

DOPRINOS SPORTA HOLISTIČKOM RAZVOJU LIČNOSTI

Popović Daliborka¹ , Kompirović Tatjana² , Radojević Tatjana² 

¹Departman za filozofske nauke i umetnost, Državni univerzitet u Novom Pazaru, Srbija

²Filozofski fakultet, Univerzitet u Prištini - Kosovska Mitrovica, Srbija

SCIENTEFIC REVIEW ARTICLE

DOI: 10.5937/ATAVPA25213P

Sažetak: Ideja holističkog razvoja je usmerena na celoviti razvoj ličnosti i podržava razvoj fizičkih, kognitivnih, emocionalnih, društvenih i duhovnih potencijala pojedinca od najranijeg uzrasta. Akcentovanjem akademskih postignuća, kao ključne odrednice životnog i uspeha u obrazovanju, što je nesumljivo važno, često dolazi do zapostavljanja ostalih aspekata razvoja ličnosti. U tom smislu, u radu se razmatra doprinos sporta, kao resursa pre svega fizičkog razvoja, kao i refleksije fizičkih aktivnosti na razvoj pojedinca u celini. Istraživanja pokazuju da bavljenje sportom doprinosi razvoju fizičkih sposobnosti, kondicije, podstiče snagu, kognitivne sposobnosti i akademska postignuća, kao i budnost, svest o sebi i samopouzdanje. Pored toga, sport utiče na razvoj ključnih kompetencija za celoživotno učenje, kao što su konstruktivna komunikacija, saradnja, timski rad, liderstvo, kritičko mišljenje, interkulturalnost, prosocijalne veštine, emocionalna inteligencija, prihvatanje različitosti i razvijanja duha zajedništva i kolektivnog uspeha. I pored svih prednosti, sport i uopšte fizičke aktivnosti ostaju u pozadini aktivnosti velikog broja vaspitno-obrazovnih institucija, ali i porodične kulture. Deficit ili neravnoteža ovih aktivnosti može negativno uticati na fizičko, mentalno i emotivno zdravlje, kao i ukupno životno funkcionisanje, te na pojavu disciplinskih problema i nasilja. Uvažavajući holistički pristup i autentičnost deteta, u radu se zagovara izbor sporta u odnosu na želju i potencijal deteta, nasuprot ambicijama roditelja. Promocija benefita sporta i njegove integracije u životno funkcionisanje dece u ekosistemskom prostoru, mogu doprineti boljim akademskim postignućima, razvoju tolerancije i empatije, učenju poštovanja granica, smanjivanju dosade i monotonije, balansiranoj upotrebi digitalne tehnologije, zdravom i proaktivnom načinu života, što se može smatrati ključnim pedagoškim implikacijama rada.

Ključne reči: fizičke aktivnosti, sport, holistički pristup, ključne kompetencije za celoživotno učenje.

HOLISTIČKI PRISTUP OBRAZOVANJU

Holističko obrazovanje je sadržano u ideji pokreta grčke filozofije da je svet jedinstvena celina, te se obrazovanju pojedinca pristupa učenju kroz sve aspekte razvoja ličnosti, ne samo kroz intelektualni i sa fokusom na akademska postignuća. Ideja holizma stoga upozorava na činjenicu da će se određena uskraćenost u nekom aspektu razvoja odraziti i na ostale aspekte, zato što je prema rečima Aristotela, *celina veća od zbira delova*. Prema Milerovom određenju „holistički pristup obrazovanju znači filozofiju u čijoj osnovi je ideja da svaki pojedinac svrhu, smisao, cilj svog postojanja i funkcionisanja gradi kroz odnos sa zajednicom, prirodnim zakonima i humanističkim vrednostima, gradeći identitet uz mir i saosećanje” (Miler, 1997:149).

