



# FUN FOR VOLLEY BALL

**ZNANSTVENO ISTRAŽIVANJE**

**O UČINKOVITOSTI FUNBALL PROGRAMA**

**ZA DJECU OD 6 DO 9 GODINA**

Potpura Europske komisije proizvodnji ove publikacije ne predstavlja potporu sadržaju koji odražava samo stavove autora i Komisija ne može biti odgovorna za uporabu sadržanih informacija.



Sufinancirano sredstvima  
programa Europske unije  
Erasmus+

# ZNANSTVENO ISTRAŽIVANJE O UČINKOVITOSTI FUNBALL PROGRAMA ZA DJECU OD 6 DO 9 GODINA

U svrhu dobivanja povratnih informacija o zadovoljstvu djece programom Funball (6 – 9), a sukladno dobi djece koja su sudjelovala u aktivnostima programa korišten je upitnik Smileyometer (Read, 2008). Radi se o prilagođenoj Likertovoj peto stupanjskoj skali gdje djeca odabiru jedno od pet ponuđenih lica koja predstavljaju grozan (1), nezadovoljan (2), dobar (3), jako dobar (4) i odličan osjećaj. Putem Smileyometra od djece su zatraženi odgovori na 5 pitanja. Svako pitanje predstavljalo je određeni dio treninga.

Na taj način djeca su izrazila zadovoljstvo za sljedeće dijelove treninga:






1. Igra za zagrijavanje – predstavlja igru u uvodnom dijelu treninga
2. Zagrijavanje – predstavlja sadržaj opće pripremnih vježbi u uvodnom dijelu treninga
3. Multisportski dio treninga – predstavlja sadržaj različitih sportova u glavnom dijelu treninga
4. Odbojkaški dio treninga – predstavlja specifični odbojkaški dio programa u glavnom dijelu treninga uključujući i prigodnu odbojkašku igru
5. Završni dio treninga – predstavlja igru u završnom dijelu treninga

Nakon što su odgovorili na ovih pet pitanja djeca su zamoljena da izaberu dio treninga koji im se najviše svidio.








## SMILEYOMETER SA POSTAVLJENIM PITANJIMA






### 1. Kako Vam se sviđela IGRA ZA ZAGRIJAVANJE?

|   |   |  |   |   |
|---|---|--|---|---|
|  |  |  |  |  |
| Grozan  | Nezadovoljan  | Dobar  | Jako dobar  | Odličan   |
| <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  |






### 2. Kako Vam se sviđelo ZAGRIJAVANJE?

|   |   |  |   |   |
|---|---|--|---|---|
|  |  |  |  |  |
| Grozan  | Nezadovoljan  | Dobar  | Jako dobar  | Odličan   |
| <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  |






### 3. Kako Vam se sviđio MULTISPORTSKI dio treninga?

|   |   |  |   |   |
|---|---|--|---|---|
|  |  |  |  |  |
| Grozan  | Nezadovoljan  | Dobar  | Jako dobar  | Odličan   |
| <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  |

### 4. Kako Vam se sviđio ODBOJKAŠKI dio treninga?

|   |   |  |   |   |
|---|---|--|---|---|
|  |  |  |  |  |
| Grozan  | Nezadovoljan  | Dobar  | Jako dobar  | Odličan   |
| <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  |

### 5. Kako Vam se sviđio ZAVRŠNI dio treninga?

|   |   |  |   |   |
|---|---|--|---|---|
|  |  |  |  |  |
| Grozan  | Nezadovoljan  | Dobar  | Jako dobar  | Odličan   |
| <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>   | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  |

### 6. Koji dio treninga Vam se najviše svidio?

|                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| IGRA ZA ZAGRIJAVANJE     | ZAGRIJAVANJE             | MULTISPORT               | ODBOJKA                  | ZAVRŠNI DIO              |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

