

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKO DELO

Monika Bergant

Ljubljana, 2009

UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

Smer študija: Specialna športna vzgoja
Izbirni predmet: Elementarna športna vzgoja

**ŠPORTNE DEJAVNOSTI PREDŠOLSKIH OTROK IN
MATERIALNI POGOJI ZA ŠPORTNE AKTIVNOSTI V
VRTCIH BRASLOVČE, VRANSKO IN POLZELA**

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA
izr. prof. dr. Mateja Videmšek
RECENZENT
izr. prof. dr. Jože Štihec
KONZULTANT
doc. dr. Miran Kondrič

Avtorica dela
MONIKA BERGANT

Ljubljana, 2009

ZAHVALA:

Iskrena zahvala mentorici izr. prof. dr. Mateji Videmšek za njeno pomoč in nasvete pri nastajanju diplomskega dela.

Hvala Jeri Zajec za pomoč pri obdelavi podatkov in ravnateljicam vseh treh vrtcev, ki so omogočile izpeljavo raziskave.

Hvaležna sem tudi svoji družini, ki me je ves čas študija spodbujala in mi stala ob strani.

Ključne besede: športne dejavnosti, predšolski otroci, materialni pogoji, vrtec, Braslovče, Polzela, Vransko

ŠPORTNE DEJAVNOSTI PREDŠOLSKIH OTROK IN MATERIALNI POGOJI ZA ŠPORTNE AKTIVNOSTI V VRTCIH BRASLOVČE, VRANSKO IN POLZELA

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, september 2009

**Specialna športna vzgoja
Elementarna športna vzgoja**

Avtorica: Monika Bergant

Število strani: 80

Število preglednic: 22

Število grafov: 8

Število virov: 40

Število prilog: 2

IZVLEČEK

Namen diplomskega dela je bil ugotoviti športne dejavnosti predšolskih otrok v vrtcih in izven vrtcev ter socialno-demografske značilnosti otrok. Zanimalo nas je ali se otroci vključujejo v organizirano ali neorganizirano vadbo med tednom ter v neorganizirano vadbo med vikendi ter v času počitnic. Ugotoviti smo želeli tudi povezavo med odnosom staršev do športa in posledičnim vključevanjem njihovih otrok v šport. Zanimalo nas je tudi, katere športne aktivnosti izvajajo otroci v vrtcih Braslovče, Polzela in Vransko, kakšni so materialni in prostorski pogoji dela ter kako pogosto izvajajo športne aktivnosti.

Raziskava je izhajala iz širšega ciljnega raziskovalnega projekta z naslovom »Otrok med vplivi sodobnega življenjskega sloga – gibalne sposobnosti, telesne značilnosti in zdravstveni status slovenskih otrok«, ki je potekal na Inštitutu za kineziološke raziskave Univerze na Primorskem, v sodelovanju s Fakulteto za šport in pedagoškimi fakultetami v Ljubljani, Kopru in Mariboru.

Rezultate smo pridobili na osnovi dveh vprašalnikov. Prvi je bil namenjen staršem in njihovim otrokom, drugi pa ravnateljem vrtcev. V vzorec smo zajeli 58 staršev 4- do 6-letnih otrok ter ravnatelje treh vrtcev. Podatke smo obdelali s statističnim paketom SPSS (Statistical Package for the social Sciences), za izračun frekvenc posameznih odgovorov smo uporabili podprogram FREQUENCIES, za izdelavo kontingenčnih tabel pa podprogram CROSSTABS. Za testiranje hipotez smo uporabili koeficient kontingence.

Na osnovi podatkov, pridobljenih od ravnateljev vrtcev, smo dobili jasno predstavo o materialnih in prostorskih pogojih v vrtcih. Ugotovili smo, da so pogoji za športne dejavnosti v vrtcih komaj zadovoljivi. Vzgojitelji/-ce izvajajo pri svojem delu večino organizacijskih oblik z izjemo nekaterih tečajev, zimovanj, programa Zlatega sončka... Morda lahko iščemo vzrok za to v nezadostnem strokovnem znanju s področja športa, neustrezni zagotovitvi varnosti izven okolja vrtca, slabih materialnih pogojih, pomanjkanju finančnih sredstev itd.

Med otroki je bolj razširjena neorganizirana gibalna/športna dejavnost, saj se z njo v veliki meri ukvarjajo med tednom, vikendi in v času počitnic. Na drugi strani pa je organizirana gibalna/športna dejavnost slabo obiskana. Ugotovili smo tudi, da je ukvarjanje otrok s športno dejavnostjo odvisno od ukvarjanja s športno dejavnostjo njihovih staršev.

KAZALO

1	UVOD	- 7 -
2	PREDMET IN PROBLEM	- 9 -
2.1	ŠPORTNA DEJAVNOST PREDŠOLSKIH OTROK.....	- 9 -
2.2	VRTCI.....	- 10 -
2.2.1	Vrtci Braslovče, Polzela in Vransko.....	- 10 -
2.2.2	Organizacijske oblike dela v vrtcu.....	- 13 -
2.2.2.1	Jutranja gimnastika.....	- 13 -
2.2.2.2	Gibalni odmor.....	- 13 -
2.2.2.3	Vadbena ura.....	- 14 -
2.2.2.4	Gibalna minuta.....	- 14 -
2.2.2.5	Gimnastične vaje.....	- 14 -
2.2.2.6	Sprehod.....	- 15 -
2.2.2.7	Izlet.....	- 15 -
2.2.2.8	Orientacijski izlet.....	- 16 -
2.2.2.9	Vadba na trim stezi.....	- 16 -
2.2.2.10	Aktivnosti po želji otrok.....	- 17 -
2.2.2.11	Športno dopoldne, športno popoldne.....	- 17 -
2.2.2.12	Tečaji.....	- 17 -
2.2.2.13	Večdnevno bivanje v naravi.....	- 18 -
2.2.2.14	Športni program Zlati sonček.....	- 18 -
2.2.3	Materialni in prostorski vidiki predšolske športne vzgoje.....	- 19 -
2.2.3.1	Športna igralnica.....	- 19 -
2.2.3.2	Športni pripomočki in igrala.....	- 19 -
2.2.3.3	Otroško igrišče.....	- 20 -
2.2.3.4	Ureditev igrišča in športne igralnice glede na normativna izhodišča..	- 20 -
3	CILJI	- 23 -
4	HIPOTEZE	- 24 -
5	METODE DELA	- 25 -
5.1	VZOREC MERJENCEV.....	- 25 -
5.2	VZOREC SPREMENLJIVK.....	- 25 -
5.3	NAČIN ZBIRANJA PODATKOV.....	- 26 -
5.4	METODE OBDELAVE PODATKOV.....	- 26 -
6	REZULTATI	- 27 -
6.1	ANALIZA REZULTATOV VPRAŠALNIKA ZA RAVNATELJICE VRTCEV.....	- 27 -
6.2	ANALIZA REZULTATOV VPRAŠALNIKA ZA STARŠE.....	- 35 -
6.2.1	Neorganizirana vadba staršev med tednom.....	- 38 -
6.2.2	Neorganizirana vadba staršev med vikendi in v času počitnic.....	- 39 -
6.2.3	Organizirana vadba staršev med tednom.....	- 40 -
6.3	ANALIZA REZULTATOV VPRAŠALNIKA ZA OTROKE.....	- 40 -
6.3.1	Neorganizirana vadba otrok med tednom.....	- 41 -
6.3.2	Neorganizirana vadba otrok med vikendi in v času počitnic.....	- 44 -
6.3.3	Organizirana vadba otrok med tednom.....	- 48 -
7	RAZPRAVA	- 52 -
8	SKLEP	- 61 -
9	LITERATURA	- 64 -
10	PRILOGE	- 68 -
10.1	Priloga 1: Vprašalnik za ravnateljice/ravnatelje vrtcev.....	- 68 -
10.2	Priloga 2: Vprašalnik za starše.....	- 73 -

1 UVOD

Predšolsko obdobje je obdobje temeljnega gibalnega razvoja. Otrokov organizem je najbolj izpostavljen vplivom okolja v zgodnjem otroštvu, prav to pa vpliva na razvoj njegove osebnosti. Strokovnjaki so ugotovili, da vsega tistega, kar otrok zamudi v zgodnjem otroštvu, kasneje žal več ne more nadoknaditi. Otrokove dejavnosti v prvih letih življenja so podlaga za kasnejše športne dejavnosti, hkrati pa vplivajo tudi na razvoj in oblikovanje vrste njegovih sposobnosti, lastnosti, zmožnosti in značilnosti (Videmšek, Štihec, Karpljuk in Kondrič, 2002).

Otrok začne osvajati prve informacije v trenutku, ko se rodi. Starši so tisti, ki mu omogočajo prve stike z okoljem in so popolnoma odgovorni za njegovo zgodnje učenje. Te informacije otrok pridobiva še zlasti s pomočjo gibanja, ki predstavlja najbolj primarno in naravno potrebo ter vpliva na vsa področja njegovega razvoja od kognitivnega do čustvenega in socialnega. Ozaveščena družina, ki ve, da mnoge od naštetih nadlog lahko učinkovito prepreči in težje celo odkloni, goji šport kot sestavni del življenja in sredstvo, ki motivira in koristi, ki plemeniti in osrečuje.

V družini potekajo osnove otrokovega razvoja, kot so vzgoja, učenje, razvijanje delovnih navad, odnos do dela in preživljanje prostega časa. Prosti čas v današnji družini najpogosteje pomeni možnost za skupen pogovor, razvedrilo, igro, počitek, delo in šport. Kako bo družina preživela prosti čas, je odvisno od staršev in njihovega zavedanja o pomenu športa. Šport in športne dejavnosti so lahko lepo in koristno preživljanje prostega časa. Starši lahko otroku z lastnim zgledom vcepijo ljubezen do določene aktivnosti. Vse to lahko vpliva na otrokovo kasnejše organizirano ukvarjanje z določeno športno dejavnostjo v klubih in društvih.

Družina izredno močno oblikuje otrokovo osebnost, posebno v zgodnjem predšolskem obdobju. Takrat moramo privzgojiti zavest o vrednoti športa, ki ga bo gojil vse življenje. To lahko krepi in razvija tudi s pomočjo staršev, ki skrbijo za športno dejavnost otroka tako, da aktivno sodelujejo z njim (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Ker šport ohranja in krepi otrokovo zdravje, razvija njegove sposobnosti in omogoča lažje vključevanje in prilagajanje v družbeno in naravno okolje, je pomembno, da starši že v predšolskem obdobju navajajo otroke na redno športno delovanje. Ob primernem sodelovanju vseh družinskih članov predstavlja šport tudi enega od pomembnih dejavnikov povezave in sooblikovalcev življenjskega sloga družine (Videmšek, 2001).

Sodobna družba in čas, v katerem živimo, nista preveč naklonjena družini, saj zahtevata hiter življenjski tempo, kar pomeni veliko posvečanja službenim obveznostim, malo prostega časa in pretežno sedeč življenjski slog. Ta način življenja dela veliko krivico otrokom, ki so zaradi odsotnosti staršev prikrajšani za aktivno preživljanje prostega časa v krogu družine. Otroci tako na eni strani živijo v družinah, ki jim nudijo veliko z materialnega vidika, ne pa osebnega ukvarjanja staršev z otroki, saj jim za to zmanjka časa. Na drugi strani pa so družine na robu preživetja, ki imajo komaj za hrano in si ne morejo privoščiti nakupa športne opreme, športnih pripomočkov, plačila vadbe pod strokovnim vodstvom ...

Poleg družine ima pri vzgoji otrok pomembno vlogo vrtec oz. jo imajo strokovni delavci vrtca, saj se večina otrok s športno dejavnostjo prvič sreča v vrtcu. Zato mora biti ena izmed temeljnih nalog vrtca, da otrokom vsakodnevno omogoči, da z različnimi dejavnostmi na prostem in v prostoru spoznavajo in razvijajo različne gibalne ter druge sposobnosti in lastnosti ter to ves čas spodbuja.

Vsebine športnih programov naj izhajajo iz otroka, prilagojene naj bodo njegovim sposobnostim, lastnostim, potrebam in interesom. Pri tem uporabljamo raznovrstne oblike in metode dela ter najrazličnejše športne pripomočke in igrala. Zato mora biti strokovni delavec zelo ustvarjalen in poln domišljije, poznati mora želje otrok, da lahko organizira smiselno, učinkovito in otrokom zanimivo vadbo. Biti mora pozoren, kdaj, kje in kako bo pri vadbi uporabil športne pripomočke in igrala za razvoj gibalnih sposobnosti in hitrejše usvajanje različnih športnih zvrsti.

Prilagoditev današnjemu času je zaskrbljujoča, saj se naravne oblike gibanja današnjemu povprečnemu človeku prilagajajo tako, da izginjajo. Le redki se še redno lotijo vsebin gibalne abecede, naravnih oblik gibanja, in to po možnosti na prostem. Odstopanje od teh temeljnih gibalnih potreb že kaže negativne posledice v rasti in razvoju otrok ter zdravju odraslih. Povečana telesna teža in debelost, ki sta posledica gibalne neaktivnosti, sta glavna grožnja današnjemu človeku in glavno žarišče številnih drugih bolezni. Gibalno neaktivne in premalo aktivne populacije je na svetu že več kot 60 % in Slovenci pri tem nič kaj ne zaostajamo, žal tudi otroci in mladostniki ne (Pistotnik, 2002).

2 PREDMET IN PROBLEM

2.1 ŠPORTNA DEJAVNOST PREDŠOLSKIH OTROK

V strokovni literaturi se pogosto uporablja termin gibalna/športna dejavnost. Opredeljujejo jo kot individualno telesno dejavnost, v okvir katere sodijo tako aktivnosti v prostem času in pri delu, kot tudi aktivnosti z namenom približevanja ciljem vsakodnevnih nujnih in načrtovanih dejavnosti posameznika (npr. pot na delo, po opravkih, nakupih, obiskih in/ali drugih zadolžitvah). Poudarjajo, da gre pri tej obliki za vse vrste gibanja lastnega telesa s pomočjo skeletnih mišic, ob katerih se porablja energija. Telesno vadbo opredeljujejo kot namensko gibalno/športno dejavnost, ki je običajno strukturirana in služi krepitvi oziroma izboljševanju posameznikovega zdravja (Završnik in Pišot, 2005).

Ta termin raziskovalci (Završnik in Pišot, 2005) uporabljajo tudi kadar govorijo o predšolskih otrocih. Zaradi specifičnosti razvoja predšolskega otroka, katerega motorični prostor še ni popolnoma sufisticiran in se razvija celostno na vseh področjih hkrati, še težje ločujemo med terminoma gibalna in športna dejavnost. Športna dejavnost predšolskega otroka se razlikuje od športne dejavnosti odraslega. Za odraslega smemo ta termin uporabljati le, kadar govorimo o aktivnostih, ki jih izvajamo v prostem času z določenim namenom in so vnaprej načrtovane, sistematične in nadzirane, kar za predšolskega otroka ne moremo trditi. Pri predšolskem otroku so športne dejavnosti prilagojene njegovi stopnji razvoja in se pogosto razlikujejo od športnih dejavnosti odraslih. Kljub temu pa se otroci v vrtcu že srečujejo s športnimi dejavnostmi, kot so smučanje, drsanje, rolanje, kolesarjenje, planinarjenje, dejavnosti z žogo. V tem diplomskem delu bomo zato termin športna dejavnost uporabljali takrat, kadar bomo govorili o zgoraj omenjenih športnih dejavnostih, kadar pa bomo govorili o različnih aktivnostih (tako športnih kot gibalnih), pa bomo uporabljali termin gibalna/športna dejavnost.

V predšolskem obdobju je razvoj zelo dinamičen in celosten, zato ima v tem obdobju športna dejavnost velik pomen. Eden izmed najpomembnejših temeljev za zdravo življenje je nedvoumno tudi redna športna aktivnost. Šport je sredstvo, s pomočjo katerega otroci razvijajo gibalne in funkcionalne sposobnosti, osvajajo različna športna znanja, poleg tega pa razvijajo tudi sposobnosti in lastnosti na drugih področjih razvoja (telesnem, spoznavnem, čustvenem, socialnem).

Gibalni razvoj je v razvoju človekovih funkcij v ospredju predvsem v prvih letih življenja. Razvoj poteka od naravnih oblik gibanja do celostnih in skladnostno zahtevnejših športnih dejavnosti, v interakciji med zorenjem, učenjem in

posameznikovo aktivnostjo po lastni volji. V predšolskem obdobju otrok pridobiva raznovrstne izkušnje zlasti z igro (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Organizirana športna dejavnost predšolskih otrok se začne z vstopom v vrtec. Otrok z različnimi dejavnostmi v zaprtem prostoru in na prostem razvija gibalne in funkcionalne sposobnosti ter postopno spoznava in usvaja osnovne prvine različnih športnih zvrsti. Mnoge gibalne dejavnosti od otroka zahtevajo, da se zaveda drugih otrok in odraslih, da z njimi deli prostor in stvari, da sodeluje (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

2.2 VRTCI

Vrtec je vzgojno-izobraževalna institucija in deluje po veljavnem kurikulumu, ki ob upoštevanju in spoštovanju tradicije slovenskih vrtcev z najnovejšimi teoretskimi pogledi na zgodnje otroštvo in iz njih izpeljanimi drugačnimi pristopi dopolnjuje, spreminja in nadgrajuje dosedanje programe. Kurikulum je torej procesno-razvojno naravnano, kar pomeni, da je v ospredju proces, ki temelji na ciljih, prilagojenih razvojni stopnji otroka.

Predlagani primeri vsebin in dejavnosti vsa področja med seboj povežejo in jih postavijo v kontekst dnevnega življenja otrok v vrtcu. Vzgojitelj je pri realizaciji vsebin avtonomen, kar pomeni, da glede na okoliščine, socialni kontekst, aktualnost, izbiro metod, načinov dela ... po svoji strokovni usposobljenosti določa, kako, kdaj, na kakšen način in s katerimi vsebinami bo dosegel zastavljene cilje. Pri tem mora upoštevati vsebinske, materialne, organizacijske in kadrovske pogoje v vrtcu, kjer deluje. Vrtci po Sloveniji pa se v navedenih pogojih med seboj razlikujejo.

2.2.1 Vrtci Braslovče, Polzela in Vransko

Vrtci Braslovče, Polzela in Vransko ležijo v Celjski kotlini v severozahodnem delu Spodnje Savinjske doline. Glede na oddaljenost naselij med seboj so si vsi vrtci razmeroma blizu.

Vrtec Braslovče je bil zgrajen leta 2003 kot prizidek k Osnovni šoli Braslovče. V njem izvajajo dnevni in poldnevni program. Otroci so po starosti razporejeni v homogene, heterogene in kombinirane oddelke.

V vrtcu gradijo na otrokovih zmožnostih, jih vodijo k pridobivanju novih doživetij, izkušenj, spoznanj, jim omogočajo izražanje in doživljanje. Učenje temelji na neposredni aktivnosti s predmeti in pridobivanju konkretnih izkušenj z ljudmi, s stvarmi, na reševanju konkretnih problemov ter pridobivanju socialnih izkušenj.

Poleg ciljev, ki jih določa Zakon o vrtcih, skrbijo še za:

- ustvarjanje prijetnega vzdušja,
- upoštevanje drugačnosti,
- primeren prostor, ki nudi zasebnost, intimnost ...,
- časovno razporeditev, ki je usklajena s potrebami ter z bioritmom otrok,
- kulturo prehranjevanja,
- počitek, usklajen s potrebami in željami otrok,
- skrb za lastno zdravje,
- vsakodnevne aktivnosti na prostem,
- skrb za ohranjanje okolja – učenje v sožitju z naravo,
- spoštovanje pravic otrok, staršev in zaposlenih.

Prednostna naloga vrtca je, da vsaka igrača svoje mesto najde; več pozornosti torej namenijo urejeni igralnici in igračam. Projekti, ki jih vrtec izvaja, so: Zdrav vrtec – zdravi pod soncem, Zeleni nahrbtnik – spremljanje dogajanja v naravi, Pasavček – red je vedno pas pripet, Varno s soncem – varovanje pred nevarnostmi sončenja. Poleg tega vrtec izvaja številne prireditve in praznovanja, sodeluje z okoljem in s starši.

Vrtec Polzela je bil zgrajen leta 1976 pri Osnovni šoli Polzela. V njem izvajajo le dnevni program.

Poleg ciljev 1. člena Zakona v vrtcih skrbijo še za naslednje vrednote:

- spodbujajo pozitivno energijo in vedro razpoloženje med vsemi zaposlenimi;
- želijo dobro počutje vseh otrok, zato si prizadevajo za vsakega posebej, da vrtec spozna in se nanj postopno navadi in da v tem času tudi oni spoznajo otroka in starše, kar je pogoj za uspešno sodelovanje;
- posebno pozornost namenjajo otrokom s posebnimi potrebami;
- razvijajo zdrav življenjski slog z veliko gibanja, plesa, bivanja na prostem, uravnoteženo zdravo prehrano z veliko tekočine, sadja in zelenjave;
- skrbijo za živahen in dinamičen utrip, da se vedno dogaja kaj zanimivega in lahko otroci razvijajo in uresničujejo svoje interese, nagnjenja in potrebe na mnogo različnih načinov;
- so vrtec, ki je pozitivno naravnani za timsko delo, odprto komunikacijo, spremembe sprejemajo kritično in postopno, imajo velik interes za

izobraževanje, iskanje novih uspešnih poti, ki ugotavljajo in zagotavljajo kakovost življenja otrok v vrtcu.

