

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT

# **DIPLOMSKO DELO**

KATJA TOMC

Ljubljana 2010

UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA ŠPORT  
ŠPORTNA REKREACIJA  
Športna rekreacija

**VPLIV STARŠEV NA VKLJUČITEV OTROK V ŠPORTNO  
VADBO**

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA  
izr. prof. dr. Maja Pori

RECENZENTKA  
izr. prof. dr. Mateja Videmšek

KONZULTANT  
prof. dr. Matej Tušak

AVTORICA DELA  
Katja Tomc

Ljubljana, 2010

## ZAHVALA

Zahvaljujem se mentorici, izredni profesorici dr. Maji Pori za vse nasvete in pomoč pri nastajanju diplomskega dela.

Posebna zahvala staršem in bratoma, ki so verjeli vame in mi vsa leta študija stali ob strani.

Hvala tebi Matej za vse spodbude, predvsem pa veliko potrpežljivosti pri nastajanju dela.

Iskrena zahvala tudi družini Zobec.

Hvala vsem prijateljem, ki so naredili študij zabaven in poln čudovitih spominov.

**Ključne besede:** predšolski otroci, starši, gibalna dejavnost, motivi

## **VPLIV STARŠEV NA VKLJUČITEV OTROK V ŠPORTNO VADBO**

**Katja Tomc**

**Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2010**

**Športna rekreacija, športna rekreacija**

**Število strani: 89; število tabel: 7; število slik: 17; število prilog: 1.**

### **IZVLEČEK**

Z raziskavo smo želeli ugotoviti, kakšne so športnorekreativne navade staršev, kakšen je vpliv staršev pri vključevanju otrok v športno vadbo in ali so otroci športno aktivnih staršev tudi sami športno aktivni. Želeli smo tudi ugotoviti kakšno mnenje imajo starši o vplivu gibalnih aktivnosti na otroka ter izvedeti motive, zaradi katerih starši vpisujejo otroke v športno vadbo.

V vzorec smo zajeli 100 predšolskih otrok. Otroci so bili stari od 2 do 6 let in so obiskovali 3 različne vrtece v Kočevju (Ostržek, Čebelica in Kekec). Podatke smo pridobili s pomočjo anketnega vprašalnika. Dobljene rezultate smo obdelali z računalniškima programoma Excel in SPSS in jih prikazali v obliki frekvenc v tabelah ter slikah.

Rezultati so pokazali, da se več kot polovica staršev redno ukvarja s športnimi dejavnostmi, največ s hojo, kolesarjenjem in tekom. Otroci športnoaktivnih staršev so enako športno aktivni kot otroci športnoneaktivnih staršev. Nekaj več kot polovica otrok se ne ukvarja s športno dejavnostjo. Vsi starši so enakega mnenja, da je gibalna dejavnost pomembna za razvoj otroka in da vpliva predvsem na otrokov gibalni in telesni razvoj. Najpomembnejši motivi za vključitev otrok v športne dejavnosti so, da se otrok zabava, da bo otrok zdrav, da bo izpopolnil svoje spretnosti in da se bo naučil novih spretnosti.

Dobljeni podatki nam bodo v pomoč pri nadaljnjem delu v Športni šoli Žabica. S pomočjo rezultatov anketnega vprašalnika smo ugotovili, kako starši vplivajo na aktivnost svojih otrok, koliko se sami ukvarjajo s športom in kateri so motivi, da vključijo otroka v športno vadbo. Vsebina diplomskega dela pa je namenjena vsem, ki so kakor koli povezani z vzgojo in izobraževanjem na športnem področju, staršem in vsem drugim, ki se zavedajo pomembnosti redne športne vadbe za zdrav in celosten razvoj otroka.

**KEY WORDS:** kindergarten children, parents, sport activity, motives

## **THE INFLUENCE OF PARENTS IN ENGAGING CHILDREN INTO EXERCISE**

**Katja Tomc**

**The University of Ljubljana, The Faculty of Sports, 2010**

**Sports recreation, sports recreation**

**The number of pages: 89; the number of charts: 7; the number of pictures: 17; the number of supplements: 1**

### **ABSTRACT**

With the research we wanted to establish what are the sports recreation habits of the parents, what are the influence of parents in engaging children into exercise, whether the children of sports active parents are also active. We wanted to establish what is the opinion of the parents about the influence of exercise on a child and establish the motives which make parents enroll their children into sport activity .

As an example, we took 100 kindergarten children, age between 2-6 and their parents. The children go to 3 different kindergartens in Kočevje (Ostržek, Čebelica, Kekec). Data were collected through the survey questionnaire. Results were analyzed using computer program Excel and SPSS. The data are presented in tables, followed by interpretation.

The results showed that more than half of the parents exercise regularly, mostly walking, cycling and running. The children of sports active parents are equally active as children of non-active parents. A bit more than half of the children do not sport activity. All the parents are of the same opinion that sport activity development. Most important motives for engaging children into sports activities are children having fun, the health of a child, the improvement of his/her abilities and for learning new ones.

The acquired information will help is in future work in the sports school »Žabica«. With the help of the results of the questionnaire, we found out how parents influence the activity of their child, how much they exercise themselves, and which are the motives for engaging a child into exercise. The content of the diploma is dedicated to all, who are in any way connected to teaching sports, to parents and everyone else who is aware of the importance of regular exercise for a healthy and a whole development of a child.

## KAZALO

1. UVOD .....	7
2. PREDMET IN PROBLEM .....	10
2.1 OTROKOV RAZVOJ .....	11
2.1.1 TELESNI RAZVOJ .....	12
2.1.2 ČUSTVENI RAZVOJ .....	12
2.1.3 SOCIALNI RAZVOJ .....	13
2.1.4 OSEBNOSTNI RAZVOJ .....	14
2.1.5 GIBALNI RAZVOJ .....	15
2.1.6 RAZVOJ GIBALNIH SPOSOBNOSTI .....	22
2.2 VPLIV STARŠEV NA VKLJUČITEV OTROK V ŠPORTNO VADBO .....	27
2.2.1 POLOŽAJ OTROKA V DRUŽINI .....	28
2.2.2 RAZVOJ OTROKA V DRUŽINI .....	29
2.2.3 NALOGE IN FUNKCIJE DRUŽINE .....	31
2.2.4 DRUŽINA IN VKLJUČEVANJE OTROKA V ŠPORT .....	32
3. MOTIVACIJA .....	37
3.1 DELITEV MOTIVOV .....	38
3.2 MOTIVACIJA ODRASLIH ZA UDELEŽBO V ŠPORTU .....	40
3.3 MOTIVACIJA OTROK ZA UDELEŽBO V ŠPORTU .....	40
4. CILJI RAZISKAVE .....	43
5. METODE DELA .....	44
5.1 VZOREC MERJENCEV .....	44
5.2 VZOREC SPREMENLJIVK .....	44
5.3 ORGANIZACIJA ZBIRANJA PODATKOV .....	45
5.4 METODE OBDELAVE PODATKOV .....	46
6. REZULTATI IN RAZPRAVA .....	47
6.1a ŠPORTNOREKREATIVNE NAVADE STARŠEV .....	47
6.1b GIBALNA AKTIVNOST OTROK .....	52
6.2 SEZNANITEV Z VADBO .....	54
6.3 MNENJE STARŠEV O VADBI TER VPLIVU GIBALNIH AKTIVNOSTI NA OTROKA .....	57
6.4 MOTIVI STARŠEV ZA VKLJUČITEV OTROKA V ŠPORTNO VADBO .....	69
7. SKLEP .....	79
8. VIRI .....	83
9. PRILOGA .....	86

## 1. UVOD

"Otrokova razvojna področja (telesno, gibalno, spoznavno, čustveno in socialno), so v predšolskem obdobju tesno povezana med seboj. Otrok dojema svet na informacijah, ki izvirajo iz njegovega telesa in iz izkušenj, ki jih pridobi z gibalnimi dejavnostmi. Z gibanjem torej otrok zaznava in odkriva svoje telo, preizkuša kaj telo zmore, doživlja veselje in ponos ob razvijajočih se sposobnostih in spretnostih ter gradi zaupanje vase. Hkrati daje gibanje otroku občutek ugodja, varnosti, veselja, skratka dobrega počutja. Z gibanjem otrok raziskuje, spoznava in dojema svet okrog sebe. V gibalnih dejavnostih je telo izhodiščna točka za presojo položaja, smeri razmerja do drugih; z gibanjem otrok razvija občutek za ritem in hitrost ter dojema prostor in čas" (Videmšek, 2001).

Gibanje in igra sta v predšolskem obdobju ključnega pomena, saj vplivata na pravilen razvoj otroka "Gibalni razvoj poteka najprej od elementarnih, preprostih oblik gibanja do kompleksnejših, zahtevnejših športnih dejavnosti. Otroci, ki ne usvojijo pravočasno svojih sposobnosti in lastnosti, se jim te kasneje težje ali pa sploh ne razvijejo. V predšolskem obdobju se gradijo temelji zdrave telesne konstitucije ter pozitivnega dožemanje športa, posredno pa se razvijajo tudi spoznavne sposobnosti in socializacija. Otroci v elementarnih gibalnih igrah, ki predstavljajo osnovo športnih iger, postopoma spoznavajo smisel in pomen upoštevanja pravil igre" (Videmšek, 2001). Gibalni razvoj ima v prvih dveh letih tudi odločilno vlogo za razvoj prvih oblik intelektualnih sposobnosti, ki vplivajo na posameznika.

Ker se razvoj otroka torej prične skozi gibanje, mu moramo nuditi ustrezne pogoje za ustrezen gibalni razvoj. Vsebina športnih dejavnosti mora biti prilagojena njegovim sposobnostim, lastnostim, potrebam in interesom. Pomembno je, da se izbere ustrezne metode dela s katerimi se usmerja otrokov razvoj. Te športni programi za otroke morajo vsebovati naravne oblike gibanj (lazenje, plazenje, skakanje itd.), dejavnosti z žogo (kotaljenje, prenašanje, metanje, zadevanje cilja itd.), elementarne igre (črni mož, gnilo jajce itd.), fino motoriko (upravljanje s prsti rok, z rokami in nogami), gimnastične vaje, plesne igre, dejavnosti v ritmu in sprostitvene dejavnosti. Vsebujejo naj tudi kompleksnejše športne dejavnosti kot so osnovni elementi atletike, gimnastike, rolanje, kotalkanje, vožnja s kolesom ter aktivnosti, ki se odvijajo v naravi. Za varno, predvsem pa kakovostno izvajanje gibalnih dejavnosti so pomembni tudi športni pripomočki in igrala. Rekviziti morajo biti izdelani iz različnih,

ustreznih materialov ter različno pobarvani. Otroci naj bi v predšolskem pridobivali različne gibalne izkušnje, spoznali različne oblike elementarnih ter gibalnih iger, spoznali smisel in pomen upoštevanja pravil igre, obenem pa si krepili medsebojne odnose.

Zelo pomemben je čas, ki naj bi ga otrok preživel s svojimi starši. Nekateri starši so mnenja, da se vzgoja in priprava otrok prične takrat, ko stopijo v vrtec, vendar smo mnenja, da je takrat že lahko prepozno. Vedno več je čustveno, vzgojno in tudi gibalno osiromašenih otrok. Ne zmorejo poslušati in slediti navodilom vaditeljev in vzgojiteljev, gibalnim nalogam niso kos, ne znajo se igrati, prav tako pa je skopo tudi njihovo izražanje. Zato je zelo pomembno, da se starši zavedajo, vseh pozitivnih vplivov gibalnih dejavnosti in športa. Ravno zgodnje vključevanje otrok v organizirane športne vadbe veliko pripomore k njihovemu gibalnemu in funkcionalnemu razvoju, otroci se lažje vključijo in prilagodijo novemu družbenemu in naravnemu okolju. Starši vse prevečkrat pozabljajo, da je gibanje otrokova naravna potreba, ki je enako pomembna, kot potreba po hrani. Človeško telo je naravnano tako, da potrebuje vsakodnevno gibanje, sicer postopoma okrni. Športne dejavnosti ohranjajo in krepijo zdravje, hkrati pa prispevajo k zdravemu načinu življenja. Ob sodelovanju vseh družinskih članov, predstavlja športna vadba enega od glavnih dejavnikov povezave in sooblikovalcev življenjskega stila družine.

Vsi, ki se ukvarjajo z otroki, pa naj bodo to starši, vzgojitelji, učitelji, športni pedagogi ali vaditelji, morajo biti seznanjeni o pomembnosti zgodnjega vključevanja otrok v organizirane športne vadbe. "Spodbujanje h gibanju otrokom tako omogoči kakovostno preživljanje prostega časa s športnim udejstvovanjem v otroštvu in v kasnejših obdobjih življenja. Otrok bo tako že zelo zgodaj privzel navade svojih staršev ter drugih, ki kakor koli vplivajo na njegov gibalni razvoj. Če bodo te nanj pustile pozitiven vtis, jih bo prevzel in se s športom ukvarjal tudi kasneje v življenju" (Čebokli, 2006).

V sodobnem svetu vedno bolj ponovno poudarjamo pojem in pomen družine, kajti ravno v družini se otrok nauči osnovnih vedenj in pravil. Družina ga nauči sprejemati in ponotranjiti vrednote, oblikovati odnose in izkazovati ter prejemati čustva. Družina je tista preko katere si postavlja prve motive, izraža svoje želje, doživlja prve zmage in poraze ter razočaranja. "Najbolj osnovni vedenjski vzorci vsakega posameznika imajo koren v družini, zato je za razumevanje vedenja športnika ključno poznavanje njegovega položaja in vedenja v družini in



njegovih odnosov v naprej primarni, kasneje pa tudi sekundarni družini" (Tušak, Marinšek in Tušak, 2009).

Prvi vzor otrokom so torej starši. Z ustreznimi gibalnimi navadami pozitivno vplivajo na otroka še preden ta vstopi v šolo. Torej kakšen vpliv imajo starši pri vključevanju otrok v športne dejavnosti? Ali so otroci športno aktivnih staršev tudi sami aktivni, zakaj se starši odločijo za vključitev otrok v športne dejavnosti ter kakšno mnenje imajo starši o vplivu gibalnih aktivnosti na otroka? Ravno zaradi prej naštetih vprašanj, smo se odločili, da v diplomskem delu predstavimo, koliko se starši zavedajo pomena in vpliva športnih dejavnosti na otrokov celosten razvoj in kateri so tisti glavni motivi, zaradi katerih se starši sploh odločijo, da otroka vključijo v organizirano vadbo. Diplomsko delo bi bilo lahko tako uporabno za starše kot vse strokovne delavce na področju predšolske in šolske športne vzgoje.

## 2. PREDMET IN PROBLEM

Zgodnje vključevanje otrok v športne dejavnosti ima številne prednosti, saj je gibalna dejavnost ena najpomembnejših področij. S tem namenom sva s sošolko iz Fakultete za šport ustanovili prvo športno šolo za najmlajše na Kočevskem, Žabico. S svojim znanjem in sposobnostmi želiva čim več najmlajših navdušiti za športno dejavnost, jih naučiti ustreznih gibalnih znanj in posledično vplivati na njihov vsestranski razvoj. Če otroci vzljubijo gibanje že v zgodnjem otroštvu, če torej pridobijo ustrezne gibalne navade, je bolj verjetno, da se bodo k gibanju vračali tudi kasneje v življenju. V okviru Športne šole Žabica otroci na prijeten način razvijajo svoje gibalne sposobnosti, osvajajo gibalna znanja, spoznavajo športne pripomočke ter nekatera preprosta pravila športnih iger. Hkrati pa se družijo z vrstniki, pridobijo nove prijatelje ter nova znanja in izkušnje.

"Športna aktivnost daje posamezniku določen red in disciplino v sam ritem življenja. Otrok, ki že od majhnega hodi na popoldansko vadbo, bo imel manj problemov z navezovanjem stikov z drugimi vrstniki. Navajen bo na gibanje in igro ob določeni uri, na sodelovanje, biti 'fair' v igri. Opazoval bo svoje gibalne sposobnosti in spremembe" (Videmšek in Pišot, 2007).

"Prve izkušnje otrok morajo biti zaznamovane predvsem z željo po uživanju, druženju in zabavo. Skozi tak pristop se bodo malčki postopno naučili tudi nekaterih sposobnosti, ki jih bodo potrebovali kasneje v življenju. Tako bodo imeli na prve športne aktivnosti lepe spomine" (Tušak, Tušak in Tušak, 2009).

Raziskave Kropjeve in Videmškove (2003), ki sta proučevali športno dejavnost štiri do šestletnih otrok v ljubljanskem okrožju, je pokazala, da se polovica otrok pri tej starosti še ne ukvarja z nobeno aktivnostjo. Z organizirano športno vadbo se ukvarja približno četrtina otrok v tej starosti. Ugotovili sta tudi, da so otroci tistih družin, ki preživljajo počitnice predvsem pasivno, tudi drugače športno manj aktivni.

Kropjeva in Videmškova (2002) sta na vzorcu staršev slovenskih predšolskih otrok iz različnih krajev ugotovili, da obstajajo dejavniki, ki lahko povečujejo športno aktivnost otrok in na katere imajo starši neposreden vpliv, to so: športna dejavnost staršev, aktivno preživljanje počitnic družine, navajanje otroka na družbo in starševsko pozitivno mnenje o športu.

Vsi tisti, ki vplivajo na otrokov razvoj, morajo poznati teorijo otrokovega razvoja. Bodisi so to starši, vzgojitelji ali strokovno usposobljeni pedagogi.

## 2.1 OTROKOV RAZVOJ

Kot pravita Marjanovič Umek in Zupančič (2004), na podlagi skupnih značilnosti posameznikov, ki pripadajo določenim starostnim skupinam, razvoj delimo na osem razvojnih obdobj. Vsakdo izmed osmih razvojnih obdobj ima specifične značilnosti.

Tabela 1

*Prikaz razvojnih obdobj*

RAZVOJNO OBDOBJE	KRONOLOŠKA STAROST
Prednatalno	Od spočetja do rojstva
Obdobje dojenčka in malčka	Od rojstva do treh let
Zgodnje otroštvo	Od treh do šestih let
Srednje in pozno otroštvo	Od šestega leta do začetka pubertete
Mladostništvo	Med začetkom pubertete in 22.-24. letom
Zgodnja odraslost	Med 22.-24. in 40-45. letom
Srednja odraslost	Med 40.-45. in 65. letom
Pozna odraslost	Od 65. leta do smrti

V naši diplomski nalogi se bomo opredelili predvsem na razvoj malčka, ki zajema drugo in tretje leto življenja, ter obdobje zgodnjega otroštva (predšolsko obdobje), ki traja do šestega leta. V obdobju do tretjega leta sta telesni in intelektualni razvoj izjemno hitra. V drugem in tretjem letu pa se opazi tudi zelo hiter razvoj govora in veliko zanimanje za sovrstnike. V zgodnjem otroštvu se poveča igralna dejavnost. Otrok postaja vedno bolj samostojen in začne skrbeti zase in za svoje vsakodnevne dejavnosti.

### 2.1.1 TELESNI RAZVOJ

Pri predšolskih otrocih je na prvem mestu za dober telesni razvoj pomembna pravilna prehrana. Pomembno je tudi zdravje. Tisti otroci, ki so velikokrat bolni, se razvijajo počasneje kot tisti, ki so zdravi. Na rast otroka vpliva tudi leti čas. Otroci bolj rastejo v toplejših mesecih. Tudi duševni dejavniki po svoje vplivajo na telesno rast. Še posebej čustvene napetosti otroka zavirajo njegov telesni razvoj (predčasno vpisovanje v šolo, preobremenjenost otroka, neprimerni postopki staršev,.. ).

Pri otrocih moramo poudarjati potrebo po gibanju, ki vpliva na motorični razvoj in skladen telesni razvoj. Pomembno je, da se predšolski otroci veliko gibljejo in se vsakodnevno gibljejo v naravi na svežem zraku.

V tem obdobju se nadaljuje rast kosti in vse to zahteva ustrezno prehrano. Začne se proces upogibanja hrbtenice, ki dobiva obliko "S". Nekje v šestem letu starosti se pričnejo krepiti okončine. Otroci začnejo izgubljati maščobno tkivo. Okoli šestega leta se prične tudi procesmenjava mlečnih zob. Napredek je tudi v razvoju srca in krvnega obtoka. Umiri se tudi razvoj rasti možganov. Okoli šestega leta obsegajo možgani okoli devet desetih teže možganov odraslega človeka.

### 2.1.2 ČUSTVENI RAZVOJ

Otroci so tisti, ki znajo svoja čustva pokazati v večji meri kot odrasli. Njihova čustva so nenadzorovana, vendar pa se jih skozi vzgojo naučijo nadzorovati. Otroci pogosto jokajo, se veselijo in se smejejo. Zelo hitro preidejo s smeha v jok ter od ljubosumja k ljubezni. Značilno je tudi, da otrokom z razvojem nekatera čustva postanejo močnejše, druga pa šibkejša. Na to vplivajo biološke spremembe, otrokov spoznavni razvoj in razvoj interesov ter vrednot. Veliko se piše o tem, da je jeza najbolj pogosto izraženo čustvo pri otrocih do treh let, nato pa se postopoma umiri. Pri otrocih, ki jim starši dopustijo, da s pomočjo jeze dosežejo zelene cilje, bodo izlivi jeze pogostejši. Jeza ima lahko tudi pozitiven pomen, saj lahko otroku pomaga, da se postavi zase ali pa mu predstavlja motivacijo za premagovanje ovir. Ključna razvojna naloga v otroštvu je, da se otrok nauči nadzorovati jezo na način, ki ne bo škodljiv.

Drugo najpogostejše čustvo pri otroku je strah. V drugem in tretjem letu situacije, ki vzbujajo strah postanejo močnejše in strahovi so številčnejši. Malčki se bojijo neznanih in temnih prostorov. Boji se vsega, kar ga nepričakovano preseneti in se pojavi nenadoma, kot na primer: glasnega zvoka, glasbe, oglašanja in premikanja živali, itd. Tudi otrokove resnične izkušnje lahko vzbudijo strah, npr. neprijetna izkušnja s psom. Otroci živijo v velikem svetu domišljije in jim tako strah povzročajo izmišljena bitja in okoliščine: pošasti, škratje, tema in podobno. Prav tako so težave s spanjem ene od pogostejših pri otrocih v tem obdobju (strah pred temo). Z razvojem in starostjo se strahovi zmanjšujejo, kajti otroci spoznajo pravi pomen predmetov ali pojavov, ki so se jih bali.

Pogosto čustvo, ki se pojavi pri otroku je tudi ljubosumje. Izražanje ljubosumnosti je lahko na več načinov, prikrito ali odkrito. Odkrito lahko jo izražajo ljubosumje z jezo, strahom ali žalostjo. Lahko so napadalni ali pa to pokažejo z nespodobnim vedenjem, goljufijo itd. Prikrita ljubosumnost se kaže takrat, ko se začne vesti neobičajno in počenja stvari, ki jih prej ni nikoli (moči posteljo, sesa prst itd.).

### 2.1.3 SOCIALNI RAZVOJ

"Otroci imajo že, ko so majhni, čudovit dar za vzpostavljanje odnosov s starši. Skupaj s svojimi starši so pripravljene na obojestransko izmenjavo sporočil, ki pa je osnova vsake družabnosti. Nasprotno pa je otrokov odnos do igrač enostranski, kar pomeni, da so igrače lahko otroku všeč, on pa ne more biti igračam. Tu ni povratnega sporočila, ki bi podpiralo trajen odnos (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Otrok se v sredi drugega leta starosti prepozna, ve kakšen je njegov videz. "V interakciji z drugimi ljudmi v drugem in tretjem letu starosti narašča pogostnost malčkovih vedenj, s katerimi uveljavlja svoje težnje po posedovanju stvari ali ljudi. Močno zavedanje sebe in težnja po uveljavljanju lastnih potreb, želja in zamisli vodi po eni strani do prvih nesoglasij z odraslimi in drugimi otroki, po drugi strani pa spodbuja razvoj različnih čustveno-socialnih spretnosti" (Marjanovič Umek in Zupančič, 2004).

V obdobju od malčka dalje, otroci veliko časa preživijo z drugimi otroki. V starosti od dveh let in pol otrok že sklepa prijateljstva z vrstniki. Zelo pogost je prepir med 3. in 4. letom, in do

njega prihaja predvsem zaradi obrabe svojih stvari npr. igrač, ki jih noče deliti z drugimi otroki. Pogosto si prijatelje izbirajo glede na starost, spol in vedenje. Občasno daje vtis, da je že samostojen, vendar še vedno potrebuje in čuti močno potrebo po varnosti in zaščiti. Lahko postane zelo ljubosumen, včasih se začne vesti kot majhen otrok ali pa je celo agresiven. Agresivnost je nekako najbolj razvita med 4. in 6. letom. S tem želi otrok pridobiti pozornost, želi se dokazati ali pa je to posledica ljubosumja oz stresa.

V predšolskem obdobju lahko opazimo tudi sodelovanje otrok, simpatije, ki se izražata kot pomoč ali objemanje. Tudi sočutje se pokaže, vendar predvsem pri deklicah. Po dopolnitvi štirih let otrok že razume in ima vpogled v socialna razmerja, pozna razliko med pravico in krivico. Ve, da se drugih otrok ne sme tepsti, deli stvari s sovrstniki (prijatelji) ter se tudi zavzame zanje. Otroci, ki nimajo bratov ali sester, se morajo naučiti življenja v skupini, da morajo stvari deliti, včasih počakati na vrsto in se tudi ozirati na druge oz. jim kaj dati.

Prav tako kot starši imajo pomembno vlogo pri socializaciji otrok tudi različne ustanove, kjer sodelujejo vrstniki, vodijo pa jih vzgojitelji in učitelji. Otrok s tem ko sodeluje z odraslimi in z vrstniki bogati svoje socialno obnašanje in sodelovanje. "Prav skupinsko delo na športni vadbi otrokom pomaga sprejemati in upoštevati skupinske norme in pravila, lažje se podredijo skupnim interesom in so strpnejši do drugih. Navaja jih na solidarnost in kolegialnost, na medsebojno pomoč in zaupanje ter izboljšuje sposobnost komuniciranja. Vzporedno pa poteka tudi začetek otrokovega osamosvajanja, saj mora brez pomoči staršev premagovati morebitne težave in se tako navajati na osebno odgovornost, obenem pa razvija pozitivne motive, čustva in si krepi samozavest" (Čebokli, 2006).

#### 2.1.4 OSEBNOSTNI RAZVOJ

Osebnost predstavlja organizacijo telesnih, intelektualnih, socialnih in čustvenih značilnosti posameznika in se izraža skozi različne oblike vedenja.

Otroci, ki so veseli in sprejemajo novosti in okolje v katerem živijo so ponavadi veseli in manj ranljivi. Otrokova osebnost se prične zelo hitro oblikovati že v prvih mesecih. V katero smer bo krenil njegov osebnostni razvoj, je predvsem odvisno posebej od njegovih staršev. Starši naj bi bili tisti, ki bi prevzeli odgovornost za to, kakšni bodo njihovi otroci, ko

odrasejo. Poskrbeti morajo, da bodo pri otrocih razvijali takšne lastnosti, ki jim bodo služile kasneje v življenju. Zadovoljevati morajo njihove primarne potrebe, jim nuditi ljubezen, varnost, spodbude, pozornost, predvsem pa jim omogočiti srečno otroštvo. V večini so otrokove lastnosti odraz staršev. Iz staršev navadno izhajajo težavnost in nepotrpežljivost otrok. Zato skoraj ni mogoče, da bodo starši ki so mirni imeli težavnega otroka.

### 2.1.5 GIBALNI RAZVOJ

S pomočjo gibalnih sposobnosti, ki so ključnega pomena za izvajanje gibov, lahko opravljamo neko nalogo. "Otrokova gibalna izraznost je pod neposrednimi vplivi telesnih mer, delovanja organskih sistemov in psihe. Velja pa tudi nasprotno, spreminjanje stanja gibalnih sposobnosti vedno celostno vpliva na človeka in se kaže v spremembah vseh elementov, ki ga sestavljajo. Uspeh vadbe je zato tudi tesno povezan z ustreznim delovanjem drugih podsistemov, ki opredeljujejo človeka kot celoto" (Pistotnik, 2000).

Tabela 2:

*Značilnosti posameznih faz motoričnega učenja in reakcij otroka (Pistotnik, 1999).*

Faze	Značilnost	Stopnja	Gibalni izraz	OŽS	Mentalna aktivnost	Učiteljeve naloge
1	začetno seznanjanje, inštrukcije	nizka	generalizacija	iradiacija	visoka	informiranje
2	utrjevanje	srednja	diferenciacija	koncentracija	srednja	Korigiranje, motiviranje
3	izpopolnjevanje	visoka	avtomatizacija	stabilizacija	nizka	finalizacija
4	dopolnjevanje, modifikacija	najvišja	modifikacija	asociacija	nizka	validacija

Otrok se je sposoben učiti in naučiti določene motorične spretnosti takrat, ko je njegov celoten telesni aparat primerno razvit in zrel. V kakšnem vrstnem redu in kako hitro bo osvojil različne razvojne korake pa je odvisno od vsakega posameznika. Motorično učenje se imenuje proces postopnega prilagajanja gibalnega ustroja na racionalno izvedbo novega gibanja. Gibalne spretnosti so rezultat motoričnega učenja. Velik napredek v gibalnem razvoju se kaže v predšolskem obdobju od drugega do sedmega leta starosti. Zato je torej za otrokov gibalni razvoj v predšolskem obdobju je ključnega pomena gibalna dejavnost. Če otrokova potreba po gibanju ni zadovoljena, se to kaže v nespečnosti, neprimernem vedenju in celo v agresivnosti.