# ANALIZA DOBIVENIH PODATAKA NA UKUPNOM UZORKU ODGOVORA ZA KATEGORIJU 6-7 GODINA

## 1. Kako Vam se sviđjela IGRA ZA ZAGRIJAVANJE?



Grozan

3



Nezadovoljan

4



Dobar

21



Jako dobar

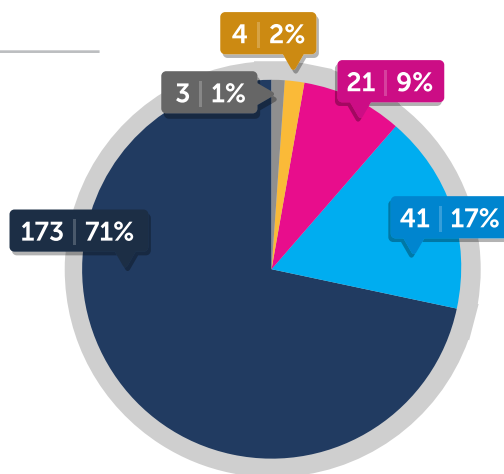
41



Odličan

173

Iz navedenih rezultata može se zaključiti da je velika većina djece **IGRU ZA ZAGRIJAVANJE** doživjela odlično (71%), zatim vrlo dobro (17%) i dobro (9%). Četvero djece (2%) je ovaj dio treninga ocijenilo lošim, a troje (1%) jako lošim. Može se zaključiti da su sadržaji i trajanje ovoga dijela treninga optimalno izabrani te da se može očekivati pozitivan angažman djece u ostalim dijelovima treninga.



## 2. Kako Vam se sviđjelo ZAGRIJAVANJE?



Grozan

1



Nezadovoljan

9



Dobar

30



Jako dobar

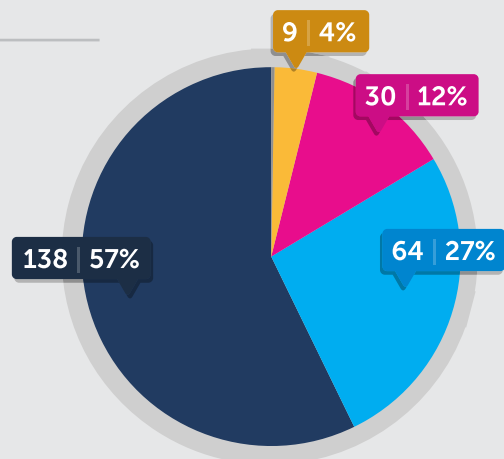
64



Odličan

138

Iz navedenih rezultata može se zaključiti da je većina djece **ZAGRIJAVANJE** doživjela odlično (57%), zatim vrlo dobro (27%) i dobro (12%). Devetero djece (4%) je ovaj dio treninga ocijenilo lošim. Može se zaključiti da je dio sadržaja ovoga dijela treninga novi za djecu obzirom da se radi o opće pripremnim vježbama koje djeca u klubovima vjerojatno ne koriste prečesto, a koje su vrlo korisne za zdravstveni status djece.



### 3. Kako Vam se svidio MULTISPORTSKI dio treninga?



Grozan

6



Nezadovoljan

9



Dobar

23



Jako dobar

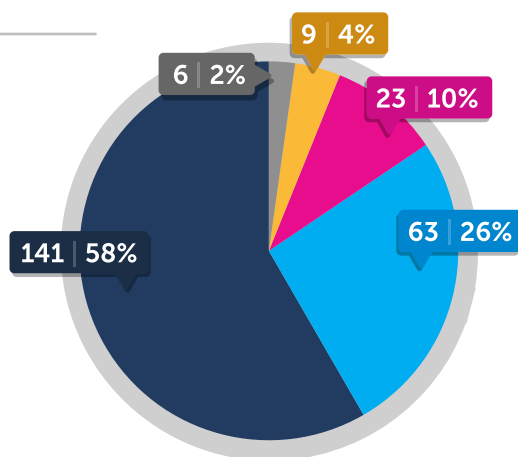
63



Odličan

141

Iz navedenih rezultata može se zaključiti da je većina djece **MULTISPORTSKI** dio treninga doživjela odlično (58%), zatim vrlo dobro (26%) i dobro (10%). Devetero djece (4%) je ovaj dio treninga ocijenilo lošim, a šestero (2%) jako lošim. Također kao i u prethodnom slučaju, može se zaključiti da je dobar dio sadržaja ovoga dijela treninga novi za djecu obzirom da se radi o sadržajima iz različitih sportova koje djeca u klubovima vjerojatno ne koriste često.