Vrtec Polzela izvaja tudi številne projekte, kot so: Ekovrtec, Spoznavanje bogate preteklosti domačega kraja, Mediacija, Spodbujanje bralnega interesa. Želijo ohranjati in poglobljati dosežene kakovosti strokovnega dela v vseh oddelkih, s poudarkom na načrtovanju in izvajanju področij dejavnosti, še posebej na elementih učinkovite prakse; ozavestiti ključne vidike načrtovanja kurikula ter poiskati možnosti za izboljšanje tistih vidikov, pri katerih ni moč doseči zelene kakovosti; izboljšati funkcionalno pismenost iz vrtca v šolo; v sodelovanju s šolo bodo gradili tak sistem vrednot, ki bo spodbujal pozitivno klimo in kulturo zavoda in omogočal optimalni razvoj vseh v pedagoškem trikotniku.

Z obogatitvenimi dejavnostmi želijo popestriti življenje v vrtcu. Namenjene so dopolnjevanju potreb, interesov otrok in staršev ter pestrejši izbiri vsebin. Obogatitveni programi se izvajajo v dopoldanskem času. Vsebina programov je opredeljena v letnih načrtih posameznih oddelkov. Dodatne programe vrtec izvaja izven dnevne vzgoje in varstva. Vanje so vključeni otroci od 4. do 6. leta (tečaj angleškega jezika).

Leto izgradnje stavbe, ki jo **vrtec Vransko** uporablja za svoje delovanje, ni znano. Leta 2008 naj bi praznovala vsaj 110 let svojega obstoja. Za predšolsko vzgojo je zgradba namenjena že 30 let, prej je bila v drugačni funkciji. Njena zadnja adaptacija je bila leta 2004. Od leta 1999 je vrtec na Vranskem začel delovati v okviru Osnovne šole Vransko-Tabor.

Z načrtovanjem prednostnih nalog in z izbiro različnih metod dela skrbijo za kakovostnejše doživljanje izkušenj, in sicer v okviru vseh dejavnosti otrok v vrtcu, vključno s pripravo in pripravljenostjo otrok za učenje. Prednostne naloge vrtca Vransko so: časovna razporeditev, primeren prostor, ponujene dejavnosti, organizacija koticikov, hranjenje, počitek in spanje, zdrav vrtec, šport in zdravje. Temeljna naloga vrtca je pomoč staršem pri celoviti skrbi za otroke, izboljšanje kvalitete življenja družine in otrok ter ustvarjanje pogojev za razvoj otrokovih telesnih in duševnih sposobnosti.

Vrtec izvaja dnevni in poldnevni program, otroci pa so razporejeni v homogene oddelke v starostnem razponu enega leta, v heterogene skupine otroci prvega ali drugega starostnega obdobja, v kombinirane pa otroci prvega in drugega starostnega obdobja. Otrokom je na voljo obogatitveni program (pevski zbor, knjižnica, planinski pohodi, eko delavnice, ure pravljic ...), nadstandardni program (letovanje, kuharski krožek, telovadba za dojenčke, telovadba za cicibane, tečaj angleščine) in projekti (Fit Slovenija, Eko vrtec, Nekoč in danes, Pasavček).

2.2.2 Organizacijske oblike dela v vrtcu

Oblike športnih dejavnosti v vrtcu so raznolike, vsem pa je skupno gibanje. Zaradi njihove specifikacije jih lahko vključujemo v program različno, in sicer nekatere vsakodnevno, druge večkrat na teden, tretje samo enkrat na mesec ali leto.

Videmškova in Pišot (2007) sta opredelila naslednje organizacijske oblike:

- jutranja gimnastika,
- gibalni odmor,
- vadbeno ura,
- gibalna minuta,
- gimnastične vaje,
- sprehod,
- izlet,
- orientacijski izlet,
- vadba na trim stezi,
- aktivnosti po želji otrok,
- športno dopoldne, športno popoldne,
- tečaj,
- letovanje in zimovanje,
- javni nastop.

2.2.2.1 Jutranja gimnastika

Običajno se jo izvaja pred zajtrkom, in sicer takrat, ko so zbrani vsi otroci. Zaradi njene specifikacije jo je možno izvajati na prostem ali v zaprtem prostoru. Ta organizacijska oblika dela vključuje uvodno ogrevanje in gimnastične vaje. Cilji jutranje gimnastike so pospešitev dihanja in krvnega obtoka, razvoj gibalnih sposobnosti, spodbuda za delo in navajanje na redno jutranjo gibalno dejavnost.

2.2.2.2 Gibalni odmor

Gibalni odmor je v prvi vrsti namenjen otrokom. Prav pa je, da ga izvajajo tudi vzgojiteljice. Od slednjih je odvisno, kako pogosto ga bodo uporabili. Smiselno je opazovati otroke in ga vključiti v pedagoški proces, ko ti postajajo nemirni in nezbrani. Z njim jim zagotovimo potrebo po gibalni dejavnosti. Izvajamo ga lahko na prostem, v igralnici, športni igralnici, večnamenskem prostoru ali na hodniku. Pomembno je, da se otroci sprostijo skozi igro in zabavo, ob tem pa vplivamo na

razvoj gibalnih sposobnosti. Dolžina gibalnega odmora je prepuščena vzgojiteljici, trajal pa naj bi vsaj 10 do 15 minut.

2.2.2.3 Vadbena ura

Vadbena ura je temeljna oblika športne vzgoje v vrtcu, ki jo pripravi športni pedagog ali vzgojiteljica. Izvajamo jo lahko v notranjih ali zunanjih prostorih. Čas trajanja je odvisen od starosti otrok; tri do štiri leta stari otroci imajo slabšo koncentracijo, zato je njihova vadba krajša kot za štiri- in petletnike.

Vadbena ura je sestavljena enako kot vadbena ura za šolske otroke. Torej jo sestavljajo trije deli: pripravljalni, glavni in sklepni. Namen pripravljalnega dela je vpliv na gibalno, fiziološko, motivacijsko, čustveno in socialno komponento ter celostna priprava otroka na glavni del vadbene ure. Pripravljalni del je razdeljen na dva dela, in sicer na uvodnega, kjer se izvajajo že znane preproste gibalne naloge in igre, ter na gimnastične vaje. Glavni del ure je praviloma najdaljši. Tu poleg naravnih oblik gibanja izvajamo tudi kompleksnejše športne dejavnosti. V sklepnem delu pa je potrebno otroke umiriti in celostno zaključiti uro ter jo po potrebi analizirati. Otroke je potrebno v sklepnem delu naučiti pospravljanja pripomočkov.

2.2.2.4 Gibalna minuta

Gibalna minuta je krajša od gibalnega odmora, njen namen pa je podoben. Traja od 3 do 5 minut in jo organiziramo takrat, ko opazimo, da so otroci postali nemirni ali nezbrani. To obliko dela lahko uporabljamo večkrat na dan in je še posebej primerna v času, ko so otroci dlje časa preživljajo v zaprtih prostorih. Takrat prekinemo delo, prezračimo prostor in z otroki izvedemo nekaj gibalnih nalog, s katerimi jih psihično sprostimo in telesno razgibamo.

2.2.2.5 Gimnastične vaje

Gimnastične vaje predstavljajo otrokom nenaravno gibanje. Z njimi sistematično vplivamo na oblikovanje posameznih delov telesa, vplivamo na pravilno držo, posežemo pa tudi v razvoj gibalnih sposobnosti, še posebej v domeno ravnotežja in koordinacije gibanja.

Izvedbo gimnastičnih vaj naj vedno spremlja zgodba, ki otroke čustveno in motivacijsko zaposli in jim izvajanje zato predstavlja užitek. Kompleksi gimnastičnih vaj pa naj bodo enaki v več vadbenih urah zapored, da se ga otroci naučijo pravilno izvajati. Število vaj je odvisno od starosti otrok in od stopnje težavnosti izbranih vaj. Za popestritev pa je ustrezna uporaba različnih pripomočkov.

2.2.2.6 Sprehod

Sprehod je najpogostejša in nepogrešljiva oblika dejavnosti v vrtcih, s katero uresničujemo tudi cilje drugih področij. Posegamo lahko v umetnost, naravo, družbo, kjer otroci dobivajo informacije o prometni in zdravstveni vzgoji, spoznavajo bližnjo okolico ... Sprehode načrtujemo večkrat na teden. Pogostost sprehodov mora biti večja tam, kjer vrtci nimajo velikih travnatih površin v svoji okolici. Dolžina sprehodov je odvisna od starosti otrok, postavljenih ciljev, trenutnega razpoloženja, vremenskih razmer, geografske lege vrtca ...

2.2.2.7 Izlet

Izlet se od sprehoda razlikuje glede na čas trajanja. Njegova največja vrednost je v tem, da otroci zapustijo bližnjo okolico in preživijo čas v neokrnjeni naravi na svežem zraku. Poleg zabave in sprostitve pa z izleti predvsem vplivamo na aktiven počitek, na usmerjanje otrok k opazovanju naravnih lepot v različnih letnih časih, na spoznavanje rastlinstva in živalstva v okolici.

Glede na čas trajanja so izleti razdeljeni v pet skupin (Videmšek in Pišot, 2007):

- *sprehod* – pomeni dopoldanski ali popoldanski obisk bližnjih zanimivosti in poteka večinoma po ravnem, posebna oprema ni potrebna;
- *krajši izlet* – traja do 4 ure, izvedemo ga v dopoldanskem času med zajtrkom in kosilom ali pa popoldan med kosilom in večerjo, potrebna je ustrezna oprema;
- *poldnevni izlet* – izlet, ki ga pričnemo zjutraj in se v vrtec (ali šolo) vrnemo do konca delovnega dne, otroci morajo imeti ustrezno opremo (čevlji, nahrbtnik, malica, pijača);
- *celodnevni izlet* – iz vrtca (ali šole) se odpravimo zjutraj in se vrnemo pozno popoldne ali zvečer, nujna je ustrezna oprema (čevlji, nahrbtnik, malica, osvežilna, nesladkana pijača);

- *večdnevni izlet ali pohod* – gre za nekajdnevno turo, ko so otroci odsotni od doma in prespijo v kočah, domovih ali šotorih, nujna je ustrezna oprema (čevlji, nahrbtnik z rezervno obleko in zaščito pred dežjem in mrazom, najnujnejši higienski pripomočki, energijski priboljški, čutarica, malice in topli obroki v kočah).

Izlet lahko organiziramo tako, da v celoti temelji na hoji ali pa v kombinaciji s prevozom.

Po vsebini in obliki ločimo različne vrste izletov:

- izlet, združen z ogledom kraja, okolice, izlet k reki, jezeru ali na morje, izlet, na katerem nabiramo gozdne sadeže in
- planinski (enodnevni, večdnevni) izleti.

2.2.2.8 Orientacijski izlet

Orientacijski izlet je vrsta izleta, ki običajno traja od ene do treh ur. Zaradi svoje specifikke je še bolj interdisciplinarno povezan z vsemi področji (gibanje, matematika, slovenščina, družba, narava, umetnost), saj otroci pri tem, ko iščejo pot, rešujejo naloge z različnih področij. Pri postavljanju proge je potrebno upoštevati primerno dolžino, ki naj bo vsaj dva kilometra. Pot je lahko krožna, lahko pa sta začetek in konec na različnih mestih. Vse to je odvisno od vzgojiteljice in njene ustvarjalnosti. Izpeljana pa naj bo v gozdu, v parku ali na travniku oz. v vseh kombinacijah. Kako bo pot označena, je prav tako v domeni vzgojiteljice. Potrebno pa je upoštevati razvojno starost otrok in pot označiti tako, da bodo vsi otroci lahko uspešni. Za mlajše starostne skupine je potrebno pot označiti tako, da so znaki vidni in nasprotnih barv od okolja, za starejše pa lahko progo tudi otežimo. Priporočeno je, da so naloge ob poti zabavne, poučne in preproste, da lahko vsi otroci uspešno opravijo s potjo. Naloge so lahko označene s slikami, naj jih ne bo več kot osem in manj kot pet. Prav je, da na cilju razglasimo pravilne rezultate nalog.

2.2.2.9 Vadba na trim stezi

Trim steza je zanimiva organizacijska oblika, ki jo lahko uporabimo za vadbeno uro, kot del izleta ali pa popolnoma samostojno. Namen samostojnega izvajanja te organizacijske oblike je, da si otroci ogledajo skice gibalnih nalog in skupaj z

vzgojiteljico izvajajo vaje. Trim steze lahko vrtec priredi v svoji okolici, lahko pa se z otroki odpravimo na že postavljene trim steze, kjer otroci izvajajo samo tiste naloge, ki so zanje primerne. Za otroke je posebej primerno, če obišejo trim stezo s svojimi starši in sorodniki tudi po tem, ko so jo spoznali v vrtcu, saj bodo tako športno dejavnost širili tudi v domačem okolju in bo postala neločljiva vez za vse življenje.

2.2.2.10 Aktivnosti po želji otrok

Cilja te vrste dejavnosti sta dva, in sicer gre najprej za zadovoljevanje trenutnega otrokovega nagiba, ki ga vodi v izbrano aktivnost, in nato za razvijanje njegove ustvarjalnosti. Te aktivnosti so v celoti podrejene željam in potrebam otrok, zato vzgojiteljica ne organizira dejavnosti v smislu vodenja, pač pa le ustvari primerno okolje, kjer otrok izbere tisto, kar mu v danem trenutku najbolj ustreza. Edina naloga vzgojiteljice je, da priskrbi vse pripomočke, ki jih otroci potrebujejo za svoje ustvarjanje. Izvajanje te aktivnosti lahko poteka kjerkoli in poljubno dolgo. Otroke popolnoma prepustimo njihovi lastni ustvarjalnosti in iznajdljivosti, skrbeti pa je potrebno za njihovo varnost.

2.2.2.11 Športno dopoldne, športno popoldne

Športno dopoldne in športno popoldne sta dejavnosti, ki se od športnega dne razlikujeta po času izvedbe. Športno dopoldne organiziramo v dopoldanskem času in je namenjeno več oddelkom hkrati, lahko tudi iz več vrtcev. Izvaja se lahko večkrat na leto, čas izvedbe je poljuben, priporočljivo pa je vsaj 90-minutno izvajanje. Napravimo lahko več vadbenih postaj, otroci pa med njimi krožijo. Športno popoldne izvajamo enako kot športno dopoldne, le da lahko vključimo tudi starše otrok in so zaradi tega lahko vadbene postaje zahtevnejše.

2.2.2.12 Tečaji

Tečaji so oblika športne dejavnosti, ki je namenjena spoznavanju, vadbi in utrjevanju športnih zvrsti, kot so plavanje, smučanje, drsanje, plesne dejavnosti ... Izvedeni so v strnjem času, kar ugodno vpliva na pridobivanje gibalnega znanja in navad v posamezni športni zvrsti. Pri pripravah na tečaje moramo biti še posebej pozorni na strokovne sodelavce. Ti naj imajo poglobljena znanja z vidika elementarne športne vzgoje.

2.2.2.13 Večdnevno bivanje v naravi

Večdnevno bivanje v naravi postaja vse bolj priljubljena organizacijska oblika. To so lahko letovanje, zimovanje, tabori ... Otroci za nekaj dni zapustijo starše in domači kraj. Čas preživljajo v naravi in za razliko od tečajev, kjer se učijo le ene športne zvrsti, gre pri večdnevnih bivanjih v naravi za celovit vzgojni proces. Za otroke je pomembno predvsem to, da je program pester, bogat in prilagojen njihovim potrebam in sposobnostim ter da se vse izvaja preko sproščene igre.

2.2.2.14 Športni program Zlati sonček

Športni program Zlati sonček je namenjen otrokom med petim in devetim letom starosti in se izvaja štiri leta. Z njim lahko popestrimo redni vzgojno-izobraževalni proces. Njegov namen je obogatiti področja gibanja s sodobnimi športnimi vsebinami, s privlačno likovno podobo in načinom izvedbe motivirati kar največ otrok, staršev in vzgojiteljic za sodobno zasnovo športne vzgoje ter vsaditi v otroško zavest željo, navado in potrebo po ukvarjanju s športom v vseh starostnih obdobjih.

Program ni tekmovalnega značaja, temveč sta njegov cilj igra in dejavnost sama. Za opravljene dejavnosti pa otrok prejme medaljo. Pomembno je sodelovanje v programu in ne storilnost, zato je program zasnovan tako, da je vabljen in uresničljiv tudi za manj zmogljive. Izvajalci morajo največ pozornosti posvetiti igri in vadbi, ki naj bo prijetna in prilagojena otroku.

Program je razdeljen na 4 leta. A, B, C in D programi so namenjeni posameznemu starostnemu obdobju in imajo različne naloge. V vrtcu se izvaja program A, ki vsebuje naslednje naloge:

- 5 izletov (eden jeseni, eden pozimi, trije spomladi);
- plavanje: drsenje v vodi z lahtmi naprej in vztrajanje v tem položaju najmanj pet sekund;
- rolanje – kotalkanje (vožnja na razdalji 20 metrov, med vožnjo počep pod prečko) ali kolesarjenje (otrok se prosto vozi dve minuti po prostoru 20 x 20 metrov, med vožnjo ne sme stopiti na tla);
- smučanje (v stopničastem koraku se s smučmi povzpne na snežni kup, ki je visok vsaj en meter, in se nato spusti po nagibu) ali hoja ali tek na smučeh na razdalji 500 metrov;
- drsanje: vožnja na razdalji 25 metrov, med vožnjo počep pod prečko in vožnja po eni nogi na razdalji dva metra;

- spretnost z žogo: vodenje žoge na razdalji 10 metrov in met žoge z razdalje dveh metrov v koš ter v paru petkrat podaja žoge na razdalji najmanj dva metra (Kristan 1997).

2.2.3 Materialni in prostorski vidiki predšolske športne vzgoje

H kakovostnejši predšolski športni vzgoji lahko pripomoremo tako z ustreznimi strokovnimi programi kot tudi s primernim izborom športnih pripomočkov in igral ter z ustreznim prostorom.

2.2.3.1 Športna igralnica

Vsak vrtec naj bi imel sodobno opremljeno športno igralnico, te pa so v slovenskem prostoru zaenkrat bolj izjema kot pravilo, zato je potrebno čim bolj izkoristiti že obstoječe prostore, urediti zunanja igrišča in igralne ploščadi ter poskrbeti za ustrezne pripomočke in igrala. Ti morajo biti primerni za izvajanje različnih gibalnih dejavnosti in seveda primerni za otroke.

2.2.3.2 Športni pripomočki in igrala

Za izvajanje športne vzgoje v vrtcu Videmšek in Pišot (2007) predlagata naslednje pripomočke in igrala: univerzalne blazine, polivalentne blazine, plezalne letve, letvenike, drog, vrv, mrežo, tobogan, mini plezalno steno, prožno ponjavo z ustrežno zaščito, mini koš, sestavljeni gol, stojala, obroče, podstavke, žoge, medicinke, loparje za tenis, mehke teniške žogice, loparje in žogice za badminton, hokejske palice in žogice za mini hokej, tarčo za žogice in druge rekvizite, frisbije, balone različnih barv in velikosti, kolebnice, elastiko, barvne rutice, kije, barvne riževe vrečke, barvne gumijaste obročke, stožce, barve ploščice, barvne čepke, označbe na tleh, like iz mehke pene, ravnotežno desko, ravnotežni krožnik, desko na vzmeteh, hodulje, varnostno ogledalo, voziček za športne pripomočke, žično košaro na kolesih za žoge, tablo, otroška vozila brez pedal, tricikle, skiroje, dvokolesa s pomožnimi kolesi, kotalke ali rolerje, sani, snežne lopate, smuči, smučarske čevlje, smučarske palice, drsalke, plavajoče in potopljive figurice, plavalne deske, mehke valje, žogice za pihanje, male bazenčke. V Sloveniji ni veliko vrtcev, ki bi imelo tovrsten izbor pripomočkov in igral, vendar je možno organizirati dobre učne ure že samo z delčkom tega seznama materialnih pogojev.

Prostor za igro nudi otrokom sprostitve nakopičene energije, zadovoljitev potrebe po gibanju in igri ter navezovanje socialnih stikov. Mnoga igrala so skonstruirana tako, da otroci med seboj sodelujejo in skupaj poskušajo doseči cilj. V različnih igrah otrok spoznava smisel in pomen upoštevanja pravil ter spoštovanja in upoštevanja različnosti. Otrok razvija tudi ustvarjalnost, ko na kompleksnih igralih išče svoje načine in poti za rešitev različnih gibalnih nalog, z lastno domišljijo odgovarja na nove izzive ter izraža svoja čustva in občutja (Videmšek in Jovan, 2002).

2.2.3.3 Otroško igrišče

Športne aktivnosti lahko izvajamo v zaprtih prostorih, kot so telovadnica, športna igralnica, hodnik, ali pa zunaj na dvorišču, igrišču, travniku. Lahko tudi kombiniramo, tako da en del vadbe izvajamo v zaprtem prostoru, drugi del pa zunaj. Zunanje igrišče naj bo urejeno tako, da bo ob ugodni klimi primerno za izvajanje športnih dejavnosti. Igralne površine morajo biti varne in otroku prijazne, na zunanjem travnatem igrišču je priporočljiv manjši griček, po katerem se lahko otroci vzpenjajo in spuščajo, v zasneženi zimi pa tudi sankajo in smučajo. Otroško igrišče je namenjeno otrokom, njihovim potrebam in željam, je prostor, kjer se počutijo varne, sproščene in svobodne, lahko ustvarjajo s svojim telesom in uporabljajo domišljijo ter lastne poti pri reševanju raznih gibalnih izzivov.

Žal moramo ugotoviti, da je večina otroških igrišč v Sloveniji revna, pusta, nedomiseln, nesodobna in neustrezna z vidika varnosti, uporabnosti in udobnosti. Nedvomno bi bilo potrebno uvesti določene novosti glede oblikovanja. Otroška igrišča so namreč del našega osebnega in družbenega standarda in pomembna komponenta pedagoškega, zdravstvenega in socialnega razvoja (Skubin, 2005).

2.2.3.4 Ureditev igrišča in športne igralnice glede na normativna izhodišča

Pravilnik o normativnih in minimalnih tehničnih pogojih za prostor in opremo vrtca opredeljuje tehnične in prostorske zahteve za pokrite in nepokrite površine vrtca ter njihovo minimalno opremo. Površine, kjer se dogaja pretežni del predšolske športne vzgoje, so zunanja igrišča, osrednji prostor vrtca in športna igralnica. Prostori morajo biti primernih velikosti in otroku prijazno oblikovani.