Ključni princip holističkog obrazovanja je smislenost za onoga ko uči, s naglaskom na razvoj kreativnosti i kritičkog mišljenja. U tom smislu, učenici se podstiču da istražuju, promišljaju, preispituju i pronalaze nova rešenja, uz dozvoljenje greške, te je jasno da takav pristup obrazovanju ne podržava usvajanje gotovih znanja i njihovu primenu u realnom životnom kontekstu. Pred učenicima su zadaci koji ih misaono angažuju i dopuštaju preispitivanje realnosti i pravila kroz različite perspektive i učenjem iz učinjenih grešaka. Kako se pojedinac smatra autentičnim, ali socijalnim bićem i pripadnikom zajednice, kroz timski rad i angažovanje na zajedničkim zadacima i grupnim projektima se razvija i neguje saradnja i zajedništvo.

Ključna razlika između holističkog i tradicionalnog pristupa razvoju deteta je dakle u svrsi učenja i fokusu koji je usmeren na iskustveno učenje, kao i u opredeljenju da se teži razvijanju autentičnosti deteta, kroz zadovoljavanje potreba za autonomijom, pripadanjem i kompetentnošću (Ryan & Deci, 2000), odnosno da se građenje identiteta pojedinca postavi kao vrednost i kao cilj (Ricci & Pritscher, 2015), a koja je moguća podsticajem razvoja svih aspekata ličnosti i njihove harmonijske usklađenosti. Ukazivanje na značaj razvoja svih aspekata ličnosti u skladu sa potencijalom pojedinca i njihove međusobne povezanosti, imlikuje paradigmu značaja i refleksiju svakog pojedinačnog aspekta na sve ostale i na ličnost u celini (Antonijević, 2012), jer svi aspekti razvoja deteta su u međuzavisnosti i

harmonijski razvoj ili pozitivna ravnoteža se dešava ako se deluje na pojedinca kao na celinu: psihološki, kognitivni, emocionalni, fizički, zdravstveni i socijalni aspekt života deteta (Popović, 2024).

U okviru holističkog pristupa razvoju ličnosti, fizičke aktivnosti dece se smatraju ključnim, jer između ostalog utiču na razvijanje samosvesti, samokontrole i samoregulacije. Važnost fizičkih aktivnosti se ogleda u opštem blagostanju deteta, jer utiču na razvoj koordinacije i balansiranje pokreta, razvoj motoričkih sposobnosti, fizičke isdržljivosti, snage, što je pre svega važno za fizičko i mentalno zdravlje, kao i za proces socijalizacije i emocionalne inteligencije.

Nastavnik/vaspitač se u tom smislu smatra fasilitatorom, odnosno kreatorom podsticajnog i bezbednog okruženja u kome dete/učenik može da razvija svoje sposobnosti shodno potencijalima u određenom uzrasnom periodu. Polazeći od piramide ljudskih potreba (Maslov, 1982) potreba za kretanjem se može smatrati egzistencijalnom, te treba težiti njenom zadovoljavanju u kontekstu učenja, što omogućava zadovoljavanje potreba višeg reda.

BENEFITI SPORTA ZA HOLISTIČKI RAZVOJ LIČNOSTI

Redovna fizička aktivnost je važan deo fizičkog i ukupnog razvoja i zdravlja svakog deteta, te znači prevenciju fizičkih deformiteta, asocijalnih vidova ponašanja i neuspeha u akademskim postignućima. Ona podstiče razvoj krupne i fine motorike, u meri koju omogućava određeni sport ili fizička aktivnost, a bez čije razvijenosti nije moguć razvoj određenih fizičkih veština, a istovremeno i razvoj strpljenja i discipline u poštovanju pravila ponašanja.

Različite vrste sporta, koje uključuju različite oblike fizičkih aktivnosti, zahtevaju koordinaciju mišićnih i umnih aktivnosti za razvoj psihomotornih sposobnosti. Iako je njihova osnovna funkcija intenzivan rast i razvoj, jedan broj dece je talentovan za neki sport i posvećen uglavnom jednom sportu, dok veći broj dece ima samo sportski duh i bavi se različitim vrstama sporta u različitim uzrastima.