### 4. Kako Vam se svidio ODBOJKAŠKI dio treninga?



Grozan

3



Nezadovoljan

10



Dobar

11



Jako dobar

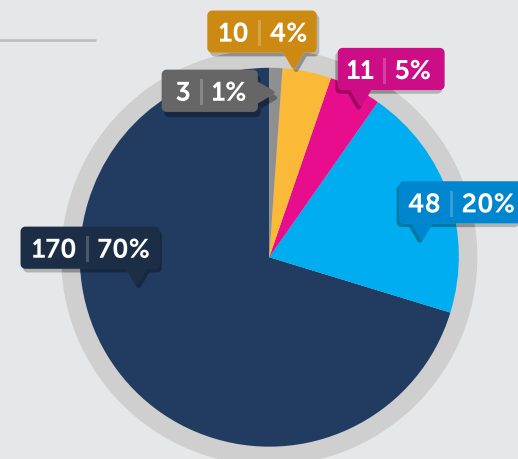
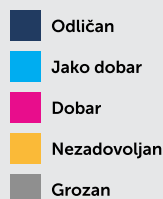
48



Odličan

170

Iz navedenih rezultata može se zaključiti da je velika većina djece **ODBOJKAŠKI** dio treninga doživjela odlično (70%), zatim vrlo dobro (20%) i dobro (5%). Desetero djece (4%) je ovaj dio treninga ocijenilo lošim, a troje (1%) jako lošim. Najveći postotak odgovora u kategoriji odličan i vrlo dobar može se povezati sa najjačom povezanosti djece sa odbojkom – aktivnosti zbog koje i treniraju u navedenim klubovima.



## 5. Kako Vam se svidio ZAVRŠNI dio treninga?



Grozan

3



Nezadovoljan

4



Dobar

23



Jako dobar

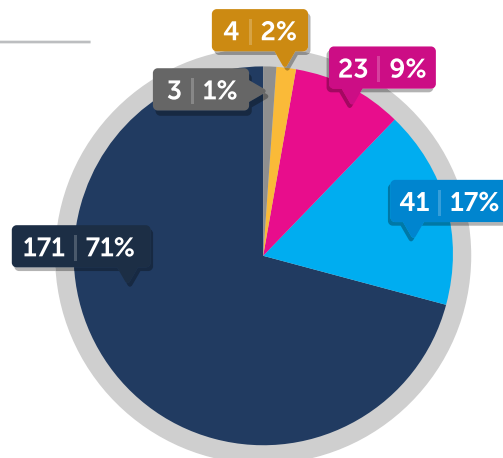
41



Odličan

171

Iz navedenih rezultata može se zaključiti da je velika većina djece **ZAVRŠNI** dio treninga doživjela odlično (71%), zatim vrlo dobro (17%) i dobro (9%). Četvero djece (2%) je ovaj dio treninga ocijenilo lošim, a troje (1%) jako lošim. Ovaj dio tj. elementarna igra u završnom dijelu treninga u potpunosti je opravdala očekivanja kako djece koja su sudjelovala u projektu tako i stručnog tima projekta FUNBALL.