Otrok z gibalnimi dejavnostmi spoznava tudi vsakodnevne pojave. Skozi elementarne igre spoznava promet itd. Z dejavnostmi tako otrok ohranja in krepi svoje zdravje.

Tudi socialni status staršev vpliva na otrokovo gibalno/športno aktivnost in s tem na razvoj motoričnih sposobnosti. Tako otroci, ki živijo v manjših krajih ali ob obrobju velikih aglomeracij, katerih položaj staršev je na izobrazbeni lestvici nižji in z nižjim profesionalnim statusom, nimajo enakih možnosti za ukvarjanje z gibalnimi/športnimi aktivnostmi kot njihovi statusno boljši vrstniki. Dejstvo je, da tudi otrok z odličnimi dednostnimi zasnovami le-teh ne bo mogel razviti, če ne bo imel priložnosti za to. Prvi pogoj za razvoj gibalnih sposobnosti je zadostna količina gibalne/športne aktivnosti.

Zato ne preseneča kar precejšnje število raziskav v svetu in pri nas (Zaplatič, 2009; Iličič, 2008; Jambrešič, 2003; Čebokli, 2006), ki se posvečajo analiziranju otrokove gibalne/športne aktivnosti z vidika pogostnosti, vsebine in oblike udejstvovanja. V tem smislu največkrat preučujemo gibalno/športno aktivnost v prostem času predvsem zaradi tega, ker naj bi imela redna (v vrtcu ali šoli) podoben vpliv na vse otroke.

Starši morajo biti pozorni pri izbiri ustrezne športne vadbe, da učenje ne začne prehitevati procesa zorenja. Če otrok še ni pripravljen za takšno težavnostno stopnjo učenja, tako le izgublja voljo in energijo za spontan razvoj. Za motorični razvoj so pomembne vaje in izkušnje, ki morajo biti v skladu z otrokovo pripravljenostjo za učenje.

Razvoj pri otroku poteka v dveh smereh (Videmšek in Jovan, 2002):

- **CEFALOKAVDALNA SMER** pomeni razvoj oziroma kontrolo mišic, ki se začne pri glavi, nadaljuje v vrat, trup in noge. Gre za razvoj od zgoraj navzdol;
- **PROKSIMODISTALNA SMER** pomeni razvoj oziroma kontrolo mišic, ki se začne pri hrbtenici, nadaljuje pri trupu, sledijo ramena in na koncu okončine (noge in roke) ter zapestja in mišice prstov. Gre za razvoj telesa, ki poteka od sredine navzven.

Na razlike v razvoju vpliva dedna zasnova, pa potek predporodne dobe in pa seveda spodbuda staršev. Otok star okoli dveh let še ne potrebuje družbe za igranje. Igra se poleg drugih otrok, vendar pa sam zase. Predvsem ga usmerjajo starši in ga poskušajo vključiti v igro. Do tretjega leta pa otrok že osvoji vse naravne oblike gibanj, kot so hoja, tek, skoki, plazenje, lazenje, plezanje, dvigovanje, nošenje itd. do nekje četrtega leta starosti so otroci že sposobni sonožno



skakati, prestopati ovire. Pri spretnostih z žogo so precej okorni. Ne znajo je še dobro loviti in metati. Otrokom te starosti hitro pade koncentracija, zato aktivnosti ne smejo biti monotone.

Otroci, stari pet let pa so že nekoliko spretnejši, lahko izvajajo zahtevnejše naloge. Znajo že skakati po eni nogi, meti so bolj natančni, spretnejši so pri igrah z žogo. Znajo se že sankati in znajo že nekatere elemente smučanja. Poveča se tudi koncentracija. Pri šestih letih pa gibanje otroka že lahko postane podobno gibanju odraslega. Hoja je zanesljiva, med tekom opravljajo dodatne naloge, plezajo zelo visoko, bolj je razvito ravnotežje. Boljša je koordinacija itd. Otroci te starosti se zelo radi vključujejo v organizirano vadbo, ter postanejo izredno tekmovalni. Mnogi znajo že samostojno plavati in smučati. Poudariti pa je treba, da je skozi celo predšolsko obdobje najpomembnejša ustvarjalna igra in da otroke nenehno spodbujamo.

Pri športni vadbi se navadno poslužuje s tremi vrstami vadbenih sredstev. To so gimnastične vaje, naravne oblike gibanj in pa elementarne igre. Povzeto po: Pistotnik, (1999), gimnastične vaje so sklop vaj, ki jih izvajamo z določenim ciljem (ogrevanje, sproščanje, razvijanje gibalnih sposobnosti). Gimnastične vaje izvajamo po določenem zaporedju, od zgornjega dela telesa k spodnjem (ramenski obroč, roke, trup, noge). Naravne oblike gibanja se delijo na pedipulacije oz. lokomocije (to so vsa premikanja telesa po prostoru) in manipulacije (opravljanje osnovnih gibalnih operacij s posameznimi telesnimi segmenti). Osnovne lokomocije oz pedipulacije so: plazenja in lazenja, hoja in tek, plezanja, skoki (v daljino, v višino, v globino), padci. Manipulacije pa so nadgradnja lokomocij. Najpogostejše v športu so: meti in lovljenja predmetov, udarci in blokade udarcev, prijemi. Najpogostejše oblike sestavljenih gibanj pa so: potiskanja, vlečenja, upiranja, dviganja in nošenja. Elementarne igre so po vsebini in zahtevnosti najenostavnejše igre. Z njimi utrjujemo in izpopolnjujemo tehnično in taktično znanje ter razvijamo specialne gibalne in psihične sposobnosti ter lastnosti. Po gibalni in taktični vsebini so enostavne. Zanje so značilne igrivost, nepredvidljivost in sproščenost v gibanju. Pravila lahko spreminjamo in prilagajamoglede na okoliščine, znanje in sposobnosti mladih igralcev.

"Igra je radost, je svoboda, je ustvarjalnost. Vse to pa je otroku ob hitrem tempu življenja in utesnjenosti, ki jo doživlja v šoli, potrebno kot zrak, ki ga diha" (Petkovšek in Kremžar, 1986). Otrok se igra, veseli, je sproščen, ustvarjalen itd., vse to povezujemo s predšolskim obdobjem otrok. Igrajo se vsi otroci in povsod, v vrtcu, šoli, doma na travniku. Igro poznamo že od nekdaj in pripomore k samostojnosti in ustvarjalnosti. Otroci z igro razvijajo svoje

gibalne in funkcionalne sposobnosti, znajo sodelovati in prilagajati svoje zanimanje ciljem cele skupine. Znajo spoštovati pravila. Je pa tudi res, da je način igranja odvisen od starosti otroka. Zelo pomembno vlogo imajo tudi športni pripomočki, ki določajo vsebino igre ter njen potek. Želja po igri nam je prirojena in nas spremlja skozi vse življenje. Od rane mladosti, pa do pozne starosti. Ko se igramo, ni nujno da tekmujemo, čeprav nas današnji tempo vedno znova sili v nenehno borbo za svoj prostor. Vendar pa nas ta borba ne sprošča, ampak deluje ravno obratno. Tako nastaja napetost in nestrpnost. Tekma mora ostati igra. Glede na to, da sta potrebi po gibanju in igri osnovni otrokovi potrebi, naj se igra kot rdeča nit prepleta skozi vse otrokove dejavnosti. Kot vsaka igra je tudi gibalna igra dejavnost, ki je notranje motivirana svobodna in odprta ter za otroka prijetna.

Igra je tudi dobro vzgojno sredstvo. V njej lahko učitelj spozna in usmerja otrokovo osebnost. V sproščeni igri se otrok pokaže tak, kakršen je. Domiseln, strpen, zadržan, agresiven... V igri otrok sam nevsiljivo najde razloge za sodelovanje in vključevanje v igralno skupino, ob pravilnem vodstvu pa se navadi tudi podrežati lastne interese interesom svoje skupine, spoštovati pravila, kulturno prenašati poraz pa tudi zmago. Igra je šola za življenje in sprostitev v vsakem trenutku (Petkovšek in Kremžar, 1986).

Pomen igre za otroka zajemajo sledeče trditve (Pogačnik – Toličič, 1977):

- Brez igre ni srečnega in zdravega otroštva.
- Igra ima vrednost že sama v sebi.
- Otrok se igra, ker se razvija, otrok se razvija, ker se igra.
- V igri se otrok s pridobivanjem vedno novih izkušenj pripravlja na življenje.
- S pomočjo igre otrok spreminja in spoznava življenje.
- Med igro pridobiva otrok veselje do dela.
- Med igro se otrok uči, sprosti, pomiri in razvedri.
- Kakršen je majhen otrok pri igri, takšen je šolar pri učenju in odrasel človek pri delu.

Dejavniki, ki vplivajo na igro so lahko (Videmšek in Pišot, 2007):

- **Osebnostne značilnosti:** živahnost, družabnost, vztrajnost, samozaupanje itd.
- **Spol otroka:** med spoloma se že zgodaj kažejo različne preference v zvezi z izbiro iger in igrač, ki so skladne s stereotipno vlogo moškega in ženske v družini in družbi.
- **Trenutno fizično in čustveno stanje otroka:** utrujenost, bolezen, razigranost, jeza, žalost itd.

- **Trenutna situacija:** npr. letni čas, prostor, vrsta in količina igrač, možni soigralci, količina prostega časa
- **Ožje okolje:** otroke pri igri lahko spodbujajo odrasli in igralni materiali (oblačila, velike škatle..), na njihovo ustvarjalnost pa vplivajo tudi vse druge izkušnje, ki jih dobijo v okolju
- **Kultura:** vpliva na razlike v možnostih in vrsti iger, ki so značilne za različna zgodovinsko-kulturna okolja. Psihologi ugotavljajo, da otroštvo traja vse dalj časa; v preteklosti je bilo dosti krajše, obseg igre pa skromnejši.

Igra ima v vsakem starostnem obdobju drugačen pomen. V prvih treh letih je število igrač vedno večje, potem pa število upada, kajti bolj kot je otrok starejši, dlje časa se igra z eno igračo. Starejši ko je otrok, manj časa traja njegovo igranje. V prvem letu otrok stvari prijema, jih prenaša, otipava, tolče in jih daje v usta. "Od dojenčkove starostne dobe do začetka šolanja se v otrokovem razvoju zaporedoma pojavijo tri vrste igranja. Prva je prosto ali spontano igranje, druga je posnemovalna ali imitativna igra in tretja je ustvarjalna ali konstruktivna igra" (Košiček, 1992).

Ko otrok vstopi v drugo leto starosti, se začnejo pojavljati različne socialne igre. Funkcijske oblike igre so stopnjo višje kot pa v prvem letu starosti. V tem obdobju otroci skozi igro dozorevajo. Otrok hodi pokončno, prijema predmete s prsti, tek je podoben hitri hoji, vzpenja se po stopnicah. Vse te oblike funkcijskih iger so osnova za razvoj didaktičnih iger, ki pri otroku spodbujajo razvoj določenih sposobnosti in znanj. Pojavi se posebna oblika eksperimentalne igre s predmeti, to pomeni da otrok uporablja več predmetov hkrati in začne posnemati odraslega. Otrok začne razvrščati predmete po barvi, obliki, posnema odrasle, se skriva in igra z glasovi. V prvih dveh letih je zelo pomembna aktivna udeležba odraslih, ki se morajo seveda vživeti v igro.

Domišljajske igre so v ospredju med drugim in petim letom starosti. Predšolski otroci, ki so malo mlajši se radi igrajo v manjših skupinah, ki se neprestano menjajo in spreminjajo. Starejši predšolski otroci se vse bolj igrajo v skupini in sklepajo nova prijateljstva.

Glavno sredstvo pri predšolskih otrocih je torej igra. Otroci na sproščen in zabaven način razvijajo gibalne oz. motorične sposobnosti, čustvene, socialne, spoznavne in osebne lastnosti. Starejši kot postaja otrok, bolj zapletenejša postaja njegova igra. Starši pa se morajo

znati igrati z otroki, saj bodo le na takšen način sodelovali pri igrah. Seveda to zahteva veliko potrpežljivosti, razumevanja, spodbude in ljubezni.

#### 2.1.5.1 NARAVNE OBLIKE GIBANJA

##### **Hoja in tek**

Hoja in tek sta dve lokomotorni vaji. Pomembno je, da sta v različnih oblikah posredovani otroku že v predšolskem obdobju. Oba gibanja potrebujemo za povezavo med drugimi spretnostmi. Otrok tako s hojo kot tekom krepi mišice nog in trupa.

Nekje do tretjega leta starosti je hoja še nekoliko negotova. Otrok pri teh letih že teka, vendar pa je ta tek podoben hitri hoji. Hoja je neenakomerna še vse do četrtega leta starosti. Pogosti so padci. Nekje po četrtem letu pa hoja postane zanesljiva, enakomerna, tek je bolj trden, ni več padcev. Po petem letu pa otroci že skoraj tečejo kot odrasli in v teku tudi radi tekmujejo.

Pravilna hoja vsebuje:

- drža telesa naj bo vzravnana (ne sklonjena) in glava pokonci,
- noge premikamo naravnost naprej (brez opletanja),
- stopala postavljamo na tla vzporedno in v zaporedju peta-prsti (povaljamo po zunanjem delu stopala),
- pozibavanje naj bo omejeno na tisti minimum, ki ga terja ritmika gibanja,
- spremljava z rokami naj bo smotrna, ustrezna dolžini koraka in tempu hoje,
- dihanje naj bo naravno skozi nos in usta (Pinter, 2006).

Pri dveh letih in dveh letih in pol otrokov tek spremljajo občasni padci, kljub temu se rad podi okoli za vrstniki ali starši. Tek triletnika je še vedno podoben hitri hoji kot pa teku, na enkrat lahko preteče le krajše razdalje. Pri štirih letih in pol je otrok sposoben povezovati osnovna naravna gibanja, lahko teče in nato vrže žogo. Po petem letu starosti postane tek trdnejši in dinamičen ter podoben teku odraslega, število padcev se opazno zmanjša. Tek sestavljajo različni skoki in poskoki, otroci postajajo bolj vztrajnejši in hitrejši ter že tečejo ob ritmični spremljavi. Zelo radi tekmujejo v teku, kljub temu da se hitro utrudijo (Čebokli, 2006).

## **Plazenje in lazenje**

Otroci se plazijo že pri prvem letu, najprej nazaj, nato pa še naprej. S plazenjem se otrok premika v želeni smeri naprej in to je vaja ki jo imajo otroci zelo radi. Plazijo se po trebuhu, hrbtu ali boku. Plazenje po vseh štirih dobro vpliva na hrbtenico, ker je v tem času razbremenjena. S plazenjem prav tako vplivamo na krepitev ramenskega obroča in zgornji del trupa. Lazenja so gibanja, pri katerih se vadeči premika s pomočjo rok in nog, trup pa je dvignjen od podlage. To pomeni, da se lazenja izvajajo v različnih mešanih oporah na rokah in nogah. Med lazenja uvrščamo tudi različne oblike samokolnic, ki se izvajajo v parih ali trojkah

## **Skoki in poskoki**

Skakanje pomeni da opravimo več zaporednih skokov na mestu, pa naj bo to sonožno ali enonožno. Otroci s tem razvijajo odzivno moč, koordinacijo, ravnotežje, krepijo mišice nog, stopal in sklepov.

V drugem letu starosti otroci že sonožno skačejo, vendar jim skoki v višino povzročajo preglavice. Od četrtega leta naprej pa skačejo po eni nogi in tudi skok v višino ni več tako zelo težaven. Po petem letu pa začne otrok preskakovati tudi že kolebnico.

## **Metanje, lovljenje, zadevanje**

Otrok začne metati stvari že pri prvem letu, ko spušča predmete na tla. Triletni otroci so ponavadi še neuspešni pri metanju žog. Tudi lovljenje jim dela preglavice. V četrtem letu otroci že dokaj dobro mečejo stvari, do nekje 3 m razdalje. Po petem letu pa so v metanju, lovljenju in zadevanju že pravi mojstri. Z metanjem znajo uskladiti tudi hojo in tek. Za izvajanje tovrstnih spretnosti je potrebna skladnost gibanja, natančnost, hitra odzivnost. Otroci pri tovrstnih dejavnostih razvijajo koordinacijo, ravnotežje, moč rok in ramenskega obroča ter natančnost podajanja in lovljenja.

## **Plezanje**

Plezanje je zelo podobno plazenju. Takoj ko otrok shodi, začne plezati na višje predmete, npr stol, klop, polica itd. Plezalne vaje razvijajo moč, spretnost, ravnotežje, pogum in gibčnost. Otroci stari štiri leta znajo plezati že dokaj zanesljivo. Po petem letu starosti pa plezajo tudi na pokončna plezala. Vedno plezajo ob prisotnosti učitelja in nikoli višje kakor doseže učitelj.

Vese so gibanja, pri katerih drži vse telo ramenski obroč, lahti in roke, razen pri podkolenski vesi in podkolenski vesi strmoglavo (Kosec in Mramor, 1991). Otroci z vesami preizkušajo moč v rokah. Vese vadimo predvsem na nizkih drogovih, plezalni vrvi ali na letveniku.

### **Dvigovanje, nošenje, vlečenje in potiskanje**

ta gibanja so značilna za otroke okoli drugega leta. V tem obdobju otrok predmete veliko dviguje in jih prenaša vsepovsod naokoli. Kasneje jih v predšolsko športno vzgojo vključimo zaradi krepilnega učinka na otroka. Še posebej krepimo mišice ramenskega obroča.

#### **2.1.5.2 DRUGE KOMPLEKSNE GIBALNE NALOGE (SPRETNOSTI)**

Pod druge kompleksne gibalne naloge v obdobju predšolskih otrok spadajo plavanje, smučanje, rolanje, kolesarjenje in ples. V obdobju predšolskih otrok govorimo predvsem o prilagajanju na vodo, gibanju otrok v vodi, čofotanju v vodi, igranje s plavajočimi igračkami. Nekje okoli četrtega leta otroci sproščeno tečejo po vodi, se lovijo, potapljajo in skačejo. Dveletni otroci po ravnem terenu že delajo prve korake s smučmi, vendar pa njihova motivacija ni dolgotrajna. S smučmi se predvsem igrajo. Po četrtem letu pa se že spuščajo po strmini navzdol in delajo prve zavoje. Nekje po četrtem letu je otrokovo ravnotežje že doseglo tisto stopnjo razvoja, ki mu omogoča učenje tistih športov, kjer je ravnotežje pomemben element uspešnosti (kotalkanje, drsanje, rolanje kolesarjenje itd.) (Jovan in Videmšek, 2002). Ko govorimo o kolesarjenju, otrok najprej spozna tricikel, nato okoli četrtega leta, pomožna kolesca in nato se po petem letu vozi na malem kolesu, kjer zelo hitro napreduje. Ples je ena izmed najbolj primernih dejavnosti pri predšolskih otrocih. Ima namreč pozitiven vpliv na številne otrokove spretnosti, kot so občutek za ritem, občutek za gibanje, usklajeno gibanje, predvsem pa ples vpliva na razvoj temeljnih motoričnih sposobnosti, kot so prožnost, moč, ravnotežje, hitrost in koordinacija. Seveda je potrebno to vrsto dejavnosti prilagoditi otroku, njegovi starosti in interesom.

#### **2.1.6 RAZVOJ GIBALNIH SPOSOBNOSTI**

"Osnovna motorika je področje, ki obravnava osnove človekovega gibanja. Ukvarja se z ohranjanjem in razvojem motoričnih sposobnosti na uporabnem nivoju. Osnovna motorika

kot uporabna kineziološka disciplina, predstavlja pomembno informacijsko bazo za realizacijo vseh naštetih pojavnih oblik športa" (Pistotnik, 1999)

Gibalne sposobnosti so lahko prirojene ali pridobljene. Se pravi, da že ko se človek rodi, mu je dana stopnja do katere do katere se bo razvil. Ta stopnja pa se lahko preseže, če smo ustrezno gibalno aktivni. Gibalne sposobnosti niso prirojene v enaki meri. Odvisne so od dednosti. Pri nekaterih je odstotek prirojenosti višji, medtem ko je pri drugih manjši. Vendar pa pri predšolskih otrocih ne moremo natančno opredeliti gibalnih sposobnosti. Lahko pa rečemo, da na podlagi dosedanjih raziskav lahko tudi za predšolske otroke trdimo, da je njihov latentni prostor že precej definiran.

Znanih je šest primarnih oblik gibalnih sposobnosti:

- moč,
- hitrost,
- gibljivost,
- koordinacija,
- ravnotežje,
- preciznost.

#### 2.1.6.1 MOČ

"Moč je sposobnost za učinkovito izkoriščanje sile mišic pri premagovanju zunanjih sil. Predstavlja osnovno gibalno sposobnost, saj brez nje ni gibanja. Delimo jo na tri pojavnne oblike: eksplozivno, repetativno in statično moč" (Pistotnik, 1999).

Od prirojenosti je odvisno do kakšne mere bo vsakdo lahko razvil moč. Natrenirati se da okoli 50 % moči. Vedeti pa moramo tudi, da na moč vpliva veliko dejavnikov, ki jih je treba dobro poznati. Moč se deli na tri osnovne oblike in to so: eksplozivna moč, repetativna moč in pa statična moč. Za eksplozivno moč je značilna velika mišična sila. Pojavi se pri premikanju predmeta. To so predvsem hitri, nagli gibi. Predstavlja sposobnost za maksimalni začetni pospešek telesa v prostoru. Njena prisotnost je pomembna pri uspešnem startu, metu, skoku itd. Prirojena je v kar veliki meri (80%). Repetativna moč uporabljamo takrat ko mišica opravlja dolgotrajno delo. Npr pri sproščanju ali napenjanju (plavanje, hoja, tek... ), se pravi

pri ponavljajočih ciklikih. Stopnja prirojenosti te sposobnosti je okrog 50 %, kar pomeni, da jo lahko še v veliki meri razvijemo. Statična moč pa ima zelo pomembno vlogo pri športih, kjer je potrebno zadrževati določen položaj (npr. gimnastika). Stopnja prirojenosti statične moči je komaj 50% kar pomeni, da lahko s primerno vadbo precej vplivamo na njen razvoj. Pri predšolskih otrocih se statičnega naprežanja mišic izogibamo.

Nasploh ima moč zelo veliko vlogo pri izvajanju gibalnih dejavnosti. "Če otroci nimajo moči ustrezno razvite njihovi razvojni stopnji, niso sposobni premagovati naporov pri izvajanju športnih aktivnosti. Posledica slabo razvite moči je utrujenost, kar povzroči, da postane otrok v igri pasiven" (Pistotnik, 1999).

Vadba moči mora biti prilagojena razvojni stopnji otroka. Vsebovati mora ustrezne igralne oblike dinamičnega značaja, kamor spadajo različni zajčji in žabji poskoki, skoki s kolenico, meti, plezanja itd. Pomembno je tudi, da z gibalnimi nalogami za moč pripomoremo k razvoju pravilne drža otroka.

#### 2.1.6.2 HITROST

"Hitrost je sposobnost izvesti gibanje z največjo frekvenco ali v najkrajšem možnem času. Pomembna je predvsem pri premagovanju kratkih razdalj s cikličnim gibanjem in v gibalnih nalogah, ki zahtevajo hitro izvedbo posameznega giba" (Pistotnik, 1999).

Hitrost je zelo odvisna od dednih lastnosti, kar 90%. Lahko jo izboljšujemo z vadbo tehnike, z razvojem eksplozivne moči ali pa z razvojem gibljivosti. Predvsem pa izboljševanje hitrosti temelji na hitrem izvajanju gibanj. Zato se za razvoj uporablja metoda ponavljanja. Vendar pa moramo paziti, da se ponovitev ni preveč in da so med ponovitvami dovolj veliki odmori.

Hitrost se izvaja, ko je človek spočit in sicer z elementarnimi igrami, z izvajanjem starta iz različnih položajev, z ritmičnimi poskoki in štafetnimi teki, ki jih lahko vključimo v igro. "Otrokom nudimo priložnost, da spoznajo različne tekalne igre in se poskusijo v prvih oblikah tekmovanja" (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).



### 2.1.6.3 GIBLJIVOST

"Giblјivost je motorična sposobnost doseganja maksimalnih obsegov gibov v sklepih ali sklepnih sistemih posameznika. Giblјivost predstavlja pomemben dejavnik optimalne telesne pripravljenosti posameznika, tako v športu, kakor tudi pri vsakodnevnih opravilih" (Pistotnik, 1999).

Vemo tudi, da je bilo ugotovljeno, da je primerna stopnja giblјivosti dejavnik dobrega počutja in da se z neaktivnostjo zmanjšuje giblјivost v sklepih. Pri mlajših starostnih skupinah je okoli 80% bolečin v križu zaradi zmanjšanja giblјivosti.

Giblјivost je prirojena nekje v 50%, tako da lahko na njen razvoj vplivamo v velikem obsegu. Vendar moramo vedeti, da pri vadbi za povečanje giblјivosti obravnavamo vsak sklep posebej, če hočemo doseči učinek. Za ugotavljanje giblјivosti uporabljamo laboratorijske meritve in motorične teste.

Trening giblјivosti se mora vedno pričeti z intenzivnim ogrevanjem. Najprej so to dinamična gibanja, razne igralne igrice, nato sledi kompleks gimnastičnih vaj za splošno ogrevanje, in na koncu še kompleks gimnastičnih vaj za specialno ogrevanje. Otroci se bodo na tak način naučili pravilnega poimenovanja in izvajanja ustreznih vaj, saj so le-te za predšolske otroke precej zahtevne tudi z informacijskega vidika.

Večina gibalnih dejavnosti zahteva optimalno giblјivost. Pri sedemletnikih je giblјivost razvita v veliki meri, nato pa začne počasi upadati. Ravno zato mora biti vadba vodena kakovostno. Telesna struktura otrok je zelo elastična in so zato sposobni velikih amplitud gibov. Ravno zaradi prej omenjenih dejstev ni posebnih potreb za razvoj giblјivosti pri predšolskih otrocih oziroma do sedmega leta starosti.

### 2.1.6.4 KOORDINACIJA

Koordinacija je sposobnost za učinkovito oblikovanje in izvajanje kompleksnih gibalnih nalog. Osnovne značilnosti koordiniranega gibanja so (Pistotnik, 1999):

- pravilnost (natančnost, ustreznost izvedbe gibov),

- pravočasnost (časovna usklajenost gibov),
- racionalnost (ekonomičnost izvedbe gibov),
- izvirnost (samoiniciativnost v prilagajanju gibanja različnim zahtevam),
- stabilnost (zanesljivost, identičnost izvedbe v ponavljanjih).

Koordinacija gibanja je v veliki meri prirojena in odvisna od delovanja centralnega živčnega sistema. Količnik prirojenosti znaša 80 %. Otroci te gibalne izkušnje pridobivajo v največji meri do neke šestega leta starosti. Zato moramo vedno znova poudarjati, da se morajo otroci v prvem obdobju razvoja, ko so v vrtcih, udeleževati gibalnih aktivnosti.

"Koordinacija gibanja je sposobnost, ki je odgovorna za učinkovito oblikovanje in izvajanje sestavljenih in bolj zapletenih gibalnih nalog. Koordinacija gibanja je od vseh sposobnosti najbolj značilna za človeka. Osnovne značilnosti koordiniranega gibanja so: pravilnost, pravočasnost, racionalnost, izvirnost, stabilnost" (Videmšek, Berdajs & Karpljuk, 2003).

Za otroke so najprimernejše naravne oblike gibanj z raznolikimi elementarnimi igricami, različnimi poligoni, plesnimi igrami, z različnimi športnimi pripomočki in športnimi rekviziti, z izvajanjem dejavnosti ob hkratnem delu zgornjih in spodnjih okončin. Otroku tako ponudimo čim bolj pester izbor gibanj, ki se postopno avtomatizirajo in nato shranijo v gibalnem spominu, ki omogoča nadaljnje lažje pridobivanje novih gibalnih izkušenj.

#### 2.1.6.5 RAVNOTEŽJE

Ravnotežje je sposobnost hitrega oblikovanja kompenzacijskih gibov, ki so potrebni, za vračanje telesa v ravnotežni položaj, kadar je le-ta porušen (Pistotnik, 1999).

Ravnotežje je sposobnost ohranjanja stabilnega položaja in hitrega oblikovanja kompenzacijskih gibov (Videmšek, 2002).

Ravnotežje je pomembno, če hočemo izvajati hitre gibe ali hitre spremembe smeri ali pa zaustavitve po rotacijskih gibanjih. To je predvsem v športni gimnastiki, umetnostnem drsanju, plesu itd. Ravnotežje lahko testiramo z laboratorijskimi testi ali pa motoričnimi testi. Primerna vadba za otroke so lahko različni poligoni, hoja po črti, stoja na eni nogi, skakanje

po eni nogi, hoja po ozki gredi, obračanje na ozki gredi itd., kjer so posamezne naloge ravnotežja.

#### 2.1.6.4 PRECIZNOST

"Preciznost je sposobnost za natančno določitev smeri in sile pri usmeritvi telesa, proti želenemu cilju v prostoru. Pomembna je pri gibalnih akcijah, kjer se zadeva cilj (tarča) ali pa tam, kjer je potrebno izvesti gibanje po natančno določeni tirnici" (Pistotnik,1999).

Preciznost je pomembna pri določenih športih kot so karate, boks, hokej, košarka, sabljanje, alpsko smučanje itd. Razvitost preciznosti se meri z motoričnimi testi kot so strel na gol, zadevanje tarče z dolgo palico. Preciznost s starostjo upada, vendar se jo da s treniranjem l dvigniti na višjo raven.