Pored toga što utiče na razvoj prosocijalnih veština, kroz grupne fizičke i timske aktivnosti, u funkciji ostvarivanja cilja, sport ujedno utiče na razvoj koncentracije i discipline duha i tela, lojalnosti, tolerancije, posvećenosti i upornosti. Upravo disciplina i jeste ključna za razvoj prosocijalnih, psihomotornih i emocionalnih kompetencija i akademskih postignuća. Posebno važnim se čini naglasiti ulogu sporta u prevenciji vršnjačkog nasilja, jer učenja u vidu poštovanja pravila, uvažavanja i razumevanja drugih, doprinose prihvatanju različitosti.

U tom smislu, početni korak je uvođenje deteta u sport na sledeći način:

1) Prema mogućnostima, detetu treba pružiti priliku da učestvuje u sportskim aktivnostima koje samo izabere, nikako mu ne nametati sport za koji ne pokazuje interesovanje. Takođe je važno da deca odlaze na sportske događaje, takmičenja i slično.

2) Istraživati sa decom o sportovima, sportistima i događajima, kako bi razvijalo interesovanja za obavljanje određenih fizičkih aktivnosti. U zavisnosti od detetove zrelosti i motorike, potrebno je osposobljavati ga fizički i emocionalno za te aktivnosti tako što će ih prvo obavljati zajedno sa odraslima.

3) Zajedno sa detetom odrasli se mogu baviti aktivnostima koje su mu zanimljive (igrati fudbal, plesati, igrati narodne igre). Dalje se mogu uspostaviti određene rutine u vezi sa tim oblastima detetovog interesovanja, što će dodatno podržati njegov razvoj.

4) Dodatno se može stimulisati ukupan razvoj deteta tako što mu treba postavljati sve teže i složenije zadatke u vezi sa tim aktivnostima.

5) U zavisnosti od mogućnosti i oblasti interesovanja, dete može pohađati školu određenog sporta kod eksperata što će mu pomoći da vežba uz veću disciplinu i da brže razvija potrebne veštine, ali je potrebno voditi računa o ličnosti deteta i njegovim osećanjima.

6) Takođe je potrebno obezbediti mu prostor za izražavanje i razvijanje veština, što će mu omogućiti da pokaže svoje potencijale.

7. Motivisanost za učešće u sportu u bilo kojoj formi, značajno utiče na istrajnost, što u velikoj meri zavisi od podrške i hrabrenja za uključivanje u aktivnosti principom postupnosti, od jednostavnijih ka složenijim i zahtevnijim.

Deca koja razvijaju svoje veštine u bilo kojoj sferi sporta, kroz navedene korake, mogu se naučiti disciplini koju će primenjivati i u životno-praktičnim situacijama ostalih životnih aspekata (u učenju,

radu, porodičnom funkcionisanju, društvenim ulogama). Sport je zato važan jer kroz fizičke aktivnosti doprinosi fiziološkom funkcionisanju organizma i balansiranom hormonskom statusu, te stoga i prevenciji stresa kod dece, zatim povećanju samopouzdanja i učenju discipline putem posvećenošću radu. Takođe, učešćem u sportu dete uči da se „nosi“ sa izazovima, da bude vođa, kao i timski igrač ili donosioc odluka. Stoga, veoma je važno podsticati dete od najranijeg uzrasta za učešće u sportu koji je prihvatljiv za dete, čime će pored zabave, učiti veoma važne životne veštine i ujedno razvijati svaki aspekt ličnosti u određenoj meri.

ZASTUPLJENOST SPORTA U VASPITNO-OBRAZOVNIM USTANOVAMA

Sport je od strane Ujedinjenih nacija definisan kao jedna od pokretačkih snaga za dostizanje ciljeva savremenog društva i ima veliku ulogu u svakom društvu, a građani u njemu mogu učestvovati posredno, učešćem u sportskim aktivnostima ili neposredno, kao posmatrači. U društvu znanja, sport posebno doprinosi stvaranju zdravih i kvalitetnijih uslova za život, jer sport se može nazvati školom za život, zbog doprinosa razvoju ličnosti i sticanju osnovnih društvenih veština. Posebne mogućnosti se moraju pružiti deci i mladima, starijim i osobama sa invaliditetom, sa ciljem da razviju u potpunosti svoje ličnosti kroz fizičko obrazovanje i sportske programe prilagođene njihovim potrebama (Sl. glasnik RS, 2015: 1).