## 6. Koji dio treninga Vam se najviše svidio?

IGRA ZA ZAGRIJAVANJE

47

ZAGRIJAVANJE

17

MULTISPORT

24

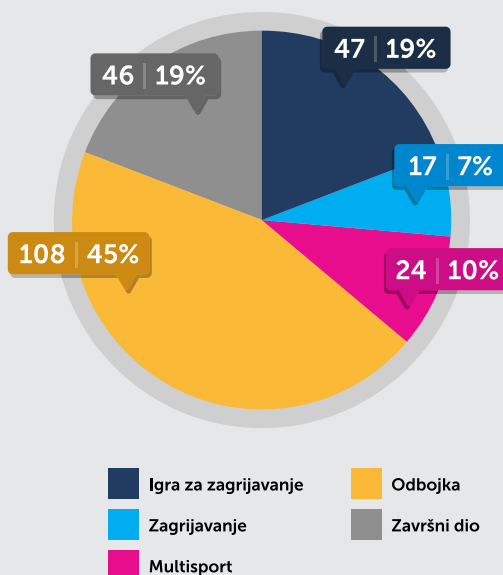
ODBOJKA

108

ZAVRŠNI DIO

46

Gledajući zadovoljstvo djece svih klubova pojedinim dijelovima treninga može se zaključiti da postoji određena disperzija glasova. Najviše djece (45%) biralo je **ODBOJKU** tj. specifični odbojkaški dio i natjecanje. Slijedi **IGRA ZA ZAGRIJAVANJE** (19%) na početku treninga i igra u **ZAVRŠNOM** dijelu (19%). **MULTISPORTSKI** dio treninga je na četvrtom mjestu izbora (10%), a **ZAGRIJAVANJE** (7%) je zadnji izbor djece koja su ispunjavala anketu. Generalno, djeca najviše vole specifičan odbojkaški sadržaj i natjecanje što ne čudi jer treniraju u odbojkaškim klubovima. Slijede elementarne igre u završnom i uvodnom dijelu treninga što je razumljivo jer se djeca vole – IGRATI. Predzadnji i zadnji izbor MULTISPORT i ZAGRIJAVANJE samo su pokazatelj položaja takve vrste sadržaja u programima djece koja treniraju u testiranim klubovima i selekcijama. Ovaj podatak nije dobar obzirom da sadržaji ova dva dijela treninga imaju ključnu ulogu u univerzalnom sportskom razvoju koji je podloga za kasniji specijalistički. Ovu informaciju treba prenijeti trenerima i ukazati im na moguća poboljšanja u kreiranju i provođenju programa, a na osnovu kojih bi djeca kasnije imala veću mogućnost ostvarenja boljih sportskih rezultata u dugoročnoj sportskoj karijeri.



# ANALIZA DOBIVENIH PODATAKA NA UKUPNOM UZORKU ODGOVORA ZA KATEGORIJU 8-9 GODINA

## 1. Kako Vam se sviđjela IGRA ZA ZAGRIJAVANJE?



Grozan

3



Nezadovoljan

4



Dobar

20



Jako dobar

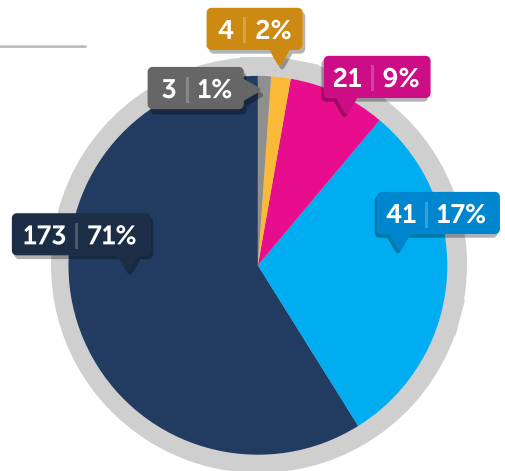
72



Odličan

141

Iz navedenih rezultata može se zaključiti da je velika većina djece **IGRU ZA ZAGRIJAVANJE** doživjela odlično (59%), zatim vrlo dobro (30%) i dobro (8%). Četvero djece (2%) je ovaj dio treninga ocijenilo lošim, a troje (1%) jako lošim. Može se zaključiti da su sadržaji i trajanje ovoga dijela treninga optimalno izabrani te da se može očekivati pozitivan angažman djece u ostalim dijelovima treninga.



## 2. Kako Vam se sviđjelo ZAGRIJAVANJE?



Grozan

5



Nezadovoljan

10



Dobar

58



Jako dobar

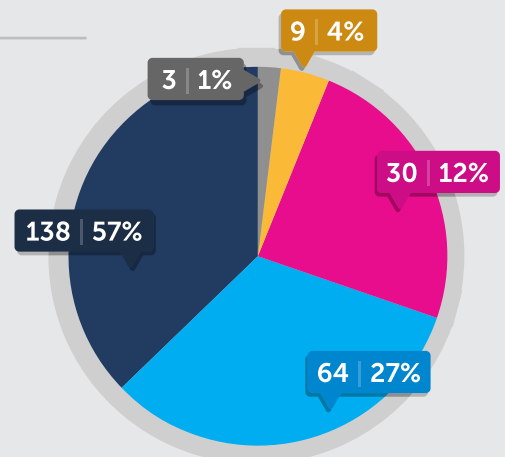
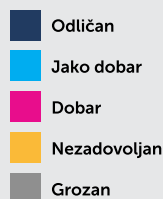
78



Odličan

89

Iz navedenih rezultata može se zaključiti da je većina djece **ZAGRIJAVANJE** doživjela odlično (37%), zatim vrlo dobro (33%) i dobro (24%). Desetero djece (4%) je ovaj dio treninga ocijenilo lošim, a petero jako lošim (2%). Može se zaključiti da je dio sadržaja ovoga dijela treninga novi za djecu obzirom da se radi o opće pripremnim vježbama koje djeca u klubovima vjerojatno ne koriste prečesto, a koje su vrlo korisne za zdravstveni status djece.