Za otoke so vaje preciznosti dokaj nezanimive, kajti prehitro jim pade motivacija. Zato jim moramo dajati lahke naloge, ki bodo za njih lahko dosegljive, da bodo pri izvajanju nalog uspešni.

## 2.2 VPLIV STARŠEV NA VKLJUČITEV OTROK V ŠPORTNO VADBO

Starši so tisti, ki otroka vpeljejo v določeno športno vadbo oziroma športno panogo in mu tako nudijo možnosti za športno udejstvovanje. Vzgojitelji, športni pedagogi in trenerji pa so tisti, ki zagotavljajo pogoje vadbe in treninga ter z znanjem in izkušnjami prispevajo k razvijanju veščin, določenih psihomotoričnih spretnosti, odkrivajo potenciale ipd. Starši morajo ne samo moralno podpirati svojega otroka pri aktivnem športnem udejstvovanju, ampak ga podpirati tudi finančno, kdaj žrtvovati tudi svoje interese, mu zagotoviti ugodje in varnost v kritičnih trenutkih, čustveno oporo. S tem otroku pokažejo, kako visoko cenijo njegovo udejstvovanje in športne spretnosti in mu tako dvigujejo samozavest in motivacijo za nadaljevanje s športno vadbo.

## 2.2.1 POLOŽAJ OTROKA V DRUŽINI

Vloga staršev je, da omogočijo otroku dostop do sveta. Želja po učenju se z leti veča in razvija. Odrasli imajo znanje in izkušnje, ki jih lahko delijo z njimi kakorkoli in ko jih potrebuje. Starši morajo biti pozorni, da vidijo kaj se otrok trenutno uči. Znati mu morajo nuditi primerno pomoč ali pa ostati ob strani in se ne vmešavati, če jih ne potrebuje.

V prvih letih življenja znotraj družine se zastavijo mnoge osebne poteze, zastavi se razvoj osnovnih spretnosti in zbiranje znanj o najpomembnejših življenjskih dejstvih in spoznanjih. Prvo raziskovanje in samostojna spoznanja določata starša. Tako otrok razvija čustve in socialne izkušnje. "Od družine so odvisne prve posameznikove vrednostne ocene sebe kot samostojnega človeškega bitja in prve predstave o vrednotah sploh. Zato ga izkušnje, tako odvisne od družine, v kateri je odraščal, odločilno usmerjajo in določajo njegove motive še takrat, ko v bivanjskem smislu od nje ni več odvisen" (Tomori, 1994, v Pezelj, 1997).

Torej lahko rečemo, da družina ni pomembna za otroka le v njegovem razvojnem obdobju. Svojo družino nosi v sebi vsakdo ne glede na starost, obdobje zrelosti ali življenjske razmere. V njem ostaja v obliki sporočil, ki jih je dobival o sebi in o svetu tudi v obdobju, ki je že davno minilo. Po teh sporočilih uravnava svoje življenje – ob izkušnjah, ki jih zbira in ki ga oblikujejo – tudi zunaj družinskega sveta. To, kar je v človeku za vedno zastavilo vse, kar se je dogajalo v družini v času njegovega otroštva in rane mladosti, je v njem tako trdno zasidrano prav zato, ker je bil od družine popolnoma odvisen takrat, ko je bil za vse najbolj sprejemljiv (Tomori, 2005, v Pezelj, 1997).

Starši in nasploh odrasli smo zato zelo odgovorni, kajti »prelivamo« sami sebe v svoje otroke in v njih živimo dalje (Trstenjak, 1991, v Pezelj, 1997). Strokovnjaki opozarjajo na velik pomen zgodnjih doživetij v otroški dobi med drugim tudi seznanjanja z gibalnimi dejavnostmi za vse nadaljnje življenje. Glavni vpliv, s katerim starši vplivajo in oblikujejo svoje otroke je njihovo vsakdanje ravnanje in govorjenje. "Izkušnje in vrednote se tako prenašajo iz generacije v generacijo. V okviru teh vrednot in z načrtovanim odnosom se lahko oblikuje tudi odnos do redne športne aktivnosti. V krogu družine dobijo otroci prve informacije o prednostih, koristnostih, predvsem pa o vseh prijetnostih, ki jih gibalna dejavnost ponuja in nudi. Čedalje več staršev se zaveda, da je šport lahko pomemben dejavnik pri uspešni vzgoji

otrok, ob primernem sodelovanju vseh družinskih članov pa pomaga povezovati in sooblikovati življenjski slog vse družine" (Zore, 1995, v Pezelj, 1997).

## 2.2.2 RAZVOJ OTROKA V DRUŽINI

Otrok je odvisen od odraslih, kajti sam nima moči in ne more se potegovati zase. "In če so ti odrasli v slabem položaju, je takšna usoda njihovih otrok- vsaj v otroštvu, običajno pa še naprej, saj imajo neustrezne družinske razmere daljnosežne posledice" (Tušak, Tušak in Tušak, 2003).

Otrok gre v razvoju skozi številne faze, ki vplivajo na njegov razvoj pozitivno ali pa celo negativno. Vse to lahko na otroka vpliva tako, da pusti sledove v njegovi osebnostni strukturi. Ko se otrok rodi, potrebuje veliko nege in varnosti. V obdobju od rojstva do starosti dveh mesecev je otrok v fazi avtizma, kjer še ni sposoben kontakta navzven.

Ko je otrok star približno dva meseca, vzpostavi prvi kontakt navzven in začne se obdobje simbioze. Ustrezna simbioza je nujen pogoj za otrokov nadaljnji razvoj, saj le uspešno izpeljana simbioza otroku omogoči, da razvije sposobnosti ljubezni. Starši, predvsem mati nagonsko zaznava njegove potrebe in se tako rekoč uglasijo z otrokom.

Po 5.-6. mesecih se bi za otroka morala mati pokazati kot nekaj ločenega in drugačnega. Do tega pride le, če je bila simbioza uspešno izpeljana. Lahko se zgodi, da je bila mati v svojem otroštvu hudo nesrečna in se sedaj ne zmore in noče spominjati svojega otroštva. Taka mati ostaja hladna in njen otrok dobiva premalo podpore, ljubezni in varnosti.

Naslednja naloga, ki čaka otroka je vzpostavitev konstantnosti objekta- torej zmožnost prepoznati mamo kot celovit objekt, ki obstaja tudi, kadar je ni videti in jo imaš rad ne glede na to, kako zadovoljuje tvoje potrebe. Začenja razumeti, da je mati tista dobra, pa tudi tista, ki mu povzroča bolečine. V tem času mora otrok uskladiti mnogo nasprotujočih si čustev. Spozna, da je ločen od matere in da se bo moral od nje še bolj ločiti.

Pri 9. mesecih se začne plaziti okoli, stalno pa se vrača k materi po čustveno oporo. Začne se učiti, kako poskrbeti zase. Mati, ki je negotova in ne bo dopustila, da se otrok osamosvoji bo

otroku otežila premagovati tesnobe, prehajati na višje razvojne stopnje. Otrok se bo vedno bal novega in ves čas bo nezaupljiv.

V starosti od 2 in pol let naprej začne otrok preizkušati svojo voljo. Ugotavlja kaj zmore in česa ne in pri tem doživlja silovite izbruhe jeze in besa. To je obdobje, ko se mora naučiti spopadati z ovirami in krotiti svoje izbruhe. Mora se naučiti upoštevati družinska pravila-naučiti se mora discipline. Starši imajo v tem obdobju težko nalogo, in sicer, kako otroku postaviti trdne meje, hkrati pa mu pustiti da se razvija v ustvarjalno in samostojno osebnost.

V tem obdobju je pomembna vloga očeta, saj si ta po simboličnem obdobju matere in otroka zdaj prvič pridobi partnerico zase. to pomaga tudi otroku pri njegovem osamosvajanju. Oče je tisti, ki postavlja zahteve in ga vključuje v zunanji svet.

Posameznik, ki te naloge glede discipline ni opravil, nikoli ne bo sposoben sodelovanja, saj se ni naučil delati v skupini, skupine se boji, ker bi ga utegnila postaviti na pravo mesto in mu tako oklestila njegov ego. Tak človek je prepričan, da je nekaj posebnega, in se stalno obdaja z ljudmi, ki mu ne bodo rekli ničesar takega, kar mu ne bi bilo po godu.

Otrok mora v tej fazi doživeti poraz, ki pa mora biti dobrohoten in ljubeč. Otrok spozna, da če staršev ne more razdružiti, se jim vsaj lahko pridruži, zato želi sinček postati čim bolj podoben očku, hčerka pa mamic. Če si partnerja v tem obdobju nista dovolj blizu, potem otrok dobi možnost, da z enim od partnerjem vzpostavi večjo bližino.

Nato nastopi obdobje mlajšega šolarja. V tem obdobju se spolno dozorevanje umakne, v ospredju pa je učenje specifičnih spretnosti in sposobnosti, ki jih šola oz družba od otroka zahtevata. V tem obdobju se je otrok pripravljen učiti. Pomembna vloga staršev in učiteljev je v njihovi pomoči pri učenju raznih spretnosti, v navajanju na tekmovanje s samim seboj. Otroci, ki imajo visoko samospoštovanje navadno prihajajo iz družin, kjer imajo starši pozitivno samopodobo. Taki starši spodbujajo otroke k lastnem mnenju in lastnim pobudam. Sledita fazi pubertete in adolescence. To je obdobje, kjer se otrok pripravlja na samostojnejše življenje, spolno dozoreva in se osamosvaja. V tem obdobju mladostnik zavestno ali nezavestno sprejme partnerski obrazec staršev, ki mu bo kasneje služil kot vzor, ko bo sam izbiral partnerja.

### 2.2.3 NALOGE IN FUNKCIJE DRUŽINE

"Otrok potrebuje nego, toploto, nežnost, dotik. Mati mu pomeni prvi izvir ljubezni in varnosti. Ta odnos, ki se prične s povezanostjo med materjo in otrokom, pomeni osnovo procesa identifikacije. Za uspešen proces identifikacije je potrebna čustvena bližina s starši" (Tušak, Marinšek in Tušak, 2009).

Družina nam daje možnost učenja, razvoja, zaupanja vase, čustvene odnose, varnost, bližino, možnost ustvarjanja pozitivne samopodobe, komunikacijske spretnosti, način premagovanja stresa, možnost odločanja, odzivanje na osebnostni razvoj in občutek pripadnosti skupini.

Družina nastopa kot naravna primarna skupina. Nenadomestljiva je za človekovo socializacijo, njegovo čustvenost in za vrednostni sistem. Funkcije družine ne more nadomestiti nobena druga institucija. Tomorijeva (1994) meni, da se posamezni vpliv družine na otrokov duševni razvoj prepletajo, povezujejo, seštevajo, se spodbujajo ali ovirajo med seboj. "Družina najbolj pomembno vpliva na naslednja področja duševnega zdravja pri otroku: samopodobo in samospoštovanje, čustvene navezave, gradnjo pomembnih odnosov, socializacijo in komunikacijo, odnos do drugih in do sveta, spretnosti in sposobnosti, ustvarjalnost, sposobnost opredelitve, odločanje sprejemanje odgovornosti, izbiranje ciljev, obvladovanje stresov in reševanje problemov ter gradnjo vrednostnega sistema" (Tušak, Marinšek in Tušak, 2009).

Z razvojnega vidika so po Lidzu (1968, v Tušak, Tušak in Tušak 2003) za otroka pomembne štiri naloge, ki jih mora izpolniti družina:

-**Vzgojno nalogo** družina uresničuje s skrbjo za otroka vsa leta zorenja. Sem štejemo skrb za otroka od takrat, ko je še dojenček, in pomoč mladostniku, ki išče svojo pot v samostojnost.

-**Dinamično nalogo** družina opravlja s tem, da poskrbi za dalj časa trajajoče čustvene odnose med člani družine.

-**Socializacijsko nalogo** pa izpopolnjuje družina s tem, da prenaša otroku ustrezne socialne vloge otroka, moškega, ženske, staršev... tako prenaša na otroka družbene norme, pravila in vrednote. To omogoča otroku jasnost in uspešnost v socialnih vlogah.

-**Kulturno vlogo** družina uresničuje s tem, da podaja otroku najpomembnejše orodje kulture, besedni in pojmovni zaklad. Otrok si mora v družini pridobiti čim večje bogastvo in jasnost pojmov.

Otroci, iz družin, ki ne opravljajo zgoraj naštetih družinskih funkcij, so negotovi, brez občutka o lastni vrednosti. Taki otroci odraščajo v družini, kjer je komunikacija zastrta, kjer ni pravil in kjer se napake kaznujejo. Za samospoštovanje je najslabše, kadar starši otroke sramotijo, ponižujejo, prikrajšajo ali kaznujejo zaradi neprimerne vedenja.

Pravila morajo biti prilagodljiva in človeška. Ustrezati morajo trenutnim potrebam in položaju. V nefunkcionalni družini pravila ne dopuščajo svobode izražanja.

Satirjeva (1995) meni, da ima vsakdo pravilo, ki prepoveduje članom družine pogovor o tem, kar se dogaja ali kar se je zgodilo. Družina, v kateri veljajo pravila, ki vsakomur dovoljujejo govoriti o čemerkoli, pa naj bo to boleče, smešno ali povzroča občutek krivde, ima najboljše možnosti za to, da postane uspešna družina.

Mnogi avtorji so ugotovili, da je družina pri oblikovanju otrokove osebnosti področje na katerega moramo dati veliko pozornost, če iščemo nastanek vedenjskih težav pri otroku. Kjer se v družini pojavijo žalitve, poniževanja, kaznovanja in zavrnitve, tam se otrok ne bo čutil sprejetega, saj ni deležen nobenih spodbud. Tudi njegovo zaupanje vase in v druge ljudi je omajano.

Vedeti moramo, da starševstvo tvori niz interakcij med starši in otrokom. Odrasli morajo predstavljati spodbudo za otroka, vendar je tudi otrok spodbuda za starše. Otrok se med razvojem spreminja, spreminjati pa se morajo tudi starši. Vsi ti prehodi iz ene razvojne faze v drugo, morajo biti izziv za starše in za otroka.

#### 2.2.4 DRUŽINA IN VKLJUČEVANJE OTROKA V ŠPORT

Vse več beremo in poslušamo o tem, kako je šport vse bolj pomemben dejavnik, s katerim vplivamo na naše zdravje in športno počutje. Pomen športnega udejstvovanja za telesno in duševno zdravje potrjujejo tudi številne raziskave. Že dolgo je znano, da vsakodnevna aktivnost pripomore k boljši kvaliteti življenja in k boljšemu splošnemu počutju.

Če gledamo na šport otrok, mislimo na osnovni motorični razvoj, s katerim poskušamo vplivati na otroka že od rojstva naprej. Takoj, ko se otrok rodi, se začne vpliv okolice na



njega. Otrok se razvija po določenih vzorcih. Če je okolje v katerem otrok odrasča, naravnano v prid športa in telesne aktivnosti, potem je otrok na dobri poti, da si ustvari pozitivne vzorce, ki bodo kasneje vplivali na njegov razvoj in življenje.

Kdo je torej glavni "krivec", da posameznik začne gojiti šport kot sestavni del življenja in kot sredstvo ki motivira in osrečuje? Ključno vlogo imajo starši. Družina je primarna skupina, ki od začetka združuje starše in otroke. Torej, če bodo imeli že starši pozitiven odnos do športa, se pravi, če bodo živeli kvalitetno v smislu športnega udejstvovanja, bodo tudi otroci prevzeli te navade. Drugi dejavnik za vključevanje otrok v športne aktivnosti je tudi izobrazbena struktura staršev. Pove nam, kakšno mnenje imajo starši o športni aktivnosti. Višja izobrazba navadno pomeni boljše mnenje. Tretji dejavnik pa je okolje. Če so okolja različna, nudijo družinam drugačne možnosti za ukvarjanje s športom. Na športno aktivnost vpliva tudi izbira vadbenih prostorov, opreme in programov. (Coakley, 1987, v Tušak, Tušak in Tušak, 2003) je poudaril, da so pristop do opreme in prostorov ter priložnosti za sodelovanje pomembni faktorji pri športni socializaciji. Razlike se pojavijo tudi glede na to, ali družina živi v mestu ali na vasi, stanujejo v bloku ali hiši (Kropej, 2001, v Tušak, Tušak in Tušak, 2003). Tiste družine, ki živijo v mestih, imajo več ponudbe glede športnih aktivnosti.

Kot smo že povedali, je igra nujen dejavnik za zdrav razvoj otroka. Igra se najprej pojavi v družini. Iz igre se potem razvije športna aktivnost. Šport najprej predstavlja neko obliko igre, ki ima svoja pravila, vendar je to še vedno aktivnost zaradi užitka. Kasneje pa prerase v dejavnost, delo, ki se ne odvija samo v prostem času in za zabavo, ampak zahteva več časa in dela. Zahteva polni delovni čas otroka-športnika in velikokrat tudi njegovih staršev.

Trend razvoja športa gre v smeri, ki ne dopušča, da bi starše lahko izločili iz sistema celotne športnikove podpore. Pomena družine in staršev v športnikovem življenju torej ne smemo podcenjevati, ravno nasprotno, le-ti imajo v življenju športnika najpomembnejši vpliv, pa čeprav so tisti člen celostnega sistema, ki je od igrišča najbolj oddaljen. Lahko zapišemo, da se pozitivna vloga staršev v športu pravzaprav nanaša na starševsko podporo in spodbudo, pri čemer morata obe prihajati v zmerni oziroma primerni količini. Seveda primerna spodbuda in podpora, ki prihaja iz strani staršev, pomembno vpliva na raven otrokovega zadovoljstva, zvišuje samozavest, sposobnost zaupanja vase, pripomore k oblikovanju ustreznega občutka sprejetosti in lastne vrednosti, skratka otrokom daje potreben občutek varnosti in stabilnosti,

kar prav gotovo vpliva na ustvarjanje poglobljenih in posebnih vez med starši in njihovimi otroki (Tušak, Tušak in Tušak, 2009).

Družina je torej tisti najpomembnejši člen, ki ima pri gibalnem razvoju otroka zelo pomembno vlogo. Veliko staršev išče izgovore, da zanemarjajo otrokovo gibalno aktivnost. Ti razlogi so lahko v pomanjkanju prostega časa, neznanju, ker se sami ne ukvarjajo s športom ali pa primanjkuje finančnih sredstev. Nekateri imajo za izgovor svoje neznanje, in tako se jim ni treba ukvarjati z otroki. So tudi starši, ki iščejo argumente proti športni aktivnosti. Na srečo pa je vse večja ozaveščenost staršev o tem, kako je športa aktivnost pomembna za otroka. Vse večja je ponudba športnih aktivnosti v prostem času, zelo pripomorejo tudi vrtci, šole, mediji itd.

Redna vadba je ključnega pomena, da se otrok pridobi navade. "Otrokovi genetski potenciali se lahko razvijejo le ob primernem številu dražljajev. V prvih letih življenja otrok dojema svet "telesno" in ne razumsko, zato je za njegov celovit razvoj pomembno, da je pri tem primerno vzpodbujan in voden, ne pa zanemarjen in oviran. Včasih starši zaradi pretiranega strahu pred poškodbami ali zgolj nečistočo ne dovolijo otrokom določenih aktivnosti in s tem naredijo več škode kot koristi" (Tušak, Tušak in Tušak, 2009).

Gibalna dejavnost ima posebno mesto tudi v kurikulumu za vrtce, kjer so prepoznavna tako temeljna načela in cilji predšolske vzgoje, kot tudi spoznanja, da otrok dojema in razume svet celostno, da se razvija in uči v aktivni povezavi s svojim socialnim in fizičnim okoljem, da v vrtcu v interakciji z vrstniki in odraslimi razvija lastno družbenost in individualnost (Kurikulum za vrtce, 1999).

Kurikulum upošteva in daje velik pomen povezovanju različnih področij dejavnosti v vrtcu (gibanje, jezik, narava, družba itd.) ob soupoštevanju razvojne stopnje otrok ter individualnosti. Vloga odraslega je nekoliko spremenjena, saj otroka aktivno spodbuja k iskanju lastnih poti pri reševanju gibalnih problemov in ne le vodi in demonstrira. Poudarek je tudi na medsebojnem sodelovanju staršev in okolja z vrtci.

Globalni cilji za področje dejavnosti »GIBANJE«, ki so opredeljeni v Kurikulumu za vrtce (1999), so naslednji:

- omogočanje in spodbujanje gibalne dejavnosti otrok,

- zavedanje lastnega telesa in doživljanje ugodja v gibanju,
- omogočanje otrokom, da spoznajo svoje gibalne sposobnosti,
- razvijanje gibalnih sposobnosti,
- pridobivanje zaupanja v svoje telo in gibalne sposobnosti,
- osvajanje osnovnih gibalnih konceptov,
- postopno spoznavanje in osvajanje osnovnih prvin različnih športnih zvrsti,
- spoznavanje pomena sodelovanja ter spoštovanja in upoštevanja različnosti.

Operativni cilji predšolske športne vzgoje za področje dejavnosti »GIBANJE« (Kurikulum za vrtce, 1999) so razdeljeni v tri sklope:

a. Z vidika razvoja gibalnih sposobnosti:

- razvijanje koordinacije oziroma skladnosti gibanja (koordinacija gibanja celega telesa, rok in nog), ravnotežja,
- povezovanje gibanja z elementi časa, ritma in prostora,
- razvijanje prstne spretnosti oziroma t. i. fine motorike,
- razvijanje moči, natančnosti, hitrosti in gibljivosti, vzdržljivosti.

b. Z vidika osvajanja različnih znanj:

- sproščeno izvajanje naravnih oblik gibanja (hoja, tek, skoki, poskoki, valjanje, plezanje, plazenje itd.),
- osvajanje osnovnih gibalnih konceptov: zavest prostora (kje se telo giblje), načina (kako se telo giblje), spoznavanje različnih položajev in odnosov med deli lastnega telesa, med predmeti in ljudmi, med ljudmi,
- spoznavanje in izvajanje različnih elementarnih gibalnih iger,
- osvajanje osnovnih načinov gibanja z žogo,
- iskanje lastne poti pri reševanju gibalnih problemov,
- sproščeno gibanje v vodi in osvajanje osnovnih elementov plavanja,
- pridobivanje spretnosti vožnje s kolesom, spretnosti kotalkanja itd.,
- spoznavanje zimskih dejavnosti,
- osvajanje osnovnih prvin ljudskih rajalnih in drugih plesnih iger.

c. Čustveno-socialni cilji:

- uvajanje otrok v igre, kjer je treba upoštevati pravila,

- spoznavanje pomena sodelovanja v igralni skupini, medsebojne pomoči in »športnega obnašanja«,
- spoznavanje različnih športnih orodij in pripomočkov, njihovo poimenovanje in uporaba,
- spoznavanje osnovnih načel osebne higiene,
- spoznavanje oblačil in obutve, primerne za gibalne dejavnosti,
- spoznavanje elementarnih iger in športnih zvrsti, značilnih za naša in druga kulturna okolja v sedanjosti in preteklosti,
- spoznavanje vloge narave in čistega okolja v povezavi z gibanjem v naravi,
- spoznavanje osnovnih varnostnih ukrepov, ki so potrebni pri izvajanju gibalnih dejavnosti, in zavest o skrbi za lastno varnost in varnost drugih.

Nikoli ne smemo pozabiti, da je treba otroke spodbujati, opogumljati in usmerjati. Tako dečke kot deklice moramo spodbujati, da se vključujejo v dejavnosti. Otrok mora verjeti vase, tako pridobiva na samozavesti. Vedno jih moramo pripraviti da pripravljajo in pospravljajo igrala in pripomočke, da se naučijo pravilnega ravnanja z le-temi.

### 3. MOTIVACIJA

V nalogi so nas zanimali tudi motivi staršev za vključitev otrok v športne dejavnosti. Za razumevanje te problematike je nujno poznavanje motiva in motivacije nasploh.

"Motivacija v najširšem smislu predstavlja usmerjeno in dinamično komponento vedenja, ki je značilna za vse živalske organizme od najpreprostejših enoceličnih ameb do človeka. Vključuje spodbujanje aktivnosti in njeno usmerjanje" (Tušak, 2003).

Vemo, da je precej motivov vrojenih, nekateri pa so pridobljeni iz procesov socializacije. Res pa je tudi, da v vsakem trenutku na nas deluje zelo veliko motivov, vendar to na kakšen način bodo delovali pa je odvisno od povezav med temi motivi. Tušak (1991) je napisal, da lahko definiramo motivacijo kot tisto univerzalno in večdimenzionalno silo oz. tandenco sil, ki daje energijo, usmerja in vodi človekovo aktivnost, po drugi strani pa pravzaprav omogoča, da se človekova znanja, sposobnosti in spretnosti sploh lahko udejanjijo v neki akciji na poti do želenega oz. atraktivnega cilja.

Obnašanje ljudi je spodbujeno, motivirano na eni strani z različnimi potrebami, motivi (motivacija potiskanja), hkrati pa je usmerjeno k določenim ciljem (motivacija privlačnosti). Prvine tako ene kot druge motivacije so med seboj povezane. Ko se pojavi potreba, se pojavi tudi želja po njeni uresničitvi in obratno. Nekaj postane cilj šele takrat, ko deluje neka potreba. Motivirano obnašanje je torej vedenje zaradi uresničevanja motivov oziroma doseganja ciljev (Šinko, 2000).

Značilnosti motiviranega vedenja (Lamovec, 1986, v Možina, 2000):

- Vedenje je orientirano k ciljem.
- Napetost popušča, kadar je cilj dosežen.
- Kaznovanje odvrača od nezaželene akcije.
- Vedenje kaže raznolikost in iznajdljivost v problemski situaciji.
- Obnašanje je konstruktivno.
- Vedenje kaže na to, da pri odločitvi niso bile upoštevane posledice.
- Učenje napreduje in vodi k razvoju in zrelosti.
- Povečana mobilizacija energije (pojem gona, aktivacije, libida).
- Vztrajnost, intenzivnost in učinkovitost vedenja.

- Usmerjenost k cilju (pojem motiva), ki zajema različne ravni: od nezavednih teženj do zavestnih prizadevanj.
- Motivirano vedenje se spreminja pod vplivom njegovih posledic. V nekaterih primerih ga zadovoljitev začasno zavre, v drugih ga še ojača. To se lahko zgodi neposredno, npr. z zadovoljitvijo fiziološke potrebe, ali pa posredno, s spremembo pričakovanja.

### **3.1 DELITEV MOTIVOV**

Nekateri raziskovalci so poskušali najti izvorne motive, ki bi morali biti splošni in moralo bi jih biti čim manj. "Raziskovalci si postavljajo vprašanje, ali so glavna gibalna nagoni in potrebe, ki nas »potiskajo« v dejavnost in vedenje, ali gre za cilje, ideale in vrednote, ki nas »vlečejo«, usmerjajo in spodbujajo"(Tušak, 2003). V nas so nekateri motivi pridobljeni, so v nas samih. Te imenujemo instinkt. Ostali pa si pridobimo in so dosti bolj zapleteni, saj se razvijajo glede na to v kakšnem okolju živimo. Ti so največkrat kar priučeni in pridobljeni (vrednote, interesi, orientacija, stališča). Njihov vpliv na človekovo osebnost je veliko težje določljiv, njegovo vedenje pa precej manj predvidljivo. "Tudi vrojeni motivi so socializirani. Motivi so si med seboj tudi v določenem odnosu. Izkušnje kažejo, da v dani situaciji določen konkreten motiv prevlada nad drugim" (Tušak, 2003).

Zaradi raznolikosti motivov, ki vplivajo na vedenje ljudi, jih je Lipičnik (1998) razdelil glede na njihovo vlogo v življenju ljudi (primarni, sekundarni), glede na nastanek (podedovani, pridobljeni) ter razširjenost med ljudmi (univerzalni, regionalni, individualni). Dobil je tri glavne silnice, ki usmerjajo človekovo aktivnost: primarne biološke potrebe, primarne socialne potrebe in sekundarne motive.

Primarne biološke potrebe se nanašajo na biološko zgradbo. Določene so z rojstvom, zato ni možno vplivati na njihov nastanek. Sočasno so univerzalne, kar pomeni, da so značilne za vse ljudi (potreba po vodi, hrani, spolnosti itd.). Primarne socialne potrebe so, za razliko od bioloških, večinoma pridobljene iz okolja, v katerem živimo in odraščamo. Med seboj se tako razlikujejo glede na razširjenost. Nekatero od teh potreb so potreba po družbi, potreba po spremembi, potreba po pripadnosti, biti sprejet. V kolikor se človek ne nauči vzpostavljati in

ohranjati stike z drugimi ljudmi, ima lahko to pogubne posledice na njegov normalen razvoj. Zato je tako za primarne biološke kot socialne potrebe značilno, da v kolikor jih ne zadovoljujemo, ogrožamo lastno preživetje v družbi (Lipičnik, 1998). Pri sekundarnih motivih gre za interese, stališča in navade ljudi, za katere je značilno, da so individualni, pridobljeni in se nanašajo na socialni del človekovega življenja. Katere motive se bo človek naučil, je v veliki meri odvisno od okolja v katerem živi. Medtem ko se v prejšnjem delu sveta ljudje še vedno borijo za svoj kruh, je v zahodnem svetu zadovoljevanje primarnih motivov postalo bolj ali manj samoumevno (Lipičnik, 1998).

V kompleksnih in razvitih družbah so vse bolj pomembni sekundarni motivi, ki so: moč, uveljavitev, pripadnost, varnost, status. Za te so značilne naslednje potrebe (Yukl, v Treven, 1998):

- **Motiv moči** – kar pomeni vplivati na ljudi, da spremenijo svoje vedenje; nadzorovati ljudi in dejavnosti; imeti avtoriteto nad drugimi; pridobiti nadzor nad informacijami in viri; premagovati nasprotnike ali sovražnike.