Realizacija sportskih aktivnosti zato mora započeti u porodici i nastaviti se u različitim organizacionim formama u vaspitno-obrazovnim institucijama formalnog pre svega, a takođe i neformalnog obrazovanja. Obaveza javnih institucija je stoga da omogući i podrži ostvarivanje svih funkcija sporta: fizičko zdravstvenu, socijalnu, emotivnu i takmičarsku, kroz ulaganja u materijalna resurse za bavljenje sportom, obrazovan nastavni kadar, obrazovne programe i slično. Shodno tome, efikasnost planiranja sportske politike bi trebalo da se ogleda u: većem broju dece koja učestvuju u školskom sportu i fizičkom vežbanju ili putem školskih organizacija, veći broj učešća na sportskim, posebno školskim takmičenjima, čemu posebno doprinosi dobra koordinacija između činioca i institucija vaspitnog delovanja, odnosno njihovo jedinstveno delovanje. Promocijom sporta putem medija, može se doprineti povezivanju sporta sa ostalim društvenim delatnostima, što otvara prostor za promovisanje pravih vrednosti i približavanje značaja sporta za pojedinca i društvo.

Dakle, kontinuiranim usmeravanjem dece ka usvajanju znanja iz oblasti sporta i fizičkih aktivnosti, razvijanju veština i navika za bavljenje sportom, formiraju se uverenja o značaju bavljenja sportom, koja doprinose ponašanju u skladu sa Strategijom o razvoju sporta, prvi put usvojenoj u našoj zemlji 2009.godine (Sl. glasnik RS, 2008).

Izveštaj sačinjen u cilju sagledavanja efekata Strategije razvoja sporta, 2013.god. pokazuje da su od svih nosioca aktivnosti, lokalne samouprave uzele najveće učešće kroz različite vidove podrške institucijama u kojima se sportske aktivnosti realizuju. S druge strane, najmanji odziv je bio od institucija koje nisu direktni nosioci sportskih aktivnosti, na primer visokoškolske ustanove. Važno je napomenuti da iako nisu kvalifikovane kao direktni nosioci sportskih aktivnosti, vaspitno-obrazovne ustanove svih nivoa mogu se označiti kao najznačajnije, pre svega zbog toga što ih sva deca pohađaju i što se organizovanim i sistematičnim pristupom može veoma uspešno razvijati ljubav prema sportu od najranijeg uzrasta. Pored realizacije sadržaja iz oblasti sporta kroz nastavne i vannastavne aktivnosti, njihov nivo značajnosti se ogleda i u pogledu uticaja mogućnosti pozitivnog efekta na decu za bavljenje sportom, zbog perioda plastičnosti (OECD, 2013). U tom smislu je u Izveštajima o realizaciji Strategije razvoja sporta 2013. i 2018. naglašena je potreba unapređivanja i obogaćivanja nastave fizičkog vaspitanja u školama, ali i u predškolskim ustanovama, ne samo po pitanju kvaliteta, već i po pitanju kvantiteta, odnosno povećanja broja časova u školskim programima (Izveštaj o sprovođenju strategije razvoja sporta, 2014-2018).