Igrišče je največji prostor, ki je funkcionalno opremljen za igro. Spodaj so navedeni pomembni členi Pravilnika o normativih in minimalnih tehničnih pogojih za prostor in opremo vrtca (Videmšek in Pišot 2007).

8. člen

Igrišče mora imeti najmanj 15 m² na otroka, izjemoma tudi manj, če so v neposredni bližini zelene površine, ki jih je mogoče uporabljati za igro in do njih vodi varna pot. Urejeno mora biti tako, da otrokom omogoča izbiro raznovrstnih dejavnosti, socialne stike in tudi umik v zasebnost v skladu s kurikulumom in programom vrtca.

Opremljeno mora biti z enostavnimi, sestavljenimi in kompleksnimi igralnimi enotami tako, da je za vsakega otroka na voljo najmanj 1,5 m² igralnega mesta.

Razvrstitev igralnih enot na igrišču mora omogočati nemoteno dejavnost otrok prvega in drugega starostnega obdobja.

Igrala, nameščena na igrišču, morajo biti v skladu s slovenskimi nacionalnimi standardi s področja opreme igrišč, namestitve in vzdrževanja igral.

9. člen

Igrišče mora imeti najmanj polovico prostih površin in poti. Del prostih površin mora biti utrjenih in nedrsečih (npr. asfalt, umetna masa). Teren igrišča naj bo razgiban. Če so na igrišču stopnice, morajo biti vidno označene. Če ima stopnišče več kot tri stopnice, morajo te imeti varovalno ograjo. Na igrišče mora biti napeljana pitna voda.

10. člen

Igrišče mora imeti sončno lego, zavarovano pred vetrom, zagotovljeni morata biti naravna in umetna senca. Na igrišču ne smejo biti posajeni strupeni grmi in rastline.

11. člen

Igrišče mora biti ograjeno z ograjo, visoko najmanj 1,20 m, po kateri otroci ne morejo plezati. Če vrtec meji na nevarno območje (voda ipd.), mora biti ograja v zgornjem delu nagnjena navznoter. Vrata ograje se morajo samodejno zapirati. Kljuka naj bo takšna, da otrok ne more sam odpreti vrat z notranje strani.

Športna igralnica ni obvezen sestavni del vrtca, saj njeno vlogo večinoma prevzame osrednji prostor. Vedno več pa je okolij, kjer se lokalna skupnost odloči zgraditi poseben prostor, namenjen športni vzgoji najmlajših. Športna igralnica mora ustrezati tako po prostorski zasnovi kot tudi po opreми, navedeni v pravilniku.

24. člen

Vrtec ima osrednji prostor. V njem se srečujejo otroci in odrasli iz enega ali več oddelkov ob različnih dejavnostih. Namenjen je tudi gibalnim dejavnostim, če vrtec nima športne igralnice.

- Del prostora, namenjen razgibavanju, meri najmanj 56 m². V tem delu prostora ne sme biti garderobne opreme in podpornih stebrov.
- Ob osrednjem delu mora biti shramba s policami za igralne pripomočke in športne rekvizite (8 do 10 m²). Če ima vrtec športno igralnico, je ta shramba ob njej.

37. člen

Če se osrednji prostor uporablja kot športna igralnica, naj bodo v njem tudi A-lestev, letvenik, večnamensko plezalno, univerzalne in polivalentne blazine, deske različnih širin, ki se kombinirajo z letvenikom in A-lestevjo, in mini plezalna stena, kanvas (mali) z zaščito, univerzalne blazine ter druga manjša športna oprema. Če ima vrtec poleg osrednjega prostora športno igralnico, velja navedena oprema zanjo.

Športna igralnica ni obvezen sestavni del vrtca. Ustrezati mora po prostorski zasnovi, kot tudi po opremi, navedeni v pravilniku. Talna površina meri najmanj 80 m², (8 m x 10 m). Krajša stena – najmanj 6,5 m, prostor – visok najmanj 3,6 m, poševen strop – najnižji del 2 m. Nosilni stebri ne smejo segati v prostor. Shramba za pripomočke je ob igralnici (8 do 10 m²). Enote vrtca pri šoli lahko uporabljajo osnovnošolske telovadnice – ne dlje kot 200 m oziroma 5 minut hoje. Oprema garderobe, športne dvorane in shrambe za športne pripomočke mora biti prilagojena za predšolsko vzgojo.

3 CILJI

Cilji diplomskega dela so sledeči:

- Ugotoviti značilnosti okolja, v katerem živijo otroci izbranega vzorca (socialno-demografske značilnosti).
- Analizirati športno dejavnost otrok v vrtcih Braslovče, Polzela in Vransko.
- Analizirati materialne in prostorske pogoje dela v vrtcih.
- Analizirati športno dejavnost otrok izven vrtca.
- Analizirati povezanost med odnosom staršev do športa in vključevanjem njihovih otrok v šport.

4 HIPOTEZE

V skladu s cilji raziskave smo oblikovali naslednji hipotezi:

H1: Otroci iz vrtcev, ki imajo boljše materialne pogoje, se več ukvarjajo s športnimi dejavnostmi.

H2: Otroci staršev, ki se več ukvarjajo s športom, so tudi sami bolj športno aktivni.

Hipoteze smo potrjevali oziroma zavračali s 5 % tveganjem ($p \leq 0,05$).

5 METODE DELA

5.1 VZOREC MERJENCEV

V vzorec merjencev je bilo vključenih 62 otrok in 58 staršev: 21 staršev, katerih otrok hodi v vrtec Braslovče, 18 v vrtec na Polzelo in 19 v vrtec na Vransko. Vključeni so bili le starši, ki imajo otroka v starostni skupini 4–6 let.

5.2 VZOREC SPREMENLJIVK

V raziskavi smo uporabili dva anketna vprašalnika. V prvem so bila vprašanja, vezana na starše, in sicer na njihovo življenjsko okolje in športno dejavnost ter vprašanja vezana na njihove otroke, in sicer na njihovo športno aktivnost in kvaliteto preživljanja prostega časa. Drugi je bil namenjen ravnateljem vrtcev, v njem so bili zajeti sklopi vprašanj o vsebinskih in materialnih pogojih predšolske športne vzgoje v vrtcih.

Vprašalnik je vseboval naslednje spremenljivke:

1. del:

- Najvišja dosežena stopnja izobrazbe.
- Okolje bivanja.
- Neorganizirana vadba med tednom.
- Neorganizirana vadba med vikendi in času počitnic.
- Organizirana vadba med tednom.

- Neorganizirana vadba otroka med tednom.
- Neorganizirana vadba med vikendi in v času počitnic.
- Organizirana vadba med tednom.
- Kako pretežno preživlja prosti čas vaš otrok med vikendi in v času počitnic?
- Ali menite, da je vaš otrok dovolj gibalno/športno aktiven?
- Kakšno je vaše mnenje o vplivu gibalne/športne aktivnosti na otroka?
- Kako bi ocenili telesno pripravljenost vašega otroka?

2. del:

- Ali ima vrtec poseben prostor (športno igralnico)?
- Kvadratura notranjega in zunanjega prostora, kjer se izvaja gibalna/športna aktivnost.
- Pogostost izvajanja gibalnih/športnih aktivnosti znotraj in izven vrtca.
- Zunanje igrišče vrtca.
- Kvaliteta športnih igran na zunanjem igrišču.
- Športni pripomočki.
- Športne interesne dejavnosti.
- Pogostost gibalnih/športnih vsebin.

5.3 NAČIN ZBIRANJA PODATKOV

Podatke smo zbrali z anketnim vprašalnikom v okviru širšega raziskovalnega projekta »Otrok med vplivi sodobnega življenjskega sloga – gibalne sposobnosti, telesne značilnosti in zdravstveni status slovenskih otrok«, ki je potekal na Inštitutu za kineziološke raziskave Univerze na Primorskem, v sodelovanju s Fakulteto za šport in pedagoškimi fakultetami v Ljubljani, Kopru in Mariboru. Zbiranje podatkov je potekalo v juniju in septembru leta 2007. Vzgojiteljice so staršem razdelile ankete, ki so jih doma izpolnili in jih nato vrnilo vzgojiteljicam.

5.4 METODE OBDELAVE PODATKOV

Podatke smo obdelali na oddelku za računalniško obdelavo podatkov na Fakulteti za šport v Ljubljani s statističnim paketom SPSS (statistical Package for the social Sciences). Izračunali smo frekvence in kontingenčne tabele. Za izračun smo uporabili podprograma FREQUENCES in CROSSTABS. Verjetnost povezave med spremenljivkami smo testirali s koeficientom kontingence.

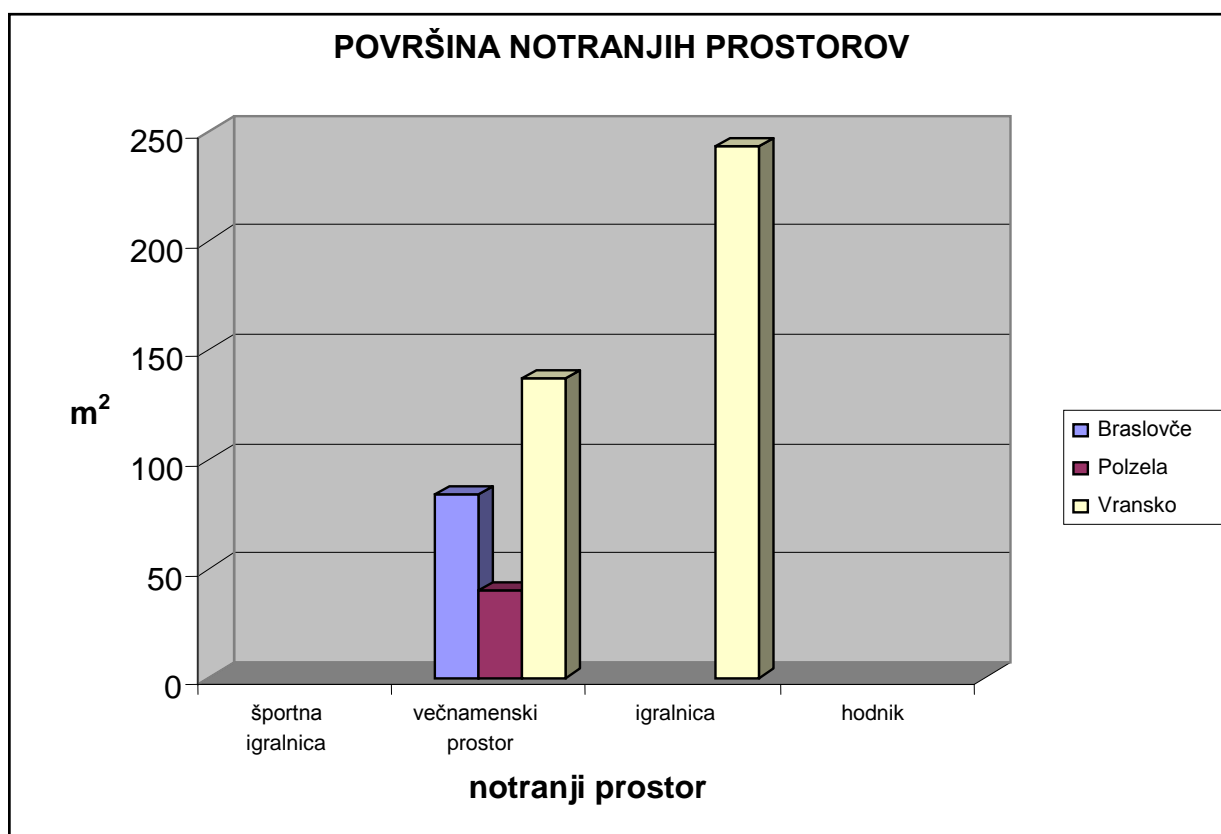
6 REZULTATI

V nadaljevanju so prikazani rezultati, ki smo jih dobili s pomočjo dveh anketnih vprašalnikov. Najprej so predstavljeni rezultati anketnega vprašalnika, ki je bil namenjen ravnateljicam vrtcev. V drugem delu so predstavljeni rezultati vprašalnika, namenjenega staršem in njihovim 4–6-letnim otrokom teh vrtcev.

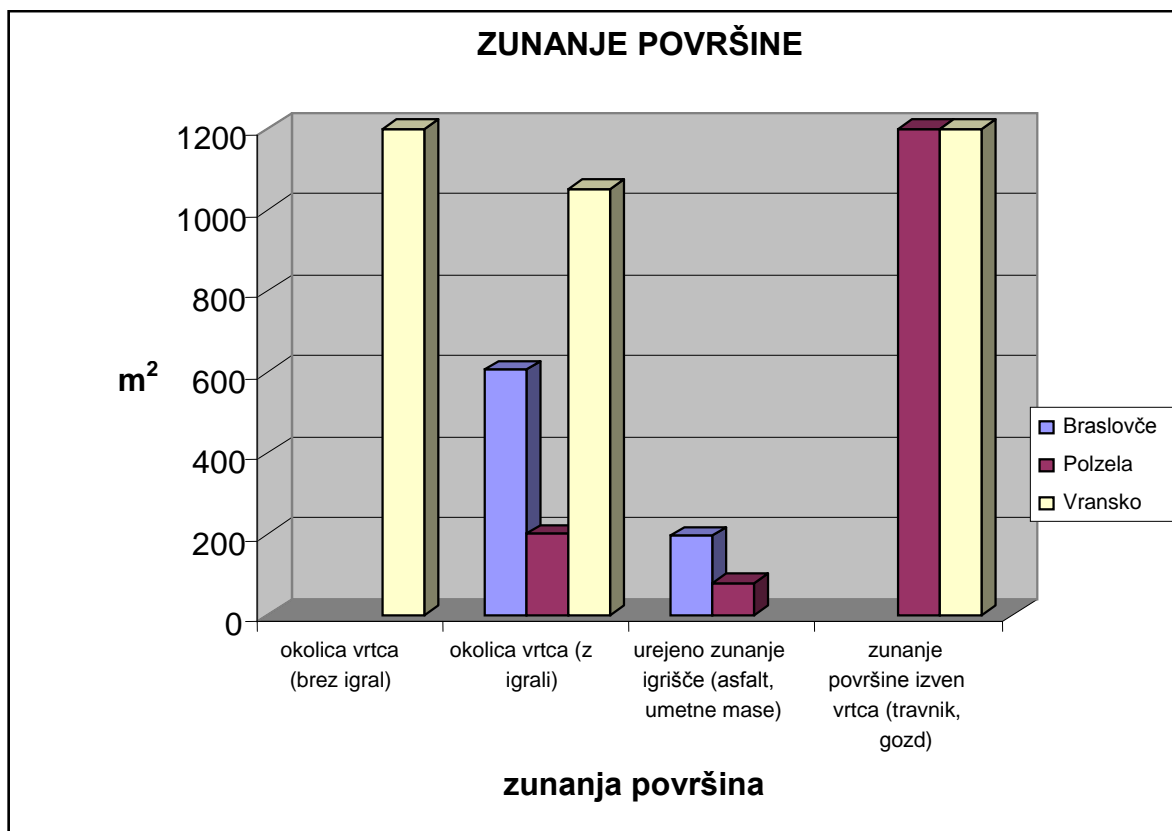
6.1 ANALIZA REZULTATOV VPRAŠALNIKA ZA RAVNATELJICE VRTCEV

NOTRANJI IN ZUNANJI PROSTORSKI POGOJI VRTCEV

Eden izmed pomembnih dejavnikov za kakovostno izvajanje gibalnih dejavnosti je nedvomno primeren prostor. Za zadovoljitev otrokovih gibalnih/športnih potreb imajo vrtci na voljo ustrezne notranje in zunanje prostore.



Slika 1. Kvadratura notranjih prostorov.

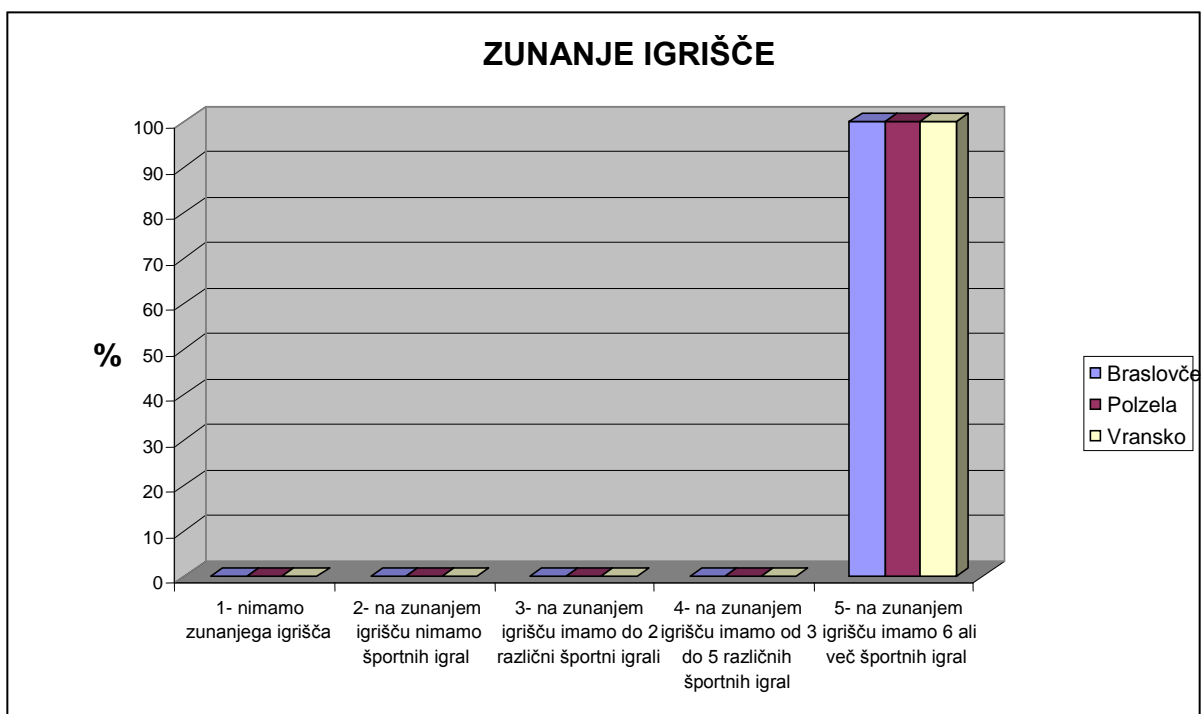


Slika 2. Kvadratura zunanjih površin.

Iz Slike 1 in Slike 2 je razvidno, da je po kvadraturi, namenjeni športnim dejavnostim, v ospredju vrtec Vransko, ki ima na voljo skupaj 380 m² notranjih prostorov in 2250 m² okolice vrtca (z igrali in brez igral). Šolsko igrišče v času raziskave ni bilo v uporabi, saj je takrat potekala gradnja nove telovadnice. Vrtec Vransko ima zaradi svoje lege dostop do neomejenih zunanjih površin izven vrtca (travnik, gozd).

Vrtci nimajo posebnega prostora (športne igralnice), ki bi bil izključno namenjen za gibalne/športne aktivnosti. Te vsi vrtci izvajajo večinoma v večnamenskem prostoru (Polzela: 40 m², Braslovče: 84 m²), vrtec Vransko tudi v 5 igralnicah. Za izvajanje gibalnih/športnih aktivnosti so ti notranji prostori majhni in neustrezni.

Vrtec Braslovče ima v uporabi 604 m² okolice vrtca z igrali in 196 m² urejenega zunanjega igrišča (asfalt, umetne mase ...). Zelo malo zunanjega prostora ima na voljo vrtec Polzela: 200 m² okolice vrtca z igrali in le 80 m² urejenega zunanjega igrišča, a imajo neomejeno možnost uporabe zunanjih površin izven vrtca.



Slika 3. Zunanje igrišče vrtcev.

Na Sliki 3 vidimo, da ravnateljice vrtcev na lestvici od 1 do 5 zunanja igrišča ocenjujejo z oceno odlično, saj imajo na zunanjem igrišču 6 ali več različnih športnih igral (gugalnica, tobogan, igralo ...). V dveh vrtcih so mnenja, da so športna igrala na zunanjem igrišču posodobljena ali nova. Športna igrala na zunanjem igrišču, ki so stara in nekatera že potrebna obnove, ima en vrtec.

Tabela 1
Pogostost izvajanja gibalnih/športnih dejavnosti

	REDKO		POGOSTO		REDNO	
	N	%	N	%	N	%
športna igralnica	-	-	-	-	-	-
večnamenski prostor	-	-	-	-	3	100
igralnica	1	33,3	1	33,3	1	33,3
hodnik	2	66,7	1	33,3	-	-
okolica vrtca (brez igral)	1	33,3	1	33,3	-	-
okolica vrtca (z igrali)	-	-	1	33,3	2	66,7
urejeno zunanje igrišče	2	66,7	1	33,3	-	-
zunanje površine izven vrtca	1	33,3	2	66,7	-	-

Legenda: N – število; % – odstotek

V Tabeli 1 je prikazano, da vrtci ne izvajajo gibalnih/športnih aktivnosti v športnih igralnicah, ampak le-te izvajajo redno v večnamenskem prostoru. V igralnici jih izvaja en vrtec redko, drugi pogosto in tretji redno. Najmanj v gibalne/športne namene uporabljajo hodnik, ki je pri dveh vrtcih redko izkoriščen. Redno oz. pogosto se vrtci poslužujejo okolice vrtcev z igrali, dva redno in eden pogosto. Nekoliko manj pogosto so otroci v okolici vrtcev brez igral in na urejenih zunanjih igriščih. Pogosto izvajata gibalne/športne aktivnosti na zunanjih površinah dva vrtca in eden redko.