### 3. Kako Vam se svidio MULTISPORTSKI dio treninga?



Grozan

3



Nezadovoljan

8



Dobar

30



Jako dobar

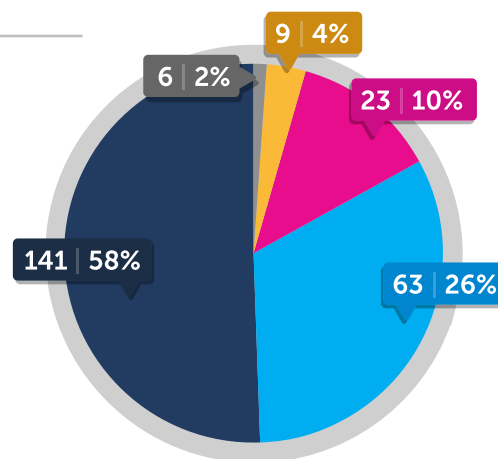
78



Odličan

121

Iz navedenih rezultata može se zaključiti da je većina djece **MULTISPORTSKI** dio treninga doživjela odlično (50%), zatim vrlo dobro (33%) i dobro (13%). Osmero djece (3%) je ovaj dio treninga ocijenilo lošim, a troje (1%) jako lošim. Također kao i u prethodnom slučaju, može se zaključiti da je dobar dio sadržaja ovoga dijela treninga novi za djecu obzirom da se radi o sadržajima iz različitih sportova koje djeca u klubovima vjerojatno koriste rijetko. Ipak, djeca su se o ovom dijelu treninga izrazila pozitivno što znači da osim što ima izuzetno pozitivan utjecaj na biomotoričke kapacitete djece, istu i zabavlja.



### 4. Kako Vam se svidio ODBOJKAŠKI dio treninga?



Grozan

4



Nezadovoljan

6



Dobar

13



Jako dobar

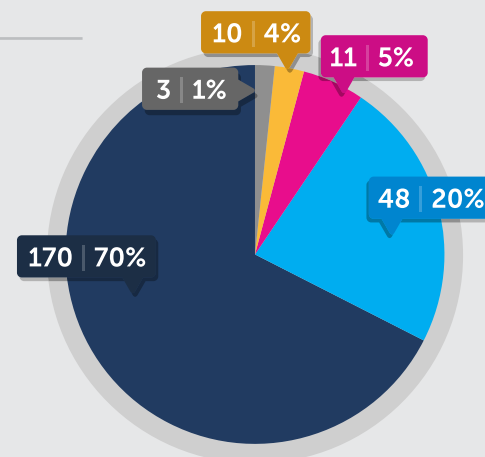
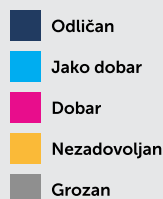
55



Odličan

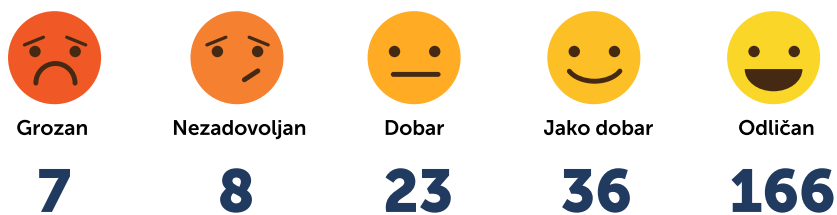
162

Iz navedenih rezultata može se zaključiti da je velika većina djece **ODBOJKAŠKI** dio treninga doživjela odlično (68%), zatim vrlo dobro (23%) i dobro (5%). Šestero djece (2%) je ovaj dio treninga ocijenilo lošim, a četvero (2%) jako lošim. Najveći postotak odgovora u kategoriji odličan i vrlo dobar može se povezati sa najjačom povezanosti djece sa odbojkom – aktivnosti zbog koje i treniraju u navedenim klubovima.