Školski sport je sastavni deo Strategije razvoja sporta i definiše se kao ključna karika u promociji fizičkih aktivnosti, razvoja sporta i vrhunskih sportskih rezultata, u čijoj realizaciji škole imaju presudnu ulogu, te je značajno obezbeđivanje uslova da se nastava fizičkog vaspitanja realizuje u potpunosti u skladu sa školskim programima. Od najranijeg uzrasta, fizička vežbanja se podstiču igrolikim aktivnostima i kroz zabavu, čime se utiče na razvoj potencijala, prepoznavanje talenta, kao i unapređivanje zdravstvenog aspekta. Cilj školskog sporta mora biti ostvaren kroz realizaciju sadržaja

koji podržavaju fizički, moralni, duhovni, intelektualni, estetski i radni aspekt ličnosti, čime se podržava celovitost u razvoju, s obzirom na isprepletanost međuticaja aspektnih delovanja. Radi obezbeđivanja kontinuiteta holističkog razvoja, neophodno je kontinuirano bavljenje sportom, što se može postići organizovanjem sportskih aktivnosti i tokom školskih raspusta, u školi ili van nje kroz saradnju sa institucijama u lokalnoj zajednici (Sportski savez, sportski klubovi, sportska društva, sekcije, nevladine organizacije). Shodno Konvenciji ujedinjenih nacija o dečjim pravima, svako dete ima prava na jednake uslove i dostupnost sportu, uz uvažavanje politike inkluzivnog pristupa obrazovanju, odnosno individualnih potencijala.

ZAKLJUČAK

U razmatranju pitanja značaja sporta za holistički razvoj ličnosti, pored doprinosa pravilnog fizičkog razvoja i prevencije zdravstvenih teškoća, naglašava se refleksivnost fizičkih aktivnosti na razvoj ostalih aspekata ličnosti. Naime, nije moguće da fizičke aktivnosti ostvare parcijalnu ulogu, već ostvaruju u manjoj ili većoj meri efekte na celokupan razvoj. Sport razvija kod dece kompetencije za celoživotno učenje i to pored predmetnih, opisanih u programskim ishodima fizičkog vaspitanja i komeđupredmetne kompetencije (Opšti standardi postignuća za kraj opšteg srednjeg obrazovanja i vaspitanja i srednjeg stručnog obrazovanja I vaspitanja u delu opšteobrazovnih predmeta, 2013): komunikacija, saradnja, timski rad, odgovoran odnos prema zdravlju, odgovorno učešće u demokratskom društvu, odgovoran odnos prema okolini, estetička kompetencija, preduzimljivost i orijentacija ka preduzetništvu, rešavanje problema, čime se posebno doprinosi prevenciji zdravstvenih problema, prevenciji vršnjačkog nasilja i nasilja na sportskim događajima. Kada je reč o digitalnim kompetencijama, odnosno upotrebi savremenih informacionih sredstava, bavljenje sportom može da inhibira njihovu preteranu upotrebu, čime se takođe doprinosi zdravlju, posebno prevenciji fizičkih deformiteta, očuvanju vida i sluha.

U tom smislu, praćenjem Strategije razvoja sporta, škole, ali i predškolske ustanove, na osnovu analiza potreba i mogućnosti, kao i snaga i slabosti, treba da sačine Akcione planove za razvoj školskog sporta u funkciji holističkog razvoja. Jedna od važnih pretpostavki realizacije cilja školskog sporta je kompetentnost nastavnika fizičkog vaspitanja i vaspitača, te je jedan od početnih koraka njihovo kvalitetno inicijalno obrazovanje, kao i stručno usavršavanje. Posebno značajnim bi bilo naglasiti razvijanje svesti i ostalih nastavnika, zaposlenih u vaspitno-obrazovnim institucijama i roditelja o značaju sporta za ukupan razvoj, kako ne bi bile prisutne situacije zamenjivanja časova fizičkog vaspitanja časovima nekih drugih predmeta, koji hipotetički doprinose akademskim postignućima. Naprotiv, istraživanja o značaju fizičkih aktivnosti govore u prilog tome da jednolični sadržaji koji doprinose samo misaonoj aktivnosti i intelektualnim naporima bez fizičkih aktivnosti dovode do umora i neefikasnosti (Samuelson, 2010). Konačno, sport svoj pun potencijal na razvoj ličnosti može da ostvari jedino ako ga dete bira ili prihvata, ako nije nametnut voljom nastavnika/vaspitača ili roditelja. U tom slučaju, može dovesti do potpuno suprotnih i štetnih efekata na razvoj ličnosti deteta.