Iz tabele vidimo, da bi lahko vsi vrtci pogosteje izvajali gibalne/športne aktivnosti v samih igralnicah, v okolici vrtcev brez igral in na urejenih zunanjih igriščih. S tem bi strokovne delavke poskrbele za bolj raznoliko in pestro vadbo. Seveda vse to zahteva ustrezno znanje, domišljijo, ustvarjalnost, iznajdljivost vzgojiteljic, da pripravijo primerno vadbena uro glede na ustrezno površino oz. prostor. Vrtci Braslovče, Polzela in Vransko po Pravilniku o normativih in minimalnih tehničnih pogojih za prostor in opremo vrtca dosegajo minimalne standarde, ki bi jih bilo potrebno po desetih letih preseči.

ŠPORTNI PRIPOMOČKI

Poleg ustreznega notranjega in zunanjega prostora so eden od pomembnih dejavnikov za kakovostno izvajanje športnih dejavnosti in s tem za ustrezen razvoj otrokovih gibalnih sposobnosti ter hitrejše usvajanje različnih športnih zvrsti nedvomno športni pripomočki in igrala. Danes je na slovenskem trgu na voljo pestra izbira, vendar vsi pripomočki in igrala niso primerni za predšolske otroke. Pri nakupu je potrebno vedeti, iz kakšnega materiala so, kakšno varnost zagotavljajo, kako jih je treba uporabljati, da bomo dosegli želene cilje itd. Uporabljamo jih za razvijanje gibalnih sposobnosti, pri učenju osnovnih gibalnih korakov in za usvajanje kompleksnejših športnih znanj. Otroke je potrebno usmerjati tako, da z lastno domišljijo in občutkom za gibanje rešujejo gibalne naloge. Pripomočki in igrala so nam pri tem nedvomno v veliko pomoč (Videmšek, Karpljuk, Štihec in Flisek, 2008).

Za lažji pregled smo se odločili, da športne pripomočke razdelimo v šest skupin:

1. Drobni pripomočki

- ✓ žoge
- ✓ kolebnice
- ✓ obroči
- ✓ kiji
- ✓ palice
- ✓ stožci
- ✓ trakovi

- ✓ baloni
- ✓ padala
- ✓ elastične vrvice
- ✓ vrvi
- ✓ drobni ritmični pripomočki (tamburin, boben, ropotulja ...)
- ✓ hodulje

2. Športna orodja

- ✓ navadne blazine
- ✓ debele blazine
- ✓ polivalentne blazine
- ✓ nizka gred
- ✓ deske različnih širin za postavitve različnih gredi
- ✓ švedske klopi
- ✓ švedske skrinje
- ✓ odskočne deske
- ✓ deske za ravnotežje
- ✓ male prožne ponjave
- ✓ plezalne vrvi
- ✓ plezalni drogovi
- ✓ plezalne lestve
- ✓ plezalne stene
- ✓ letveniki

3. Prevozna sredstva

- ✓ skiroji
- ✓ kolesa
- ✓ kotalke/rolerji
- ✓ rolke

4. Orodja in pripomočki za športe z žogo

- ✓ loparji
- ✓ palice za hokej
- ✓ talne oznake
- ✓ mreže
- ✓ koši
- ✓ goli

5. Smučarska oprema

- ✓ alpske smuči
- ✓ alpski čevlji
- ✓ tekaške smuči

- ✓ tekaški čevlji

6. Avdio-video oprema

- ✓ avdio oprema
- ✓ video oprema

Tabela 2

Športni pripomočki

	vrtec Braslovče		vrtec Polzela		vrtec Vransko	
	srednja vrednost	standardni odklon	srednja vrednost	standardni odklon	srednja vrednost	standardni odklon
drobni pripomočki	2,84	1,46	4,92	,27	4,76	,59
športna orodja	2,00	,92	2,73	1,53	1,66	1,44
prevozna sredstva	1,00	,00	2,25	,50	3,00	1,63
orodja in pripomočki za športe z žogo	2,33	1,63	2,00	,89	2,00	1,67
smučarska oprema	1,00	,00	1,00	,00	1,00	,00
avdio-video oprema	3,50	,70	5,00	,00	5,00	,00

Iz Tabele 2 lahko vidimo količino športnih pripomočkov vseh treh vrtcev. Ocene po Likartu so razporejene na lestvici Likartovega tipa od 1 (nimamo pripomočka) do 5 (imamo dovolj pripomočkov). Vidimo lahko, da imajo otroci v vrtcih Polzela in Vransko v povprečju na razpolago več športnih pripomočkov, kot so: drobni pripomočki in avdio-video oprema. Vrtec Braslovče ima približno dovolj drobnih pripomočkov in avdio-video opreme, vrtec Polzela športnih orodij in vrtec Vransko prevoznih sredstev. Premalo so opremljeni s športnimi orodji, prevoznimi sredstvi, orodji in pripomočki za športe z žogo. Nobeden od anketiranih vrtcev pa nima opreme za alpsko oziroma nordijsko smučanje.

H1: Otroci iz vrtcev, ki imajo boljše materialne pogoje, se več ukvarjajo s športnimi dejavnostmi.

V kompozitno spremenljivko MPD (materialni pogoji dela) smo vključili tiste rekodirane spremenljivke, ki so vsebovale materialne pogoje, potrebne za izvajanje športnih dejavnosti v vrtcu. MPD je zajemala 9 ustrezno transformiranih spremenljivk, ki so se nanašale na prisotnost športne igralnice, zunanji izgled, kvaliteto športnih igral zunaj in športne pripomočke. Športne pripomočke smo za ugotavljanje materialnih pogojev združili v šest kompozitnih spremenljivk. Skupna kompozitna spremenljivka športnih pripomočkov je predstavljala enakovredni seštevek spremenljivk, ki so se nanašale na prisotnost naslednjih materialnih pripomočkov v vrtcu: drobni pripomočki, gimnastična orodja, prevozna sredsta, orodja za športe z žogo, smučarska oprema in avdio-video oprema. Pri določanju meje med primernostjo in neprimernostjo materialnih pogojev smo upoštevali Pravilnik o normativih in minimalnih tehničnih pogojih za prostor in opremo vrtca (Uradni list št. 73/19, avgust 2000), ki opredeljuje tehnične in prostorske zahteve za pokrite in nepokrite površine vrtca ter njihovo minimalno opremo. Določene zahteve z normativom pomenijo minimalni standard, ki ga mora ustanovitelj zagotoviti za normalen potek delovnega procesa v vrtcu. Zaradi različnosti površin, kjer se izvaja predšolska športna vzgoja, je potrebno vključevati v spremenljivko, ki pokriva materialne pogoje, zunanja igrišča, njihovo kvaliteto in število športnih igral, športno igralnico in športne pripomočke. Spremenljivke smo tako najprej rekodirali v vrednosti 0 ali 1, kjer je kriterij odločanja temeljil na normativih in minimalnih tehničnih standardih. Vrednost 0 je tako pomenila, da vrtec ne dosega minimalnih standardov oziroma nima posebnega prostora za izvajanje športne dejavnosti. Vrednost 1 pa obratno vrednost vrednosti 0. Skupna kompozitna spremenljivka predstavlja enakovredni seštevek vseh omenjenih spremenljivk in se njene teoretične vrednosti gibljejo na lestvici od 0 do 9.

Tabela 3

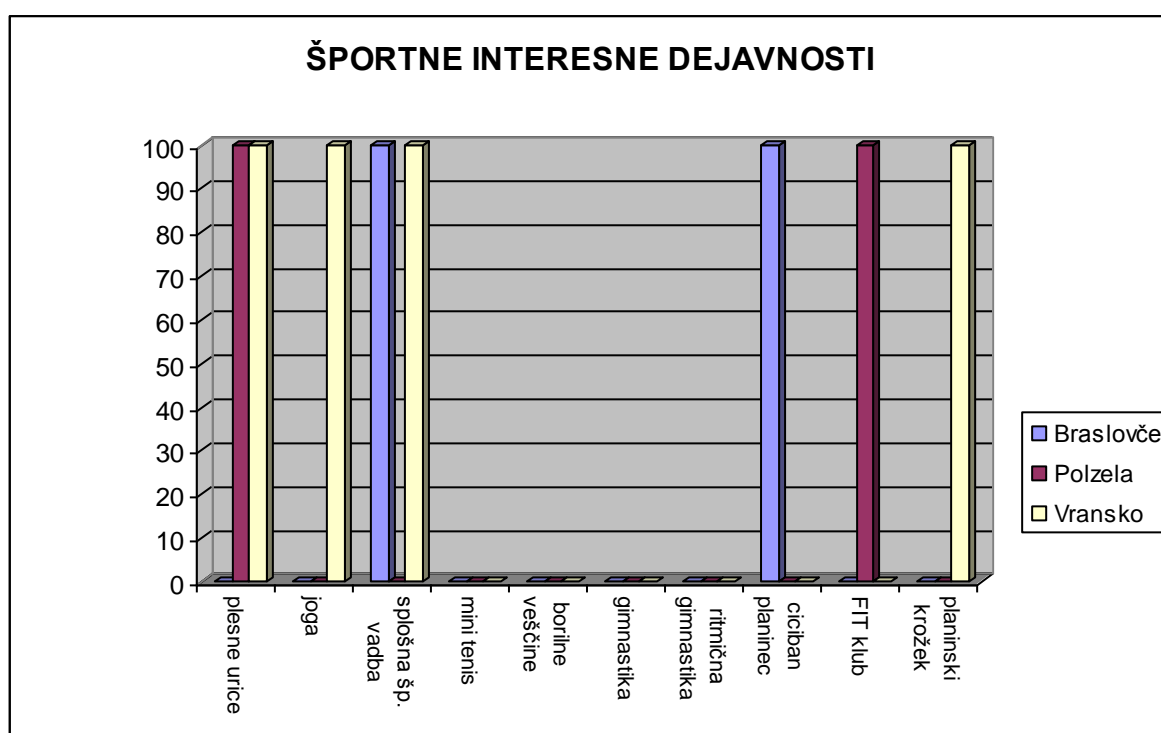
Izračun povezanosti med materialnimi pogoji in različnimi oblikami športnih dejavnosti

Pearsonov koeficient korelacije	Povezanost (korelacija)	Pomembnost
MPD v vrtcu glede na čas za neorganizirano športno dejavnost med tednom	,181	,178
MPD v vrtcu glede na čas za neorganizirano športno dejavnost med vikendi in počitnicami	,040	,794
MPD v vrtcu glede na čas za organizirano športno vadbo med tednom	,225	,313

Legenda: MPD – materialni pogoji dela

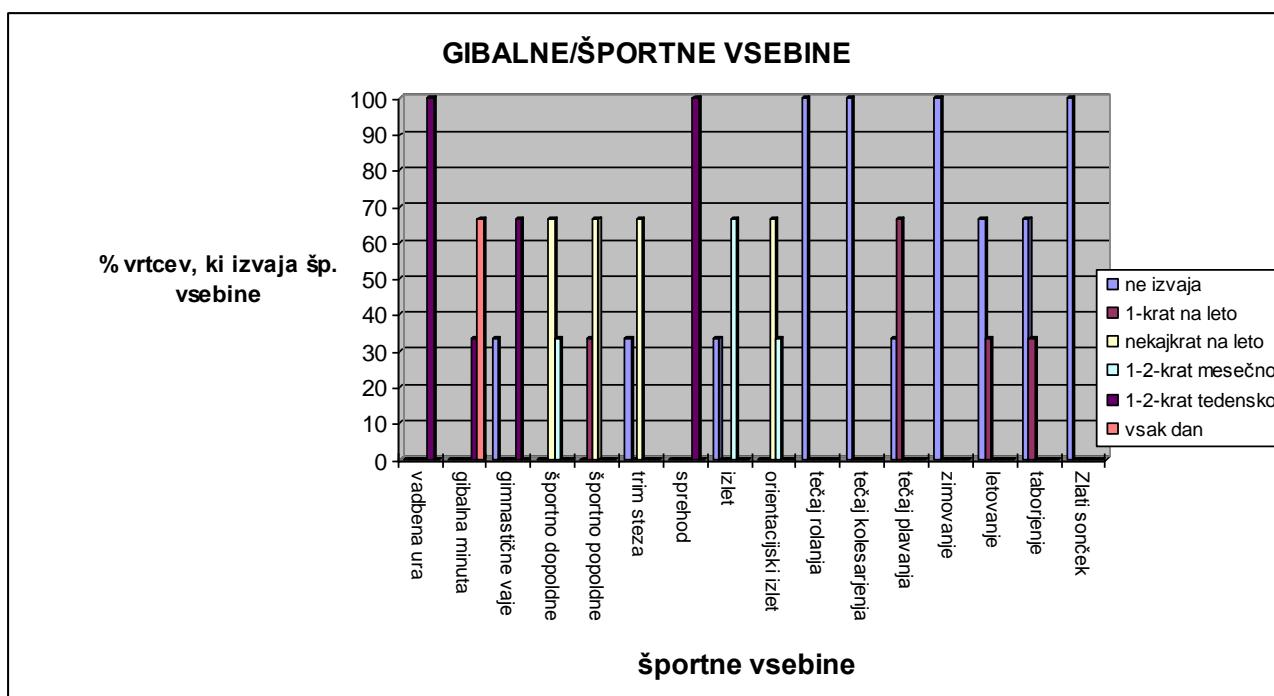
Za ugotavljanje statistično značilnih povezav med materialnimi vidiki v vrtcu in različnimi oblikami športnih dejavnosti otrok smo uporabili Pearsonov koeficient korelacije.

Na podlagi rezultatov v Tabeli 3 smo ugotovili, da ni statistično značilnih povezav med materialnimi pogoji dela v vrtcu in neorganizirano športno dejavnostjo med tednom, vikendi in počitnicami. Enako ni statistično značilnih povezav med MPD in organizirano športno vadbo med tednom. Zato ne moremo trditi, da se otroci vrtcev, ki imajo boljše materialne pogoje, pogosteje oz. dlje časa ukvarjajo s športnimi dejavnostmi, je pa vsebina teh dejavnosti pestrejša.



Slika 4. Športne interesne dejavnosti v vrtcu.

V treh vrtcih vključenih v raziskavo, je ponudba športnih interesnih dejavnosti izven vrtcev sledeča: vrtec Vransko ponuja plesne urice, joga, splošno športno vadbo in planinski krožek; otroci vrtca Braslovče se lahko udeležujejo pri splošni športni vadbi in interesni dejavnosti ciciban planinec; vrtec Polzela ponuja plesne urice in dejavnosti FIT kluba.



Slika 5. Pogostost izvajanja športnih vsebin v vrtcu.

Na Sliki 5 je prikazana pogostost izvajanja posameznih športnih vsebin po vrtcih. Razberemo lahko, da vsi vrtci izvajajo športno dopoldne in športno popoldne. Poudarek dajejo vadbeni uri in sprehodu, ki ju vsi izvajajo 1–2-krat tedensko. Gibalno minuto dva vrtca ponujata vsak dan. 1–2-krat tedensko so v dveh vrtcih na programu gimnastične vaje, medtem ko jih en vrtec sploh ne izvaja. Tudi izlete izvajata dva 1–2-krat mesečno. Tečaj plavanja in letovanje organizirajo enkrat letno v dveh vrtcih. Nikakor pa vrtci ne izvajajo tečaja rolanja, tečaja kolesarjenja, zimovanja in programa Zlati sonček.

6.2 ANALIZA REZULTATOV VPRAŠALNIKA ZA STARŠE

Tabela 4

Spol staršev oz. skrbnikov otrok

SPOL	N	%
moški	6	10,3
ženske	52	89,7
skupaj	58	100

Legenda: N – število; % – odstotek

V vzorec smo zajeli 58 staršev, od tega je bilo kar 89,7 odstotkov žensk in le 6 odstotkov moških.

Tabela 5

Leto rojstva in starost staršev

Letnik rojstva staršev		Starost staršev		N	%
1964	1969	44	39	10	17,1
1970	1974	38	34	18	31,1
1975	1979	33	29	20	34,4
1980 in več		28		10	17,2
skupaj				58	100

Legenda: N – število; % – odstotek

V Tabeli 5 lahko vidimo letnik rojstva staršev in njihovo starost v času anketiranja. Zajeti so starši, ki so rojeni med letoma 1964 in 1982. Zaradi boljše preglednosti smo jih rangirali v štiri range velikosti pet let. Ugotovili smo, da je odgovarjalo največ staršev (65,5%) med letnikoma 1970 in 1979, starih od 29 do 38 let.

Tabela 6

Najvišja dosežena stopnja izobrazbe

Izobrazba	N	%
osnovna šola	5	8,6
2- ali 3-letna poklicna šola	13	22,4
4- ali 5-letna srednja šola	19	32,8
višja strokovna šola	5	8,6
visoka strokovna šola ali univerza	14	24,1
magisterij ali doktorat	2	3,4
skupaj	58	100

Legenda: N – število; % – odstotek

Iz Tabele 6 je razvidno, da prevladujejo starši, ki imajo 4- ali 5-letno srednjo šolo (32,8 %), visoko strokovno šolo ali univerzo (24,1 %) in 2- ali 3-letno poklicno šolo (22,4 %). Višjo strokovno šolo ima končano 8,6 % anketiranih in zaključeno osnovno šolo enak odstotek staršev. Z magisterijem in doktoratom pa jih je 3,4 odstotke.

Tabela 7
Okolje bivanja

Okolje	N	%
vas in primestno okolje	58	100
mestno okolje	0	0
skupaj	58	100

Legenda: N – število; % – odstotek

Tabela 7 nam prikaže, da vsi anketirani starši izhajajo iz vasi in primestnega okolja.

Tabela 8
Nastanitev bivanja

Bivalni prostor	N	%
hiša z vrtom	49	84,5
hiša brez vrta	2	3,4
vrstna hiša z vrtom	1	1,7
vrstna hiša brez vrta	2	3,4
blok z igriščem	0	0
blok brez igrišča	4	6,9
skupaj	58	100

Legenda: N – število; % – odstotek

Iz Tabele 8 razberemo, da večina družin živi v hišah z vrtom (84,5 %), le 3,4 odstotkov pa ima hišo brez vrta. Zelo malo jih prebiva v vrstnih hišah z oz. brez vrta (5,1 %). 6,9 % jih živi v bloku brez igrišča in nihče v bloku z igriščem.

Z naslednjimi vprašanji smo želeli dobiti informacijo o tem, s katerimi neorganiziranimi oz. organiziranimi športnimi dejavnostmi se starši ukvarjajo med tednom, vikendi in med počitnicami.

6.2.1 Neorganizirana vadba staršev med tednom

Tabela 9

Vrste neorganizirane športne dejavnosti staršev med tednom

Vrsta športne dejavnosti	N	%
kolesarjenje	27	46,6
hitra hoja	23	39,7
rolanje	15	25,9
planinarjenje	13	22,4
smučanje in deskanje na snegu	12	20,7
tek v naravi	11	19,0
plavanje	9	15,5
badminton	8	13,8
aerobika	7	12,1
odbojka	7	12,1
ples	7	12,1
drugo	7	12,1
tenis	6	10,3
jutranja gimnastika	4	6,9
pilates	3	5,2
joga	3	5,2
drsanje	3	5,2
golf	1	1,7
tek na smučeh	0	0

Legenda: N – število; % – odstotek

Iz Tabele 9 razberemo podatke o neorganizirani športni dejavnosti staršev med tednom. Ugotovimo namreč lahko, da največ ljudi kolesari (46,6 %), sledi hitra hoja (39,7 %). Tretja najpogostejša neorganizirana športna dejavnost med tednom pa je rolanje, saj se z njim ukvarja kar 25,9 odstotkov vprašanih. Planinari 22,4 % staršev, smuča in deska na snegu 20,7 % in teče v naravi 19,0 %. Zelo malo staršev se neorganizirano med tednom ukvarja z jutranjo gimnastiko (6,9 %), pilatesom (5,2 %), jogo (5,2 %), drsanjem (5,2 %) in golfom (1,7 %). Nihče od vprašanih v zimskem času ne teče na smučeh.

6.2.2 Neorganizirana vadba staršev med vikendi in v času počitnic

Tabela 10

Vrste neorganizirane športne dejavnosti staršev med vikendi in v času počitnic oz. dopusta

Vrsta športne dejavnosti	N	%
kolesarjenje	33	56,9
plavanje	23	39,7
planinarjenje	21	36,2
rolanje	16	27,6
hitra hoja	15	25,9
smučanje in deskanje na snegu	15	25,9
badminton	12	20,7
odbojka	10	17,2
tek v naravi	9	15,5
tenis	8	13,8
ples	7	12,1
drsanje	4	6,9
aerobika	3	5,2
drugo	3	5,2
jutranja gimnastika	2	3,4
pilates	2	3,4
joga	2	3,4
golf	1	1,7
tek na smučeh	0	0

Legenda: N – število; % – odstotek

Tabela 10 nam prikazuje, katerih športnih dejavnosti se starši neorganizirano poslužujejo med vikendi in počitnicami. Največ jih je odgovorilo, da najraje kolesarijo (56,9 %), sledijo plavanje (39,7 %), planinarjenje (36,2 %), rolanje (27,6 %), hitra hoja (25,9 %), smučanje in deskanje na snegu (25,9 %) in badminton (20,7 %). Manj so jim zanimive dejavnosti, kot so aerobika (5,2 %), jutranja gimnastika (3,4 %), pilates (3,4 %), joga (3,4 %) in golf (1,7 %). Ne ukvarjajo se s tekom na smučeh.

6.2.3 Organizirana vadba staršev med tednom

Tabela 11

Vrste organizirane športne dejavnosti med tednom

Vrsta športne dejavnosti	N	%
aerobika	5	8,6
drugo	5	8,6
ples	3	5,2
pilates	2	3,4
tenis	2	3,4
badminton	1	1,7
joga	1	1,7
rolanje	0	0
kolesarjenje	0	0
plavanje	0	0
golf	0	0
odbojka	0	0
tek v naravi	0	0
hitra hoja	0	0

Legenda: N – število; % – odstotek

V Tabeli 11 vidimo vrste organizirane športne dejavnosti staršev med tednom. Z organizirano vadbo se ukvarja skupaj 32,6 % vprašanih, od tega največ (8,6 %) z aerobiko in drugimi vrstami športnih dejavnosti, sledijo ples (5,2 %), pilates in tenis (3,4 %). Najmanj (1,7 %) se jih ukvarja z badmintonom in jogo. Ostalih dejavnosti organizirano ne izvajajo.