- **Motiv uveljavitve** – kar pomeni delati boljše kot konkurenti; dosegati ali presehati zahtevne cilje; reševati kompleksne probleme; uspešno opravljati naloge; razvijati boljše načine za izvedbo del.

- **Motiv pripadnosti** – kar pomeni biti v dobrih odnosih z ljudmi; delati s prijaznimi in družabnimi sodelavci; biti sprejet kot član skupine ali tima; izogibati se konfliktom; sodelovati v prijetnih družbenih dejavnostih.

- **Motiv varnosti** – kar pomeni imeti zanesljivo službo; biti zavarovan pred izgubo plače ali ekonomsko nesrečo; imeti zavarovanje pred boleznijo ali delovno nezmožnostjo; biti zaščiten pred telesnimi poškodbami ali zdravju škodljivimi delovnimi razmerami; izogibati se tveganim odločitvam in nalogam.

- **Motiv statusa** – kar pomeni imeti pravo znamko avtomobila in nositi prava oblačila; imeti pravo službo v pravem podjetju; živeti v pravem predelu mesta in pripadati pravemu klubu; imeti diplomo prave univerze; imeti posebne pravice in ugodnosti vodilnih delavcev.

### **3.2 MOTIVACIJA ODRASLIH ZA UDELEŽBO V ŠPORTU**

Študija o motivih, ki vodijo odrasle v športno dejavnost, je bila del raziskave »Telesna aktivnost odraslih v Republiki Sloveniji« iz leta 1997. Med najpomembnejše motive za udejstvovanje v športu so anketirani postavili: dobro počutje in zdravje; telesne in delovne sposobnosti; zabava, druženje in sprostitev; radost in telesna aktivnost; tekmovanje in rivalstvo; zadovoljstvo in telesni napor; športna postava (videz) ter navade in življenjski stil prijateljev (Petkovšek in Ambrožič, 1999).

Vsakodnevna aktivnost veliko prispeva k zdravju in dobrem telesnem počutju, boljšem psihičnem zdravju ter povečuje se samovrednotenje. Morda celo zmanjšujejo smrtnost, zato moramo povečati udeležbo na vsakodnevni aktivnostih. Lahko tudi rečemo, da so zdravstveni razlogi nekje na prvem mestu, za začetek športnega udejstvovanja. Ljudje se po aktivnostih počutijo bolje in so zadovoljni. Zadovoljstvo pa je lahko tudi neke vrste motivacija. To je predvsem takrat, ko je človek v športno aktivnost vključen zgolj zaradi užitka.

Raziskavo na to temo je izvedel tudi Sila (1999). Anketirani so med deset najpomembnejših motivov za športno aktivnost uvrstili: veselje in zabava; zdravje; dobro počutje; telesna sprostitev; pozabiti na težave in obveznosti; druženje s prijatelji; lepša postava; lepota gibanja in kreativnost; biti močnejši; atraktivnost, negotovost in vznemirjenje. Pojavile pa so se tudi razlike v motivih glede na starost in spol. Mlajšim od 25 let je zelo pomembno uživanje v športu, starejši od 25 let so ta motiv postavili na tretje mesto. Najpomembnejša sta za njih telesna sprostitev in zdravje. Velika je razlika pri motivih, povezanih z mišicami, močjo in adrenalinom, ki jih v ospredje postavljajo moški, medtem ko sta ženskam bolj pomembni vitkost in lepa postava.

### **3.3 MOTIVACIJA OTROK ZA UDELEŽBO V ŠPORTU**

Otroci se udejavljajo v športu zaradi pozitivnih čustvenih odgovorov, ki vključujejo veselje, zabavo, srečo in lepoto. Zadovoljstvo in uživanje se kaže predvsem v tekmovanju, razvoju osebnih sposobnosti in spretnosti, prijateljstvu, preizkušanju samega sebe v doseganju



idealov, prestižu ter slavi in pa čustveni sprostitvi. Zelo pomembno je, da otroci pred in po tekmovanju čutijo zadovoljstvo. To je otroku motiv, da vztraja pri nekem športu. Mnoga spoznanja iz preteklosti kažejo, da je za mlajše športnike bolj pomembna notranja motivacija, ki uvaja nagrade na tekmovanjih. Pri motivaciji otrok se seveda kažejo razlike v spolu in kulturi

"Različne študije kažejo, da obstajajo razlike med spoloma v pogostosti športne dejavnosti in motivih za ukvarjanje s športom. Dekleta so manj gibalno dejavna od fantov, pogostost športne dejavnosti pa upada s starostjo. Današnji čas ponuja mladim obilo možnosti zabave, zato je zanimivo, kako se spreminja motivacija mladih za športno dejavnost v daljšem časovnem obdobju" (Jurak, Kovač in Strel, 2007).

Že najmlajši otroci so prevzeli motivacijsko klimo, kjer je poudarjena tekmovalnost in zmagovanje. Vsi se sprašujemo ali so se otroci sposobni uspešno soočiti s problemi športa (npr. neuspeh..), kajti mnogo mladih športnikov se zaradi ugotovitve, da so neprespektivni v športu odloči za prenehanje ukvarjanja s športom.

V raziskavi je Gill (1983) s sodelavci sestavil vprašalnik motivacije za udeležbo v športu. S faktorsko analizo odgovorov so identificirali 8 generalnih faktorjev za udeležbo v športu:

- storilnostna motivacija oz. težnja po dosežkih
- skupinski duh
- rekreacijsko usmerjeni motiv
- sprostitvev napetosti
- razvoj sposobnosti
- prijateljstvo
- zabava
- razni drugi motivi.

Dan danes vsi vemo, da je uspeh športnika v veliki meri odvisen od motivacije. Zelo pomembni so tudi motivi moštvenega duha, kajti dobri športniki uživajo v skupinskem delu, slabi pa se bojijo neuspeha, ponižanja in zadrege. V eni izmed raziskav je bilo napisano, da dajejo športniki večjo pozornost motivom zabave, razburljivosti in akcije, raje tekmujejo in delajo nekaj v čemer so dobri. Predvsem mladim športnikom pa je pomembnejša tako imenovana intrinzična motivacija (izboljšanje sposobnosti) kot ekstrinzična motivacija (biti s

prijatelji, biti popularen). Zato večkrat najdemo razloge za izboljšanje spretnosti oz znanja ter želje po tekmovanju kot pa ostale zunanje motivacije.

### **Problem naloge**

Naš glavni cilj je ugotoviti, ali starši vplivajo na vključitev otrok v športno vadbo (ali so otroci športno aktivnih staršev tudi sami športno aktivni in obratno). Želimo izvedeti ali so naši anketiranci športno aktivni ali ne in kakšno mnenje imajo starši o vplivu gibalnih aktivnosti na otroka v današnjem času ko je že tako malo časa. Vendar pa je vseeno pomembno, da se zavedajo, kako sta gibanje in šport eden od pomembnejših dejavnikov otrokovega razvoja. Želimo izvedeti še kateri so motivi zaradi katerih starši vpisujejo otroke v športno vadbo in ali se ti motivi razlikujejo med očeti in materami. Glede na to, da je vsakršno športno udejstvovanje tesno povezano z vrednotami kot so tolerantnost, ekipni duh in fair play, je šport pomembno okolje tudi zato, ker tudi tam potekata vzgoja in izobraževanje. Ravno zato želimo izvedeti zaradi katerih dejavnikov se torej starši odločajo za vpis otroka v športno vadbo. Teorija uči, da so za otroke zelo pomembni dejavniki zabave, razvoja in izpopolnjevanja športnih veščin ter spretnosti, igre in izboljšanja telesne kondicije. Poleg tega se otroci v šport vključijo tudi zaradi socialnega vzdušja v ekipi in želje po izzivih. Želimo da z našo raziskavo dobimo odgovore na vprašanje ali se prej naštetih dejavnikov zavedajo tudi starši otrok in ali so ti dejavniki med pomembnejšimi – ko se sprejema odločitev za vpis otroka v program športne vadbe.

#### **4. CILJI RAZISKAVE**

Glede na predmet in problem raziskave smo postavili naslednje cilje:

1. Ugotoviti športnorekreativne navade staršev.
2. Ugotoviti, kakšen je vpliv staršev pri vključevanju otrok v športno vadbo (ali so otroci športno aktivnih staršev tudi sami športno aktivni in obratno).
3. Ugotoviti, kakšno mnenje imajo starši o vplivu gibalnih aktivnosti na otroka
4. Ugotoviti motive, zaradi katerih starši vpisujejo otroke v športno vadbo in ali se te motivi razlikujejo glede na spol starša.

## **5. METODE DE LA**

### **5.1 VZOREC MERJENCEV**

V vzorec merjencev smo zajeli 100 staršev (60% žensk in 40% moških), katerih otroci obiskujejo vrtec v Kočevju, ne glede na to ali obiskujejo športno vadbo ali ne. Naša ciljna skupina so bili torej starši predšolskih otrok. Otroci so bili iz krajev občine Kočevje. V našo raziskavo je bilo zajetih 48% deklic in 52% dečkov, ki obiskujejo vrtce v Kočevju. Stari so bili od dve do šest let. Izbrani pa so bili naslednji vrtci: Vrtec Ostržek, Kekec in Čebelica.

Anketni vprašalnik je izpolnilo 42 staršev (18 moških in 24 žensk), katerih otroci obiskujejo popoldanske športne dejavnosti, 68 staršev pa je bilo takih, ki svojih otrok še niso vpisali v popoldanske športne dejavnosti. Tisti starši, ki so svoje otroke vpisali v športno vadbo so morali izpolniti dodatna vprašanja.

Povprečna starost staršev je bila  $32,96 \pm 5,113$ , povprečna starost otrok pa  $3,88 \pm 1,066$ . Povprečna starost mater je bila  $31,23 \pm 3,946$ , povprečna starost očetov  $35,55 \pm 5,597$ . Pri starostnih razlikah staršev, ločenih po spolu vidimo, da so bili starši moškega spola nekoliko starejši. Večje razlike pri starosti otrok ločeno po spolu ni, saj so bile deklice povprečno stare  $3,96 \pm 1,091$ , dečki pa  $3,81 \pm 1,049$ . Večina anketiranih staršev ima končano vsaj srednjo šolo in teh je tudi največji odstotek (37%). Visok je tudi odstotek staršev s končano visoko šolo (25%).

### **5.2 VZOREC SPREMENLJIVK**

Vzorec spremenljivk je predstavljal anketni vprašalnik, ki je vseboval 18 spremenljivk. Namenjen je bil staršem, katerih otroci so v vrtcih in so bili v času anketiranja stari dve do šest let. Celoten pregled anketnega vprašalnika je v prilogi.

Vprašalnik zajema sledeče spremenljivke:

- Spol otroka,
- Spol starša,
- Starost starša,
- Starost otroka,

- Izobrazba staršev,
- Pogostost ukvarjanja staršev s športno vadbo,
- Vrste športov, s katerimi se ukvarja eden od staršev glede na priljubljenost.

Pri tej nalogi so morali merjenci obkrožiti šport, s katerim se najpogosteje ukvarjajo,

Navedene športne zvrsti so bile: hoja, tek, planinarjenje, aerobika, joga, plavanje, fitness, kolesarjenje, rolanje, smučanje, ples, odbojka, nogomet in košarka, badminton, tenis. Če njihov najljubši šport ni bil naveden, so ga merjenci dopisali v za to označen prostor.

- Kako se starši najraje športno udeležujejo s svojim otrokom,
- Kako otrok preživlja prosti čas
- Ali otrok obiskuje katero popoldansko športno dejavnost,
- Zanimanje staršev o strokovni usposobljenosti vaditelja,
- Kje in na kakšen način so starši izvedeli za športno vadbo,
- Pobudnik za vključitev otroka v športni program,
- Kaj je staršem na športni vadbi najbolj všeč,
- Kaj je na športni vadbi najbolj všeč otroku,
- Mnenje staršev o vplivu gibalnih aktivnosti na otroka,
- Mnenje o vključevanju predšolskih otrok v vadbo,
- Razlog/motiv vključitve otroka v športno vadbo.

### **5.3 ORGANIZACIJA ZBIRANJA PODATKOV**

Zbiranje podatkov je potekalo v oktobru in novembru leta 2009. Po predhodnem dogovoru z vzgojiteljicami, so bili anketni vprašalniki razdeljeni vsem staršem otrok, ki obiskujejo vrtec.

Navodila za izpolnjevanje so bila napisana na začetku vprašalnika. Starši so vprašalnike odnesli domov, kjer so jih reševali v svojem imenu in imenu njihovih otrok. Čas reševanja ni bil omejen. Nato so otroci ali starši vprašalnike vrnilo vzgojiteljicam.

#### **5.4 METODE OBDELAVE PODATKOV**

Dobljene rezultate smo obdelali z računalniškima programoma Excel in SPSS. Prikazani so v tabelah, katerim sledi interpretacija. V skladu s cilji raziskave smo za obdelavo podatkov posameznih spremenljivk uporabili deskriptivno statistiko. Izračunali smo osnovne statistične parametre in frekvence posameznih odgovorov.

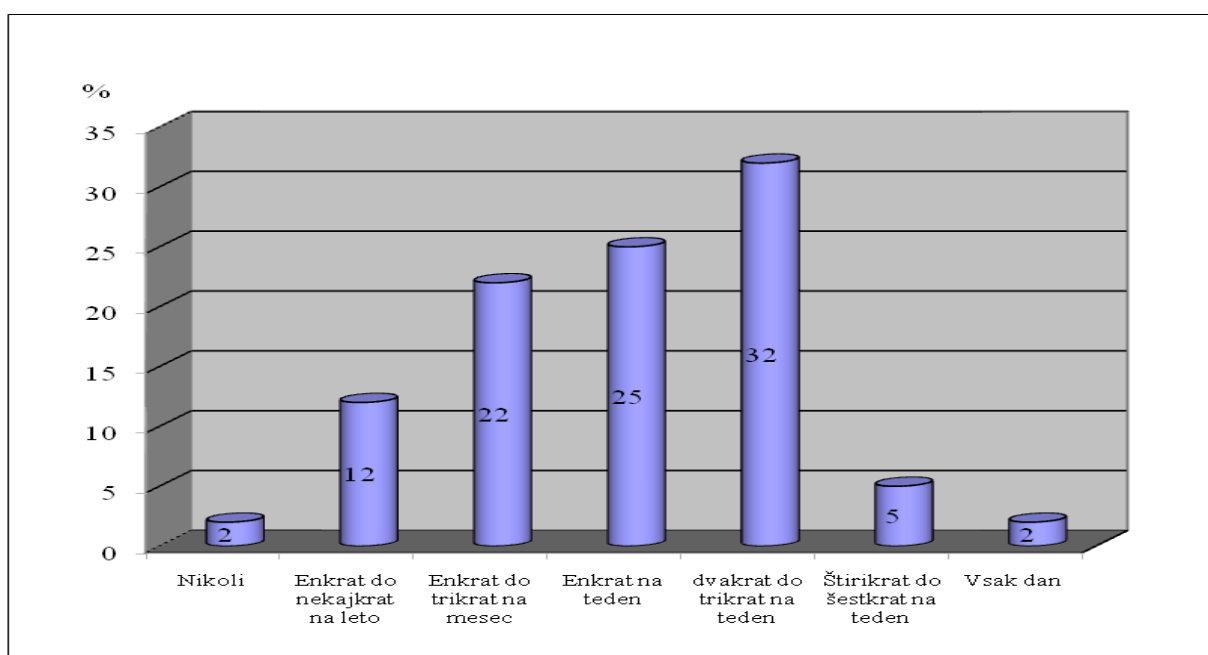
## 6. REZULTATI IN RAZPRAVA

Rezultate smo interpretirali v skladu z zahtevo po preglednosti in logiki dokazovanja. Pri vsaki interpretaciji rezultatov je dodana tudi tabela oz. slika z rezultati. Prikaz in interpretacija rezultatov sta razdeljena na segmente, ki se vsebinsko navezujejo.

### 6.1a ŠPORTNOREKREATIVNE NAVADE STARŠEV (Odgovori na vprašanja 6-8)

V naslednja vprašanja so bili zajeti tako starši otrok, ki so vključili otroka v športne programe, kot starši, ki svojega otroka niso vključili v športno vadbo.

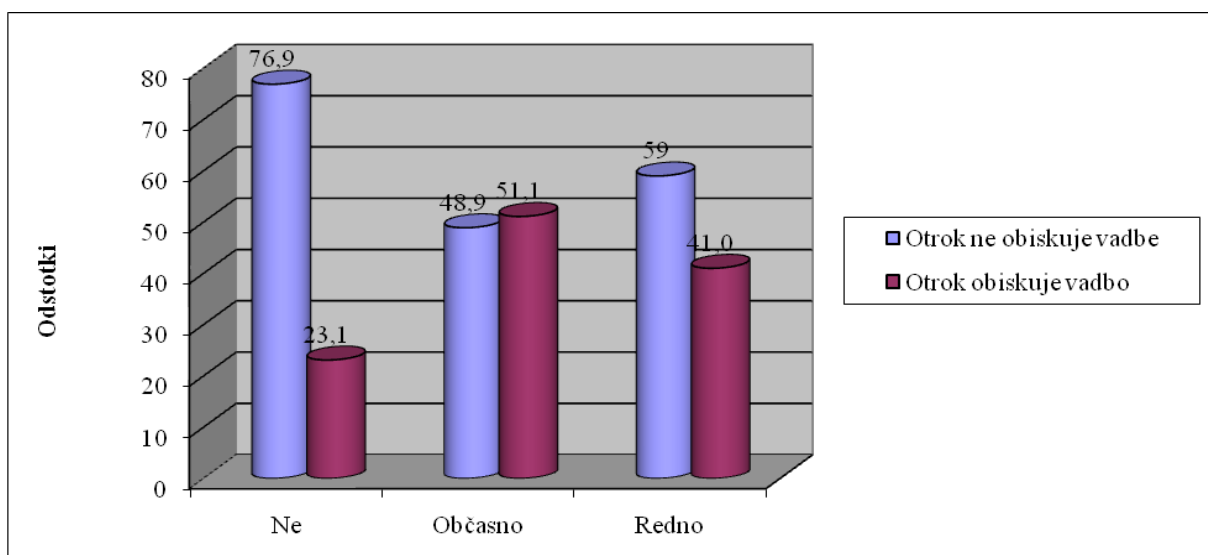
Iz spodnje slike (slika1) vidimo, da je večina staršev aktivnih, kar je pomembno za otrokovo športno udejstvovanje. Žal je odstotek tistih, ki se nikoli ne ukvarjajo s športom oziroma se ukvarjajo nekajkrat na leto, še vedno kar velik. To je ugotovila tudi Čeboklijeva (2006). V raziskavi Jamberšičeve (2003), pa je bilo kar 79% športno aktivnih staršev, kar je zelo spodbudno.



Slika 1. Kako pogosto se starši ukvarjajo s športom.

Staršev, ki se ukvarjajo s športom dvakrat do trikrat tedensko je največ (32%). Veliko, je takih, ki se s športom ukvarjajo vsaj enkrat na teden (25%) in 22% je tistih, ki se ukvarjajo s športom enkrat do trikrat na mesec. Majhen odstotek je staršev, ki se z vadbo ukvarjajo vsak dan. To lahko pripišemo pomankanju časa, saj vemo da je današnji ritem življenja zelo hiter in za tovrstne vsakodnevne dejavnosti primanjkuje časa. 25% staršev se s športom ne ukvarja nikoli. Razlog je morda poškodba ali pa se starši manj zavedajo vpliva športnih aktivnosti na človeka.

V nadaljevanju (slika 2) smo analizirali dve skupini staršev. Prva skupina so tisti, ki otroka niso vpisali k vadbi (56 staršev) in druga skupina so starši, ki so svojega otroka vpisali k športni vadbi (43 staršev). Eden izmed anketiranih staršev na to vprašanje ni odgovoril. Pogostost športne vadbe smo dali v tri razrede. Prvi razred so bili starši, ki se ne ukvarjajo s športom (13,1%). To so tisti, ki se res nikoli ne ukvarjajo s športnimi dejavnostmi in tisti, ki se ukvarjajo enkrat do nekajkrat na leto. Drugi razred so bili starši, ki se ukvarjajo s športom občasno (47,5%). Glede na našo anketo so bili to starši, ki se s športom ukvarjajo enkrat do trikrat na mesec oz. enkrat na teden. Zadnji, tretji razred pa smo določili tiste starše, ki se z vadbo ukvarjajo redno (39,4%). To so starši, ki se s športom ukvarjajo dvakrat do trikrat na teden, štirikrat do šestkrat na teden oz. vsak dan.



Slika 2. Kako pogosto se starši ukvarjajo s športom, glede na to ali njihov otrok obiskuje vadbo ali ne.

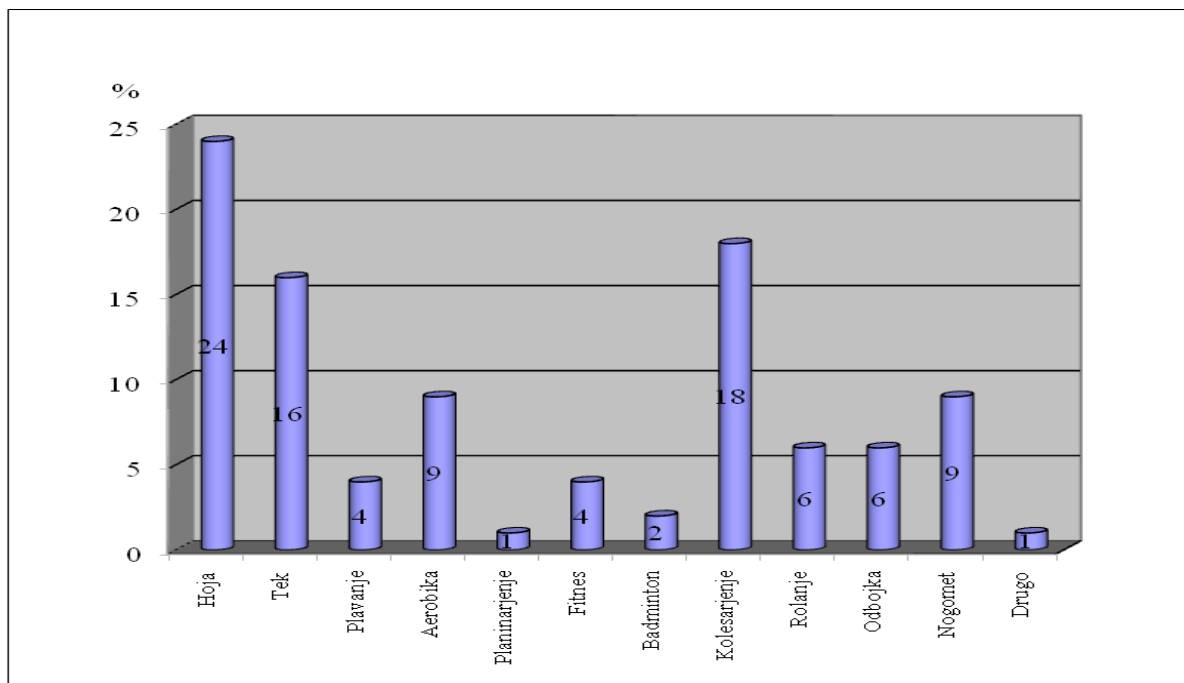
Slika 2 nam jasno prikazuje kako pogosto se starši ukvarjajo s športom, glede na to ali njihov otrok obiskuje vadbo ali ne. Vidimo, da kar 76,9% staršev, ki se ne ukvarja s športno



dejavnostjo svojega otroka ni vključilo v noben športni program in le 23,1% staršev je svoje otroke vključilo v športno vadbo kljub temu, da se sami ne ukvarjajo z nobenim športom. Lahko rečemo, da je vpliv staršev pri vključevanju otrok v športno vadbo prisoten, saj so otroci športnoaktivnih staršev bolj aktivni kot otroci športnoneaktivnih staršev. Tistih staršev, ki se redno ukvarjajo s športno dejavnostjo je 51,1% takih, ki so svoje otroke vpisali k športnim programom, 48,9% pa je takih, ki otrok niso vpisali k vadbi. Zanimivo je, da je 59% staršev, ki se redno ukvarjajo s športom takih, ki svojega otroka niso vključili v športne programe in 41% takih, ki so otroka vključili k vadbi.

Za vse starše, ki otrok niso vpisali v športno vadbo, lahko iščemo razloge v slabi ponudbi tovrstnih dejavnosti. Morda bi morali v vprašalnik vključiti še mnenje staršev o športni ponudbi za otroke od dveh do šestih let. Ker sem sama iz teh krajev, lahko z gotovostjo trdim, da na kočevskem primanjkuje dejavnosti za tako mlade. In ravno s tem razlogom sva se s sošolko odločile, da ustanovimo šolo za najmlajše do šest let. Pri tistih starših, ki se z vadbo ukvarjajo občasno oz. redno, kljub temu pa svojih otrok niso vpisali v športne dejavnosti je razlog lahko prav tako slaba športna ponudba ali pa se starši z njimi ukvarjajo sami.

Tudi zadnja študija Sile (2009), o športnorekreativnih dejavnostih Slovencev, ki je nastala kot plod sodelovanja med inštitutom za kineziologijo Fakultete za šport in fakultete za družbene vede oz. njihovim raziskovalnim inštitutom-Centrom za raziskovanje javnega mnenja, je pokazala, da se je delež športno neaktivnih občutno zmanjšal, delež tistih, ki vadijo redno, torej najmanj dvakrat tedensko, pa se je povečal v primerjavi s prejšnjimi leti. Raziskave iz zadnjega leta so zajemale podatke iz leta 2008. Pokazale so, da je le 37% Slovencev, ki se s športom ne ukvarja. Lahko rečemo, da se ljudje vedno bolj zavedajo pomena gibalne aktivnosti na svoje zdravje. Tudi v raziskavi Zaplatičeve (2009) je več kot tri četrtine staršev športno aktivnih, kar je pomembno tudi za otrokovo športno udejstvovanje.

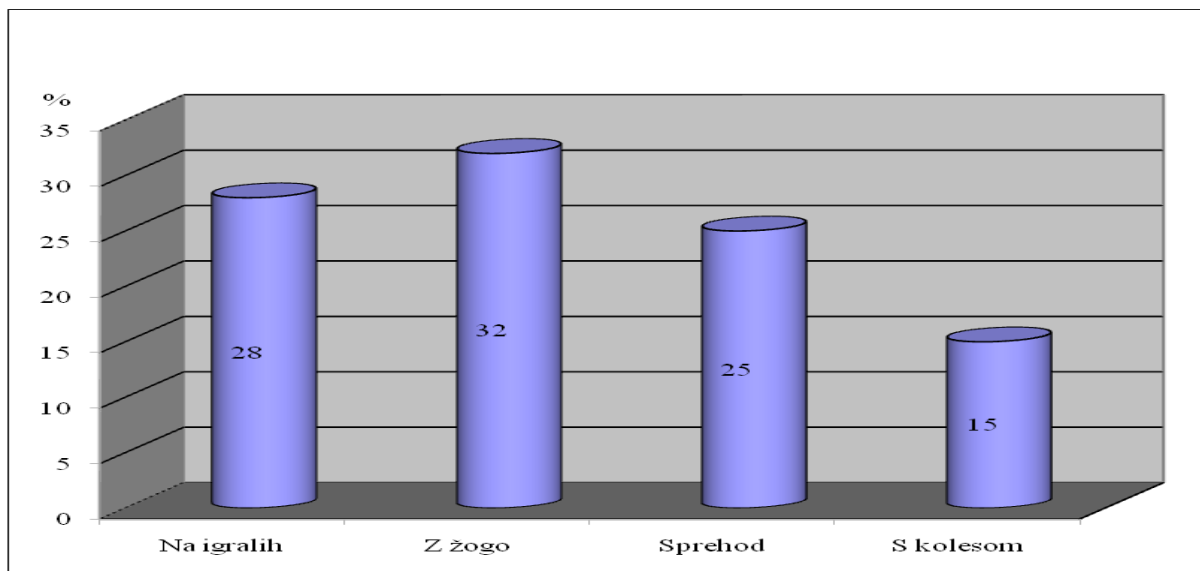


Slika 3. S katero športno panogo se starši največ ukvarjajo.

Iz slike 3 lahko razberemo, da se starši, ki se športno udeležujejo, največ ukvarjajo s hojo (24%), kolesarjenjem (18%), tekom (16%). Sledi aerobika, nogomet, rolanje, odbojka, fitness, plavanje, badminton, planinarjenje in drugo. Tudi najnovejši podatki o športnorekreativnih dejavnostih Slovencev (Pori in Sila, 2009), kažejo na to, da je hoja (58%) še vedno najbolj priljubljena oblika gibalne aktivnosti. Hoji sledita plavanje (35%) in cestno kolesarjenje (25%). Tek pa je na šestem mestu.

Hoja, kolesarjenje, tek so na vodilnem mestu po priljubljenosti. Vse te dejavnosti se odvijajo v naravi, kar ljudje znamo ceniti. Športne aktivnosti v naravi nam dajo poseben pozitiven občutek. Kot sta zapisala Pori in Sila (2009), preživljanje prostega časa v naravi je protiutež vrhunskim tehnološkim "igračkam", ki nam pomagajo čim bolj telesno neaktivno preživeti dan."