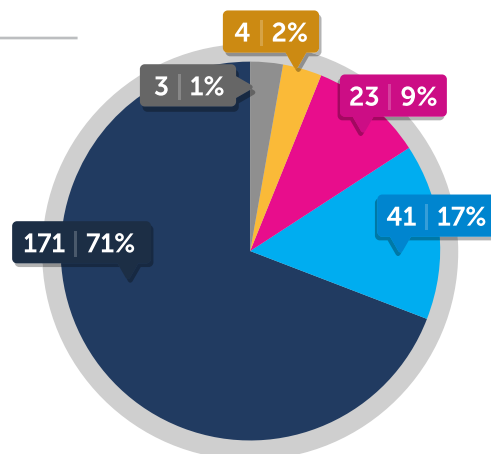




## 5. Kako Vam se svidio ZAVRŠNI dio treninga?



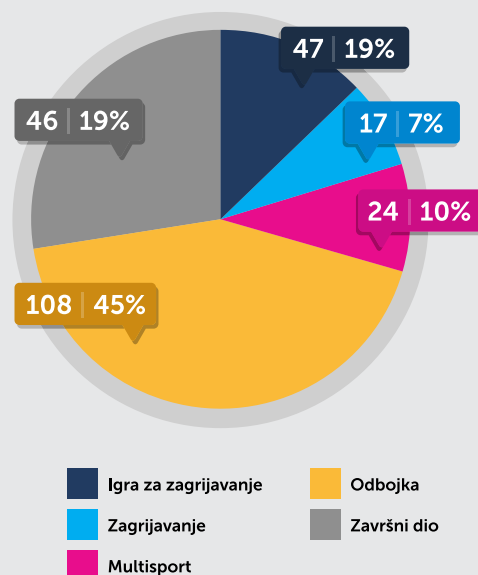
Iz navedenih rezultata može se zaključiti da je velika većina djece **ZAVRŠNI** dio treninga doživjela odlično (69%), zatim vrlo dobro (15%) i dobro (10%). Osmero djece (3%) je ovaj dio treninga ocijenilo lošim, a sedmero (3%) jako lošim. Ovaj dio tj. elementarna igra u završnom dijelu treninga u potpunosti je opravdala očekivanja kako djece koja su sudjelovala u projektu tako i stručnog tima projekta FUNBALL.




## 6. Koji dio treninga Vam se najviše svidio?



Gledajući zadovoljstvo djece svih klubova pojedinim dijelovima treninga može se zaključiti da postoji određena disperzija glasova. Najviše djece (43%) biralo je **ODBOJKU** tj. specifični odbojkaški dio i natjecanje. Slijede elementarne igre na kraju **ZAVRŠNOG** dijela treninga (28%), te na početku treninga **IGRA ZA ZAGRIJAVANJE** (13%). **MULTISPORTSKI** dio treninga je na četvrtom mjestu izbora (9%), a **ZAGRIJAVANJE** (7%) je zadnji izbor djece koja su ispunjavala anketu. Generalno, kao što je istraživanje pokazalo i u mlađoj (6-7) kategoriji, djeca najviše vole specifičan odbojkaški sadržaj i natjecanje što ne čudi jer treniraju u odbojkaškim klubovima. Slijede elementarne igre u završnom i uvodnom dijelu treninga što je razumljivo jer se djeca vole – IGRATI. Predzadnji i zadnji izbor **MULTISPORT** i **ZAGRIJAVANJE** samo su pokazatelj položaja takve vrste sadržaja u programima djece koja treniraju u testiranim klubovima i selekcijama. Ovaj podatak nije dobar obzirom da sadržaji ova dva dijela treninga imaju ključnu ulogu u univerzalnom sportskom razvoju koji je podloga za kasniji specijalistički. Ovu informaciju treba prenijeti trenerima i ukazati im na moguća poboljšanja u kreiranju i provođenju programa, a na osnovu kojih bi djeca kasnije imala veću mogućnost ostvarenja boljih sportskih rezultata u dugoročnoj sportskoj karijeri.



The background is a solid blue color. At the top center, there is a large, stylized outline of a volleyball. Several thick, rounded diagonal lines of varying lengths and orientations are scattered across the upper and lower portions of the page, creating a sense of motion and energy. The text 'FUN FOR VOLLEY BALL' is centered in the middle of the page.

# FUN FOR VOLLEY BALL