6.3 ANALIZA REZULTATOV VPRAŠALNIKA ZA OTROKE

Tabela 12

Spol otrok

Spol	N	%
dečki	31	50
deklice	31	50
skupaj	62	100

Legenda: N – število otrok; % – odstotek otrok

V Tabeli 12 je prikazan spol anketiranih otrok. Vzorec je obsegal 62 otrok, polovico deklic in polovico dečkov.

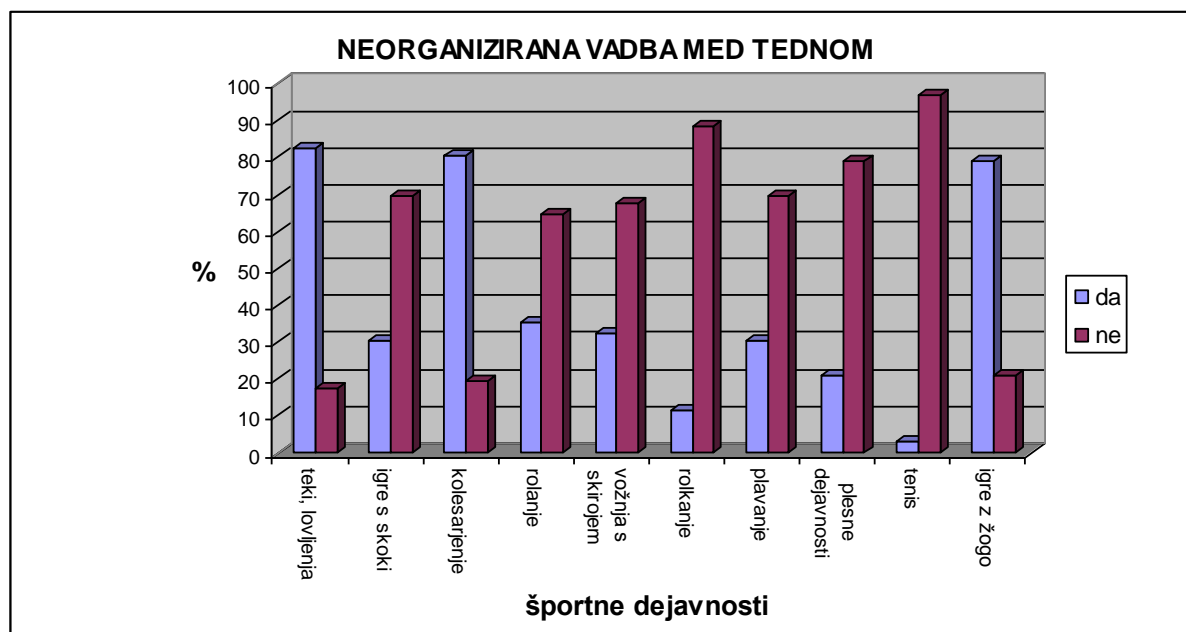
Tabela 13
Leto rojstva otrok

Letnik rojstva otrok	starost otrok	N	%
2001	6	18	29,0
2002	5	25	40,3
2003	4	17	27,4
2004	3	2	3,2
skupaj		62	100

Legenda: N – število otrok določene starosti; % – odstotek otrok

Iz Tabele 13 razberemo, da so bili v raziskavo zajeti samo otroci stari od 4 do 6 let, z izjemo dveh otrok. Največ anketiranih otrok je rojenih leta 2002 (40,3 %), medtem ko je število štiriletnikov (27,4 %) in šestletnikov (29,0 %) približno enako.

6.3.1 Neorganizirana vadba otrok med tednom



Slika 6. Neorganizirana športna dejavnost med tednom.

Otroci iz vrtcev Braslovče, Polzela in Vransko so se med tednom v svojem prostem času ukvarjali z neorganizirano vadbo. Večinoma so otroci izvajali gibalne/športne aktivnosti, kot so: teki, lovljenja, igre, ki vključujejo različne skoke, kolesarjenje, rolanje, skiro, plavanje, igre v vodi in igre z žogo. Prevladujejo predvsem športne dejavnosti, s katerimi se lahko otrok vsakodnevno ukvarja, kjerkoli in kadarkoli. Manj so izvajali plesne dejavnosti (21,0 %), rolkali (11,3 %) in igrali tenis (3,2 %).

Razlog, da se otroci niso rolkali, je v tem, da so se več rolali in se vozili s skirojem, kar je dokaj podobno. Poleg tega pa rolkanje zahteva dobro razvite gibalne sposobnosti, predvsem ravnotežje. S tenisom se je ukvarjalo le 3,2 % otrok, saj je za to potrebno imeti ustrezno igrišče, to pa je odvisno od oddaljenosti od doma in najema igrišča. Tenis je bolj domena organizirane vadbe.

Tabela 14

Pogostost neorganizirane vadbe med tednom

	pogostost na teden	N	%
TEKI, LOVLJENJA	5-krat	16	25,8
	7-krat	11	17,7
	3-krat	7	11,3
	2-krat	6	9,7
	4-krat	6	9,7
	1-krat	2	3,2
	6-krat	2	3,2
	20-krat	1	1,6
IGRE Z RAZLIČNIMI SKOKI	1-krat	7	11,3
	2-krat	4	6,5
	5-krat	4	6,5
	3-krat	2	3,2
	4-krat	1	1,6
	7-krat	1	1,6
KOLESARJENJE	3-krat	12	19,4
	1-krat	9	14,5
	2-krat	7	11,3
	5-krat	7	11,3
	4-krat	6	9,7
	7-krat	5	8,1
	6-krat	3	4,8
ROLANJE	10-krat	1	1,6
	1-krat	7	11,3
	2-krat	7	11,3
	3-krat	3	4,8
	4-krat	2	3,2
	5-krat	1	1,6
VOŽNJA S SKIROJEM	1-krat	8	12,9
	3-krat	4	6,5
	2-krat	3	4,8
	7-krat	3	4,8
	4-krat	2	3,2
ROLKANJE	1-krat	6	9,7
	2-krat	1	1,6

PLAVANJE, IGRE V VODI	1-krat	8	12,9
	2-krat	4	6,5
	3-krat	2	3,2
	5-krat	1	1,6
	7-krat	1	1,6
PLESNE DEJAVNOSTI	2-krat	5	8,1
	1-krat	3	4,8
	3-krat	2	3,2
	4-krat	1	1,6
	5-krat	1	1,6
TENIS	2-krat	2	3,2
IGRE Z ŽOGO	3-krat	12	19,4
	5-krat	12	19,4
	2-krat	11	17,7
	7-krat	5	8,1
	1-krat	3	4,8
	4-krat	2	3,2
	6-krat	1	1,6

Legenda: pogostost na teden; N – število otrok; % – odstotek otrok

V Tabeli 14 vidimo, da se je največ otrok s teki in lovljenji ukvarjalo petkrat tedensko (25,8 %) in sedemkrat tedensko (17,7 %). Vsaj enkrat na teden se je 11,3 % otrok igralo igre, ki vključujejo različne skoke («gumitvist«, »ristanc« ...). Glede na to, da je bilo kolesarjenje ena izmed najbolj razširjenih neorganiziranih oblik vadbe, je kolesarilo 14,5 % otrok enkrat na teden, 11,3 % dvakrat in petkrat na teden ter 19,4 % otrok trikrat na teden. Pri rolanju, rolkanju in vožnji s skirojem so rezultati podobni, saj so otroci te športne dejavnosti večinoma izvajali najpogosteje enkrat tedensko oz. tudi dvakrat tedensko rolanje. Ugotovili smo tudi, da je tretjina otrok plavala oz. se igrala v vodi. Kar 12,9 % jih je plavalo enkrat na teden. Najpogosteje so otroci izvajali plesne dejavnosti enkrat do dvakrat na teden in tenis dvakrat tedensko (3,2 %). Z žogo so se otroci igrali: 19,4 % otrok petkrat tedensko in 17,7 % otrok dva- do trikrat tedensko. 6,5 % otrok je imelo še druge oblike neorganizirane vadbe med tednom.

Tabela 15

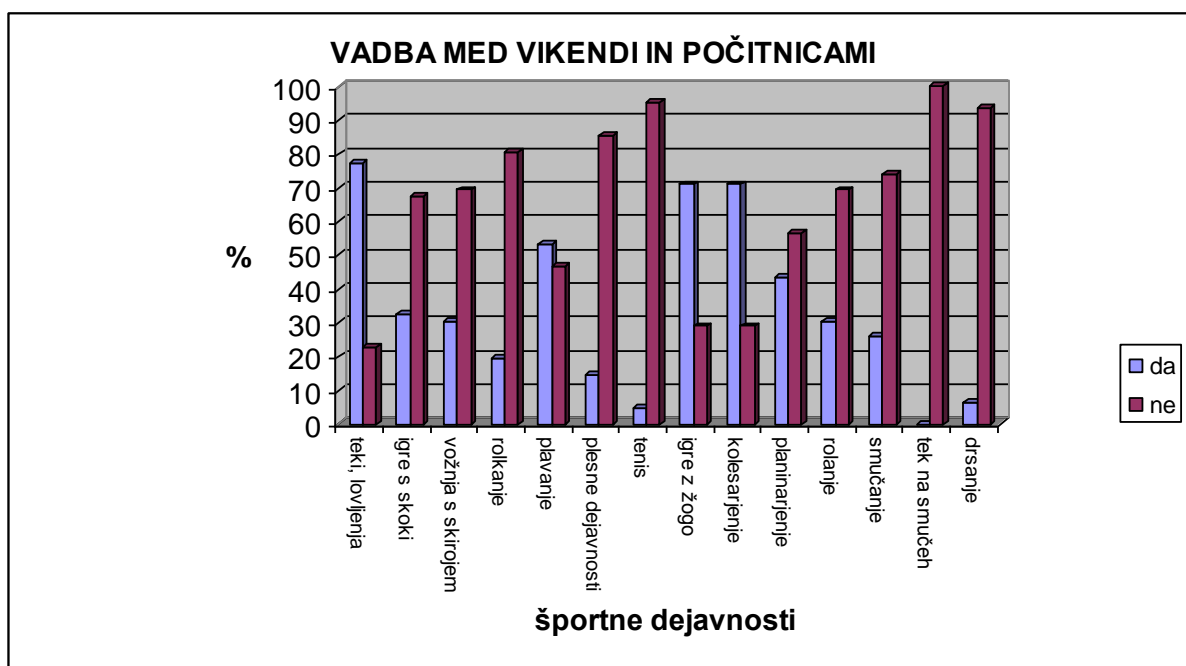
Čas (v minutah) namenjen neorganiziranim športnim dejavnostim na teden

Neorganizirana športna vadba med tednom	N	%
300 ali manj	18	28,9
300–600	18	28,9
600–900	16	25,7
900–1200	4	6,4
1200 ali več	1	1,6
skupaj	57	91,5

Legenda: N – število otrok; % – odstotek otrok

Tabela 15 kaže, da so otroci neorganizirani vadbi v povprečju namenili sedem do osem ur na teden. Od ene do osem ur na teden se je neorganizirano športno udeleževalo 51,4 % otrok, več kot osem in manj kot šestnajst ur tedensko je bilo aktivnih 33,7 % otrok in le 6,4 % otrok več kot šestnajst ur na teden. Najmanj časa, ki je bil namenjen neorganizirani vadbi na teden, je bila ena ura (4,8 % otrok), največ pa štiriindvajset ur tedensko (1,6 % otrok), kar pomeni skoraj pet ur na dan.

6.3.2 Neorganizirana vadba otrok med vikendi in v času počitnic



Slika 7. Neorganizirana vadba med vikendi in v času počitnic.

Iz Slike 7 je razvidno, da so otroci največ tekli, se lovili (77,4 %), kolesarili (71,0 %), se igrali z žogo (71,0 %), plavali in se igrali v vodi (53,2 %), planinarili (43,5 %), izvajali igre z različnimi skoki (32,3 %), se vozili s skirojem (30,6 %) in rolali (30,6 %). V ospredju so bile gibalne dejavnosti, ki so značilne za toplejše dni, predvsem planinarjenje, kolesarjenje, plavanje ... Slabše kažejo rezultati za gibalne dejavnosti, ki so jih otroci izvajali v zimskem času, saj je le četrtnina otrok smučala, 6,5 % otrok je drsalo, medtem ko nihče ni tekel na smučeh. Tudi med vikendi in v času počitnic otroci niso več rolkali (19,4 %), plesali (14,5 %) in igrali tenisa (4,8 %), to velja tudi za neorganizirano vadbo med tednom.

Zanimalo nas je, kolikokrat letno so se otroci ukvarjali z neorganizirano vadbo med vikendi in v času počitnic. Rezultati so predstavljeni po posameznih športnih aktivnostih.

Tabela 16

Pogostost neorganizirane vadbe med vikendi in v času počitnic

	pogostost na leto	N	%
TEKI, LOVLJENJA	100-krat	8	12,9
	30-krat	4	6,5
	150-krat	4	6,5
	20-krat	3	4,8
	40-krat	3	4,8
	90-krat	3	4,8
	35-krat	2	3,2
	60-krat	2	3,2
	70-krat	2	3,2
	80-krat	2	3,2
	120-krat	2	3,2
	50-krat	1	1,6
	200-krat	1	1,6
IGRE, KI VKLJUČUJEJO RAZLIČNE SKOKE	5-krat	3	4,8
	40-krat	2	3,2
	60-krat	2	3,2
	100-krat	2	3,2
	10-krat	1	1,6
	20-krat	1	1,6
	30-krat	1	1,6
	50-krat	1	1,6
	70-krat	1	1,6
	80-krat	1	1,6
90-krat	1	1,6	
VOŽNJA S SKIROJEM	25-krat	4	6,5
	100-krat	3	4,8
	60-krat	2	3,2
	6-krat	1	1,6
	10-krat	1	1,6
	15-krat	1	1,6
	30-krat	1	1,6
	50-krat	1	1,6
	70-krat	1	1,6
ROLKANJE	20-krat	4	6,5
	25-krat	2	3,2
	5-krat	1	1,6
	10-krat	1	1,6
	15-krat	1	1,6
	30-krat	1	1,6
	50-krat	1	1,6

PLAVANJE	20-krat	10	16,1
	30-krat	5	8,1
	15-krat	4	6,5
	10-krat	3	4,8
	1-krat	1	1,6
	4-krat	1	1,6
	25-krat	1	1,6
	40-krat	1	1,6
PLESNE DEJAVNOSTI	20-krat	2	3,2
	60-krat	2	3,2
	15-krat	1	1,6
	40-krat	1	1,6
TENIS	10-krat	1	1,6
	20-krat	1	1,6
	60-krat	1	1,6
IGRE Z ŽOGO	30-krat	8	12,9
	40-krat	5	8,1
	50-krat	4	6,5
	10-krat	2	3,2
	20-krat	2	3,2
	60-krat	2	3,2
	80-krat	2	3,2
	15-krat	1	1,6
	25-krat	1	1,6
	55-krat	1	1,6
	70-krat	1	1,6
	100-krat	1	1,6
KOLESARJENJE	30-krat	6	9,7
	50-krat	5	8,1
	60-krat	5	8,1
	40-krat	3	4,8
	70-krat	3	4,8
	10-krat	2	3,2
	35-krat	2	3,2
	90-krat	2	3,2
	100-krat	2	3,2
	20-krat	1	1,6
	80-krat	1	1,6
	200-krat	1	1,6
	PLANINARJENJE	10-krat	9
20-krat		5	8,1
15-krat		4	6,5
5-krat		3	4,8
7-krat		1	1,6

ROLANJE	30-krat	5	8,1
	15-krat	2	3,2
	20-krat	2	3,2
	40-krat	2	3,2
	10-krat	1	1,6
	50-krat	1	1,6
	60-krat	1	1,6
SMUČANJE	10-krat	4	6,5
	14-krat	4	6,5
	5-krat	2	3,2
	1-krat	1	1,6
	7-krat	1	1,6
	15-krat	1	1,6
TEK NA SMUČEH	0-krat	0	0
DRSANJE	10-krat	2	3,2
	7-krat	1	1,6
	15-krat	1	1,6

Legenda: pogostost na leto; N – število otrok; % – odstotek otrok

Iz Tabele 16 razberemo vrste neorganizirane športne dejavnosti in pogostost ukvarjanja med vikendi in počitnicami. Te dejavnosti so obsežnejše od dejavnosti med tednom (Tabela 14). Športne aktivnosti, s katerimi se otroci čez leto najpogosteje ukvarjajo, so vsekakor teki, lovljenja, igre z različnimi skoki («gumitvist«, »ristanc« ...), igre z žogami, kolesarjenje, rolanje, vožnja s skirojem. Malo manj otroci med letom smučajo, planinarijo, plavajo, se vozijo z rolko in plešejo. Najmanj priljubljeni dejavnosti sta drsanje in tek na smučeh.

Tabela 17

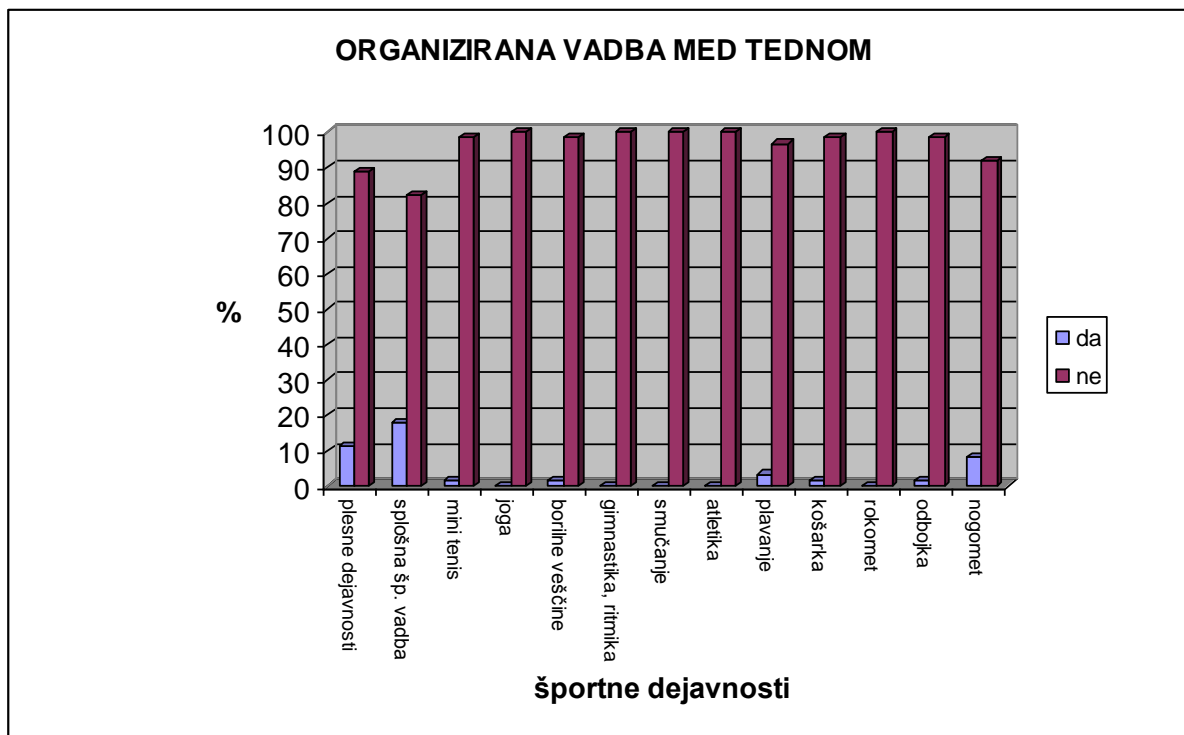
Čas (v minutah), namenjen neorganiziranim športnim dejavnostim med vikendi in počitnicami (na teden)

Neorganizirana športna vadba med vikendi in počitnicami	N	%
300 ali manj	17	27,4
300–600	15	24,2
600–900	8	12,8
900–1200	5	8
1200 ali več	1	1,6
skupaj	46	74

Legenda: N – število; % – odstotek

V Tabeli 17 vidimo, da več kot polovica otrok (51,6 %) nameni neorganiziranim športnim dejavnostim med vikendi in počitnicami manj kot 10 ur na teden. 12,8 % otrok je v tem času športno aktivnih od 10 do 15 ur in 8 % otrok od 15 do 20 ur.

6.3.3 Organizirana vadba otrok med tednom



Slika 8. Organizirana vadba otrok med tednom.

Iz Slike 8 lahko razberemo vrste organiziranih športnih dejavnosti, ki jih otroci najpogosteje izbirajo. Vidimo lahko, da se največ otrok vključuje v splošno športno vadbo (17,7 %), sledijo plesne dejavnosti (11,3 %), nogomet (8,1 %), plavanje (3,2 %). 1,6 % otrok se organizirano vključuje v mini tenis, borilne veščine, košarko in odbojko.