Podobne rezultate je dobila tudi Suhodolčanova (2005), kjer se športno aktivni starši ukvarjajo s hojo, sledita kolesarjenje in smučanje, nato pa še tek in nogomet. Rezultati so pokazali, da se starši predvsem ukvarjajo s športi v naravi. Izbirajo take športne aktivnosti, ki jih lahko izvajajo skozi celo leto in hkrati s svojimi otroki. Tudi pri Jabrešičevi raziskavi (2003) se največ staršev ukvarja s kolesarjenjem in hojo, nato sledita planinstvo in plavanje.



Slika 4. Kako se starši udeležujejo s svojim otrokom.

Največ staršev vključuje v igro z otrokom žogo (32%). Podoben odstotek staršev se s svojim otrokom udeležuje na igralih (28%) oz. hodi na sprehode (25%). Staršev, ki svoje otroke že postavijo na kolo je 15%. Najpogostejši vrsti neorganizirane vadbe sta igrala in igre z žogo, kjer ni potrebnih posebnih veščin in večje angažiranosti s strani staršev. Večina staršev v današnjem času nima dovolj časa in volje, da bi se ukvarjala s svojimi otroki. Podobne rezultate je dobila Zaplatičeva (2009), ki je ugotovila, da so otrokom, ki živijo na vasi najbolj priljubljene igre z žogo in kolesarjenje. Zajec (2009) je ugotovila, da otroci posvetijo največ časa teku, lovljenju, kolesarjenju in nato igram z žogo. Enako je ugotovil še Žnidaršič (2008) in sicer, da so med neorganiziranimi gibalno/športnimi dejavnostmi med otroci priljubljena dejavnost kot so teki in lovljenja, kolesarjenje in igre z žogo.

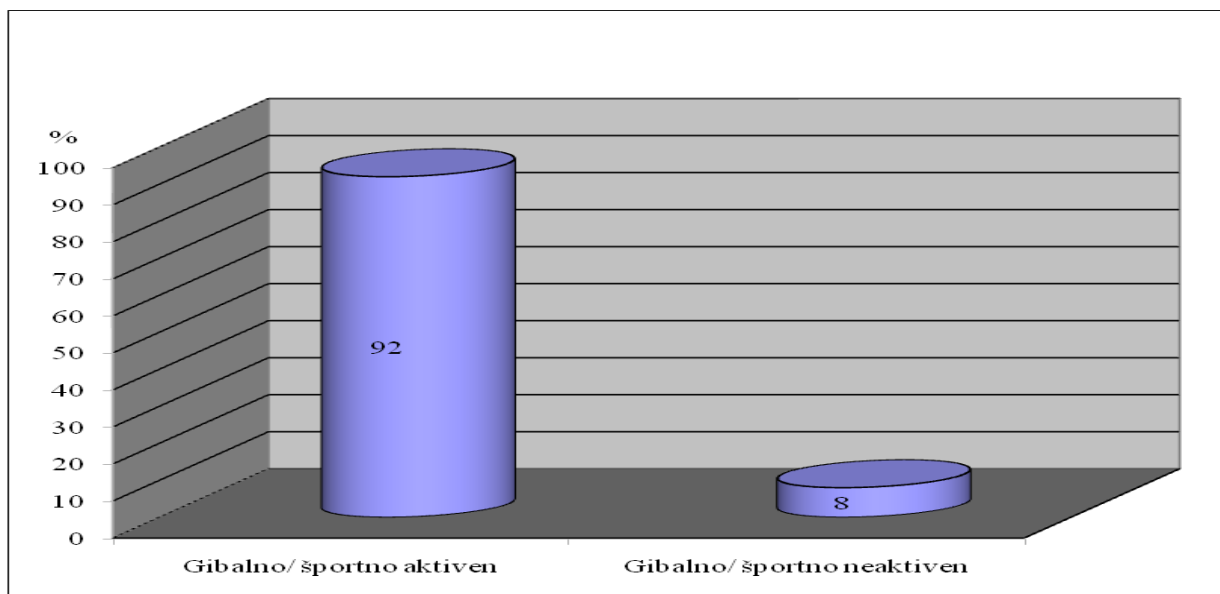
Tudi Iličičeva (2008) je naredila raziskavo o športnih aktivnostih predšolskih otrok ob koncu tedna, med prazniki in v času počitnic. Ugotovila je, da se večina otrok udeležuje ene organizirane vadbe, ki je izvedena enkrat na teden, vadbena enota pa traja največ šestdeset minut. Športne aktivnosti otrok so zelo različne; najbolj priljubljene so kolesarjenje, plavanje in tek.

Še ena raziskava na področju gibalno/športno aktivnosti predšolskih otrok je izvedla Bergantova (2009). Tudi ona je ugotovila, 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, rolanje in tenis. Prevladujejo predvsem športne dejavnosti, s katerimi se lahko otrok vsakodnevno ukvarja, kjerkoli in kadarkoli.

## 6.1b GIBALNA AKTIVNOST OTROK (Odgovori na vprašanja 9,10)

Tudi na naslednja vprašanje je odgovarjalo vseh 100 anketiranih staršev.

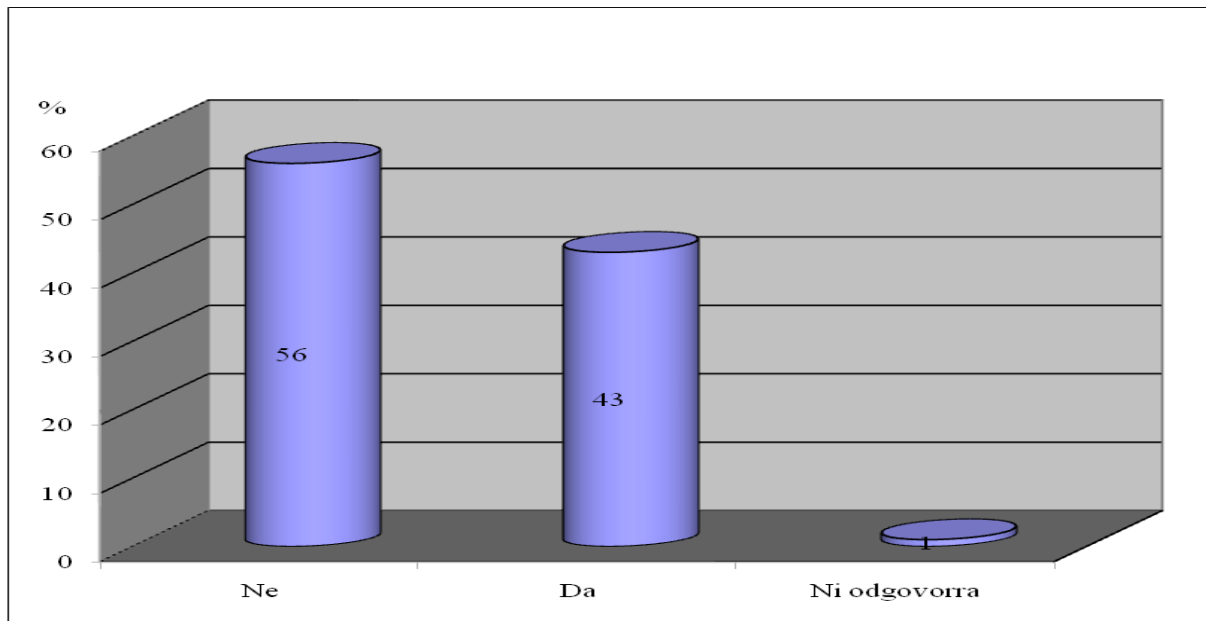
Iz spodnje slike 5 je lepo razvidno, da otroci svoj prosti čas v 92% preživljajo gibalno/športno aktivno, se pravi, da se ukvarjajo z različnimi športnimi panogami. Ta podatek je razveseljajoč. Le 8% otrok preživlja svoj prosti čas športno neaktivno. To pomeni, da gledajo TV, so na računalnikih, igrajo razne družabne igre itd... Rezultati Zurčeve, Pišot in Žerjalove (2006) so malce drugačni. Njihova raziskava je pokazala, da je bilo 55,2% merjencev dva- do tri- krat gibalno športno aktivnih in skoraj 20 % merjencev je bilo gibalno/športno povsem neaktivnih. Kropjeva in Videmškova (2003) sta ugotovili, da se skoraj 50 % otrok ne ukvarja z nobeno dodatno organizirano dejavnostjo. Raziskovalki sta še ugotovili, da se predšolski otroci ukvarjajo s športnimi dejavnostmi predvsem neorganizirano. V našem primeru je torej podatek, da skoraj vsi otroci preživijo prosti čas športno aktivno nadvse zadovoljiv.



Slika 5. Kako otroci preživljajo prosti čas.

Zanimiva je tudi raziskava Zaplatičeve (2009), kjer je na lestvici od 1 do 5 le 5 % staršev iz mesta obkrožilo odgovor 1 – neaktiven. Odgovor, da je njihov otrok premalo aktiven (na lestvici ocena 2), ni obkrožil nobeden od staršev iz mesta, na vasi je bilo le 7 % staršev, ki so bili tega mnenja. Največ staršev (40 %) je bilo mnenja, da je njihov otrok srednje aktiven (na lestvici ocena 3) in tudi veliko je bilo takih, ki so obkrožili odgovor »aktiven« (na vasi 33 %

in v mestu 40 %). Le 20 % staršev na vasi in 15 % staršev v mestu meni, da je njihov otrok zelo aktiven.



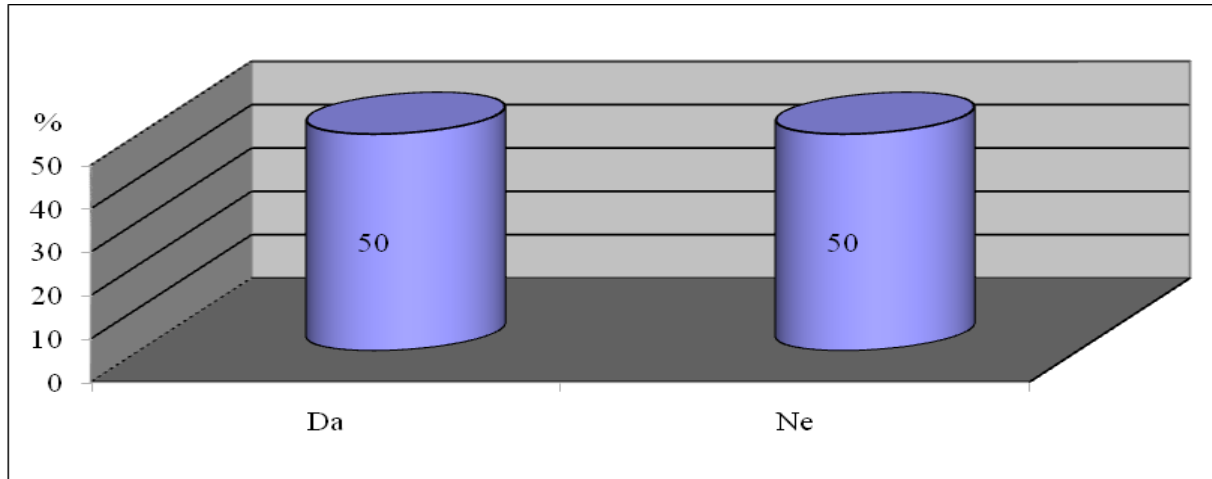
Slika 6. Ali otroci obiskujejo popoldanske dejavnosti.

Iz slike 6 lahko razberemo, da je od 100 anketiranih staršev, 43% otrok, ki obiskujejo popoldanske dejavnosti. 56 % je tistih otrok, ki popoldanske dejavnosti ne obiskujejo in 1% je tistih, ki na to vprašanje niso odgovorili. Zajec (2009) je prišla do podobnih ugotovitev in sicer, da se največ otrok vključuje v splošno vadbo. Splošni vadbi sledijo ples, plavanje, igre z žogo.

Podobne rezultate je dobila tudi Vrtovčeva (2008), ki je v raziskovalnem delu preučevala interes staršev za vključevanje otrok do osmega leta starosti v športne programe v Slovenskih Konjicah. Ugotovila je, da kljub temu, da so možnosti za vključevanje v športne dejavnosti dokaj visoke, skoraj polovica otrok ne obiskuje nobene športne dejavnosti.

## 6.2 SEZNANITEV Z VADBO (Odgovori na vprašanja 11-13)

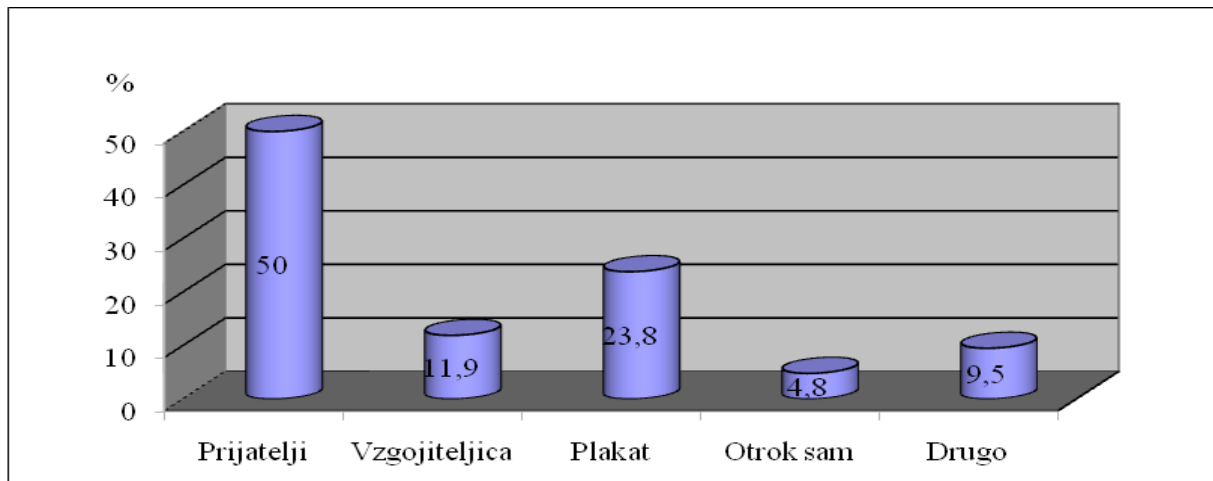
Na vprašanja so odgovarjali starši (42 staršev), ki so svojega otroka vključili v katerokoli športno dejavnost. Starši, ki svojega otroka niso vključili v športne programe, pa na ta vprašanja niso odgovarjali.



Slika 7. Zanimanje staršev o strokovni usposobljenosti vaditelja.

Polovici anketirancev se strokovnost vaditelja ne zdi pomemben podatek pri vpisu otroka v športno vadbo (slika 7). Razlog je morda v tem, da vaditelju zaupajo ali pa ga poznajo od prej. Morda jim je pomembno samo to, da se otrok z nečim ukvarja in mu je to všeč. Nekateri starši so na vadbi svojih otrok skozi celo uro pasivno prisotni in spremljajo sodelovanje otrok. To bi bilo lahko tudi neka vrsta preverjanja strokovnosti vaditelja. Na to vprašanje so odgovarjali starši, ki so svoje otroke vpisali v katerokoli športno dejavnost.

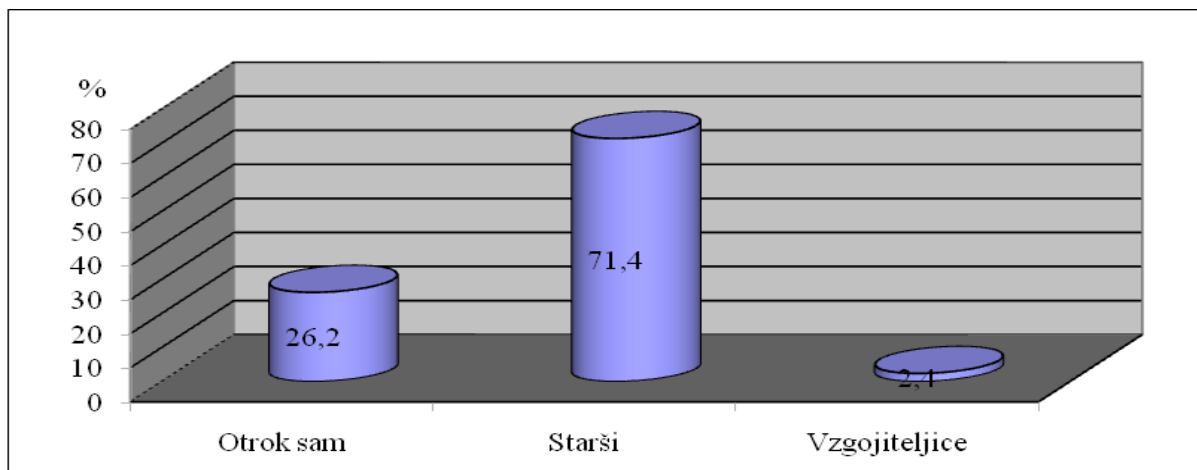
V raziskavi Zajčeve (2009) več kot polovica (54,2 %) staršev meni, da je za gibalni razvoj potrebno, da ga skozi športne dejavnosti vodi športni pedagog z usposobljenostjo za predšolsko vzgojo. Največ športnih dejavnosti vodijo športno usposobljeni delavci (Zaplatič, 2009), veliko športnih krožkov pa vodijo same vzgojiteljice. Vendar vzgojiteljice s svojim šibkim znanjem na področju športne vzgoje otrokom ne morejo nuditi toliko, kot bi otroci potrebovali in si zaslužili. Vzgojiteljice bi morale biti še bolj podkovane na tem področju, saj v večini vrtcev ravno one vodijo gibalne dejavnosti otrok.



Slika 8. Kje so starši izvedeli za športno vadbo.

Največ staršev (50%) je izvedelo za športno dejavnost tako, da so jim o tem povedali prijatelji. 23,8 % jih je za vadbo izvedelo preko plakatov in letakov. 11,9 % staršev je za vadbo izvedelo od vzgojiteljice in 4,8 % jim je za vadbo povedal otrok sam. V raziskavi o športnem programu ABC-šport za predšolske otroke, ki jo je opravila Jambrešičeva (2003), je razvidno, da je večina staršev za športni program izvedelo preko plakatov in letakov (44 %). Staršev, ki so za športni program izvedeli od prijateljev je bilo 34 %, 14 % pa je bilo takih, ki so bili obveščeni s strani vzgojiteljice v vrtcu oziroma razredničarke v šoli. Nikomur od staršev ni povedal otrok sam. V kolikor primerjamo dobljene rezultate med seboj, bi lahko rekli, da so športni programi v drugem primeru veliko bolj propagirani s plakati in letaki. Razlika je tudi v tem, da so športne vadbe v našem primeru organizirajo v manjših krajih po Sloveniji, medtem ko je športni program ABC-šport organiziran na različnih koncih Ljubljane in bližnji okolici. Čeboklijeva (2006) je prišla do rezultatov, kjer je največ staršev (32 %) izvedelo za športno dejavnost tako, da jih je o tem seznanila otrokova vzgojiteljica.

Zaplatičeva (2009) je prišla do rezultatov, da desetim odstotkom staršev v mestu, katerih otroci obiskujejo športno dejavnost, so za vadbo povedali prijatelji ali kar otrok sam. Nekaj več staršev je za vadbo izvedelo preko otrokove vzgojiteljice, le en starš v mestu pa je za vadbo prebral na plakatu. Starše otrok iz vasi je o vadbi v večini primerov seznanila otrokova vzgojiteljica (32 %) ali pa otroci sami (27 %). Le en starš je za vadbo izvedel preko prijateljev in en je prebral s plakata (7 %).



Slika 9. Kdo je pobudnik za vključitev otroka v športno vadbo.

Največkrat so pobudniki za vključitev otrok v športno vadbo prav starši (71,4%). Ti rezultati so glede na starost otrok zadovoljivi in realni. Navadno pri teh letih otroke v raznovrstne dejavnosti vključujejo starši. Če se za dejavnost odloči otrok sam, je navadno isto dejavnost obiskoval brat, sestra, ožji sorodnik ali morda prijatelj. Tako je bilo 26,2% otrok samih pobudnikov za vključitev v športno dejavnost in le 2,4% otrok so za športno vadbo navdušile vzgojiteljice. Pri Čeboklijevi (2006) je bil v večini primerov (55%) pobudnik za vključitev v program otrok sam, kar se nam zdi pohvalno in je za to starost razmeroma neobičajno, medtem ko je velik tudi odstotek (36 %) staršev, ki so vadbo sami izbrali. Tudi pri Zaplatičevi (2009) je večini primerov tako na vasi (81 %) kot v mestu (56 %) bil pobudnik za vključitev v program otrok sam. Je pa tudi velik odstotek staršev v mestu, ki so vadbo svojemu otroku izbrali sami (44 %). Če pa izhajamo iz tega, da je bila športna vadba otrokom na uvodnih urah dobro predstavljena, oziroma so se z njo že prej seznanili, mogoče takrat, ko jo je obiskovala starejša sestra, brat ali njihov prijatelj, potem smo z dobljenimi rezultati lahko zadovoljni. Toliko bolj pa smo lahko zadovoljni, ker so rezultati pokazali, da so pri odločitvi in izbiri imeli veliko vlogo poleg staršev tudi otroci. Pogosto pa se otroci odločijo za kakšno dejavnost le zato, ker se je zanjo odločil tudi njihov prijatelj, v resnici pa niso čisto prepričani, koliko si tega sploh želijo. Kjer so prve, uvodne ure brezplačne, ima otrok tako nekaj več časa za dokončno odločitev. Prav je, da ima možnost spoznati čim več stvari in se v njih preizkusiti.



### 6.3 MNENJE STARŠEV O VADBI TER VPLIVU GIBALNIH AKTIVNOSTI NA OTROKA (Odgovori na vprašanja 14-17)

V nadaljevanju so v besedilu, slikah in tabelah predstavljene trditve petih vprašanj, na katere so odgovarjali starši. V tabelah so prikazane povprečne vrednosti in standardni odkloni za vsako trditev, glede na moški in ženski spol in rezultati T-testa za neodvisne vzorce. Nato je v tabelah prikazana še pogostost obkroženih trditvev v frekvencah (frekv) in odstotkih (%) za starše ločeno po spolu. Vsaka trditev vsebuje tudi grafičen prikaz, ki ponazarja primerjavo odstotkov obkroženih ocen za posamezne trditve med predstavniki moškega in ženskega spola. Sledi še kratka interpretacija.

Iz vseh prikazanih tabel lahko razberemo, pri katerih postavkah pride do statistično pomembnih razlik med spoloma (vsi odebeljeni podatki v zadnji koloni). Te razlike so pomembne na nivoju tveganja 5%.

Tabela 3

*Vprašanje 14. Kaj je staršem pri vadbi najbolj všeč*

	Skupaj		Moški		Ženske		T	
	M	SD	M	SD	M	SD	t	pom (t)
<b>Strokovnost vaditelja</b>	4,43	0,630	4,33	0,686	4,50	0,590	-0,85	0,20
<b>Osebnostne lastnosti vaditelja</b>	4,48	0,634	4,44	0,616	4,50	0,659	-0,28	0,39
<b>Otrok spoznava vrstnike</b>	4,71	0,596	4,56	0,705	4,83	0,482	-1,44	<b>0,08</b>
<b>Ustrezni materialni pogoji</b>	4,17	0,794	4,00	0,907	4,29	0,690	-1,18	0,12

#### Legenda:

M = aritmetična sredina

SD = standardni odklon

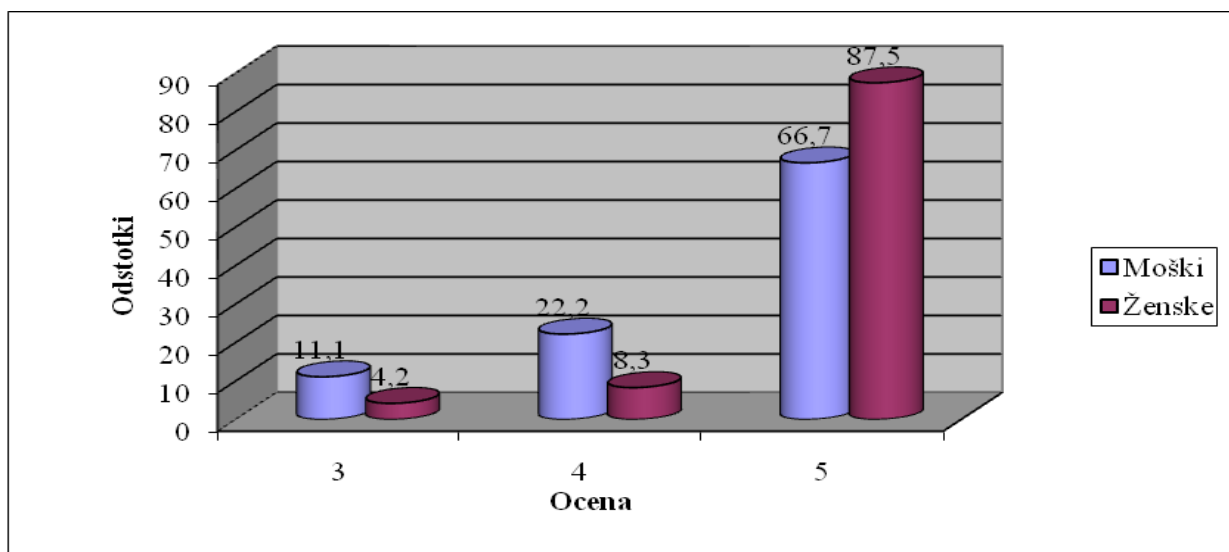
t = t-test

pom(t) = statistična pomembnost

Staršem nasploh so najbolj všeč, da otrok spoznava vrstnike (4,71 je povprečna ocena). Iz tabele 3 je razvidno, da pri nobenih postavkah ne pride do statistično pomembnih razlik med spoloma. Odebeljen je samo en podatek v zadnji koloni, ki se je najbolj približal statističnim razlikam med spoloma. Do teh minimalnih razlik pride pri vprašanju ali je staršem všeč, da otroci pri vadbi spoznava vrstnike. Če povemo drugače, ženskam (4,83) je bolj všeč kot moškim (4,56), da otrok na vadbi spoznava vrstnike.

Večini staršev na vadbi všeč strokovnost vaditelja. Več kot polovica žensk se strinja s to trditvijo (4,5). Tudi moški imajo povprečno oceno 4,33. Tukaj je treba pohvaliti strokovno delo vaditeljev. Očitno so starši zelo zadovoljni z vodenjem programov, saj nihče od staršev ni kritiziral vaditeljev. S tem vprašanjem bi morda lahko povezali že prej interpretirano vprašanje ali so se starši pozanimali o strokovni usposobljenosti vaditeljev. Če pogledamo rezultate, se jih kar 50% ni pozanimalo o tem ali so vaditelji usposobljeni za delo ali ne. Če napeljemo na to, da tisti starši, ki se niso pozanimali o strokovnosti vaditelja, ne vedo kako bi morale potekati delo na vadbi, so rezultati razumljivi. Mogoče bi morali vprašati starše ali so pri vadbi prisotni. Ne moremo točno trditi na podlagi česa je staršem všeč strokovnost vodenja programov. Mogoče na podlagi tega, da so z vadbo zadovoljni njihovi otroci ali pa je vadba res tako strokovno vodena.

Več kot polovica žensk in moških se popolnoma strinja (ocena 5) s tem, da so jim všeč osebnostne lastnosti vaditelja. Tako moški (4,44) kot ženske (4,50) se skoraj enako strinjajo s trditvijo. Zopet pa nihče ni omenil, da jim vaditelj ne bi bil všeč. Tudi to vprašanje lahko navežemo na prejšnje. Možno je da starši vaditelje poznajo osebno, so prijatelji, sosedi ali sorodniki. Glede na ta status bi starši obkrožili, da jim je vaditelj všeč oz. so jim všeč osebnostne lastnosti vaditelja. Prav tako bi se strinjali s tem, da jim je všeč strokovnost vaditelja. Vendar to je samo še ena možna razlaga za dobljene rezultate.



Slika 10. Staršem je na vadbi všeč, da otrok spoznava vrstnike.

Več kot očitno je, da se starši (78,6%) zavedajo, da njihovi otroci skozi šport spoznajo vrstnike, ter z njimi aktivno sodelujejo. 87,5% žensk in 66,7% moških se s to trditvijo popolnoma strinja. 14,3% moških in žensk se s tem v glavnem strinja in deloma se strinja le 7,1% staršev. Potrebno pa je poudariti, da pride do **razlik med moškimi in ženskami**. Ženske se bolj strinjajo s tem, da otroci pri vadbi spoznavajo svoje sovrstnike. Razloge za to lahko mogoče poiščemo v tem, da so mamice bolj pogosto z otroci in se z njimi pogovarjajo. Tako jim otroci posredujejo informacije o njihovih prijateljih, ki jih spoznavajo bodisi v vrtcu ali na popoldanskih športnih vadbah.

Vsi vemo, da so dobri materialni pogoji ključnega pomena za dobro in kakovostno vadbo. Starši, ki so odgovarjali na to vprašanje so v večini kar zadovoljni s ponujenim. Povprečna ocena je 4,17. Ženske so sicer pri te postavki dale malo večjo vrednost (4,29), vendar razlika ni bila statistično značilna.

Tudi iz raziskave Čeboklijeve (2006) lahko razberemo, da je staršem zelo všeč, da otrok na vadbi spozna vrstnike in z njimi aktivno sodeluje. Vsekakor je to zelo pomembno, saj si otrok na tak način širi krog prijateljev, uči se sodelovanja, medsebojne pomoči, zdrave tekmovalnosti, potrpežljivosti itd. Na vadbi je otrokom najbolj všeč, da se sproščeno družijo z vrstniki, sklepajo nova prijateljstva, kar jim daje občutek pripadnosti in jih osrečuje ter si tako pod vplivom družbenega okolja razvijajo osebnost. Otroci si pridobijo lastnosti, primerne za normalno življenje v skupnosti. V nasprotnem primeru ne bi ne eni in ne drugi v vadbi vztrajali.