LITERATURA

1. Antonijević, R. (2012). Interesovanja kao osnova razvoja svestranosti ličnosti u vaspitanju. U: Alibabić, Š., Medić, S. i Bodroški-Spariousu (Ur.) *Kvalitet u obrazovanju*, str. 25-38. Institut za pedagogiju i andragogiju Filozofskog fakulteta
2. *Izveštaj o sprovođenju strategije razvoja sporta u Republici Srbiji za period 2014-2018. godine I akcionog plana za njenu primenu*, 2017. god.
<https://www.mos.gov.rs/public/documents/upload/sport/inspekcija/IZVESTAJ%20O%20SPROVODJENJU%20STRATEGIJE%20RAZVOJA%20SPORTA%20I%20AP,%202017.%20godina.pdf>
3. Maslow, A. H. (1982). *Motivacija i ličnost*. Nolit.
4. Miller, R. (1997). *What are schools for?: Holistic education in American culture*. Holistic Education Press.
5. OECD, (2021). *Razumeti mozak: Rođenje nauke o učenju*. Centar za obrazovanje, istraživanje i inovacije.
6. *Opšti standardi postignuća za kraj opšteg srednjeg obrazovanja i vaspitanja i srednjeg stručnog obrazovanja I vaspitanja u delu opšteobrazovnih predmeta*, 2013. Zavod za vrednovanje kvaliteta obrazovanja i vaspitanja.
7. Popović, D. (2024). *Pedagoške kompetencije za efikasno roditeljstvo*. Učiteljski fakultet u Prizrenu-Leposaviću.

8. Ricci, C. & Pritscher, C. P. (2015). The path towards democracy: Holistic education and critical pedagogy. *Holistic Pedagogy*, 1(121-127)
9. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68–78.
10. Samuelson, A. (2010). *Best practices for present education and support programs. What Works Wisconsin: Research to Practice Series (10)*. University of Wisconsin.
https://fyi.uwex.edu/whatworkswisconsin/files/2014/04/whatworks_10.pdf.
11. Strategija razvoja sporta u Republici Srbiji za period 2009-2013. godine ("Službeni glasnik RS", broj 110/08)
12. Strategija razvoja sporta u Republici Srbiji za period 2014-2018. godine ("Sl. glasnik RS", br. 1/2015)

CONTRIBUTUON OF SPORT HOLISTIC PERSONALITY DEVELOPMENT

Popović Daliborka, Kompirović Tatjana, Radojević Tatjana

Abstract: *The concept of holistic development is aimed at comprehensive personality development and it supports the growth of physical, cognitive, emotional, social and mental potential of an individual since an early age. Focus on academic achievement as a key marker of life and education success (which is undoubtedly significant) often neglects other aspects of personality development. Therefore, this paper investigates both the contribution of sport as a resource of primarily physical development and the reflection of physical activity on one's growth as a whole. Research has shown that doing sport benefits the development of physical abilities, physical condition, uplifts strength, cognitive capabilities and academic achievements, as well as awareness, self-consciousness and self-confidence. Besides, sport influences the growth of key competences for lifelong learning, such as constructive communication, cooperation, team work, leadership, critical thinking, interculturality, prosocial skills, emotional intelligence, accepting diversity and encouraging the spirit of togetherness and collective success. Apart from all advantages, sport and generally physical activities are overshadowed by other activities of both numerous education institutions and family culture. Deficiency or imbalance of these activities may negatively affect physical, mental and emotional health, as well as complete life functioning including disciplinary issues and violence. Taking into consideration the holistic approach and child's authenticity, this paper advocates the choice of sport in accordance with the child's wishes and potential opposite to parents' ambitions. The promotion of sport and its integration into child's life functioning in ecosystem environment can contribute to better academic achievements, tolerance and empathy growth, learning on respecting boundaries, minimising boredom and monotony, balanced use of digital technology, healthy and proactive lifestyle, which can be regarded as the paper's crucial pedagogic implications.*

Key words: *physical activities, sport, holistic approach, key competences for lifelong learning*