Tabela 18

Pogostost organizirane vadbe med tednom

	pogostost na teden	N	%
PLESNE DEJAVNOSTI	1-krat	4	6,5
	2-krat	2	3,2
	3-krat	1	1,6
	1-krat	4	6,5
SPLOŠNA ŠPORTNA VADBA	2-krat	3	4,8
	7-krat	2	3,2
	4-krat	1	1,6
	5-krat	1	1,6
	MINI TENIS	2-krat	1

BORILNE VEŠČINE	2-krat	1	1,6
PLAVANJE	2-krat	2	3,2
KOŠARKA	2-krat	1	1,6
ODBOJKA	1-krat	1	1,6
NOGOMET	5-krat	2	3,2
	1-krat	1	1,6
	2-krat	1	1,6

Legenda: pogostost vadbe na teden; N – število otrok; % – odstotek otrok

Iz Tabele 18 lahko razberemo pogostost organizirane športne dejavnosti otrok. Ugotovili smo, da se najpogosteje ukvarjajo s splošno športno vadbo (7-krat tedensko) in nogometom (5-krat tedensko). 6,5 % otrok se organizirano 1-krat na teden ukvarja s plesnimi dejavnostmi in splošno športno vadbo. K borilnim veščinam, plavanju, mini tenisu, košarki in odbojki hodijo otroci povprečno 1- do 2-krat tedensko.

Tabela 19

Čas (v minutah), namenjen organiziranim športnim dejavnostim med tednom

Organizirana športna vadba med tednom	N	%
60 ali manj	6	9,7
60–180	12	19,3
180–360	3	4,8
360 ali več	1	1,6
skupaj	22	35,4
manjkajoče	40	64,6
skupaj	62	100

Legenda: N – število; % – odstotek

V Tabeli 19 vidimo, da največ otrok (19,3 %) nameni za organizirano športno dejavnost od 1 do 3 ure na teden. Sledi 9,7 % otrok, ki temu namenijo le uro ali manj. Na tretjem mestu so otroci, ki so aktivni od 3 do 6 ur tedensko (4,8 %).

H2: Otroci staršev, ki se več ukvarjajo s športom, so tudi sami bolj športno aktivni.

Tabela 20

Povezanost med časom, ki ga namenijo gibalnim/športnim dejavnostim med tednom otroci in časom, ki ga namenijo športnim dejavnostim starši

Pearsonov koeficient korelacije	Povezanost (korelacija)	Pomembnost
Neorganizirana športna dejavnost OTROK med tednom glede na neorganizirano vadbo STARŠEV	,512(**)	,000
Neorganizirana športna dejavnost OTROK med vikendi in počitnicami glede na neorganizirano športno dejavnost STARŠEV med vikendi in počitnicami	,325	,053
Organizirana športna dejavnost OTROK med tednom glede na organizirano vadbo STARŠEV med tednom	,245	,495

Hipotezo smo preverili s Pearsonovim koeficientom korelacije. Najprej smo primerjali neorganizirano športno dejavnost otrok med tednom z neorganizirano športno dejavnostjo staršev med tednom. Ugotovili smo, da sta spremenljivki statistično značilno povezani ($,000$). Povezanost je zelo močna ter pozitivna ($,512^{**}$). To pomeni, če se starši več neorganizirano ukvarjajo s športom, se tudi njihovi otroci posledično več ukvarjajo z njim. Iz tabele je razvidno, da ni statistično značilnih povezav pri neorganizirani športni dejavnosti med vikendi in počitnicami otrok glede na njihove starše ($,053$). Linearna odvisnost med spremenljivkama pri neorganizirani vadbi v času vikendov in počitnic je šibka, ampak pozitivna ($,325$). Kroepejeva (2001) je ugotovila, da so 4- do 6-letni otroci, ki imajo športno aktivne starše in skupaj z njimi aktivno preživljajo počitnice, nasploh športno bolj dejavni. Medtem ko lahko rečemo, da ne obstaja statistično značilna povezanost med časom, ki ga namenijo organizirani športni dejavnosti otroci in časom, ki ga namenijo organizirani športni dejavnostim starši. Povezanost je pri organizirani vadbi šibka in pozitivna ($,245$).

Vpliv staršev, njihov zgled in vzgoja na splošno sodijo v otrokovo okolje, kar smo potrdili tudi s Pearsonovim koeficientom korelacije. Če izhajamo iz dejstva, da na otroka v razvoju vplivajo okolje, dednost in lastna aktivnost, lahko starše uvrstimo v okolje, ki pomembno določa otrokov razvoj, kar potrjuje naša raziskava. Zavedamo se, da je dejavnikov, ki vplivajo na količino športne dejavnosti, več. Tudi Kroepejeva in Videmškova (2002) sta ugotovili nekatere dejavnike, ki pozitivno vplivajo na stopnjo športne dejavnosti predšolskih otrok. Menita, da lahko starši s svojim zgledom neposredno vplivajo na stopnjo ukvarjanja s športno dejavnostjo svojih otrok. Med dejavnike sta uvrstili športno dejavnost staršev, aktivno preživljanje prostega časa,

aktivno preživljanje počitnic družine, navajanje otroka na družbeno in starševsko pozitivno mnenje o športu.

To potrjuje tudi Kalish (2000), ki navaja podatke ameriške raziskave: otroci športno aktivnih mater so dvakrat bolj aktivni od tistih otrok, ki imajo športno neaktivne matere. Vpliv očetov je še večji – otroci športno aktivnih očetov so kar 3,5-krat bolj aktivni od otrok, ki imajo športno neaktivne očete. Tisti otroci, ki pa imajo oba starša aktivna, so daleč najbolj aktivni – celo 6-krat bolj od otrok s športno neaktivnimi starši.

Tabela 21

Načini preživljanja prostega časa med vikendi in v času počitnic

Načini preživljanja prostega časa	N	%
gibalno/športno neaktivno (gledanje TV, igranje igrice na računalniku, obiski kina ...)	5	8,1
gibalno/športno aktivno (plavanje, smučanje, kolesarjenje, pohodi, sprehodi ...)	51	82,3
Manjkajoče	6	9,6
Skupaj	62	100

Legenda: N – število otrok; % – odstotek

Iz Tabele 21 razberemo, da je 82,3 % staršev mnenja, da njihovi otroci prosti čas preživljajo gibalno/športno aktivno. 8,1 % jih je mnenja, da ga preživljajo pretežno neaktivno. 9,6 % staršev na to vprašanje ni odgovorilo.

Tabela 22

Mnenja staršev o otrokovi športni/gibalni dejavnosti

Mnenja staršev	srednja vrednost	standardni odklon
dovolj gibalno/športno aktiven	3,75	,782
vpliv gibalne/športne aktivnosti na razvoj	4,66	,625
telesna pripravljenost otroka	3,93	,765

Iz Tabele 22 lahko razberemo mnenja staršev o otrokovi gibalni/športni aktivnosti oz. neaktivnosti in njenih vplivih na celostni razvoj. Stališča so starši izražali na 5-stopenjski Likartovi lestvici, kjer je 1 pomenilo najmanj in 5 največ. Pogojno smo uporabili opisno statistiko in izrazili njihovo mnenje s srednjimi vrednostmi. Ugotovili smo, da imajo starši pozitivno mnenje o vplivu gibalnih/športnih aktivnosti na razvoj otrok in hkrati menijo, da bi bili njihovi otroci lahko bolj aktivni ter s tem tudi posledično bolj telesno pripravljeni.

7 RAZPRAVA

Namen diplomskega dela je bil analizirati gibalno/športno aktivnost predšolskih otrok v treh vrtcih in domačem okolju ter prikazati materialne, prostorske, vsebinske, organizacijske vidike predšolske športne vzgoje.

Dobljene rezultate bomo analizirali na naslednji način. Raziskava je bila razdeljena na tri segmente. Prvi segment se je nanašal na ravnateljice vrtcev, drugi na starše in tretji na njihove otroke.

Izbira življenjskega sloga je pogojena z vplivom večih dejavnikov. Takoj ob rojstvu se prične vpliv okolice na otroka, ki se razvija po določenih vzorcih. Če je okolje, v katerem otrok odrašča, naravnano v prid športa in gibalne aktivnosti, potem je otrok na dobri poti, da si ustvari pozitivne vzorce, ki bodo kasneje vplivali na njegov razvoj in življenje. Del otrokove okolice je tudi vrtec, ki je vzgojno-izobraževalna institucija in ima močan vpliv že zaradi samega dejstva, da otroci večino svojega budnega časa preživijo tam.

Predšolski otroci izvajajo različne športne dejavnosti znotraj ali izven vrtca, zato morajo biti zagotovljeni ustrezni pogoji (ustreznost športne igralnice, otroškega igrišča, športnih pripomočkov in igral). Dobili smo rezultate, da vsi trije vrtci nimajo posebnega prostora (športne igralnice), ki bi bil izključno namenjen športnim dejavnostim. Športna igralnica ni obvezen del vrtca, je pa vsekakor priporočljiva in zelo dobrodošla. Ustrezati mora tako prostorski zasnovi kot tudi opreми, navedeni v pravilniku. Ugotovili smo, da v opazovanih vrtcih vlogo športne igralnice za izvedbo športnih dejavnosti v večji meri prevzame večnamenski prostor in v enem vrtcu igralnice. Če ima vrtec poleg osrednjega prostora tudi športno igralnico, mora imeti talna površina športne igralnice najmanj 80 m². Če pa vrtec nima športne igralnice, se športna vzgoja izvaja v osrednjem prostoru, ki mora meriti vsaj 56 m². Rezultati naše raziskave kažejo, da dva vrtca komaj dosejata normativ notranjih prostorov za športne dejavnosti, medtem ko en vrtec, ki izvaja športno vzgojo v večnamenskem prostoru, ne dosega niti minimalnih standardov po pravilniku iz leta 2000. 56 m² je minimum, ki ga je potrebno po desetih letih preseči.

Gibalne/športne dejavnosti najpogosteje izvajajo v večnamenskem prostoru. Redko se poslužuje igralnic en vrtec, drugi pogosto in tretji redno. Menimo, da bi morali vsi vrtci, ki imajo športno igralnico, v njej redno izvajati športne aktivnosti. Če vrtec nima športne igralnice, naj bo potem ta prostor, kjer se izvajajo športne aktivnosti, primerno opremljen. V njem morajo biti A-lestev, letvenik, večnamensko plezalno, univerzalne in polivalentne blazine, deske različnih širin, mini plezalna stena, mala prožna ponjava z zaščito, univerzalne blazine in druga manjša športna oprema. Le

tako je vadba lahko zares kvalitetna. Priporočljivo bi bilo tudi sodelovanje s športnim pedagogom, ki ima znanje iz predšolske športne vzgoje. Pravilno je, da je v gibalne/športne namene najmanj uporabljen hodnik, ki je v dveh vrtcih redko izkoriščen, saj ni primeren prostor predvsem z vidika varnosti.

Sodobno opremljene športne igralnice so v naših vrtcih še vedno bolj izjema kot pravilo. Razmere je nujno potrebno spremeniti na bolje. Vsi zgoraj omenjeni prostori niso najbolj primerni za izvajanje gibalnih/športnih aktivnosti, saj niso primerno opremljeni, niso dovolj varni in funkcionalni. Vsi trije vrtci torej nimajo ustreznih prostorov (športne igralnice), kjer bi bilo te dejavnosti možno izvajati, imajo pa zelo blizu osnovno šolo in s tem tudi šolske telovadnice (en vrtec tudi občinsko telovadnico), vendar jo lahko uporabljajo le v redkih priložnostih, saj je potrebno uskladiti z urnikom športne vzgoje v šoli.

Vsi trije vrtci imajo na voljo okolico vrtca z igrali. 66,7 % vrtcev uporablja za športne dejavnosti urejeno zunanje igrišče (asfalt, umetne mase) in zunanje površine izven vrtca. Vzrok za to je ugodna lega na podeželju in dostop do številnih travnikov, gričev, hribov, gozdov itd. Ugodno je, da so vsa tri zunanja igrišča primerno velika in imajo na njih šest ali več različnih športnih igral. Vsa so opremljena z različnimi igrali od toboganov, peskovnikov, konjičkov na vzmeti, gugalnic, plezal in drugih igral. Če se dotaknemo kvalitete igral, smo po rezultatih, dobljenih iz anket, videli, da so igrala v dveh vrtcih posodobljena ali nova. Le v enem so športna igrala stara in nekatera že potrebna obnove. To je kar pozitiven podatek. Analize v svetu (Farnsworth in Kramer, 1990; Lilis in Jaffe, 1997) in pri nas (Rok Simon, 2002a, 2002b) kažejo na pogostost poškodb ravno na igriščih, vzroki zanje so med drugim tudi nevezdrževanje igral in orodij ter konstrukcijske napake. Redno oz. pogosto se vrtci poslužujejo okolice vrtcev z igrali, nekoliko manj pa okolice brez igral in urejenih zunanjih igrišč.

Menimo, da bi morali redno izvajati športne aktivnosti v naravnem okolju, saj je gibanje na svežem zraku zelo pozitivno za zdravje, poleg tega pa otroci spoznavajo naravo, nove rastline, živali, se učijo, sproščajo in pridobivajo nove izkušnje.

Razmere v naših vrtcih lahko primerjamo z drugimi vrtci. Stanje notranjih prostorov je v primerjavi z zasavskimi vrtci (Boldin, 2008) malo boljše. Zaskrbljujoče je le v vrtcu Polzela, saj imajo za športne dejavnosti na voljo le večnamenski prostor, katerega kvadratura obsega 40 m². Rezultati glede zunanjih površin in njihove opremljenosti teh so enako pozitivni. Če jim primanjkuje notranjih prostorov, je potrebno to nadoknaditi spomladi in poleti na zunanjih površinah, ki so lepo urejene. Vendar pa to vseeno ni dovolj veliko nadomestilo ali opravičilo, da poleg urejenih zunanjih prostorov ne bi imeli tudi urejenih notranjih prostorov, kjer bi lahko kvalitetno izvajali športno vadbo skozi celo leto. Vsi, predvsem občine, bi si morali prizadevati za izboljšanje razmer, saj gre za otroke in njihovo lepšo prihodnost.

Vrtci, ki imajo ugodne razmere (svojo športno igralnico, primerno opremljeno in urejeno zunanje igrišče ...) in ustrezno usposobljene strokovne delavce, lahko izvajajo kakovostne in vsebinsko bogate programe za športnovzgojne dejavnosti. Seveda pa so v gibalnem pogledu zelo zapostavljeni otroci iz okolij, kjer nimajo ustreznih športnih igralnic in primerne zunanje igrišča (Videmšek, Pirc, Praprotnik in Karpljuk, 2007).

Poleg primernih talnih površin in športnih igral pa med materialne vidike predšolske vzgoje uvrščamo tudi količino in kakovost športnih pripomočkov, ki šele ob primerni inoviteti in motivacijski sposobnosti vzgojitelja lahko pozitivno vpliva na kakovost predšolske športne vzgoje (Flisek, 2008).

Športni pripomočki so lahko sestavni del vsake gibalne/športne dejavnosti. Z njimi naredimo uro zanimivo, privlačno in otrokom približamo svet igral in pripomočkov. Da so otroci zadovoljni, pa moramo imeti zadostno število kvalitetnih športnih pripomočkov. V predšolskem obdobju je izrednega pomena, da imajo športni pripomočki, ki jih uporabljamo pri vadbi, lastnost igrač. Za lažji pregled smo športne pripomočke razdelili v šest glavnih skupin (drobni pripomočki, športna orodja, prevozna sredstva, orodja in pripomočki za športe z žogo, smučarska oprema, avdio-video oprema). Po mnenju ravnateljic je v vseh treh vrtcih dovolj drobnih pripomočkov in avdio-video opreme. Primanjkuje jim gimnastičnih orodij, prevoznih sredstev in orodij za športe z žogo. Vrtcem manjka oprema za nordijsko in alpsko smučanje, enemu pa tudi prevozna sredstva. Pripomočki za aktivnosti na snegu (alpsko smučanje in tek na smučeh) so relativno dragi in prevelik finančni zalogaj za vrtce, da bi priskrbeli vso to opremo za otroke. Poleg tega je tudi premalo strokovnega znanja s področja športa s strani vzgojiteljic, zato seznanjanje s temi aktivnostmi še vedno ostaja na plečih staršev in je odvisno od njihovih finančnih zmožnosti.

Tudi Zajčeva (2009) je v svoji raziskavi ugotovila, da je največje pomanjkanje velikih orodij za izvajanje različnih gimnastičnih prvin in različnih sodobnih športnih pripomočkov, ki so na trg prišli v zadnjih 10 letih. Razlogov za slabo opremljenost vrtcev je več. Med pomembnejše razloge za pomanjkanje velikih orodij lahko štejemo neprimeren prostor za izvajanje športne dejavnosti, kjer ni možno shranjevati in varno postavljati orodij. Poleg tega pa igra pomembno vlogo prav gotovo tudi nepripravljenost, slaba usposobljenost in strah vzgojiteljev pred izvajanjem športnih dejavnosti, ki vključujejo gibanje na omenjenih orodjih. Za neustrezne materialne pogoje lahko iščemo razloge tudi v pomanjkanju zanimanja za novosti, prenizkih finančnih sredstvih, nenaklonjenosti športu s strani ravnateljcev in ostalih zaposlenih v vrtcu ipd.

Športne interesne dejavnosti, ki jih vrtci ponujajo, so: plesne urice (66,7 %), splošna športna vadba (66,7 %), joga (33,3 %), Ciciban planinec (33,3 %) in planinski krožek

(33,3 %). Glede na število športnih dejavnosti, ki bi se jih otroci lahko udeležili, bi lahko malce povečali ponudbo, zlasti tisti, ki imajo urejene prostorske razmere. Lahko tudi, da je bila ponudba večja, ampak starši niso bili pripravljeni pripeljati otrok na kakšne druge gibalne/športne dejavnosti. Za otroke te starosti je najbolj primerna čim bolj raznovrstna vadba, ki razvija vse gibalne sposobnosti in je čim bolj prilagojena njim in njihovim željam. V tem primeru bi priporočili tudi sodelovanje s strokovnjaki z določenih področij, ki imajo tudi pedagoško znanje na področju predšolske športne vzgoje. Tudi Žnidaršič (2008) je v svoji raziskavi v kateri je proučeval gibalne/športne dejavnosti predšolskih otrok na Gorenjskem ugotovil, da bi se ponudba športnih interesnih dejavnosti lahko povečala.

Vrtci pa ponujajo še druge gibalne/športne vsebine. Najbolj pogoste vsebine, ki jih izvajajo vsak dan oz. od 1- do 2-krat tedensko, so gibalne minute, vadbene ure, gimnastične vaje (66,7 %), sprehodi. Športno dopoldne in športno popoldne izvajajo 1–2-krat mesečno oz. nekajkrat letno. 33,3 % vrtcev samo enkrat letno izvaja taborjenje in tečaj plavanja, ki je v sklopu letovanja. Mislim, da bi morali športno popoldne izvesti večkrat letno, saj s tem vzpostavijo boljši kontakt s starši, starši še bolje spoznajo svoje otroke in se spoznavajo med seboj. Spremljajo otroke, kako se odzivajo v različnih situacijah, rešujejo probleme itd. Otroci lahko svoje dosežke in znanja, ki so jih usvojili v vrtcu, pokažejo svojim staršem.

V primerjavi z zasavskimi vrtci (Boldin, 2008) in tržiškimi vrtci (Žnidaršič, 2008), ki izvajajo športni program Zlati sonček, vrtci Braslovče, Polzela in Vransko tega ne izvajajo. Žnidaršič (2008) in Boldinova (2008) sta mnenja, da imajo ravnateljice in vodje posameznih enot pozitivno mnenje o programu Zlati sonček, ki je zelo primeren za otroke, in da bi se morali vsi otroci vključiti vanj.

Razmere bi bilo treba spremeniti na bolje, saj mora imeti otrok možnost za vsakodnevno gibanje. Največji problem je verjetno v finančnih sredstvih in v razmišljanju, saj vodstva in vzgojiteljice ne vidijo potrebe za ureditev takega prostora. Danes je ogromno možnosti za sodelovanje z zunanjimi sodelavci, športnimi pedagogi, ki organizirajo vadbene za predšolske otroke v športnih centrih, telovadnicah osnovnih šol, ali celo prihajajo v vrtce za vodenje gibalnih uric.

Nadaljevali bomo z razpravo rezultatov drugega vprašalnika, ki se je nanašal na starše otrok. V prvem delu tega vprašalnika so se vprašanja nanašala na starše in njihovo udeleževanje v različnih športih med tednom, vikendi ter času dopustov, neorganizirano in organizirano.

Vzorec je obsegal 58 staršev, od tega je odgovarjalo 89,7 % žensk. Sklepamo lahko, da so matere tiste, ki v tem primeru bolje poznajo svoje otroke in njihove navade.

Starost staršev se giblje med 28 in 44 let, največji delež staršev, ki so reševali vprašalnik, je starih med 29 in 38 let.

Anketo so reševali predvsem starši treh izobrazbenih stopenj, na eni strani so bili starši z visoko strokovno šolo ali univerzo (24,1 %) in na drugi strani starši s končano 2- ali 3-letno poklicno šolo (22,4 %) oziroma 4- ali 5-letno srednjo šolo.

V naši raziskavi smo analizirali še en dejavnik, to je kraj bivanja, ki v veliki meri pripomore k vrsti športne dejavnosti (Štihec in Strel, 1998; Česnik 1999; Štihec, Karpljuk, Videmšek in Kondrič, 2000). V mestih je ponudba pogosto široka, vendar draga. Za marsikatero zvrst je potrebno tudi ustrezno gibalno/športno predznanje. Hkrati pa je za tek v naravi, hojo v gore in podobno potrebno oditi iz mesta, kar zopet predstavlja časovni in finančni deficit. S tega vidika imajo ljudje v predmestjih in vaseh boljše izhodišče za vadbo, vendar pa je ponudba različnih športnih dejavnosti običajno manjša. Obravnavane družine, ki so zajete v vzorcu, izhajajo predvsem iz vasi in primestnega okolja, kjer jih večina živi v hiši z vrtom (84,5 %).

Po podatkih iz študije Športnorekreativna dejavnost Slovencev (1999) pa se več kot 50 % družin kot celota njenih članov (torej skupaj) sploh ne ukvarja s športom. Pri tem je odločilen omejevalni dejavnik izobrazba staršev, ki hkrati vsebuje ozaveščenost o pomenu športne vzgoje v družini in za to potrebna materialna sredstva (Videmšek, 2001). Dosedanje raziskave potrjujejo, da sta izobrazba in stopnja športne dejavnosti v veliki korelaciji. Višja izobrazba namreč pomeni pogostejše ukvarjanje s športno dejavnostjo.

