

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKO DELO

MAJA IVANUŠIČ

Ljubljana, 2012

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT
Specialna športna vzgoja
Elementarna športna vzgoja

**POVEZANOST MED GIBALNIMI SPOSOBNOSTMI
ŠESTLETNIH OTROK TER NJIHOVIMI ČUSTVENIMI IN
VEDENJSKIMI TEŽAVAMI**

DIPLOMSKO DELO

MENTORICA

prof. dr. Mateja Videmšek, prof. šp. vzg.

SOMENTORICA:

doc. dr. Maja Meško, univ. dipl. psih.

Avtorica dela:

MAJA IVANUŠIČ

RECENZENT:

prof. dr. Matej Tušak, univ. dipl. psih.

KONZULTANT:

prof. dr. Damir Karpljuk, prof. šp. vzg.

Ljubljana, 2012

ZAHVALA

Zahvaljujem se mentorici, profesorici dr. Mateji Videmšek za vso strokovno pomoč, nasvete in usmerjanje pri nastajanju diplomskega dela. S svojim pozitivnim pristopom in dobro voljo sem bila pod njenim okriljem z velikim veseljem. Zahvaljujem se tudi somentorici, dr. Maji Meško za strokovno pomoč in obdelavo podatkov ter Alenki Vrbinc za prevajanje.

Za sodelovanje se zahvaljujem učiteljicam in ravnateljicam na OŠ narodnega heroja Rajka, OŠ Šentvid in OŠ Franceta Bevka, ker so mi omogočili, da sem pri njih lahko naredila celotno raziskavo.

Zahvaljujem se tudi kolegici, predvsem pa zvesti prijateljici Aniti Pevec, s katero sva preživeli čudovita štiri leta na Fakulteti za šport. Skupaj sva glavo tiščali že od prvega dne: pri seminarских nalogah, v predavalnici, v gimnastični in ostalih telovadnicah, in navsezadnje še pri diplomski nalogi. Ena drugi sva stali ob strani in se družili v dobrih in slabih, veselih in žalostnih dneh.

Prav tako se zahvaljujem partnerju Davidu, ki me je v času študija spodbujal in mi nudil podporo.

Posebna zahvala gre moji veliki družini, ki so mi vseskozi stali ob strani in me podpirali ter verjeli vame in v moje sposobnosti. Tekom študija so morali prenašati moje napore dni ob bližajočih izpitih, za kar se jim opravičujem. Toliko več veselja pa je potem bilo ob uspehih in dosežkih. Hvala še enkrat, brez vas ne bi bila to kar sem.

Ključne besede: gibalna dejavnost, otroci, gibalne sposobnosti, čustva, vedenjske težave, prvo triletje, osnovna šola

POVEZANOST MED GIBALNIMI SPOSOBNOSTMI ŠESTLETNIH OTROK TER NJIHOVIMI ČUSTVENIMI IN VEDENJSKIMI TEŽAVAMI

Avtorica: Maja Ivanušič

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2012

Specialna športna vzgoja, Elementarna športna vzgoja

Število strani: 52

Število virov: 24

Število tabel: 10

Število prilog: 2

IZVLEČEK

Namen diplomskega dela je bil raziskati in analizirati gibalne sposobnosti šestletnih otrok. Prav tako nas je zanimalo, v kakšni meri šestletni otroci kažejo znake čustvenih in vedenjskih težav in ali obstaja povezanost med gibalnimi sposobnostmi šestletnih otrok ter njihovimi čustvenimi in vedenjskimi težavami. V raziskavi so sodelovali otroci iz ene hrastniške šole in njene podružnice in iz dveh osnovnih šol iz Ljubljane.

Ugotovili smo, da gibalne sposobnosti ne vplivajo na čustvene in vedenjske težave šestletnih otrok.

Rezultati raziskave so pokazali, da obstajajo statistično značilne razlike med gibalnimi sposobnostmi in čustvenimi ter vedenjskimi težavami šestletnih otrok le pri šestih predpostavkah (*velikokrat se pretepa s prijatelji, *otrok se močno jezi, če ne dobi tistega, kar želi, *otrok je nezaupljiv, *drugi otroci se ga izogibajo, *preveč je sramežljiv, *dogaja se, da otrok pokvari ali razbije svoje igračke). Otroci, ki so pri gibalnih testih dosegli boljše rezultate, pri zgoraj naštetih trditvah nimajo čustvenih in vedenjskih težav.