Tabela 4

*Vprašanje 15. Kaj je otrokom pri vadbi najbolj všeč*

	Skupaj		Moški		Ženske		T	
	M	SD	M	SD	M	SD	t	pom (t)
<b>Vsebina športne vadbe</b>	4,36	0,759	4,17	0,868	4,61	0,502	-1,94	<b>0,03</b>
<b>Druženje z vrstniki</b>	4,55	0,633	4,61	0,576	4,44	0,705	0,91	0,18
<b>Fizična aktivnost</b>	4,33	0,754	4,42	0,654	4,22	0,878	0,82	0,20
<b>Pestrost in raznolikost športnih pripomočkov</b>	4,43	0,668	4,58	0,504	4,22	0,808	1,67	<b>0,05</b>

**Legenda:**

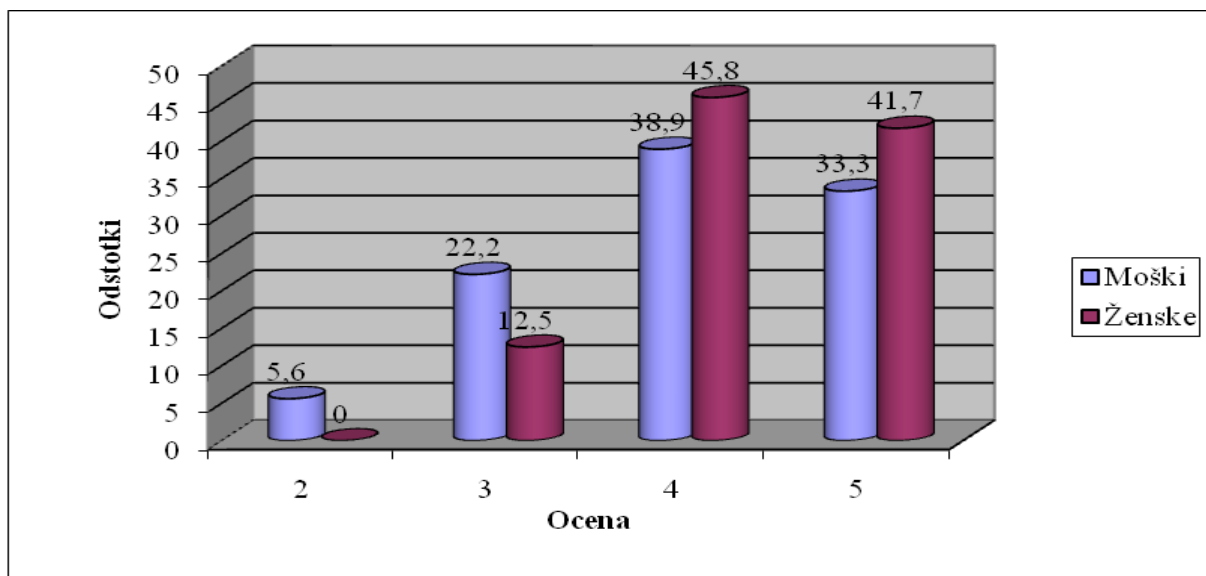
M = aritmetična sredina

SD = standardni odklon

t = t-test

pom(t) = statistična pomembnost

Pri tabeli 4 pridemo pri dveh postavkah do statistično značilnih razlik. Ženske za razliko od moških menijo, da je otrokom bolj všeč vsebina športne vadbe. Obratno pa moški v večji meri menijo, da je otrokom bolj všeč raznolikost športnih pripomočkov. Moram omeniti, da je vprašanje dve morda malo dvoumno. Analizirali smo namreč odgovore staršev. Se pravi, da so starši odgovarjali v imenu otrok. Če bi na enako vprašanje odgovarjali otroci sami, bi mogoče dobili drugačne rezultate.



Slika 11. Otroku je na vadbi všeč vsebina športne vadbe.

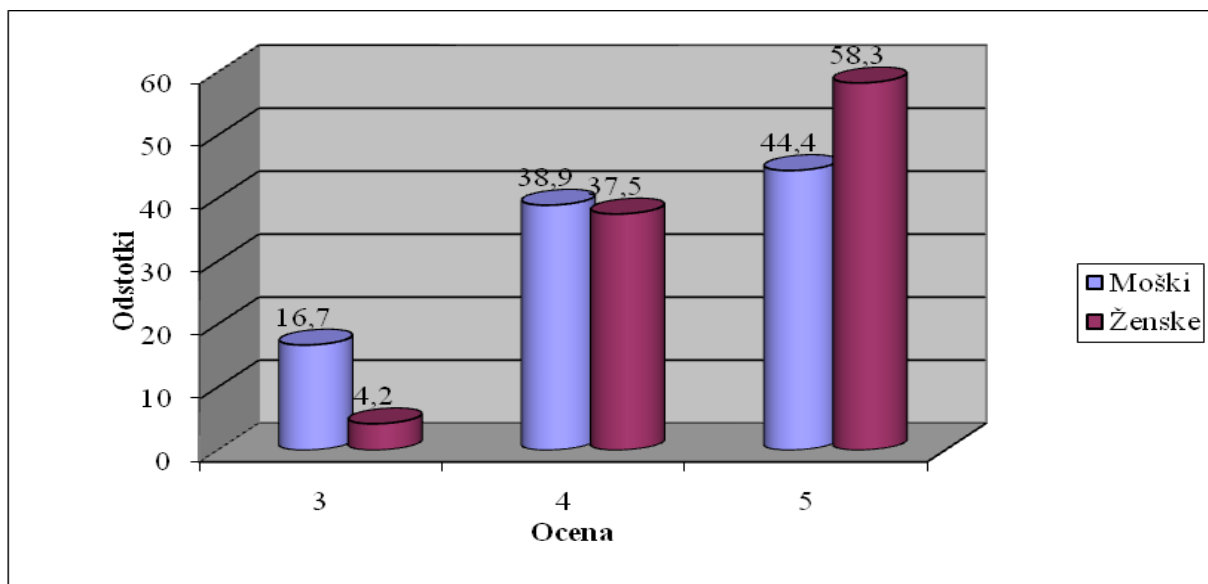
Kot smo že omenili, bi pri vprašanju, kaj je najbolj všeč otroku pri vadbi, dobili drugačne rezultate, če bi na vprašanje odgovarjali otroci sami. V našem primeru bomo analizirali rezultate oz. odgovore na katere so odgovorili starši v njihovem imenu. V veliki večini se starši popolnoma strinjajo s tem, da je otrokom vsebina vadbe všeč. Tega mnenja je 41,7 žensk in 33,3% moških. Starši pravijo, da 5,6% otrokom vsebina vadbe ni všeč. Pri trditvi pride do **razlik med spoloma**. Ženske so mnenja, da je otrokom bolj všeč vsebina športne vadbe (4,61), kot za isto trditev to menijo moški (4,17). Do razlik pride morda zaradi tega, ker matere večkrat pripeljejo otroka na vadbo ter so tam tudi pasivno prisotne. Tako lažje ocenijo ali je vadba kakovostna. Razloga, zakaj imajo očetje slabše mnenje o vsebinske kakovosti vadbe sicer ne moremo izvedeti, predvidevamo pa lahko, da to izvira iz trenutnega nezadovoljstva ali nesporazuma z vaditeljem ali vrstniki, mogoče lahko se težava skriva pri starših ali pa je čisto nekaj tretjega. Tudi Čebokli (2006) je ugotovljala ali je otrokom vsebina vadbe všeč. Ugotovila je, da le ena deklica z vadbo ni bila zadovoljna in najverjetneje ne obiskuje z velikim zadovoljstvom.

Tudi pri Zaplatičevi (2009) so na lestvici 1–5 (1 – sploh mu ni všeč, 5 – zelo mu je všeč) starši ocenjevali, kako je vadba všeč njihovemu otroku. Vadba, ki jo otroci obiskujejo, v večini primerov otrokom zelo všeč, 11% je všeč (ocena 4), 67% je vadba, ki jo obiskujejo, zelo všeč (ocena 5). Na vasi je kar 73 % otrok vadba zelo všeč (ocena 5), 27 % pa je všeč (ocena 4).

Velika večina žensk se strinja s tem, da je otroku všeč, da se družijo s sovrstniki. Prav tako se s to trditvijo strinja polovica moških.

"Starši lahko poskrbijo, da se bo otrok veliko gibal. Tako poskrbijo, da je otrok zdrav in se pravilno razvija. Še več koristi pa bo imel otrok, če mu starši dajo priložnost, da se pri tem družijo z vrstniki" (Iličić, 2008).

Tudi na vprašanje ali je otroku všeč fizična aktivnost so odgovarjali starši. Spet se je več kot polovica žensk popolnoma strinjala s tem, da je otroku na vadbi všeč fizična aktivnost. Povprečna ocena odgovorov pri moških je 4,42 pri ženskah pa 4,22. Čeprav so moški postavili večjo vrednost, do statističnih razlik ni prišlo.



Slika 12. Pri vadbi je otroku všeč pestrost in raznolikost pripomočkov.

Slika 12 nam jasno prikazuje, da je več kot polovica žensk (58,3%) mnenja, da so otroci na vadbi zadovoljni s ponujenimi pripomočki in igrali. Enakega mnenja je 44,4% moških. 38,9% moških in 37,5% žensk pa se v glavnem strinja, da je otrokom všeč pestrost in raznolikost športnih pripomočkov. Zopet ni nihče od staršev oz. nihče od otrok mnenja, da se ne strinja z kakovostjo pripomočkov. Če pogledamo povprečno vrednost odgovorov med

moškimi in ženskami, vidimo, da **pride do razlik**. Moški so te postavki dali večjo vrednost (4,58) kot ženske (4,22).

Za kvalitetno opravljanje dela so potrebni določeni pogoji, ki jih je potrebno izpolnjevati. Na področju gibanja je potrebno zagotoviti primeren notranji in zunanji prostor. Poleg primerne prostora za izvajanje ur športne vzgoje so potrebni tudi ustrezni pripomočki, tako količinsko kot kakovostno.

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 skupaj in poskušajo doseči cilj. V različnih igrah otrok spoznava smisel in pomen upoštevanja pravil ter spoštovanja in upoštevanja različnosti. Otroek 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).

Vadba, ki jo otroci obiskujejo, je večini otrok zelo všeč. Zelo pomembno se nam zdi, da otroci z veseljem obiskujejo športno vadbo, ki so si jo izbrali sami ali pa so jo za njih izbrali njihovi starši. Če otrok uživa v tem, kar dela, se bo veliko več naučil in imel več od tega. Otrokom z vasi je zelo všeč, da na vadbi spoznavajo vrstnike in z njimi aktivno sodelujejo. Vsekakor je to zelo pomembno, saj si otrok na ta način širi krog prijateljev, uči se sodelovanja, medsebojne pomoči, zdrave tekmovalnosti, potrpežljivosti itd. Na vadbi je otrokom najbolj všeč, da se sproščeno družijo z vrstniki, sklepajo nova prijateljstva, kar jim daje občutek pripadnosti in jih osrečuje ter si tako pod vplivom družbenega okolja razvijajo osebnost. Otroci si pridobijo lastnosti, primerne za normalno življenje v skupnosti. Všeč pa jim je tudi fizična aktivnost, ki se izvaja na športni vadbi, in pa pestrost in raznolikost športnih pripomočkov. Otrokom iz mesta je najbolj všeč vsebina vadbe, ki jo obiskujejo. Zato menimo, da je potrebno otrokom ponuditi čim bolj raznovrstno in zanimivo vsebino, saj le tako lahko pritegnemo njihovo pozornost.

Zaplatič (2009) je ugotovila, da je otrokom na vasi zelo všeč, da pri vadbi spoznavajo vrstnike in z njimi aktivno sodelujejo. Na drugem mestu je telesna aktivnost, ki se izvaja pri športni vadbi, potem pa pestrost in raznolikost športnih pripomočkov. Najmanj je otrokom všeč vsebina športne vadbe. Otrokom iz mesta, ki obiskujejo športno vadbo, pa je najbolj všeč vsebina le-te. Takoj za tem pa jim je všeč druženje s sovrstniki in pa telesna aktivnost, ki jo

izvajajo pri vadbi. Le malo je bilo takih, ki jim je všeč pestrost in raznolikost športnih pripomočkov.

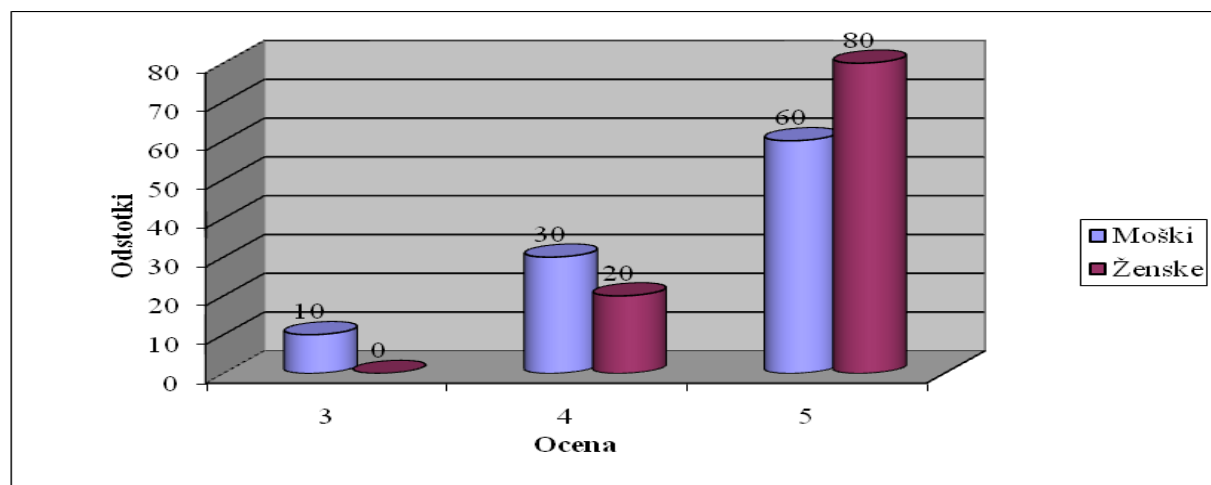
Pri tabeli 5 in vprašanju kakšno mnenje imajo starši o vplivu gibalnih aktivnosti na otroka ni bilo nobenih statističnih razlik med spoloma. Odebeljen je rezultat, ki se je najbolj približal razliki. Gre pa za odgovor, kjer so ženske bolj prepričane, da gibalna aktivnost vpliva na otrokov telesni razvoj. Povprečna ocena odgovora je kar 4,68. Najbolj se starši strinjajo, da imajo gibalne aktivnosti vpliv na gibalno področje otrokovega razvoja in na njegov telesni razvoj.

Tabela 5

*Vprašanje 16. Kakšno je mnenje staršev o vplivu gibalnih aktivnosti na otroka*

	Skupaj		Moški		Ženske		T	
	M	SD	M	SD	M	SD	t	pom (t)
<b>Na gibalno področje otrokovega razvoja</b>	4,68	0,53	4,60	0,545	4,73	0,516	-1,24	0,11
<b>Na otrokov telesni razvoj</b>	4,68	0,548	4,50	0,679	4,80	0,403	-2,51	<b>0,07</b>
<b>Na otrokov čustven razvoj</b>	4,24	0,793	4,30	0,853	4,20	0,755	0,62	0,27
<b>Na otrokove osebnostne lastnosti</b>	4,13	0,812	4,18	0,813	4,10	0,817	0,45	0,32
<b>Na otrokov socialni razvoj</b>	4,13	1,051	4,22	0,947	4,07	1,118	0,74	0,23
<b>Na otrokov kognitivni razvoj</b>	4,36	0,689	4,35	0,662	4,37	0,712	-0,12	0,45

Večina moških in žensk se je popolnoma strinjala s trditvijo, da gibalne dejavnosti vplivajo na gibalno področje otrokovega razvoja. Povprečna ocena je 4,68, kar je zelo dober rezultat. Starši se v večini zavedajo kako pomemben je otrokov gibalni razvoj. Velik napredek v gibalnem razvoju se kaže v predšolskem obdobju od drugega do sedmega leta starosti. Zato je torej za otrokov gibalni razvoj v predšolskem obdobju je ključnega pomena gibalna dejavnost.



Slika 13. Starši menijo, da gibalne aktivnosti vplivajo na otrokov telesni razvoj.

Velika večina staršev se popolnoma strinja (4,68 je povprečna ocena), da gibalne dejavnosti vplivajo na otrokov telesni razvoj, kar tudi drži. Ženske imajo povprečno vrednost ocene pri trditvi, da gibalne dejavnosti vplivajo na otrokov telesni razvoj kar 4,8. Pri odgovoru pride do statistično pomembnih razlik, kajti ženske so bolj prepričane (4,8) kot moški (4,5), da gibalne aktivnosti vplivajo na otrokov telesni razvoj. Temu rezultatu bi morda lahko pripisali boljšo izobraženost žensk. Nobena od ženskih anketirank ni dala ocene 3 ali manj, za razliko od moških, katerih je 10,0%, ki se delno strinjajo. Tudi Zaplatičeva (2009) je ugotovila, da so starši vključili otroka v organizirano športno vadbo predvsem zato, da lahko otrok na tak način razvija svoj gibalni in telesni razvoj. Staršem je pomembno tudi to, da se spoznava s športom že v zgodnji mladosti.

Polovica moških je bilo popolnega mnenja da gibalne dejavnosti vplivajo na otrokov čustveni razvoj. Povprečna ocena, ki so jo dali moški je 4,3 in povprečna vrednost pri ženskah je 4,2. Lahko rečemo, da se večina staršev resnično zaveda velikega pomena športne dejavnosti kar lahko pripisujemo dobremu informiranju strokovnih vaditeljev ali pa so starši sami izobraženi na tem področju. Ne moremo pa govoriti o različnih mnenjih med moškimi in ženskami.

Otrok v otroštvu doživlja in izraža različna čustva, kot so veselje, jeza, strah, anksioznost zaskrbljenost, ljubosumnost in naklonjenost. Otroci zelo hitro prehajajo med različnimi čustvenimi stanji. Otrok navadno spontano izraža pozitivna in negativna čustva.

Želja po izražanju samega sebe je ena izmed človekovih osnovnih potreb. Otrok sebe izraža v igri. V igri prihaja do lastnega potrjevanja in spoznavanja samega sebe v ožjem in širšem družbenem okolju. Samopotrjevanje pa je silnica, gibalno, ki usmerja otroka k novim dejavnostim, s pomočjo katerih razvija gibalne in spoznavne sposobnosti, ustvarjalnost, delovne navade, moralne in estetske standarde, interese, čustveno življenje (Marjanovič, 2001).

Nekje enako oceno so dali starši za trditev, da gibalne dejavnosti vplivajo na otrokove osebne lastnosti. Povprečna ocena je 4,18, kar pomeni da se v glavnem matere in očetje strinjajo. Lahko rečemo, da so tudi na to vprašanje starši odgovarjali v povprečju kar visoko. Razveseljujoč je podatek, da se starši še kako dobro zavedajo vpliva gibalnih dejavnosti, kajti otrokov organizem je v zgodnjem otroštvu najbolj dovzeten za vplive iz okolja in prav to vpliva na razvoj njegove osebnosti. Kar otrok zamudi v zgodnjem otroštvu, tega kasneje žal ni več moč nadoknaditi. Znano je, da naj bi bila za osebni razvoj odločilna prav prva leta



življenja. Vse motnje v človekovem obnašanju naj bi izvirale iz izkušenj, ki si jih otrok pridobi prav v otroških letih.

Tudi trditve, da gibalne dejavnosti vplivajo na otrokov socialni razvoj se starši presenetljivo dobro zavedajo pomena le teh. Sicer so dali vprašanju večjo vrednost moški (4,22, ženske pa 4,07), vendar do razlik med spoloma ni prišlo. Razloge lahko iščemo v nerazumevanju vprašanja, neizobraženosti, ali pa preživijo toliko časa s svojim otrokom, da ne vidijo možnosti, da bi gibalna dejavnost lahko vplivala na socialni razvoj. Moramo vedeti da sta čustven in socialni razvoj tesno povezana. Na otrokov čustven razvoj vplivajo različni dejavniki predvsem zorenje, učenje in pridobivanje izkušenj. Tudi socialni razvoj je v veliko meri odvisen od učenja in izkušenj v zgodnjem obdobju življenja. Za socialni razvoj je značilno, da otrok po tretjem letu starosti vse več časa preživi z vrstniki, vse manj pa z odraslimi.

Tudi pri Čeboklijevi (2006) se večina anketiranih staršev zaveda, da gibalne dejavnosti pozitivno vplivajo na gibalno področje otrokovega razvoja in njegov telesni razvoj. Menijo tudi, da gibalne dejavnosti pozitivno vplivajo na otrokove osebnostne lastnosti. Še vedno pa je kar nekaj staršev, ki niso dovolj osveščeni o tem, kako pomembne so gibalne dejavnosti za otrokov socialni, emocionalni ter motorični razvoj, kajti menijo, da vadba le v manjši meri vpliva na otrokov socialni in emocionalni razvoj. Tudi to mogoče lahko pripisujemo njihovi nezadostni »razgledanosti« o področju športa ali nestrokovnosti vaditelja, ki jim daje takšen vtis. Zavedati se moramo, da ob neprimernem izboru nalog in iger ter neustreznemu vodenju le-teh se prav lahko zgodi, da je socio-emocionalni vidik premalo upoštevan in tega se nekateri starši, ki se aktivno vključujejo v otrokovo vadbo, prav gotovo zavedajo. Poleg tega skušamo otroku skozi igro in na zabaven način približati šport do te mere, da se bo tudi kasneje sam in zavestno ukvarjal s športom. Zato še enkrat poudarjamo pomembnost strokovne usposobljenosti vaditelja.

Da gibalne dejavnosti vplivajo tudi na otrokov kognitivni razvoj se starši dobro zavedajo. Skoraj polovica moških in žensk se s trditvijo popolnoma strinja. Povprečna ocena je 4,35. Glede na rezultate bi res lahko rekli, da se starši zavedajo pomena gibalnih aktivnosti na kognitivni razvoj, vendar se moramo tudi vprašati ali so starši razumeli vprašanje, so toliko izobraženi, da vedo kaj smo jih spraševali. Stopnja izobraženosti naših anketirancev je visoka, saj je kar 83% staršev z končano vsaj srednjo šolo. Tako lahko rečemo, da imajo starši

potrebno znanje in razumejo, da se otrok kognitivno razvija skozi gibalne naloge s tem, da le te kar se da hitro in učinkovito rešuje. Otrok si tako pridobi veliko izkušenj iz zunanjega sveta. Posameznik napreduje preko razvojnih stopenj, kjer vključuje nove informacije oz. nova gibanja v že znane strukture spomina ali pa že znane gibalne naloge spreminja.

Dolenc (2001) je delala raziskavo na področju povezanosti motoričnih in psiholoških razsežnosti otrok in pri povezavi motorične in splošne kognitivne sposobnosti prišla do ugotovitev, da so najvišje povezave prav pri mlajših otrocih. Ugotovila je še, da ni značilnih razlik med spoloma v povezavah motoričnih in kognitivnih dimenzij.

Iz raziskave Čeboklijeve (2006) je razvidno, da so starši vključili otroka v organizirano športno vadbo predvsem zato, da lahko otrok na tak način razvija svoje gibalne sposobnosti. Nekaj staršev je visoko ocenilo trditev, da tako otrok koristno preživi prosti čas. Športna vadba, v katero je vključen njihov otrok, jim je všeč in nimajo večjih pripomb. Nekatere moti pretirana obremenitev in tekmovalnost, ki sta na vadbi prisotna. To si lahko razlagamo tudi kot pomanjkanja ustreznega znanja na tem področju oziroma pretirana bojazen, da otrok takega napora ne zmore in se lahko celo poškoduje.

V tabeli 9 pride do statistično značilne razlike pri eni trditvi. Ženske so večjega mnenja (4,8), da predšolski otroci v športnih programih spoznajo veliko športnih iger. S to trditvijo se moramo zelo strinjati, kajti otroci se v vodenih športnih programih res naučijo veliko športnih iger in spoznavajo njihova pravila. Najbolj pa se starši nasploh zavedajo, da otroci s tem ko se vključijo v športne programe, pridobijo motorične izkušnje (4,69).

Tabela 6

*Vprašanje 17. Kakšno je mnenje staršev o vključevanju predšolskih otrok v športne programe?*

	Skupaj		Moški		Ženske		T	
	M	SD	M	SD	M	SD	t	pom (t)
<b>Pridobijo motorične izkušnje</b>	4,69	0,526	4,68	0,474	4,70	0,561	-0,23	0,40
<b>Spoznajo veliko prijateljev</b>	4,39	0,764	4,38	0,774	4,40	0,764	-0,16	0,43
<b>Učijo se sodelovanja v skupini</b>	4,57	0,590	4,52	0,640	4,60	0,558	-0,62	0,26
<b>Spoznajo in poskušajo upoštevati pravila</b>	4,49	0,674	4,48	0,679	4,50	0,676	-0,18	0,42
<b>Spoznajo veliko športnih iger</b>	4,54	0,658	4,40	0,744	4,63	0,581	-1,67	<b>0,05</b>
<b>Koristno preživijo prosti čas</b>	4,56	0,656	4,45	0,677	4,63	0,637	-1,38	0,09

Mnenja, da otroci pridobijo motorične lastnosti je večina staršev. Ta postavka je dobila tudi največjo oceno (4,69). Do razlik med spoloma ni prišlo, saj so tako ženske kot moški podobnega mnenja, da otroci pridobijo motorične izkušnje.

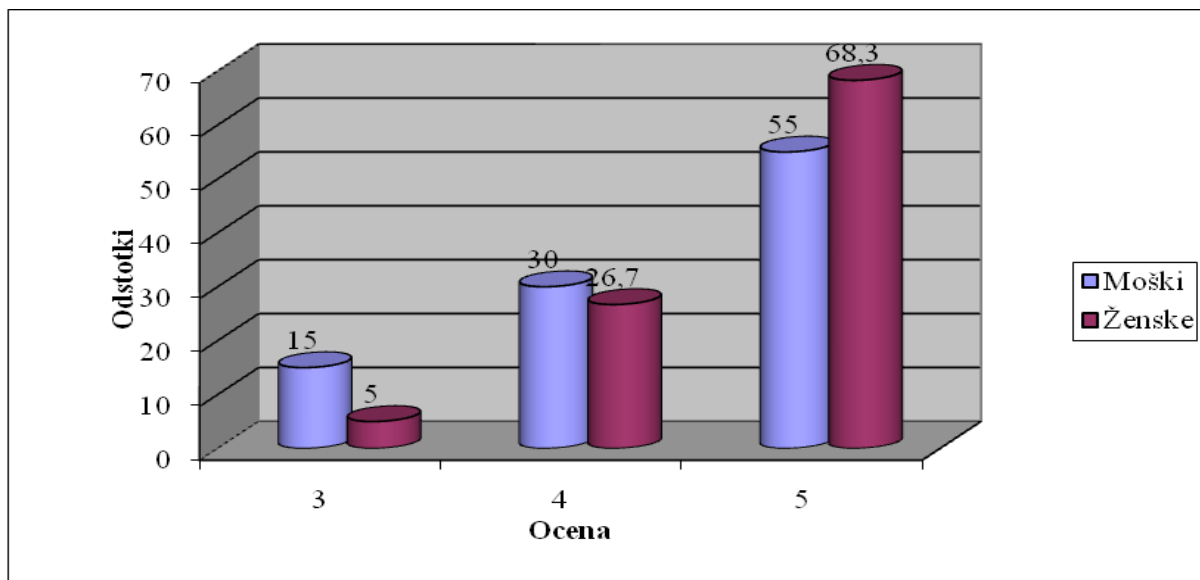
Motorične lastnosti človeka so tiste psihomatične lastnosti, ki določajo posameznikovo motorično učinkovitost in od katerih je odvisno kako se bodo izvajale posamezne motorične naloge. Danes poznamo veliko postopkov s katerimi lahko zanesljivo identificiramo motorične lastnosti. Tega se je lotila tudi Dolenc (2001), ki je ugotovila, da starejši otroci dosegajo boljše rezultate v testih hitrosti, ravnotežja, moči in koordinacije, deklice pa so dosti bolj gibljive, imajo bolj razvito sposobnost gibalnih struktur v ritmu.

Suhodolčanova (2005) je želela v svoji raziskavi predstaviti športne programe za predšolske otroke, ki jih organizira Športno društvo Sonček. Izvedela je, da je najpomembnejši cilj, zakaj vpisujejo otroka k vodeni vadbi, ta, da razvijajo gibalne sposobnosti in pridobivajo nova motorična znanja.

Znano je, da se pri športnih dejavnostih razvijajo pristni medsebojni odnosi in zdrava prijateljstva. Prav šport je tisti, ki krepi medsebojne vezi. Tega mnenja so tudi starši, saj pravijo da pri športni vadbi spoznajo otroci veliko prijateljev (povprečna ocena je bila 4,39). Tudi pri te trditvi ni prišlo, do statističnih razlik, med moškimi in ženskimi.

Mnenje o vključevanju predšolskih otrok v športne programe je, da se učijo sodelovanja v skupini. Tega mnenja je več kot polovica anketiranih staršev. Ženske so sicer te postavki dale večjo vrednost 4,6 (moški 4,52), vendar razlik med spoloma ni. Tudi ta ocena je v povprečju zelo dobro (4,57), kar pomeni, da se starši še kako dobro zavedajo kako pomembna je športna aktivnost v predšolskem obdobju.