Tudi Kropjejeva (2001) je proučevala vpliv okolja na športno aktivnost 4- do 6-letnih otrok, ki hodijo v vrtec. Ugotovila je, da starši z višjo stopnjo izobrazbe in višjimi dohodki v večji meri skrbijo za otrokovo športno dejavnost. Prav tako je ugotovila, da se starejši roditelji, starši z več kot enim otrokom in starši samohranilci v večji meri športno ukvarjajo s svojim otrokom, vendar ta ne obiskuje športne igralnice.

Na vprašanje, s katerimi športnimi dejavnostmi se starši ukvarjajo neorganizirano med tednom, so odgovorili, da največ kolesarijo (46,6 %). Druga najpogostejša športna dejavnost je hitra hoja (39,7 %), sledi rolanje (25,9 %), planinarjenje (22,4 %), smučanje in deskanje na snegu (20,7 %), tek v naravi (19,0 %). V ospredju so predvsem športne dejavnosti, ki jih lažje izvajajo izven urbaniziranih naselij v naravi, kjer je razgiban teren. Nerazširjena dejavnost je le tek na smučeh.

Podobna je struktura odgovorov staršev glede neorganizirane vadbe med vikendi in počitnicami oz. dopusti. Na prvem mestu med analiziranimi športnimi dejavnostmi je ponovno najbolj priljubljeno kolesarjenje (56,9 %). Na drugem mestu je plavanje (39,7 %), kar je pričakovano, saj gre veliko ljudi v času dopustov ali med vikendi, ko

je več časa, na morje in v kopališča. Sledijo planinarjenje (36,2 %), rolanje (27,6 %), hitra hoja (25,9 %), smučanje in deskanje na snegu (25,9 %). Ugotovili smo, da se starši tako neorganizirano med tednom kot tudi neorganizirano med vikendi in dopusti ukvarjajo s pretežno istimi športnimi dejavnostmi, le da je vrstni red ukvarjanja malo drugačen.

Ugotovili smo tudi, da je neorganizirana vadba med starši bolj priljubljena kot organizirana športna dejavnost med tednom, saj se z njo ukvarja 32,6 % staršev. Največ se jih ukvarja z aerobiko in drugimi oblikami športnih dejavnosti (8,6 %), sledi ples (5,2 %), pilates in tenis (3,4 %). Opazimo, da so v ospredju predvsem dejavnosti, kjer na vadbah prevladujejo ženske, kar je razumljivo, saj so na vprašalnik večinoma odgovarjale le-te.

Raziskovalci so ugotovili, da je čas ukvarjanja s športnimi dejavnostmi v povprečju prekratek in premalo pogost. V zadnjem času pa odkrivajo, da se ljudje že zavedajo pomena športa. Čas, namenjen športnim dejavnostim, se tako zvišuje, vendar predvsem zaradi vedno večjih razlik med tistimi, ki se s športom ne ukvarjajo, in tistimi, ki mu namenijo velik del svojega prostega časa.

Sledile bodo ugotovitve, ki smo jih pridobili na podlagi rezultatov drugega dela vprašalnika, ta je bil namenjen otrokom. Ugotovili smo, da je bilo iz vzorca 62 otrok polovica fantov in polovica deklic. Od tega jih je bilo 40,3 % rojenih leta 2002, 29 % leta 2001 in 27,4 % leta 2003.

Zanimale so nas otrokove gibalne/športne navade, s katerimi dejavnostmi se ukvarja, koliko časa jim nameni in kako pogosto.

Ugotovili smo, da so teki, lovljenja, kolesarjenje in igre z žogo med priljubljenimi neorganiziranimi športnimi dejavnostmi med tednom. Sledijo še igre, ki vključujejo različne skoke, rolanje, vožnja s skirojem, plavanje itd. Med manj zanimive športne dejavnosti pa spadajo plesne dejavnosti, rolkanje in tenis. Prevladujejo predvsem športne dejavnosti, s katerimi se lahko otrok vsakodnevno ukvarja, kjerkoli in kadarkoli. Razlog, da se otroci niso rolkali, je verjetno v tem, da so se več rolali in vozili s skirojem, kar je dokaj podobno. Najpogosteje (20-krat) se je z neorganizirano vadbo ukvarjalo 1,6 % otrok (teki in lovljenja). Sledi kolesarjenje, s katerim se je 1,6 % otrok ukvarjalo 10-krat na teden. Največ otrok (25,8 %) je petkrat na teden izvajalo teke in lovljenja. 19,4 % jih je trikrat na teden kolesarilo in se igralo z žogo. Enkrat v tednu so plavali in se igrali v vodi (12,9 %) ter se vozili s skirojem (12,9 %). Sledi rolanje enkrat do dvakrat tedensko (11,3 %). V povprečju so otroci namenili neorganizirani vadbi med tednom 7 do 8 ur. Najmanj časa, ki je bil namenjen tej obliki vadbe, je bila ena ura (4,8 % otrok), največ pa 24 ur na teden (1,6 % otrok), kar pomeni skoraj pet ur na dan.

Neorganizirana vadba med vikendi in v času počitnic je med otroki bolj pogosta in pestrejša kot med tednom, saj imajo tudi njihovi starši več časa za ukvarjanje z različnimi športnimi dejavnostmi. To se vidi po višjem številu aktivnih otrok, ki se športno udeležujejo. Otroci so v tem času največ tekli in se lovili (77,4 %), kolesarili (71,0 %), se igrali z žogo (71,0 %), plavali in se igrali v vodi (53,2 %). To so predvsem športne dejavnosti, ki jih otroci izvajajo v poletnih oziroma toplejših mesecih, ko imajo počitnice. Slabše kažejo rezultati za dejavnosti, ki se jih izvaja v zimskem času, saj je le četrtnina otrok smučala, 6,5 % otrok je drsalo, medtem ko ni nihče teklen na smučeh. Najpogosteje (200-krat) so otroci med letom kolesarili, tekli ter se lovili. Največ otrok (16,1 %) je med počitnicami in vikendi 20-krat plaval in se igralo v vodi. Sledi 14,5 % otrok, ki so 10-krat v letu planinarili, in 12,9 % otrok, ki so tekli in se lovili 100-krat v letu. Enak odstotek otrok se je 30-krat igralo z žogo. Več kot polovica otrok (51,6 %) je namenila neorganizirani športni dejavnosti med vikendi in v času počitnic manj kot 10 ur na teden.

Strel in Štihec (1991) sta ugotovila, da se neustrezna športna naravnost družine najbolj dramatično kaže v padcu gibalnih sposobnosti njenih otrok med dopusti staršev in sočasno med šolskimi počitnicami otrok.

Kropejeva in Videmškova (2003) sta ugotovili, da se predšolski otroci ukvarjajo s športnimi dejavnostmi pretežno neorganizirano. Do podobnih rezultatov so prišli tudi drugi raziskovalci, med njimi Štihec in Strel (1998), Štihec, Karpljuk, Videmškova in Kondrič (2000), Ritgers idr. (2007).

Organizirana športna vadba je vadba, ki jo vodi strokovno usposobljen delavec na področju športne vzgoje. Udeleževanje organizirane športne vadbe ima mnoge pozitivne lastnosti, saj se otrok druži s prijatelji, se pod nadzorom gibalno razvija, pridobiva delovne navade in vztrajnost, se prilagaja vrednostnemu sistemu odraslih, preko igre spoznava pravila in norme, vrednote, kot sta pomoč in sodelovanje, razvija pa tudi samopodobo in samozavest.

Ugotovili smo, da se zelo malo otrok redno vključuje v tovrstno obliko športne vadbe. Od tega se jih 17,7 % ukvarja s splošno športno vadbo, sledijo plesne dejavnosti (11,3 %), nogomet (8,1 %), plavanje (3,2 %). 1,6 % otrok pa se organizirano vključuje v mini tenis, borilne veščine, košarko in odbojko. Najpogosteje se otroci ukvarjajo s splošno športno vadbo in nogometom organizirano med tednom. Največ otrok (6,5 %) pa enkrat na teden izvaja plesne dejavnosti in splošno športno vadbo. Časovno med tednom organizirani vadbi nameni 19,3 % otrok od 1 do 3 ure. 9,7 % otrok tej obliki vadbe nameni le uro ali manj. Na tretjem mestu (4,8 %) so otroci, ki so aktivni od 3 do 6 ur na teden.

Pomembno je, da se otroci v organizirano športno vadbo vključijo takoj, ko jim to dopušča njihov razvoj, to je okrog 6. leta. Znanstveniki namreč ugotavljajo, da je medsebojni vpliv med telesnim, duševnim in gibalnim razvojem toliko večji, kolikor mlajši je človek. Ta vpliv se začne po petem letu, največji pa je do enajstega ali dvanajstega leta starosti. To je pomemben čas za razvoj osnovnih struktur gibalne inteligentnosti. Kar je v tem času zamujeno, tega pozneje ni več mogoče nadomestiti.

Prav zato je organizirana vadba še kako pomembna, saj je strokovno vodena, v njej otrok sprostí svojo odvečno energijo in se skozi aktivnost gibalno, čustveno, spoznavno in socialno razvija. Nauči se ekipnega dela, razvije pomembne vrednote, kot sta pomoč in sodelovanje. Pomembno je tudi osnivanje ustreznih miselnih in vedenjskih vzorcev, ki se prenesejo v obdobje zrelosti. Otrok se prilagaja vrednostnemu sistemu odraslih, preko igre spoznava pravila in norme, razvija pa tudi svojo samopodobo in samozavest.

Otrok naj bi se čim večkrat udeleževal organizirane športne vadbe. Seveda je potrebno opozoriti na to, da so športni pedagogi dolžni učinke vadbe in otrokov napredek stalno spremljati.

Osnovni problem je poraba časa. Čas, ki ga porabimo pri športni vadbi, s prevozom do dvorane ali športnega terena in nazaj, bi lahko posvetili kakšni drugi dejavnosti, ki ji starši pripisujejo pomembnost za svojega otroka. Pomoč v taki situaciji predstavlja predvsem seznanjanje z razporeditvijo časa in iskanje čim bližjih športnih terenov in dvoran.

Številne raziskave dokazujejo, da obstaja precejšnja povezanost med socialnim položajem otrok oziroma njihovih staršev in vključevanjem otrok v organizirane športne dejavnosti. Otroci premožnejših staršev praviloma hitreje in bolje obvladujejo predpisane spretnosti, še posebej je razlika očitna pri nalogah, ki zahtevajo sorazmerno drage pripomočke. Bolj izobraženi starši otroke navadno tudi bolj spodbujajo in jih vpisujejo v klube, kjer se učijo športnih spretnosti. Tak problem lahko starši rešijo tako, da iščejo cenovno ugodnejše organizirane vadbe in opremo.

Kropejeva in Videmškova (2002) v svoji raziskavi ugotavljata, da se starši iz mestnega okolja bolj zavedajo pomena organizirane športne vadbe za otroke in jih v večji meri vodijo na vadbo kot starši iz vaškega okolja, katerih otroci so na splošno manj dejavni v primerjavi z mestnimi otroki.

Med razlogi za ne vključevanje otrok v organizirano vadbo je tudi nezainteresiranost otroka in njegova preobremenjenost z izvenšolskimi programi.

Mnenje staršev o otrokovi gibalni/športni dejavnosti je bilo, da le-ta pozitivno vpliva na razvoj njihovih otrok, in hkrati menijo, da bi bili njihovi otroci lahko še bolj športno dejavni. S tem bi bili tudi bolj telesno pripravljeni.

Tudi Zajčeva (2009) je v svoji raziskavi ugotovila, da je mnenje staršev o dovolj pogosti in intenzivni vadbi izredno visoko, saj povečini ocenjujejo, da so njihovi otroci dovolj gibalno/športno dejavni, kljub ugotovitvam, da več kot polovica otrok ne dosega minimalnih standardov ukvarjanja s športno dejavnostjo, ki jih priporočajo nekateri strokovnjaki. To pomeni, da se starši ne zavedajo pomena količine dnevnih športnih dejavnosti svojih otrok. Razveseljivo pa je dejstvo, da imajo starši pozitivno mnenje o vplivu gibalnih/športnih dejavnosti na otrokov celostni razvoj (povprečna vrednost 4.7 na lestvici od 1 do 5, kjer 5 pomeni popolno strinjanje). 54,2 % staršev med drugim tudi meni, da bi bilo za otrokov gibalni razvoj dobro, če bi športne dejavnosti vodili vzgojitelji in športni pedagogi skupaj. Do enakih ugotovitev je prišel tudi Žnidaršič (2008). Starši imajo pozitivno mnenje o športnih dejavnostih in vidijo prednosti zdravega načina življenja, še vedno pa ne vedo, koliko in kako pogoste naj bi bile gibalne/športne dejavnosti njihovih otrok.

Ker šport ohranja in krepi otrokovo zdravje, razvija njegove sposobnosti in omogoča lažje vključevanje in prilagajanje v družbeno in naravno okolje, je pomembno, da starši že v predšolskem obdobju navajajo otroke na redno športno delovanje. Ob primernem sodelovanju vseh družinskih članov predstavlja šport tudi enega od pomembnih dejavnikov povezave in sooblikovalcev življenjskega sloga družine (Videmšek, 2001).

8 SKLEP

Namen diplomskega dela je bil analizirati gibalno/športno aktivnost predšolskih otrok v treh vrtcih in v domačem okolju. Ugotoviti smo želeli, ali se vključujejo v organizirano ali neorganizirano vadbo, množičnost in pogostost udeleževanja ter koliko časa namenijo vadbi. Zanimala nas je tudi športna dejavnost staršev. Namen je bil tudi ugotoviti, katere športne aktivnosti izvajajo otroci v vrtcih in kako pogosto, kakšni so materialni in prostorski pogoji dela.

V ta namen smo izbrali vzorec 58 staršev, katerih otroci obiskujejo vrtce Braslovče, Polzela in Vransko. Podatke smo zbrali z dvema ločenima vprašalnikoma, eden je bil namenjen ravnateljcem oziroma ravnateljicam vrtcev in drugi staršem 4–6 let starih otrok.

Podatke smo obdelali na oddelku za računalniško obdelavo na Fakulteti za šport v Ljubljani s statističnim paketom SPSS (Statistical Package for the social Sciences). Izračunali smo frekvence in kontingenčne tabele. Za izračun smo uporabili podprograma FREQUENCES in CROSSTABS. Verjetnost povezave med spremenljivkami smo testirali s koeficientom kontingence.

Ne glede na to, da rezultatov anket ne kaže posploševati, nam le-ti dajejo nekaj zanimivih ugotovitev. Na njihovi osnovi je mogoče oblikovati določena spoznanja in misli, ki lahko koristno služijo tudi v vsakodnevni praksi.

V predšolskem obdobju naj otrok pridobi čim bolj pestro in široko paleto gibalnih izkušenj, ki so osnova kasnejšim zahtevnejšim gibalnim vzorcem. Zavedati se moramo dejstva, da kar zamudimo v najzgodnejšem razvojnem obdobju, kasneje težko nadoknadimo. Ta temelj naj bo kakovostno zgrajen, saj pomembno vpliva na otrokov celostni razvoj, na kasnejše vključevanje v različne športne zvrsti in nenazadnje tudi na to, da postane šport človeku ena izmed pomembnih sestavin kakovosti življenja v vseh starostnih obdobjih (Videmšek in Pišot, 2007).

Športna vzgoja je v prvih letih otrokovega razvoja izrednega pomena in veliko vlogo pri tem imajo prav vrtci, saj so oni tisti, ki zadovoljujejo otrokove potrebe po gibanju. Nekateri med izmed otrok se v vrtcu celo prvič seznanijo z gibalnimi aktivnostmi, zato morajo biti le-te še toliko privlačnejše, zanimivejše in bolj domiselne, da bi pritegnile in navdušile kar vse otroke.

Predšolska športna vzgoja ne razvija samo telesa in duha, temveč pomaga pri oblikovanju otrokove osebnosti, zato je njena prisotnost v vrtcih nujno potrebna. Vrtec mora s svojim programom in izbiro vsebin otroku omogočiti vsakdanje gibanje,

mu ponuditi čim večje število gibalnih aktivnosti v prostoru in na prostem. Ga spodbujati k reševanju gibalnih problemov na lasten način in k odkrivanju domiselnih rešitev različnih problemov, tako gibalnih kot drugih.

Za kvalitetno opravljanje dela so potrebni določeni pogoji, ki jih morajo vrtci izpolnjevati. Na področju gibanja je potrebno zagotoviti primeren notranji in zunanji prostor. Ugotovili smo, da noben izmed analiziranih vrtcev nima notranje športne igralnice, namenjene izključno športni vzgoji, zaradi tega se vadba izvaja v drugih manj primernih prostorih vrtcev (večnamenski prostor in hodniki). Zunanja igrišča so v vseh treh primerih bolje opremljena in dosti velika, vendar so igrala zastarela in nujno potrebna obnove. Poleg primerne prostora za izvajanje ur športne vzgoje so potrebni tudi ustrezni pripomočki, tako količinsko kot kakovostno.

Športne interesne dejavnosti v vrtcih so omejene na plesne urice, jogo, splošno športno vadbo, planinski krožek, interesno dejavnost ciciban planinec.

Na drugi strani ne smemo pozabiti, da je najpomembnejši zgled staršev, bolj kot le koristni nasveti, kako pomembna je športna aktivnost in kako škodljivo je neskončno igranje računalniških igranic ali posedanje pred televizorjem. Otroci od staršev postopoma prevzamejo različne razvade. Mnogim staršem je lažje nadzirati otroka, ki mirno gleda televizijo, kot ga nadzorovati ali celo aktivno spremljati zunaj, na igrišču.

Analiza športne dejavnosti otrok izven vrtca je bila razdeljena na več nivojev. Razdelili smo jo na neorganizirano in organizirano vadbo med tednom in ločeno med vikendi in počitnicami. Med tednom se otroci najpogosteje neorganizirano ukvarjajo s teki in lovljenji, kolesarjenjem in igrami z žogo. Neorganizirana vadba med vikendi in v času počitnic pa vsebuje športne aktivnosti, kot so: planinarjenje, kolesarjenje in plavanje ter igre v vodi, teki in lovljenja. Otroci se neorganizirano ukvarjajo z velikim številom športnih dejavnosti, tako med tednom kot med vikendi. Organizirana vadba je med otroki manj pogosta. Ukvarjajo se samo s plesnimi dejavnostmi in splošno športno vadbo.

Z našo raziskavo smo dobili celoten pregled glede materialnih in prostorskih pogojev v vrtcih Braslovče, Polzela in Vransko. Na podlagi tovrstne analize in primerjave s standardi, bi se razmere lahko izboljšale. Vsekakor bi bilo potrebno, da bi se finančna sredstva v prihodnje namenila za: gradnjo športnih igralnic, večjih notranjih prostorov, večjih in urejenih igrišč in nakupe različnih športnih pripomočkov.

Potrebno je tudi ozaveščati starše, da čas med tedni, vikendi in počitnicami, preživijo s svojimi otroki čimbolj aktivno, saj so največji zgled svojim otrokom.

Diplomsko delo je namenjeno vsem športnim pedagogom, ki sodelujejo z izobraževalnimi ustanovami (vrtci in drugimi zunanjimi izvajalci), ki v vrtcih izvajajo razne programe in tečaje, vzgojiteljicam, vodjem posameznih enot in ravnateljicam vrtcev, ki skrbijo za izvedbo vzgojno-izobraževalnih programov s področja gibanja. Diplomsko delo je namenjeno tudi tistim ustanovam, ki sodelujejo z vrtci, da bi s finančno pomočjo pomagali zgraditi ustrezne športne igralnice za otroke in pomagali obnoviti obstoječo zunanjo infrastrukturo. Vse to bi pripomoglo k bolj kakovostnemu procesu športne vzgoje v vrtcih.

9 LITERATURA

- Boldin, U. (2008). *Analiza materialnih, vsebinskih in kadrovskih dejavnikov predšolske športne vzgoje v zasavskih vrtcih*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Bučar – Pajek, M., Čuk, I., Videmšek, M. in Hosta, M. (2007). Otroška igrišča z vidika zakonodaje. *Šport*, 55(1), dodatek: 11–16.
- Ceglar, A., Zorko, K., Smodiš, S. in Cesar, Ž. (2008). »Nova igralna športna kultura« ali kako prilagoditi šport otrokom. *Šport*, 56(1–2), 5–7.
- Česnik, B. (1999). *Primerjava opreme in gibalnih aktivnosti v podeželskih in mestnih vrtcih*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta. Diplomsko delo.
- Čuk, I., Bučar – Pajek, M., Bricelj, A., Videmšek, M. in Hosta, M. (2007). Značilnosti igral na slovenskih igriščih. *Šport*, 55(1), dodatek: 29–38.
- Farnsworth, D. K., Kramer, J. T. (1990). *Playground Equipment-Related Injuries and Deaths*. Washigton, DC: US Consumer Product Safety Commission.
- Flisek, M. (2008). Sodobna športna tehnologija – pomemben dejavnik v vseh pojavnih oblikah športa. *Šport*, 56(1–2), Sodobna športna tehnologija, 12–20.
- Kalish, S. (2000). *Fitness za djecu: praktični savjeti za roditelje*. Zagreb: Gopal.
- Kristan s sodelavci (1997). *Športni program Zlati sonček – priročnik*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport, Zavod za šport Slovenije.
- Kropej, L. V. (2001). *Vpliv okolja na športno aktivnost predšolskih otrok*. Diplomsko delo. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Kropej, V. L. (2002). Športna aktivnost predšolskih otrok in družinsko okolje = Sport Activity of Pre-school Children and Family Environment V Pišot, R., Štemberger, V., Krpač, F. in Filipčič, T. (Ur.). *Otrok v gibanju: zbornik prispevkov* (str. 379–385). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Kropej, V. L., Videmšek, M. (2002). Parents and sport activity of their preschool children = Starši in športna aktivnost njihovih predšolskih otrok. *Kinesiologija Slovenica*, 8(1), 19–24.

