablici je naveden niz metoda iz različitih odgojnih područja. Za svaku od navedenih odaberite koliko se često zalažete u svom trenerskom radu (molimo označite sa „X“).

<table>
<thead>
<tr>
<th>Odgojne strategije, metode, postupci i pravila za koje se zalažem u svome radu:</th>
<th>Nikad</th>
<th>Rijetko</th>
<th>Ponekad</th>
<th>Često</th>
<th>Vrlo Često</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1. zdrav način života, urednost i dobre higijenske navike</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>2. različite vrste igara, zabave, simulacija, igranja uloga</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>3. poticanje na razvoj samopouzdanja i samozaštite</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>4. jednosmjerna komunikacija i pasivno slušanje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>5. dvosmjerna komunikacija i aktivno slušanje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>6. rasprava</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>7. spontani razgovori</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>8. pomaganje drugima i suradnja u radu</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>9. razumijevanje drugih i briga za osjećaje drugih</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>10. međusobna potpora i pomaganje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>11. povjerenje i međusobno poštivanje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>12. pohvale i motivacija</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>13. kazne, prijetnje i vikanje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>14. udovoljavanje u svemu</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>15. pokazivanje topline i pozitivnih osjećaja</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>16. nezainteresiranost i ranđerjanje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>17. slobodna volja u radu</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>18. kontrola i upravljanje osjećajima i emocijama</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>19. objašnjavanje donesenih odluka</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>20. poštivanje pravila i usuglašenost</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>21. savjetovanje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>22. promišljeno riskiranje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>23. sagledavanje stvari s više pogleda i razmišljanje na različite načine</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>24. dopuštanje napretka</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>25. poticanje na samostalno razmišljanje i slobodno izražavanje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>26. postavljanje granica</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>27. podmićivanje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>28. dosljednost ili ustrajnost</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>29. usredotočenje na problem</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>30. strpljenje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>31. opraštanje i tolerancija</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>32. mirno rješavanje svađa</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>33. zalaganje za miljenike</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>34. uspješno nošenje s neuspjehom</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>35.</td>
<td>poticanje na uspješnost</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>36.</td>
<td>odgovornost i samostalnost u radu</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>37.</td>
<td>razvijanje socijalnih vještina i kvalitetnih odnosa</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>38.</td>
<td>poticanje na učenje</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>39.</td>
<td>poticanje na kreativnost</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
| 40. | nešto drugo (navedite i pojasnite)...

V. DODATNI KOMENTARI, PRIJEDLOZI, NAPOMENE...

4. Možete li navesti neke posebne prednosti borilačkih vještina u odnosu na druge vještine i sportove, a koje su značajne za odgoj djece/mladih sportaša?

5. Možete li istaknuti neke otežavajuće okolnosti ili negativne strane borilačkih vještina u ostvarivanju odgojne uloge kod djece/mladih sportaša?

6. Sve ostalo što smatrate važnim za ovu temu istraživanja možete navesti ovdje!

Zahvaljujemo Vam na razumijevanju i suradnji!