Otroci skozi številne elementarne igre spoznavajo smisel in pomen upoštevanja pravil, pomen sodelovanja ter spoštovanja in upoštevanja značilnosti. Otroku naj bi v predšolskem obdobju nudili čim bolj pestro in široko paleto gibalnih izkušenj, kar pomeni veliko novih pravil, ki se jih morajo naučiti upoštevati. Med spoloma ne prihaja do nobenih razlik, se pravi da imajo tako moški (4,48) kot ženske (4,50) enako mnenje o tem, da otroci spoznavajo pravila.



Slika 14. Starši so mnenja da otroci z vključitvijo v vadbo spoznajo veliko športnih iger.

Pri trditvi, da otroci z vključitvijo v vadbo spoznajo veliko športnih iger prihaja do statistično pomembnih razlik, saj so ženske (4,63) v večji meri mnenja, da otroci pri športni vadbi spoznajo veliko športnih iger (moški 4,40). Sama sicer ne najdem razloga, zakaj bi do teh razlik prišlo. Mogoče ravno zaradi že prej omenjenega razloga, da matere otroke večkrat vozijo na vadbo kot očetje in so tam pasivno prisotne. Tako res lahko vidijo koliko športnih iger se otrok na vadbi nauči oz koliko različnih gibalnih izkušenj si pridobi. Na vadbi spoznava različne oblike elementarnih ter gibalnih iger, spoznava smisel in pomen upoštevanja pravil igre, obenem pa si krepi medsebojne odnose.

Tako moški kot ženske se v glavnem strinjajo s tem, da otrok na vadbi preživi čas koristno. Povprečna ocena je kar 4,56. Spet so ženske tiste, ki so te postavki dale večjo oceno (4,63), vendar do statistično značilnih razlik med spoloma zopet ne pride. Zavedati se moramo, da se otrok z redno športno vadbo nauči reda in discipline. Če bo otrok redno obiskoval neko vadbo bo tega navajen na gibanje. Prav tako se bo navadil vadbe ob določeni uri. S tem, ko se otrok vključuje v športno vadbo ima manj problemov z navezovanjem stikov z drugimi vrstniki, navaja se na sodelovanje in na pristno športno obnašanje.

#### 6.4 MOTIVI STARŠEV ZA VKLJUČITEV OTROKA V ŠPORTNO VADBO (Odgovori na vprašanje 18)

V nadaljevanju so starši izpolnjevali vprašanje, ki vključuje motive, zaradi katerih so vpisali otroka v vadbo. To vprašanje so izpolnjevali izključno starši, ki so svojega otroka vpisali v katerokoli športno dejavnost (42 staršev). Za vprašanje zakaj smo otroka vključili v športno vadbo smo kot osnovo uporabili Gillov vprašalnik motivacije za udeležbo v športu, vendar je naš vprašalnik nekoliko prirejen. Vprašanje zajema 30 trditev, na katere so odgovarjali starši.

Tabela 7

*Vprašanje 18. Motivi zaradi katerih so starši vključili otroka v vadbo*

	Skupaj		Moški		Ženske		T	
	M	SD	M	SD	M	SD	t	pom (t)
Želim, da se zabava	4,71	0,636	4,72	0,461	4,71	0,751	0,07	0,47
Želim, da bo telesno sposoben in zdrav	4,60	0,734	4,67	0,594	4,54	0,833	0,54	0,28
Želim, da izpolni svoje spretnosti	4,55	0,593	4,56	0,616	4,54	0,588	0,07	0,45
Želim, da se nauči novih spretnosti	4,52	0,671	4,56	0,616	4,50	0,722	0,26	0,38
Želim, da sprosti svojo energijo	4,31	0,841	4,17	0,924	4,42	0,776	-0,95	0,17
Želim, da dela v skupinah	4,31	0,897	4,06	1,110	4,50	0,659	-1,51	<b>0,07</b>
Želim, da sreča nove prijatelje	4,26	0,798	4,28	0,752	4,25	0,847	0,11	0,45
Želim, da dela tisto, v čemer je spreten	4,10	0,906	3,83	1,043	4,29	0,751	-1,66	<b>0,05</b>
Želim, da je s svojimi prijatelji	4,07	0,867	4,11	0,832	4,04	0,908	0,25	0,40
Želim, da ostane v dobri formi	4,05	0,936	4,11	0,832	4,00	1,022	0,38	0,35
Želim, da ima tovariški duh	4,05	1,011	4,11	0,963	4,00	1,063	0,35	0,36
Želim, da je v skupini (ekipi)	4,05	0,882	3,89	1,079	4,17	0,702	-1,01	0,15
Želim, da se uporablja opremo	3,88	1,087	3,94	1,211	3,83	1,007	0,32	0,37
Želim, da sprosti napetost	3,83	1,146	3,89	1,231	3,79	1,103	0,27	0,38
Želim, da gre ven iz hiše	3,81	1,110	3,94	0,938	3,71	1,233	0,68	0,25
želim, da napreduje na višjo raven	3,79	0,871	3,89	0,832	3,71	0,908	0,66	0,25
Želim, da se nauči trenirati	3,64	1,206	3,67	1,372	3,62	1,096	0,11	0,45
Želim, da ima razburljive dogodke	3,55	1,064	3,78	0,878	3,38	1,173	1,22	0,11
Želim, da nekaj počne	3,48	1,254	3,56	1,294	3,42	1,248	0,35	0,36
Želim, da ima akcije	3,02	1,093	2,83	1,249	3,17	0,963	-0,99	0,26
Ker so mu všeč trenerji in voditelji	2,98	1,199	2,89	1,023	3,04	1,334	-0,40	0,34
Želim, da ima izziv (kljubovanje)	2,93	0,921	3,00	0,907	2,88	0,947	0,43	0,33
Želim, da se počuti pomembnega	2,90	1,322	2,67	1,328	3,08	1,316	-1,01	0,15
Želim, da tekmuje	2,83	1,102	3,06	1,056	2,67	1,129	1,14	0,13
Želim, da potuje	2,74	1,289	3,06	0,938	2,50	1,474	1,49	<b>0,07</b>
Želim, da si pridobi družbeni položaj	2,50	1,042	2,50	0,924	2,50	1,142	0,00	0,50
Želim, da zmaga	2,40	0,964	2,50	0,857	2,33	1,049	0,55	0,29
Želim, da nastopa	2,19	1,215	2,39	1,092	2,04	1,301	0,92	0,18
Želim, da dobi nagrade	2,19	1,153	2,33	1,188	2,08	1,139	0,69	0,24
Želim, da bo popularen	1,93	0,921	1,94	0,802	1,92	1,018	0,10	0,46

Pri vprašanju kateri so motivi za vključitev otrok v športno vadbo (tabela 10), je do statistično pomembnih razlik prišlo samo pri odgovoru, da želijo starši, da otrok počene tisto v čemer je spreten. Tukaj imajo ženske povprečno vrednost odgovora 4,29, medtem ko imajo moški samo 3,83. Pri odgovoru, želim da potuje, imajo moški večjo povprečno vrednost odgovorov (3,06) od žensk (2,50). Se pravi, da si moški bolj želijo, da otrok potuje, medtem, ko imajo ženske večjo željo po tem, da otrok z vpisom v športno vadbo sodeluje oz. dela v skupinah. V tabeli lahko vidimo, da so motivi razporejeni od najbolj do najmanj pomembnega. Najvišje ocenjen motiv je, da starši želijo, da se njihov otrok zabava, sledi motiv, ko si želijo, da bo otrok telesno sposoben in zdrav. Tretji najpomembnejši motiv je, da si želijo, da otrok izpopolni svoje spretnosti oz. se novih spretnosti nauči.

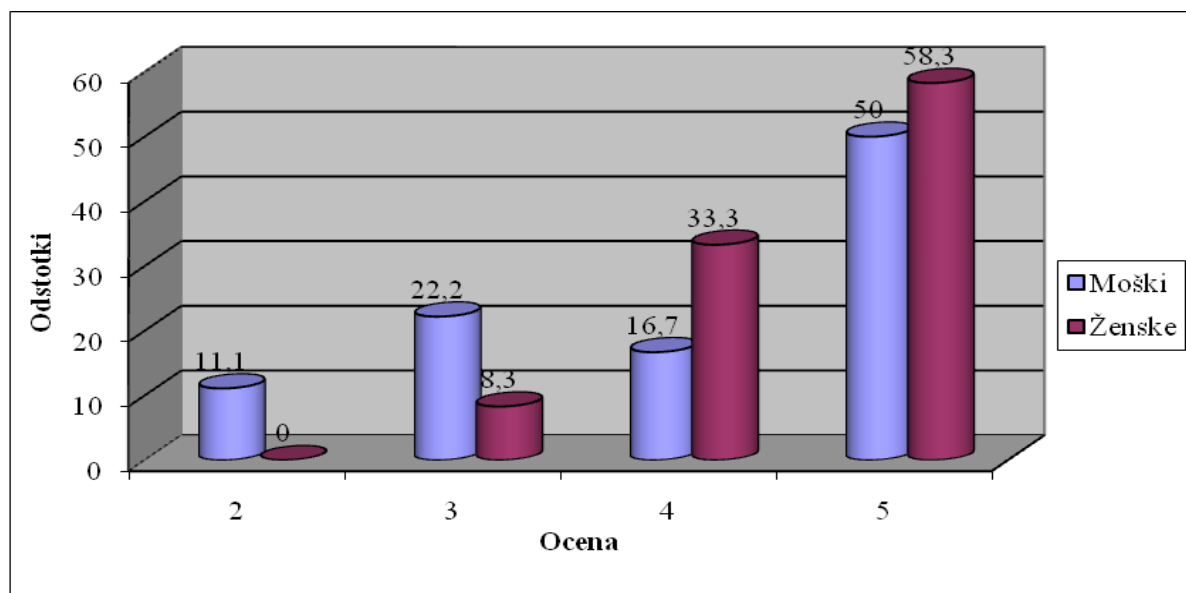
Številni strokovnjaki, pedagogi, zdravniki in psihiatri nam na različne načine odkrivajo kako pomembna je otrokova zabava in igra in njena veliko vrednost pri oblikovanju srečne in zdrave otrokove osebnosti. Zato je igra za otroka v predšolskem obdobju glavna življenjska vsebina. Iz tabele 10 vidimo, da je staršem to največji motiv, da se otrok zabava. Motiv je ocenjen z vrednostjo 4,71, kar je zelo visoko.

S športnimi dejavnostmi pozitivno vplivamo tudi na počutje otrok, na ohranjanju njihovega zdravja in na krepitvi imunskega sistema. Otroci so med športnimi dejavnostmi izpostavljeni vplivu številnih naravnih dejavnikov, kot so zrak, sonce, voda, veter in le s prilagajanjem na te vremenske pojave lahko krepí svoj imunski sistem. Zelo visoko oceno so dali starši tudi te postavki, da želijo, da je njihov otrok sposoben in zdrav.

Kot tretji najpomembnejši motiv zaradi katerega so starši vpisali otroka v športno vadbo je, da želijo, da otrok izpopolni svoje spretnosti. Že iz prejšnjih vprašanj in odgovorov, smo lahko razbrali, da se starši dobro zavedajo kako pomembna je gibalna dejavnost na vseh področjih za otroka. Iz tega tudi izhaja želja staršev, da se otrok razvija v pravi smeri. Tako moški (4,56) kot ženske (4,54) so tej postavki dali skoraj enako vrednost, tako, da o razlikah ne moremo govoriti.

To, da si starši želijo, da se otrok nauči novih spretnosti smo že ugotovili. Da jim je to velik motiv za vključitev otroka k vadbi pa lahko vidimo iz tabele 10. Povprečna ocena vseh staršev je 4,52. Lahko rečemo, da je to zelo velik motiv zaradi katerega starši vključijo otroka v športne programe.

Veliko staršev želi, da se otrok skozi dan veliko giblje, ker bo tako zvečer utrujen in bo hitro zaspal. Dostikrat je to tudi razlog, zakaj starši vpisujejo otroka v tovrstne dejavnosti. Nekateri starši otroka zaradi teh razlogov vključijo otroka v več dejavnosti hkrati. Dobljeni rezultati kažejo na to, da je staršem velik motiv tudi ta, da otrok na športni vadbi sprošča svojo odvečno energijo.



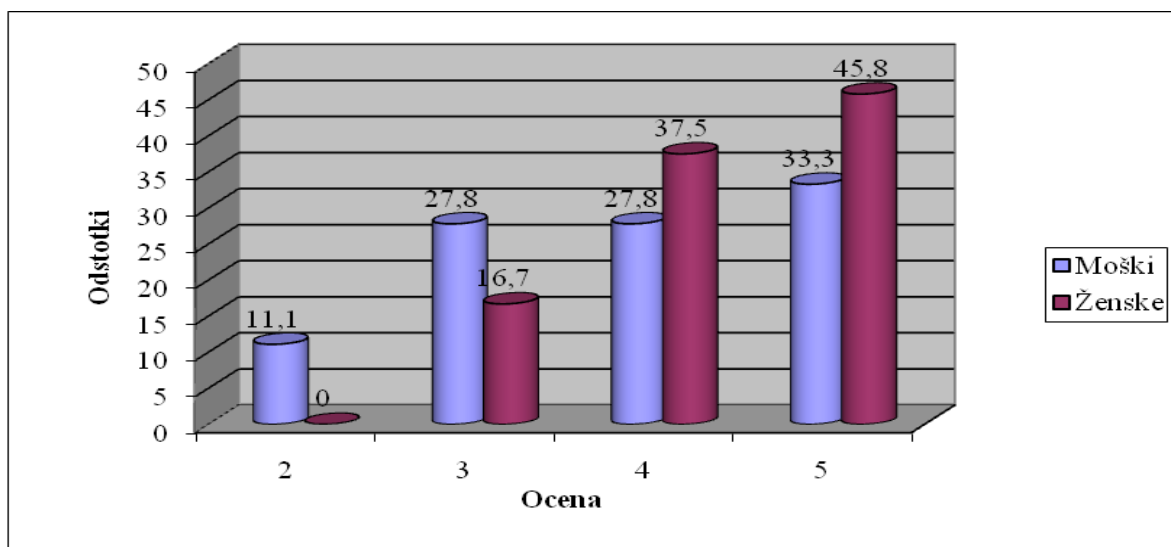
Slika 15. Motiv zaradi katerega je otrok v športni vadbi je, da bo delal v skupini.

Pri šestem največjem motivu je prišlo do **statističnih razlik med spoloma**. Ženske so bolj motivirane (4,5) za vključitev otroka v vadbo z razlogom, da bo le ta delal v skupinah. Razlog je morda v tem, da se bolj zavedajo pozitivnega vpliva dela v skupinah. V vsakem primeru pa se več kot polovica staršev (58,3% žensk in 50% moških) popolnoma strinja s tem, da je motiv, da otrok dela v skupinah dovolj velik za vključitev otroka v športno vadbo. Ta podatek je razveseljujoč, saj otrok pri športni vadbi res spoznava vrstnike, in se pri tem uči soočanja z različnimi tipi ljudi. Ob tem pridobiva lastnosti kot so obzirnost, poštenost, strpnost, sodelovanje, sopomoč. Vse te lastnosti mu bodo v življenju dosti pomagale, ko se bo znašel v skupnosti. Mnoge športne dejavnosti od otroka zahtevajo, da se zaveda drugih otrok in odraslih, z njimi deli prostor in stvari ter sodeluje. Kot pravi Zajčeva (2009) ima otrok v paru ali skupini priložnost, da si skupaj z drugimi otroki prizadeva doseči cilj.

Otroci, ki so vajeni večjih skupin že od majhnega, se lažje vključujejo v vrstniško skupino. To so ugotovljale tudi Zupančičeva, Podleskova in Kavčičeva (2006). Prišle so do rezultatov, da

so otroci, ki so predhodno obiskovali vrtec razlikovali od tistih, ki vrta niso obiskovali. Otroci, ki so hodili v vrtec so izražali več veselja in zaupljivosti, se pogosteje vključevali v vrstniško skupino in delovali bolj neodvisno od odraslih.

Veliko smo že govorili o tem, kako športna dejavnost pozitivno vpliva na otroke. Tega se večinoma zavedajo tudi starši, saj prav v športnih skupinah otroci dobijo nove prijatelje, kateri vplivajo na njegovo sodelovanje, prilagajanje in zastavljenih ciljev. Pri motivu kjer starši vpišejo otroka v športne programe, da le ta sreča nove prijatelje razlik med spoloma ni, tako da imajo tako ženske (4,25) kot moški (4,28) enak motiv za vključitev otrok v vadbo. Za razliko je Zaplatičeva (2009) dobila malo drugačne rezultate, kajti pri trditvi, da so starši vključili svojega otroka v športno vadbo, zato da postane dober športnik in da sklepa nova prijateljstva, sta bili v primerjavi z drugimi trditvami ocenjeni za manj pomembni.



Slika 16. Motiv zaradi katerega je otrok v športni vadbi je, da bo delal tisto v čemer je spreten.

Starši dostikrat svoje otroke vpisujejo k dejavnostim za katere vedo, da so v njih spretni in jih obvladujejo. Razumljivo pa je, da tudi otroci sami dosti rajši obiskujejo dejavnosti pri katerih obvladujejo določene spretnosti. Tudi tukaj pride do **razlik med ženskami in moškimi**, kajti ženskam je večji motiv (4,29), da otroke vpišejo tja, kjer vedo, da bo otrok spreten, da mu določene naloge ne bodo delale težav in da jih bo z lahkoto reševal. Tako se 45,8% žensk popolnoma strinja, da jim je motiv za vključitev otroka v vadbo, da dela tisto v čemer je spreten. S tem se popolnoma strinja še 33,3% moških. Velik odstotek je žensk, ki se v glavnem strinjajo s to trditvijo (37,5%). 11,1% moških pa je takih, ki se ne strinjajo, da je jim je motiv za vključitev otroka v vadbo. Razlog za razliko je morda tudi ta, da so matere



nekoliko bolj ustrežljive otrokom in jim nudijo tisto, kar jim je všeč. Očetje pa so večkrat manj popustljivi in poskušajo otroka vključiti v več stvari in jih naučiti različnih znanj.

Pri motivu, kjer želijo starši, da je otrok s svojimi prijatelji, že lahko vidimo, da je malo manjši, kajti starši vpišejo otroka s tem namenom, da se le ta razvija, napreduje, itd. Še vedno pa je motiv kar visok (4,07) in pomeni, da starši radi vidijo, da ima otrok na vadbi poleg sebe prijatelja. Pri samih začetkih vadbe, sploh pri predšolskih otrocih, je to celo zelo priporočljivo, saj se otrok tako počuti dosti bolj varnega in sigurnega. Iz izkušenj, ki sem jih pridobila pri delu s tako mladimi, lahko rečem, da je dosti otrok takih, ki brez svojega prijatelja nočejo na telovadbo. Razlogov za to je lahko veliko. Otroka sta mogoče navajena en na drugega, mogoče jih k temu spodbujajo starši ali pa se otrok s prijateljem počuti varnejšega. Včasih je predobro prijateljstvo zelo moteče, kajti otroci, ki se dobro poznajo in preživijo veliko časa skupaj, so navajeni en na drugega. K temu sledi, da so na sami vadbi zelo "pogumni" in večkrat ne poslušajo navodil. Potrebno je nenehno opozarjanje. S skupinami, kjer se otroci ne poznajo tako dobro, je delati lažje. Otroci so dosti bolj umirjeni, in le poslušajo in opazujejo druge.

Staršem je motiv, da njihv otrok ostane v dobri formi še vedno kar visok (4,05). Sicer je motiv nekoliko večji moškimi (4,11), kar je tudi razumljivo, saj so ravno očetje tisti, ki radi vidijo da je njihov otrok dobro pripravljen športnik. Prav tako je staršem všeč, če imajo njihovi otroci tovariški duh. To izhaja iz tega, da so po vsej verjetnosti tudi sami športniki in cenijo to lastnost. Statističnih razlik med moškimi in ženskami ni, so pa moški dali malo večjo vrednost (4,11) od žensk (4,0).

Vsak izmed staršev si želi, da bi njegov otrok uspel in bil v nečem dober. To je tudi želja vsakega otroka in s tem ko se vključi v katerokoli športno dejavnost se začne dokazovati sebi, staršem, sovrstnikom in vaditeljem. Otrok vedno teži k temu, da bi bil najboljši. Tudi iz tabele 10 lahko razberemo, da si večina staršev želi svojega otroka v ekipi in ji je to tudi motiv za vključitev otroka v športno dejavnost (4,05) Zanimivo pa je, da so pri tej postavki dale ženske (4,17) večjo vrednost kot moški (3,89).

Za varno, predvsem pa kakovostno izvajanje gibalnih dejavnosti so pomembni tudi športni pripomočki in igrala. Rekviziti morajo biti izdelani iz različnih, ustreznih materialov ter različno pobarvani. Veliko staršem se zdi pomembno, da imajo otroci zagotovljene dobre športne pripomočke. Motiv je dobil vrednost 3.88. Malo večjo vrednost pri motivu, kjer želijo

starši, da njihov otrok uporablja opremo in pripomočke je pri moških (3,94), vendar večjih razlik med moškimi in ženskami ni.

Rezultati iz tabele 7 so nas malo presenetili, kajti veliki večini staršev (povprečna ocena 3,83) je motiv, da otrok sprost napetost. Glede na to, da smo anketirali starše otrok, ki so stari od dve do šest let smo mnenja, naj tovrstni motivi še ne bi bili pomembni. Res pa je, da bo redna športna dejavnost otroku pomagala ohranjati zdravje in ga sproščala ob psihičnih napetostih vse življenje. Če starši otroku te vrednote ne privzgojijo oziroma mu jo celo prepovedujejo, jo bo tudi kasneje le s težavo privzel kot svojo. Lahko se zgodi tudi, da bo otrok imel občutek krivde ob dobrem počutju, zabavi in igri, ki ga gibalne dejavnosti nudijo, če mu bodo starši to preprečevali. Čeprav šport ni edino sredstvo za preprečevanje mnogih negativnih pojavov, pa je vendar jasno, da postaja šport v sodobnem življenju neizogibna potreba vsakega človeka.

Kot vemo, je danes popularen sedeči način življenja pred računalniki. Tega se zavedajo tudi starši. Z raznovrstnimi dejavnostmi skušajo svoje otroke zaposliti na zdrav način. Žal je še vedno veliko staršev, ki svojih otrok v tovrstne dejavnosti niso vpisali. Kje tiči razlog ne vemo. Morda je to samo pomanjkanje dejavnosti za mlajše v občini Kočevje. Na to temo bi lahko dodali še kakšno vprašanje k naši anketi in tako izvedeli ponudbo športnih aktivnosti na kočevskem. Nekoliko večji motiv da gre otrok ven iz hiše je moškimi (3,94), vendar tudi tukaj ne moremo govoriti o razlikah med spoloma.

Čisto razumljiv je motiv, da se otrok razvija in napreduje kar se da najboljše, na vseh področjih. Tudi pri športu je tako. Starši radi slišijo, da njihov otrok napreduje, da je pohvaljen in da je ta napredek viden. Tudi ta motiv ima kar visoko povprečno oceno 3,79. Nekoliko večji motiv, da otrok napreduje je moškimi (3,89). Otroci morajo v tem obdobju dobiti občutek, da so sposobni obvladati spretnosti, ki jih od njih pričakujemo. Občutiti morajo svobodo pri izražanju, sanjarjenju in razvijanju lastne domišljije. Navaditi jih moramo na to, da tekmujejo sami s seboj in doživljajo občutek, da napredujejo, dosegajo uspehe, bodisi pri majhnih ali velikih stvareh – čeprav po majhnih korakih.

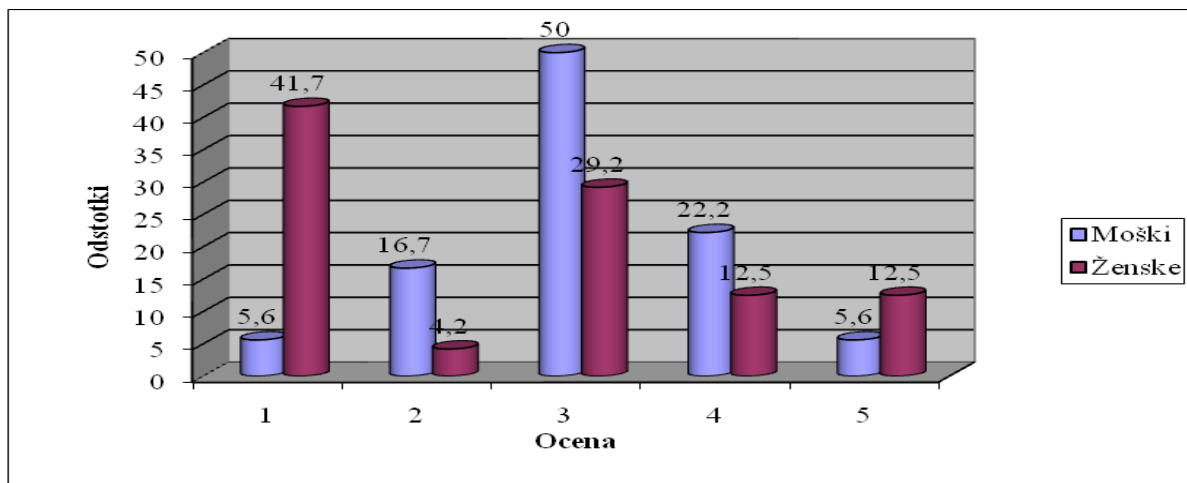
Starši želijo, da se njihov otrok nauči trenirati (3,64). To bodo dosegli tako, da bo otrok že od malih nog hodil k popoldanski vadbi, se tako navadil na gibanje in igro ob določenem času, navadil se bo sodelovanja in imel najn problemov z navezovanjem stikov z drugimi vrstniki. Tisti starši, ki se s tem ne strinjajo, vključujejo otroka k vadbi najverjetneje zaradi tega, da se otrok družijo z vrstniki, da se igra, uživa, se nauči osnov gibanj, določene discipline, reda in

številnih elementarnih iger. Motiv, da ima otrok razburljive dogodke ni več tako visok (3,55), kar pomeni da se starši delno strinjajo ali pa se ne strinjajo s tem, da je to razlog za vključitev otroka v športno vadbo. Sicer je motiv kar dosti večji pri moških (3,78), vendar do razlik med ženskami ne prihaja (3,38). Veliko staršev otroka vpiše v športno vadbo zgolj zaradi tega, da nekaj počne. Zopet je moškim to malo večji motiv, vendar tudi tukaj ni nobenih značilnostih razlik. Motiv, kjer želijo starši, da ima otrok akcije prav tako ni visok. Postavka je ocenjena s 3,02, kar pomeni, da se starši delno strinjajo oz se sploh ne strinjajo s trditvijo.

Ne moremo reči, da je staršem motiv zaradi katerega vključujejo otroke v vadbo vsečnost trenerjev in voditeljev zelo pomemben (2,98), kar je dober podatek. Vsekakor ta motiv ne bi smel igrati odločilne vloge pri vpisu otrok v športne programe. Tisti, ki ji je motiv trener se verjetno s trenerjem poznajo že od prej, so dobri prijatelji ali sorodniki. Je pa res, da mora trener pokazati svoje strokovno znanje, da mu starši zaupajo. Če bo trener dobro delal, bodo starši zadovoljni in prav tako njihovi otroci. V tem primeru bo staršem res to večji motiv, da pripeljejo otoka na vadbo.

Za predšolskega otroka, ki se veliko in zavzeto igra, velja, da bo odrasel v osebo, ki mu bo delo pomenilo izziv in ga bo odgovorno in z zadovoljstvom opravljajal. Nasprotno pa bo otrok, ki nima možnosti in pogojev za sproščeno igro, v odraslosti težje sprejemal obveznosti in delo. Da ima otrok z vključitvijo v športne programe izziv so starši ocenili kot ne tako zelo pomemben motiv (2,93). Nekoliko bolj visoko vrednost so dali tej postavki moški (3,0), vendar razlik med spoloma ni. Prav tako ni staršem velikega pomena motiv, da se bi otrok počutil na vadbi pomembnega. Povprečna ocena je le 2,9 in zanimivo je, da so pri tej postavki dale ženske dosti večjo oceno (3,08) kot moški (2,67). Do statističnih razlik sicer ni prišlo, vendar bi bilo mogoče dobro vedeti, zakaj je ženskam bolj všeč, da se otrok počuti pomembnega. Morda lahko to povežemo z žensko osebnostjo, predvsem zato, ker so ženske rade v središču pozornosti.

Presenetljivo pri motivu, kjer si starši želijo da njihov otrok veliko tekmuje ni statističnih razlik med moškimi in ženskami. Res da je višja ocena moških (3,06), vendar smo pričakovali večje razlike. Povprečna ocena staršev je 2,83, kar pomeni, da staršem ni ravno najpomembnejše to, da otrok tekmuje.



Slika 17. Motiv zaradi katerega je otrok v športni vadbi je, da bo potuje.