- Kropej, V. L., Videmšek, M. (2003). Športno udejstvovanje štiri- do šestletnih otrok v ljubljanskem okrožju. *Šport*, 51(1), 60–62.
- Lillis, K., Jaffe, D. (1997). Playgraund injuries in children. *Pediatr Emerg Care*, 1997(3), 149-153.
- Maver, P. (2006). *Primerjava med organizirano športno vadbo otrok in njihovih staršev v Mariboru, Tolminu in Bovcu*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
- Pistotnik, B., Pinter, S., Dolenc, M. (2002). *Gibalna abeceda*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pišot, R. (2008). Gibalna športna aktivnost v otroštvu. V: Berčič, H. (ur.). *Zbornik 7. kongresa športne rekreacije, [Ptuj, 16.-18. oktober, 2008]: [prispevki strokovnih predavanj in predstavitev]*. Ljubljana: Sokolska zveza Slovenije, str. 39–48.
- Pišot, R. in Šimunič, B. (2009). Vloga in pomen gibalne/športne aktivnosti na prostem za zdravje otrok. V: Malej, R. (ur.). *Vrtec na prostem - možnosti in izziv : zbornik*. Ljubljana: Skupnost vrtcev Slovenije, str. 33–49.
- Pišot, R., Turk Riga, N. in Trebižan, B. (2002). Primerjava gibalnih sposobnosti in vključevanja v gibalne/športne aktivnosti mestnih in vaških učencev. V R. Pišot, V. Štemberger, F. Krpač in T. Filipčič (Ur.), *Otrok v gibanju* (str. 342-346). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.
- Publikacija Osnovna šola Braslovče. (2008). *Publikacija vrtcev Osnovne šole Braslovče 2008/2009*. OŠ Braslovče, Braslovče.
- Publikacija OŠ Polzela, enota vrtec. (2008). *Publikacija: šolsko leto 2008/2009*. Osnovna šola Polzela, enota vrtec.
- Publikacija Osnovna šola Vransko-Tabor. (2008). *Šolsko leto 2008–2009*. OŠ Vransko-Tabor, enota vrtec.
- Publikacija Osnovna šola Vransko-Tabor. (2004). *Moj, tvoj, naš vrtec praznuje 30. rojstni dan*. OŠ Vransko-Tabor, enota vrtec.
- Rok Simon, M. (2002). Poškodbe otrok v dveh ljubljanskih vrtcih v letu 1999. *Zdravstveno varstvo*, 2002, 41, str. 309–314.

- Skubin, S. (2005). *Oprema otroških športnih igrišč v vrtcih in stanovanjskih naseljih*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Strel, J., Štihec, J. (1991). Poletne počitnice otrok niso v funkciji priprave na novo šolsko leto. *Educa*, 1(1), 32–37.
- Štihec, J., Karpljuk, D., Videmšek, M. in Kondrič, M. (2000). How do Slovene fourth grade primary schools students spend their summer holidays? *International journal of physical education*, 2nd quarter, 37(2), str. 70–74.
- Videmšek, M., Berdajs, P. in Karpljuk, D. (2003). *Mali športnik*. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Videmšek, M., Hosta, M., Bučar, M. in Čuk, I. (2007). Pomen otroškega igrišča za otrokov razvoj. *Šport*, 55(1), dodatek: 3–10.
- Videmšek, M. in Jovan, N. (2002). *Čarobni svet igral in športnih pripomočkov*. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Videmšek, M., Karpljuk, D. in Štihec, J. (2008b). Predšolski otroci in šport. V: kovač, M. (ur.) in Rot, A. *Mednarodni strokovni posvet športnih pedagogov Slovenije*. Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije, str. 13–22.
- Videmšek, M., Karpljuk, D., Štihec, J. in Flisek, M. (2008). Uporaba športnih pripomočkov pri izvajanju predšolske športne vzgoje. *Šport*, 56(1–2), 37–46.
- Videmšek, M., Pirc, A., Praprotnik, M. in Karpljuk, D. (2007). Analiza izbire športnih pripomočkov pri predšolskih otrocih. *Šport*, 55(1), 63–67.
- Videmšek, M. in Pišot, R. (2007). *Šport za najmlajše*. Ljubljana: Fakulteta za šport: Inštitut za šport.
- Videmšek, M., Štihec, J., Karpljuk, D. in Kondrič, M. (2002). Športne dejavnosti za otroke in starše. *Šport*, 50(1), 8–10.
- Videmšek, M. in Visinski, M. (2001). *Športne dejavnosti predšolskih otrok*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport inštitut za šport in Zavod za šport Republike Slovenije.
- Zajec, J. (2009). *Povezanost športne dejavnosti predšolskih otrok in njihovih staršev z izbranimi dejavniki zdravega načina življenja*. Doktorska disertacija. Neobjavljeno delo.

Završnik, J., Pišot, R. (2005). *Gibalna/športna aktivnost za zdravje otrok in mladostnikov*. Koper: Založba Annales, Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče inštitut za kineziološke raziskave.

Zurc, J., Pišot, R., Žerjal, I. (2006). Prostočasna gibalna/športna aktivnost otrok in njihovih staršev. V Pišot, R., Šimunič, B. (Ur.), *Vloga biomehanskih lastnosti skeletnih mišic v gibalnem razvoju otrok*, (str. 8-20). Koper: Založba Annales, Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče inštitut za kineziološke raziskave.

Žnidaršič, M. (2008). *Analiza športnih dejavnosti in materialnih pogojev v tržiških vrtcih*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

10 PRILOGE

Ciljni raziskovalni projekt

»OTROK MED VPLIVI SODOBNEGA ŽIVLJENJSKEGA SLOGA«

– gibalne sposobnosti, telesne značilnosti in zdravstveni status slovenskih otrok

10.1 Priloga 1: Vprašalnik za ravnateljice/ravnatelje vrtcev

VRTEC: _____

Vrtec je bil zgrajen leta: _____

Zadnja adaptacija vrtca je bila leta: _____

1. ALI IMA VAŠ VRTEC POSEBEN PROSTOR (ŠPORTNO IGRALNICO), KI JE NAMENJEN IZKLJUČNO ŠPORTNIM DEJAVNOSTIM?

a) ne

b) da

2. VPIŠITE KVADRATURO PROSTORA, KJER SE IZVAJA ŠPORTNA DEJAVNOST. Če se v navedenem prostoru športna dejavnost ne izvaja, pustite prazno.

Kje se izvajajo športne dejavnosti?	KVADRATURA PROSTORA (v m ²)
v športni igralnici	
v večnamenskem prostoru	
v igralnici	
na hodniku	
drugo:	

3. KAKO POGOSTO SE ŠPORTNE DEJAVNOSTI IZVAJAJO V NAVEDENIH PROSTORIH? Označite z X pogostost izvajanja športne dejavnosti glede na posamezen prostor. Če se v navedenem prostoru športna dejavnost ne izvaja, pustite prazno.

Kako pogosto se športne dejavnosti izvajajo v navedenih prostorih?	REDKO	POGOSTO	REDNO
v športni igralnici			
v večnamenskem prostoru			
v igralnici			
na hodniku			
drugo:			

4. VPIŠITE KVADRATURO ZUNANJEGA PROSTORA, KJER SE IZVAJA ŠPORTNA DEJAVNOST. Če se v navedenem prostoru športna dejavnost ne izvaja, pustite prazno.

Katere zunanje površine uporabljajo vaši zaposleni za izvajanje športne vadbene ure?	KVADRATURA PROSTORA (v m ²)
okolica vrtca (brez igral)	
okolica vrtca (z igrali)	
urejeno zunanje igrišče (asfalt, umetne mase)	
zunanje površine izven vrtca (travnik, gozd)	
drugo:	

5. KAKO POGOSTO SE ŠPORTNE DEJAVNOSTI IZVAJAJO V NAVEDENIH PROSTORIH? Označite z X pogostost izvajanja športne dejavnosti glede na posamezen prostor. Če se v navedenem prostoru športna dejavnost ne izvaja, pustite prazno.

Katere zunanje površine uporabljajo vaši zaposleni za izvajanje športne vadbene ure?	REDKO	POGOSTO	REDNO
okolica vrtca (brez igral)			
okolica vrtca (z igrali)			
urejeno zunanje igrišče (asfalt, umetne mase)			
zunanje površine izven vrtca (travnik, gozd)			
drugo:			

6. ZUNANJE IGRIŠČE VAŠEGA VRTCA

Obkrožite trditev, ki najbolj ustreza opisu zunanjega igrišča vašega vrtca.

- a) Nimamo zunanjega igrišča.
- b) Na zunanjem igrišču nimamo športnih igral (gugalnic, toboganov, igral ...)
- c) Na zunanjem igrišču imamo do 2 različni športni igrali (gugalnica, tobogan, igralo ...)
- d) Na zunanjem igrišču imamo od 3 do 5 različnih športnih igral (gugalnica, tobogan, igralo ...)
- e) Na zunanjem igrišču imamo 6 ali več različnih športnih igral (gugalnica, tobogan, igralo ...)

7. KVALITETA ŠPORTNIH IGRAL NA ZUNANJEM IGRIŠČU VAŠEGA VRTCA

Označite z X trditev, ki najbolj ustreza opisu igral na zunanjem igrišču vašega vrtca.

Nimamo zunanjega igrišča.	Športna igrala na zunanjem igrišču so stara in nujno potrebna zamenjave.	Športna igrala na zunanjem igrišču so stara in nekatera že potrebna obnove.	Športna igrala na zunanjem igrišču so posodobljena ali nova.

8. ŠPORTNI PRIPOMOČKI

Ocenite število športnih pripomočkov, ki jih imate v vašem vrtcu, z lestvico od 1 (nimamo pripomočka) do 5 (imamo dovolj pripomočkov).

žoge	1	2	3	4	5
kolebnice	1	2	3	4	5
obroči	1	2	3	4	5
kiji	1	2	3	4	5
palice	1	2	3	4	5
stožci	1	2	3	4	5
trakovi	1	2	3	4	5
navadne blazine	1	2	3	4	5
debele blazine	1	2	3	4	5
polivalentne blazine	1	2	3	4	5
nizka gred	1	2	3	4	5
deske različnih širin za postavitve različnih gredi	1	2	3	4	5
švedska klop	1	2	3	4	5
švedska skrinja	1	2	3	4	5
odskočna deska	1	2	3	4	5
deske za ravnotežje	1	2	3	4	5

mala prožna ponjava	1	2	3	4	5
skiroji	1	2	3	4	5
kolesa	1	2	3	4	5
kotalke/rolerji	1	2	3	4	5
rolke	1	2	3	4	5
hodulje	1	2	3	4	5
loparji	1	2	3	4	5
palice za hokej	1	2	3	4	5
talne oznake	1	2	3	4	5
mreže	1	2	3	4	5
koš	1	2	3	4	5
goli	1	2	3	4	5
baloni	1	2	3	4	5
padalo	1	2	3	4	5
elastična vrvica	1	2	3	4	5
vrv	1	2	3	4	5
plezalna vrv	1	2	3	4	5
plezalni drog	1	2	3	4	5
plezalna lestev	1	2	3	4	5
plezalna stena	1	2	3	4	5
letvenik	1	2	3	4	5
avdio oprema	1	2	3	4	5
video oprema	1	2	3	4	5
drobni ritmični pripomočki (tamburin, boba, ropotulja ...)	1	2	3	4	5
alpske smuči	1	2	3	4	5
alpski čevlji	1	2	3	4	5
tekaške smuči	1	2	3	4	5
tekaški čevlji	1	2	3	4	5
drugo:	1	2	3	4	5
drugo:	1	2	3	4	5
drugo:	1	2	3	4	5

9. KATERE ŠPORTNE INTERESNE DEJAVNOSTI PONUJATE V VAŠEM VRTCU? (obkrožite):

- a) plesne urice
- b) joga
- c) splošna športna vadba
- d) mini tenis
- e) borilne veščine
- f) gimnastika
- g) ritmična gimnastika
- h) drugo: _____
- i) drugo: _____
- j) drugo: _____

10. KATERE GIBALNE/ŠPORTNE VSEBINE PONUJA VAŠ VRTEC IN KAKO POGOSTO JIH IZVAJATE?

Označite z znakom X kako pogosto izvajate navedene športne dejavnosti.

ŠPORTNA VSEBINA	NE IZVAJA	1 x na leto	nekaj krat na leto	1-2x mesečno	1-2x tedensko	vsak dan
vadbena ura						
gibalna minuta						
gimnastične vaje						
športno dopoldne						
športno popoldne						
trim steza						
sprehod						
izlet						
orientacijski izlet						
tečaj rolanja						
tečaj kolesarjenja						
tečaj plavanja						
zimovanje						
letovanje						
taborjenje						
Zlati sonček						
drugo:						
drugo:						
drugo:						

10.2 Priloga 2: Vprašalnik za starše

ŠPORTNE DEJAVNOSTI PREDŠOLSKIH OTROK

Anketni vprašalnik

Spoštovani starši!

Sem Monika Bergant, absolventka Fakultete za šport. Za diplomsko nalogo pri Elementarni športni vzgoji bi rada ugotovila dejansko stanje športne aktivnosti otrok in njihovih staršev v vrtcih Braslovče, Polzela in Vransko. Zato Vas prosim, da v kolikor ste pripravljeni sodelovati v raziskavi, izpolnite naslednja vprašanja. Vprašalnik je sestavljen iz dveh delov. V prvem delu se vprašanja navezujejo na Vas, starše oz. skrbnike, v drugem delu pa se vprašanja navezujejo na Vaše otroke. Odgovarjate anonimno, rezultati bodo uporabljeni izključno v raziskovalne namene.

PRVI DEL VPRAŠALNIKA

V tem delu se vprašanja nanašajo na Vas, starše oz. skrbnike otrok.

1. SPOL (obkrožite): a) M b) Ž

2. LETO ROJSTVA: _____

3. NAJVIŠJA DOSEŽENA STOPNJA IZOBRAZBE (obkrožite):
 - a) osnovna šola
 - b) 2- ali 3-letna poklicna šola
 - c) 4- ali 5-letna srednja šola
 - d) višja strokovna šola
 - e) visoka strokovna šola ali univerza
 - f) magisterij ali doktorat

4. OKOLJE BIVANJA (obkrožite):
 - a) vas in primestno okolje
 - b) mestno okolje

5. KJE ŽIVITE (obkrožite):

- a) v hiši z vrtom
- b) v hiši brez vrta
- c) v vrstni hiši z vrtom
- d) v vrstni hiši brez vrta
- e) v bloku z igriščem
- f) v bloku brez igrišča

Preglejte vrste gibalnih/športnih aktivnosti in najprej v prvem stolpcu označite z X tiste, s katerimi se ukvarjate **neorganizirano oz. organizirano**. Nato pri tistih aktivnostih, s katerimi se ukvarjate, napišite, kolikokrat tedensko ste aktivni pri tej gibalni/športni aktivnosti.

6. NEORGANIZIRANA VADBA MED TEDNOM

VRSTA ŠPORTNE DEJAVNOSTI	Z navedeno športno aktivnostjo se ukvarjam.	Kolikokrat tedensko se ukvarjate s to športno aktivnostjo?
tek v naravi		krat
hitra hoja		krat
badminton		krat
aerobika		krat
tenis		krat
odbojka		krat
golf		krat
jutranja gimnastika		krat
plavanje (ne kopanje)		krat
kolesarjenje		krat
rolanje		krat
pilates		krat
joga		krat
planinarjenje		krat
smučanje in deskanje na snegu		krat
tek na smučeh		krat
drsanje		krat
ples		krat
drugo:		krat
drugo:		krat

7. KOLIKO ČASA NAMENITE NEORGANIZIRANI VADBI MED TEDNOM (vse športne dejavnosti skupaj)?

_____ ur _____ min

8. NEORGANIZIRANO MED VIKENDI IN V ČASU POČITNIC OZ. DOPUSTA

VRSTA ŠPORTNE DEJAVNOSTI	Z navedeno športno aktivnostjo se ukvarjam.	Kolikokrat tedensko se ukvarjate s to športno aktivnostjo?
tek v naravi		krat
hitra hoja		krat
badminton		krat
aerobika		krat
tenis		krat
odbojka		krat
golf		krat
jutranja gimnastika		krat
plavanje (ne kopanje)		krat
kolesarjenje		krat
rolanje		krat
pilates		krat
joga		krat
planinarjenje		krat
smučanje in deskanje na snegu		krat
tek na smučeh		krat
drsanje		krat
ples		krat
drugo:		krat
drugo:		krat

9. KOLIKO ČASA NAMENITE NEORGANIZIRANI VADBI MED VIKENDI IN V ČASU POČITNIC (vse športne dejavnosti skupaj)?

_____ ur _____ min

10. ORGANIZIRANA VADBA MED TEDNOM (pod strokovnim vodstvom)

VRSTA ŠPORTNE DEJAVNOSTI	Z navedeno športno aktivnostjo se ukvarjam.	Kolikokrat tedensko se ukvarjate s to športno aktivnostjo?
tek v naravi		krat
hitra hoja		krat
badminton		krat
aerobika		krat
tenis		krat
odbojka		krat
golf		krat
plavanje (ne kopanje)		krat
kolesarjenje		krat
rolanje		krat
pilates		krat
joga		krat
ples		krat
drugo:		krat
drugo:		krat

11. KOLIKO ČASA NAMENITE ORGANIZIRANI VADBI MED TEDNOM (vse športne dejavnosti skupaj)?

_____ ur _____ min

DRUGI DEL VPRAŠALNIKA

Vprašanja v tem delu so vezana na **Vašega otroka**.

1. SPOL OTROKA (obkrožite): a) M b) Ž

2. LETO ROJSTVA OTROKA (napišite): _____

Preglejte vrste gibalnih/športnih aktivnosti in najprej v prvem stolpcu označite z X tiste, s katerimi se vaš otrok ukvarja **neorganizirano oz. organizirano**. Nato pri tistih aktivnostih, s katerimi se ukvarja, napišite, kolikokrat tedensko je aktiven pri tej gibalni/športni aktivnosti.

3. NEORGANIZIRANA VADBA MED TEDNOM

VRSTA ŠPORTNE DEJAVNOSTI	Z navedeno športno aktivnostjo se otrok ukvarja.	Kolikokrat tedensko se ukvarja s to športno aktivnostjo?
teki, lovljenja		krat
igre, ki vključujejo različne skoke (»gumitvist«, »ristanc«...)		krat
kolesarjenje		krat
rolanje		krat
vožnja s skirojem		krat
rolkanje		krat
plavanje- igre v vodi		krat
plesne dejavnosti		krat
tenis		krat
igre z žogo		krat
drugo:		krat
drugo:		krat

4. KOLIKO ČASA NAMENI NEORGANIZIRANI VADBI MED TEDNOM (vse športne dejavnosti skupaj)?

_____ ur _____ min

5. NEORGANIZIRANA VADBA MED VIKENDI IN V ČASU POČITNIC

VRSTA ŠPORTNE DEJAVNOSTI	Z navedeno športno aktivnostjo se otrok ukvarja.	Kolikokrat tedensko se ukvarja s to športno aktivnostjo?
teki, lovljenja		krat
igre, ki vključujejo različne skoke (gumitvist, ristanc...)		krat
vožnja s skirojem		krat
rolkanje		krat
plavanje- igre v vodi		krat
plesne dejavnosti		krat
tenis		krat
igre z žogo		krat
kolesarjenje		krat
planinarjenje		krat
rolanje		krat
smučanje		krat
tek na smučeh		krat
drsanje		krat
drugo:		krat
drugo:		krat

6. KOLIKO ČASA NAMENI NEORGANIZIRANI VADBI MED VIKENDI IN V ČASU POČITNIC (vse športne dejavnosti skupaj)?

_____ ur _____ min

7. ORGANIZIRANA VADBA MED TEDNOM

VRSTA ŠPORTNE DEJAVNOSTI	Z navedeno športno aktivnostjo se otrok ukvarja.	Kolikokrat tedensko se ukvarja s to športno aktivnostjo?
plesne dejavnosti		krat
splošna športna vadba		krat
mini tenis		krat
joga		krat
borilne veščine		krat
gimnastika, ritmika		krat
smučanje in priprava na smučanje		krat
atletika		krat
plavanje		krat
košarka		krat
rokomet		krat
odbojka		krat
nogomet		krat
drugo:		krat
drugo:		krat

8. KOLIKO ČASA NAMENI ORGANIZIRANI VADBI MED TEDNOM (vse športne dejavnosti skupaj)?

_____ ur _____ min

9. KAKO VAŠ OTROK PRETEŽNO PREŽIVLJA PROSTI ČAS MED VIKENDI IN V ČASU POČITNIC?

- a) gibalno/športno neaktivno (gledanje TV, igranje igrice na računalniku, obiski kina ...)
- b) gibalno/športno aktivno (plavanje, smučanje, kolesarjenje, pohodi, sprehodi ...)

10. ALI MENITE, DA JE VAŠ OTROK DOVOLJ GIBALNO/ŠPORTNO AKTIVEN?
Ocene na lestvici so v rangu od 1 (premalo aktiven) do 5 (zelo aktiven).
Obkrožite eno oceno.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

11. KAKŠNO JE VAŠE MNENJE O VPLIVU GIBALNE/ŠPORTNE AKTIVNOSTI
NA OTROKA?
Od 1 (gibanje in šport mu ne koristita) do 5 (gibanje in šport pozitivno vplivata
na celosten otrokov razvoj). Obkrožite eno oceno.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

12. KAKO BI OCENILI TELESNO PRIPRAVLJENOST (kondicijo) VAŠEGA
OTROKA?
Ocene na lestvici so v rangu od 1 (zelo slaba) do 5 (zelo dobra). Obkrožite
eno oceno.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Hvala za sodelovanje!