Iz slike 17 lahko vidimo, da staršem ni prioriteta, da otrok z vključitvijo v športne dejavnosti potuje. Zanimivo bi bilo izvedeti kaj točno so starši mislili s tem, da potuje. Če so imeli v mislih razne tečaje, tekme in športne prireditve katerih se udeležuje potem bi bili te rezultati nič kaj zadovoljivi. Če pa so se osredotočili bolj na to, da gredo na neka potovanja kot za nagrado, potem so rezultati dobri, saj več kot polovici staršev to ni motiv za vključitev otroka v vadbo. Kar 41,7% žensk se popolnoma ne strinja s tem, od tega le 5,6% moških. Največ staršev je obkrožilo oceno 3 in sicer kar 50% moških. To pomeni da se delno strinjajo oz se delno ne strinjajo. Pri tem motivu pride do **statističnih razlik med spoloma**, saj so moški (3,06) bolj motivirani k vpisu otroka v vadbo zaradi potovanj kot ženske (2,5). Vendar kot smo že prej rekli bi bilo treba vedeti kaj so starši imeli v mislih ko so prebrali "potovanje", ker le tako lahko rečemo ali so dobljeni rezultati dobri ali slabi.

Staršem ni vodilni motiv, da otroka vpišejo k telovadbi zaradi tega, da bi si pridobil družbeni položaj. Motiv je povprečno ocenjen z oceno 2,5. Lahko rečemo, da se starši v glavnem ne strinjajo s tem, da bi otroka vključevali v vadbo zaradi položaja v družbi. In če pogledamo, pri temu odgovoru med moškimi in ženskami sploh ni razlik. Pri motivu, da starši vključujejo otroka v vadbo, ker želijo da zmagaže smo prišli do presenetljivih rezultatov. Pričakovali smo, da bo večini staršev moškega spola to velik motiv. Vendar pa ni tako. Res, da so starši ocenili to postavko malo višje (2,5), vendar ne moremo govoriti o razlikah.

Staršem v glavnem ni pomemben motiv, da otrok nastopa (2,19). Razlog je verjetno ta, da se pri tovrstnih dejavnostih ne organizirajo javni nastopi, ampak se prirejajo tekmovanja. Če pogledamo nazaj, je motiv, da otrok tekmuje res malo večji (2,83). Drugi najmanjši motiv je, da starši otroka vpisujejo v vadbo zaradi nagrad, kar je razveseljujoč rezultat. To dokazuje, da

starši otroka vpisujejo zgolj zaradi znanj, ki jih bo pridobil. Seveda pa je tudi nekaj takih staršev, ki jim nagrade pomenijo dosti. Morda so mislili na nagrade, kot pohvale za dobre dosežke. V tem primeru, mislim, da si bi tega želel vsak starš. Morda je to nekoliko večji motiv očetom (2,33), vendar mogoče ravno zaradi prej povedanega. Na srečo si starši ne želijo tudi popularnosti svojega otroka in ga s tem namenom ne vključujejo v športne programe. Le 1,93 je povprečna ocena te postavke, kar je dober rezultat. V glavnem se tako moški kot ženske ne strinjajo, da bi jih to motiviralo za vpis otrok v športne dejavnosti.

### **Povzetek interpretacije**

Večina staršev je vključila otroka v organizirano športno vadbo predvsem zato, da na tak način razvija svoj gibalni in telesni razvoj. Staršem je pomembno tudi to, da se spoznava s športom že v zgodnji mladosti. Nekaj staršev je visoko ocenilo trditev, da tako otrok sprošča svojo energijo. Trditev, da so vključili svojega otroka v športno vadbo, da se nauči trenirati, je bila ocenjena za manj pomembno. Staršem se ne zdi pomembno tudi to, da otrok na vadbi sklepa nova prijateljstva, medtem ko smo že ugotovili, da je to otrokom zelo pomembno. Menimo, da otrok s tem, ko spoznava nove prijatelje, veliko pridobiva, še posebej na čustvenem in socialnem razvoju.

Veliko staršev je mnenja, da je športna dejavnost zelo pomembna za zdravje in razvoj njihovega otroka. Čeprav so mnenja, da je športna aktivnost pomembna, jih ne vključujejo v organizirane športne aktivnosti pod strokovnim vodstvom. Lahko pa se vprašamo, kje nastane problem, ali je to denar ali pa še bolj verjetno čas, ki ga je danes tako zelo malo. Starši verjetno zato raje vpisujejo otroke v krožke, ki se odvijajo, ko so otroci v vrtcu, saj tako niso dodatno obremenjeni. Drugače pa je, če jih vpišejo k športnim aktivnostim, ki se odvijajo v popoldanskem času. V tem primeru si morajo starši vzeti čas in otroka voziti na vadbo, kar pa velikokrat predstavlja oviro, ki se ji starši raje izognejo tako, da otroku ne omogočijo dodatne športne aktivnosti. S takšnimi problemi se srečujejo društva, ki imajo vadbo organizirano v popoldanskem času. Težko pridobijo otroke za vadbo, še težje pa jih zadržijo. To lahko potrdim tudi iz lastnih izkušenj, ki sem si jih pridobila v dvoletnem vodenju športne šole. Raziskava Čeboklijeve (2006), ki je ugotavljala razloge za vključevanje otrok v športno vadbo, je pokazala, da se starši zavedajo, da je najpomembnejši cilj za njihove otroke razvijanje gibalnih sposobnosti.

Na koncu bi še zapisali besede Jabrešičeve (2003). "Šport ima velik pomen za otrokov celostni razvoj, tako ko gibanje (naravna razvojna potreba vsakega človeka) zadovoljuje otrokove potrebe po gibanju. S športom prispevamo k ohranjanju in krepitvi otrokovega zdravja, še posebno, če izvajamo športne aktivnosti v naravi. Šport vpliva na otrokove duševne in čustvene sposobnosti, na pozitivne odnose v družini. Lahko pripomore k ustvarjalnosti, estetskemu in umetniškemu izražanju. Z gibanjem se lahko povečajo sposobnosti, kot so zbranost, hitrost odzivanja in nadzor nad samim seboj. Gibanje v naravi budi ljubezen, pristen, kulturn in spoštljiv odnos do narave in njene okolice. S športom prispevamo k sproščenemu življenju otroka, kar je pomembno za duševni in socialni razvoj. V igri z vrstniki občuti otrok radost in veselje. S športno vzgojo smotno, načrtno in organizirano vplivamo na otrokov motorični razvoj in sposobnosti (koordinacijo, hitrost, moč, gibljivost, preciznost, ravnotežje ...). Otrok spozna pojave v vsakdanjem življenju: na sprehodih spozna promet, v različnih gibalnih nalogah spozna svoje telo, lastne gibe, spozna vrednote (vztrajnost, tovarištvo, spoštovanje ...) in tako prispeva k oblikovanju lastnega značaja. Otrok skozi igro uresničuje svoje želje in potrebe; skozi igro spozna prva pravila, ki jih mora spoštovati, doživlja prve zmage in poraze. Postopoma začne otrok spoznavati in osvajati osnovne prvine različnih športnih zvrsti (od splošne telesne vadbe do smučanja, plavanja, letovanja, rolanja ...). Športna dejavnost je pomemben dejavnik družinske integracije. Splošna telesna vadba pripomore k celostnemu oblikovanju otrokove osebnosti."

## 7. SKLEP

V diplomskem delu je bil naš glavni cilj ugotoviti, športnorekreativne navade staršev. Ugotoviti smo želeli, kakšen je vpliv staršev pri vključevanju otrok v športno vadbo (ali so otroci športno aktivnih staršev tudi sami športno aktivni in obratno) in kakšno mnenje imajo starši o vplivu gibalnih aktivnosti na otroka. Želeli smo izvedeti še motive zaradi katerih starši vpisujejo otroke v športno vadbo (glede na spol).

V raziskavi smo uporabili anketni vprašalnik, ki vsebuje vprašanja o športni aktivnosti staršev predšolskih otrok, vprašanja, ki se nanašajo na športno dejavnost predšolskih otrok. Vprašalnik je vključeval še vprašanja o seznanitvi staršev z vadbo, njihovim mnenjem o vadbi ter vplivu gibalnih aktivnosti na otroka. Nazadnje so nas zanimali še motivi zaradi katerih vključujejo otroke v športno vadbo. Anketne vprašalnike so starši predšolskih otrok reševali doma in jih v dogovorjenem roku prinesli v vrtec. Vzorec je zajemal starše in predšolske otroke iz treh različnih vrtcev.

S pomočjo anketnega vprašalnika smo ugotovili, da je več kot polovica staršev športno aktivnih. Majn kot polovica je staršev, ki svoje otroke vpisujejo v športno vadbo, kar ne sovпада z rezultati o zavedanju staršev o vplivu gibalnih aktivnosti staršev. Pričakovali smo nekoliko višje število aktivnih staršev oz več takih staršev, ki so svojega otroka vpisali v športno vadbo in so tudi sami aktivni. Torej je potrebno še naprej veliko spodbujati in seznanjati starše o pomembnosti športa za zdravje vsakega posameznika in ne samo otroka.

Otroci se nedvomno zgledujejo po svojih vzornikih in v prvi vrsti sta to oče in mati. Radi prevzemajo njihove navade, zato jih športne aktivnost staršev že zelo zgodaj spodbudijo k zdravemu življenju in sprostivni s športom. Starši, ki se s športom redno ukvarjajo, pridobljena gibalna znanja in osnove različnih športov lažje in učinkoviteje posredujejo svojim otrokom in jih usmerjajo v življenje, obogateno s športom. Tisti otroci, kjer sta aktivna oba starša, so aktivni tudi sami, saj je to del njihovega vsakdana. Iz naše ankete smo izvedeli, da je več kot polovica staršev aktivnih vsaj enkrat tedensko, kar je spodbudno. Športno aktivni starši največ ukvarjajo s hojo, kolesarjenjem, tekom nato pa sledijo športi, ki se izvajajo v športnih objektih. Starši si izbirajo športe, ki finančno niso prezahtevni in jih lahko izvajajo skozi celo leto. Najverjetneje so to tudi tisti športi, ki jih lahko izvajajo skupaj s svojimi otroki, in prav to je zelo pohvalno.

Rezultati ankete so pokazali, da se starši se zavedajo kako pomemben je otrokov gibalni razvoj. Velik napredek v gibalnem razvoju se kaže v predšolskem obdobju od drugega do sedmega leta starosti. Zato je torej za otrokov gibalni razvoj v predšolskem obdobju ključnega pomena gibalna dejavnost. Večina staršev se je strinjala, da imajo tu gibalne dejavnosti največji vpliv, medtem ko imajo po njihovem mnenju drugi največji vpliv na otrokov telesni razvoj. Najmanjši vpliv gibalnih dejavnosti se jim zdi na otrokov socialni in osebni razvoj. To se nam zdi presenetljivo, saj nedvomno gibalne dejavnosti neposredno vplivajo tudi na socialni in osebni razvoj otroka. Otrok na vadbi spozna novo okolje, prijatelje – se z njimi družijo in aktivno sodelujejo. Mnoge gibalne dejavnosti od otroka zahtevajo, da se zaveda drugih otrok in odraslih, da z njimi deli prostor, stvari in z njimi sodeluje. Tako postaja samozavestnejši in odločnejši pri sklepanju novih poznanstev in odločitev.

Tudi časovna stiska, v kateri se nahaja veliko staršev glavni vzrok, da je še vedno premalo, predvsem predšolskih otrok vključenih v organizirano in vodeno športno vadbo. Takih je kar 56% otrok. Mogoče še vedno prevladuje mnenje, da je za zadovoljitev dnevne otrokove potrebe po gibanju dovolj poskrbljeno v vrtcu oziroma kasneje v šoli ali pa so starši sami športno aktivni z otroci in jih vključujejo v svoje športne programe. Včasih tudi starši ne želijo svojih otrok še dodatno obremeniti in jim želijo le podaljšati brezskrbno otroštvo do vstopa v šolo, ko se otrokove obveznosti občutno povečajo.

Večina staršev je mnenja, da so njihovi otroci aktivni. Najpogostejši vrsti neorganizirane vadbe sta igranje na igralih in igre z žogo. Otrokom je na vadbi zelo všeč, da pri vadbi spoznavajo vrstnike, otrokom z mesta pa vsebina športne vadbe. Z elementarnimi gibalnimi igrami otroci postopoma spoznavajo smisel in pomen upoštevanja pravil igre in krepijo medsebojne odnose, kar je zelo pomembno za otrokov celostni razvoj.

Od anketiranih staršev smo izvedeli, da so mnenja, da je športna dejavnost zelo pomembna za zdravje in razvoj njihovega otroka in jim je to zelo velik motiv za vključitev otroka v športno dejavnost, saj lahko otrok na tak način razvija svoje gibalne sposobnosti in tako vpliva na gibalni razvoj. Največji motiv za vključitev otroka v športne dejavnosti je staršem, da se otrok zabava, kar je tudi prav, saj se otrok skozi zabavo oz. igro uči. Drugi večji motivi so še, da bo izpopolnil svoje spretnosti in da se bo naučil novih spretnosti. Predšolska športna dejavnost temveč pomaga pri oblikovanju otrokove osebnosti, zato je njena prisotnost v tem obdobju nujno potrebna. Starši morajo z 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, k odkrivanju domiselnih rešitev različnih problemov, tako gibalnih kot drugih.

Otroci skozi gibanje od samega rojstva spoznavajo okolje, v katerem živijo. Z gibanjem otrok razvija svoje gibalne in funkcionalne sposobnosti, ugodno vpliva na nekatere morfološke značilnosti, razvija pa tudi spoznavne, čustvene in socialne karakteristike. Športna aktivnost ne zadovoljuje le otrokovih potreb po gibanju, ampak ima zelo pomembno vlogo pri razvoju otroka v celostno osebnost. Naloga staršev, učiteljev, vzgojiteljev in športnih pedagogov morajo biti usmerjene v zagotavljanje raznovrstnih gibalnih izkušenj, ki bi imele pozitiven vpliv na otrokov razvoj, tako telesni, osebni, intelektualni, čustveni in socialni.

V predšolskem obdobju mora otrok pridobiti čim več gibalnih izkušenj. Te so osnova kasnejšim zahtevnejšim gibalnim vzorcem. Otroka je potrebno usmerjati v razne aktivnosti, ki temeljijo na gibanju. Vedeti moramo, da kar zamudimo v zgodnjem razvojnem obdobju, bomo kasneje težko nadoknadili. Težiti moramo k temu, da postane šport človeku ena izmed pomembnih sestavin kakovosti življenja v vseh starostnih obdobjih, kajti naš življenjski slog se razvija skozi vse življenje. Najprej se oblikuje v družini, nato v okolju, v katerem otrok odrasča. Starši imajo vsekakor pri otrocih in mladostnikih najpomembnejšo vlogo. Oni vzgajajo in učijo. Če želijo, da bi bil njihov otrok zdrav, mu morajo stati ob strani s svojim zgledom. Pri oblikovanju zdravega načina življenja je zelo pomembna, lahko bi rekli celo najpomembnejša, gibalna dejavnost. Zato moramo vedno znova moramo težiti k osveščenosti družine in posameznikov, da se bo še naprej gojilo šport kot sestavni del življenja in kot sredstvo, ki motivira, koristi predvsem pa osrečuje. Organizirane in vodene športne dejavnosti morajo imeti cilje usmerjene tako, da otroku ustrezno razvijajo gibalne sposobnosti in mu omogočijo dovolj pozitivnih, kakovostnih in raznovrstnih spodbud za njegov razvoj.

Vsebina diplomskega dela je namenjena vsem, ki so kakor koli povezani z vzgojo in izobraževanjem na športnem področju, staršem in vsem drugim, ki se zavedajo pomembnosti redne športne vadbe za zdrav in celosten razvoj otroka. Namenjena je tudi tistim, ki bi radi kaj več naredili za boljšo gibalno dejavnost predšolskih otrok, kajti res se moramo zavedati, da nas gibanje oblikuje, radosti in polni od zgodnjega otroštva do pozne starosti. Zato je ravno predšolsko obdobje temeljno za gibalni razvoj. S prvimi gibalnimi izkušnjami moramo poseči

v najbolj zgodnje obdobje otrokovega razvoja in v njem najbolj prijaznem okolju. Družina naj spodbuja k otrokovemu razvoju, njegovim telesnim dejavnostim in raznovrstnemu gibanju.

Res, da imajo v današnjem času starši tako malo časa, vendar je vseeno pomembno, da se zavedajo, kako sta gibanje in šport eden od pomembnejših dejavnikov otrokovega razvoja. Pomembno je, da svoje otroke vpisujejo v organizirane športne vadbe, ki jih vodijo strokovno usposobljeni delavci, ki te otroke usmerjeno vodijo skozi igro do različnih znanj. Le pravilno organizirana in strokovno usmerjena športna vzgoja omogoča uresničitev ravnotežja med različnimi vidiki otrokovega telesnega in duševnega razvoja.

## 8. VIRI

1. Čebokli, N. (2006). *Razlogi za vključevanje otrok v športno vadbo*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
2. Doupona, M. in Petrović, K. (2000). *Šport in družba – sociološki vidiki*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
3. Horvat, L. & Magajna, L. (1987). *Razvojna psihologija*. Državna založba Slovenije.
4. Iličič, L. (2008). Športne aktivnosti predšolskih otrok ob koncih tedna, med prazniki in v času počitnic. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
5. Jambrešič, M. (2003). *Analiza športnega programa ABC za otroke od drugega do devetega leta starosti*. Diplomsko delo, Ljubljana: Fakulteta za šport.
6. Jurak, G., Kovač, M. in Strel, J. (2007). Motivacija za udeležbo v športu. V *Šport in življenjski slogi slovenskih otrok in mladine* (str. 151 – 153). Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo, Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.
7. Kosec, M. in Mramor, M. (1991). *Športna vzgoja za predšolske otroke*. Ljubljana: državna založba Slovenije.
8. Košiček, M. (1992). *Otrok, moja skrb!* Maribor: Obzorja
9. Kurikulum za vrtce. (1999). Ljubljana: MŠŠ, Urad Republike Slovenije za šolstvo.
10. Lamovec, T. (1986). *Psihologija motivacije*. Ljubljana: Univerza Edvarda Kardelja v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.
11. Lipičnik, B. (1998). *Ravnanje z ljudmi pri delu*. Ljubljana: Gospodarski vestnik.

12. Marjanovič Umek, L., Zupančič, M., Fekonja, U., Kavčič, T., Svetina, M., Tomazo Ravnik, T. in Bratanič, B., (2004). *Razvojna psihologija*. Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.
13. Miklič, B. (2008). *Analiza programov ABC športa in možnosti njihovega razvoja*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
14. Petkovšek, M., in Kremžar, B., (1986). *100+1 igra*. Ljubljana: Fakulteta za telesno kulturo.
15. Pistotnik, B. (2004). *Vedno z igro*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
16. Pistotnik, B. (1999). *Osnove gibanja*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- 17.
18. Sila, B. (19.5.2009). *Smo Slovenci športen narod? Pilot*,xx, str. 20-21.
19. Stančevič, B. (2002). *Aktivna vloga staršev pri procesu športne vzgoje predšolskih otrok*. Diplomsko delo, Ljubljana: fakultete za šport
20. Šinko, B. (2000). *Psihologija dela*. Maribor: Doba..
21. Tancig, S. (1987). *Izbrana poglavja iz psihologije telesne vzgoje in športa*. Ljubljana: VŠTK.
22. Treven, S. (1998). *Management človeških virov*. Ljubljana: Gospodarski vestnik.
23. Tušak, M. in Tušak, M. (2003). *Psihologija športa*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani
24. Tušak, M. (1999). *Motivacija in šport*. Ljubljana: Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani, Oddelek za psihologijo.

25. Tušak, M. (2003). *Strategije motiviranja v športu*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
26. Tušak, M., Tušak, M. in Tušak, M. (2003). *Vloga družine in staršev v športu*. Zalog: Klub MT Zalog.
27. Tušak, M., Marinšek, M. in Tušek, M. (2009). *Družina in športnik*. Ljubljana: Fakulteta za šport- inštitut za šport.
28. Vertovec, Ž. (2008). *Interes staršev za vključevanje otrok do osmega leta starosti v športne programe v Slovenskih Konjicah*. Diplomsko delo, Ljubljana: Fakulteta za šport.
29. Videmšek, M. Strah, N. Stančevič, B. (2001). *Igrajmo se skupaj*. Ljubljana: Fakulteta za šport, inštitut za šport.
30. Videmšek, M., in Visinski, M. (2001). *Športne dejavnosti predšolskih otrok*. Ljubljana: Fakulteta za šport, str. 19-20 in 26-45.
31. Videmšek, M., in Pišot, R., (2007). *Šport za najmlajše*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
32. Videmšek, M., Berdajs, P., in Karpljuk, D. (2003). *Mali športnik; Gibalne dejavnosti otrok 3. leta starosti v okviru družine*. Ljubljana: Fakulteta za šport, inštitut za šport.
33. Videmšek, M. in Jovan, N., (2002). *Čarobni svet igral in športnih pripomočkov*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
34. Žnidaršič, M. (2008). *Analiza športnih dejavnosti in materialnih pogojev v tržiških vrtcih*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
35. Zaplatič, P. (2009). *Gibalna dejavnost predšolskih otrok in njihovih staršev v Posavski regiji*. Diplomsko delo, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.

## 9. PRILOGA

### 9.1. ANKETNI VPRAŠALNIK

Spoštovani,

Sem Katja Tomc, študentka Fakultete za šport v Ljubljani, smeri športna rekreacija. Ker se že nekaj let ukvarjam z vadbo predšolskih otrok, predvsem pa me delo z njimi veseli, sem se odločila, da bom v svoji diplomski nalogi predstavila vpliv staršev na športno vzgojo predšolskih otrok ter kateri so motivi, da starši vpisujejo svoje otroke v športne dejavnosti. Pred vami je anketa, s katero bom prišla do koristnih informacij, ki mi bodo v pomoč pri sami izdelavi diplomske naloge. Anketa je anonimna. Rezultati bodo namenjeni za izključno znanstveno raziskovalne namene.

NAVODILO: Na večino vprašanj odgovorite tako, da obkrožite črko pred odgovorom, svoje odgovore dopišite na prazno črto oziroma obkrožite številko od 1 do 5. Pri vaši odločitvi, kako zelo se strinjate z navedeno trditvijo uporabljajte lestvico ocen:

1	2	3	4	5
Sploh se ne strinjam	V glavnem se ne strinjam	Deloma se strinjam oz. se ne strinjam	V glavnem se strinjam	Popolnoma se strinjam

Pri vsaki trditvi na listu pri danem vprašanju obkrožite oceno od 1 do 5, na primer takole:

Rad se ukvarjam s športom 1 2 3 4 5

Če ste se zmotili, prečrtajte napačen odgovor in obkrožite pravi.

**1. Vaš spol (obkrožite):** M      Ž

**2. Vaša starost:** \_\_\_\_\_ let

**3. Spol otroka:**                      M      Ž

**4. Starost otroka:** \_\_\_\_\_ let

**5. Vaša izobrazba:**

- a) nedokončana osnovna šola
- b) končana osnovna šola
- c) končana poklicna šola

- d) končana srednja šola
- e) končana višja šola
- f) končana visoka šola ali več.

**6. Kako pogosto se Vi ukvarjate s športom?**

- a) nikoli
- b) 1-krat do nekajkrat na leto
- c) 1-krat do 3-krat na mesec
- d) 1-krat na teden

- e) 2- do 3-krat na teden
- f) 4- do 6-krat na teden
- g) vsak dan.

**7. S katero športno panogo se največ ukvarjate?**

- |                  |                 |
|------------------|-----------------|
| a) hoja          | j) kolesarjenje |
| b) tek           | k) rolanje      |
| c) plavanje      | l) smučanje     |
| d) aerobika      | m) ples         |
| e) joga          | n) odbojka      |
| f) planinarjenje | o) nogomet      |
| g) fitnes        | p) košarka      |
| h) tenis         | r) drugo _____  |
| i) badminton     |                 |

**8. Kako se najraje športno udeležujete s svojim otrokom?**

- |               |                                 |
|---------------|---------------------------------|
| a) na igralih | e) ne ukvarjava/mo se s športom |
| b) z žogo     | f) drugo _____                  |
| c) sprehod    |                                 |
| d) kolo       |                                 |

**9. Kako preživlja prosti čas Vaš otrok med vikendi in v času počitnic?**

- a) gibalno/športno aktiven ( pohodi, sprehodi, kolesarjenje, smučanje, športne igre,... )  
b) gibalno/športno neaktiven ( TV, računalnik, knjige, kino, družabne igre,... )

**10. Ali Vaš otrok obiskuje katero popoldansko športno dejavnost?**

- a) NE  
b) DA, katero \_\_\_\_\_

\*če ste na 10. vprašanje odgovorili z NE, nadaljujte pri vprašanju 17.

**11. Če ste na vprašanje 10 odgovorili z DA, ogovorite na naslednja vprašanja. Ali ste se pred vpisom otroka pozanimali o strokovni usposobljenosti vaditelja?**

- a) DA  
b) NE

**12. Kje in na kakšen način ste izvedeli za športno vadbo, ki ste jo izbrali Vašemu otroku?**

- |  |                         |
|--|-------------------------|
| a) povedali so mi prijatelji               | d) otrok je sam povedal |
| b) seznanila nas je otrokova vzgojiteljica | e) drugo _____          |
| c) prebrali smo na plakatu                 |                         |

**13. Kdo je pobudnik za vključevanje otroka v športni program?**

- |               |                              |
|---------------|------------------------------|
| a) otrok sam  | e) vzgojiteljice, učiteljice |
| b) starši     | f) otrokov zdravnik          |
| c) sorodniki  | g) drugo _____               |
| d) prijatelji |                              |

#### 14. Kaj Vam je najbolj všeč na vadbi?

- a) strokovnost vaditelja ( izbira vsebine, metode in oblika dela)  
1 2 3 4 5
- b) osebnostne lastnosti vaditelja ( prijazen, dobrega srca... )  
1 2 3 4 5
- c) otrok spoznava vrstnike in z njimi aktivno sodeluje  
1 2 3 4 5
- d) ustrezni materialni pogoji ( športni pripomočki, igrala... )  
1 2 3 4 5

#### 15. Kaj mu je najbolj všeč?

- a) vsebina športne vadbe 1 2 3 4 5
- b) druženje z vrstniki 1 2 3 4 5
- c) fizična aktivnost 1 2 3 4 5
- d) pestrost in raznolikost športnih pripomočkov 1 2 3 4 5

#### 16. Kakšno je Vaše mnenje o vplivu gibalnih aktivnosti na otroka ( številčno ovrednotite od 1 najmanj do 5 za Vas najbolj pomembno).

- a) gibalne dejavnosti vplivajo na gibalno področje otrokovega razvoja  
1 2 3 4 5
- b) gibalne dejavnosti vplivajo na otrokov telesni razvoj  
1 2 3 4 5
- c) gibalne dejavnosti vplivajo na otrokov čustven razvoj  
1 2 3 4 5
- d) gibalne dejavnosti vplivajo na otrokove osebnostne lastnosti  
1 2 3 4 5
- e) gibalne dejavnosti vplivajo na otrokov socialni razvoj  
1 2 3 4 5
- f) gibalne dejavnosti vplivajo na otrokov kognitivni razvoj ( intelektualno, spoznavno )  
1 2 3 4 5

#### 17. Kakšno je Vaše mnenje o vključevanju predšolskih otrok v športne programe?

- a) pridobijo motorične (gibalne) izkušnje 1 2 3 4 5
- b) spoznajo veliko prijateljev 1 2 3 4 5
- c) učijo se sodelovanja v skupini 1 2 3 4 5
- d) spoznajo in poskušajo upoštevati pravila 1 2 3 4 5
- e) spoznajo veliko športnih iger 1 2 3 4 5
- f) koristno preživijo prosti čas 1 2 3 4 5



**\*Na zadnje vprašanje odgovarjajo samo starši, ki so svojega otroka vključili v katerikoli športni program.**

**18. Zakaj ste vključili otroka v vadbo?**

- Želim, da izpopolni svoje spretnosti.	1	2	3	4	5
- Želim, da je s svojimi prijatelji.	1	2	3	4	5
- Želim, da zmaguje	1	2	3	4	5
- Želim da sprostiti svojo energijo.	1	2	3	4	5
- Želim, da potuje	1	2	3	4	5
- Želim, da ostane v dobri formi.	1	2	3	4	5
- Želim, da ima razburljive dogodke.	1	2	3	4	5
- Želim, da dela v skupinah	1	2	3	4	5
- Ker želim jaz in bližnji prijatelji, da nastopa.	1	2	3	4	5
- Želim, da se nauči novih spretnosti.	1	2	3	4	5
- Želim, da sreča nove prijatelje.	1	2	3	4	5
- Želim, da dela tisto v čemer je spreten.	1	2	3	4	5
- Želim, da sprostiti napetost.	1	2	3	4	5
- Želim, da dobi nagrade.	1	2	3	4	5
- Želim, da se nauči trenirati.	1	2	3	4	5
- Želim, da nekaj počne.	1	2	3	4	5
- Želim, da ima akcije.	1	2	3	4	5
- Želim, da ima tovariški duh.	1	2	3	4	5
- Želim, da gre ven iz hiše.	1	2	3	4	5
- Želim, da tekmuje.	1	2	3	4	5
- Želim, da se počuti pomembnega.	1	2	3	4	5
- Želim, da je v skupini (ekipi).	1	2	3	4	5
- Želim, da napreduje na višjo raven.	1	2	3	4	5
- Želim, da bo telesno sposoben in zdrav.	1	2	3	4	5
- Želim, da bo popularen.	1	2	3	4	5
- Želim, da ima izziv (kljubovanje)..	1	2	3	4	5
- Ker so mi všeč trenerji in voditelji.	1	2	3	4	5
- Želim, da si pridobi družbeni položaj oziroma priznanje.	1	2	3	4	5
- Želim, da se zabava.	1	2	3	4	5
- Želim, da uporablja opremo in pripomočke.	1	2	3	4	5

Za odgovore se Vam najlepše zahvaljujem in Vas lepo pozdravljam!

Kočevje, oktober 2009

Katja Tomc