Ugotovili smo tudi, da pri čustvenih in vedenjskih težavah ne obstajajo statistično značilne razlike med spoloma.

Key words: motor activity, children, motor abilities, emotions, behavioural problems, the first triennium of primary school

RELATIONSHIP BETWEEN MOTOR ABILITIES OF SIX-YEAR-OLD CHILDREN AND THEIR EMOTIONAL AND BEHAVIOURAL PROBLEMS

Author: Maja Ivanušič

University of Ljubljana, Faculty of Sport, 2012

Special physical education, Elementary physical education

Number of pages: 52

Number of tables: 10

Number of sources: 24

Number of appendices: 2

ABSTRACT

The purpose of the B.Sc. thesis was to research and analyse motor abilities of six-year-old children and to investigate to what extent six-year-old children show signs of emotional and behavioural problems and if there is a connection between motor abilities of six-year-old children and their emotional and behavioural problems. Children from primary school in Hrastnik and its branch school as well as children from two primary schools in Ljubljana took part in our research.

In research we used questionnaire, which included 31 symptoms and six procedures for estimation motor abilities six years old children. Questionnaire was fulfilled by parents. The acquired data were processed by the computer SPSS 15.0 (Statistical Package for the Social Science). The hypotheses were checked with regression analysis, ANOVA, and χ^2 test.

It was found out that motor abilities do not influence emotional and behavioural problems six-year-old children.

The results of the study show that there are statistically significant differences between motor abilities and emotional and behavioural problems of six-year-old children in only the following six presuppositions (*a child often fights with his/her friends, *a child is angry when he/she does not get what he/she wants, *a child is distrustful, *other children avoid him/her, *a child is shy, *it happens that a child breaks or damages his/her own toys). It was found out that children who have a better score in motor abilities tests, have fewer or no emotional and behavioural problems related to the above-mentioned presuppositions.

It was also found out that significant differences between the genders can be found as regards emotional and behavioural problems.

KAZALO

1 UVOD	9
1.1 DEDNOST, OKOLJE, LASTNA AKTIVNOST	9
1.2 GIBALNA DEJAVNOST MLAJŠIH OTROK	10
1.3 VPLIV STARŠEV NA OTROKOVO GIBALNO DEJAVNOST	11
1.4 VPLIV ŠOLE NA OTROKOVO GIBALNO DEJAVNOST	12
1.5 GIBALNE SPOSOBNOSTI OTROK	13
1.6 ČUSTVA	15
1.6.1 ZNAČILNOSTI OTROKOVIH ČUSTEV	18
1.6.2 RAZUMEVANJE ČUSTEV V SREDNJEM OTROŠTVU	19
1.7 TEMPERAMENT IN OSEBNOST OTROK	20
1.8 PROSOCIALNO VEDENJE	21
1.9 ČUSTVENE IN VEDENJSKE TEŽAVE OTROK	21
1.10 PROBLEM, CILJI IN HIPOTEZE	26
2 METODE DE LA	28
2.1 PREIZKUŠANCI	28
2.2 PRIPOMOČKI	28
2.3 POSTOPEK	28
3 REZULTATI	29
4 RAZPRAVA	40
5 SKLEP	46
6 VIRI	48
7 PRILOGE	50
7.1 ANKETNI VPRAŠALNIK	50
7.2 SOGLASJE STARŠEV	50

KAZALO TABEL

Tabela 1	29
Tabela 2	29
Tabela 3	30
Tabela 4	33
Tabela 5	33
Tabela 6	33
Tabela 7	34
Tabela 8	38
Tabela 9	38
Tabela 10	38

1 UVOD

Gibalna/športna dejavnost v razvojnem obdobju ni pomembna le s stališča telesnega zdravstvenega stanja, ampak odločilno vpliva tudi na razvoj duševnih in socialnih sposobnosti posameznika. Primerna gibalna/športna dejavnost omogoča sprostitve, obvladovanje stresa, tesnobe in potrnosti, spodbuja gradnjo samospoštovanja in pozitivne samopodobe ter pomaga pri socializaciji in oblikovanju dejavnega odnosa do samega sebe in sveta (Tomori, 2005, v Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010).

Športna dejavnost je pri otrocih izredno pomemben vir njihovega samopotrjevanja in uveljavljanja. Zaznavanje uspešnosti (obvladovanje) na telesnem področju (gibalne sposobnosti, morfološke značilnosti) tudi pozneje vpliva na posameznikovo samopodobo ter v pomembni meri uravnava njegovo vedenje (Pišot, 2000; Tušak in Faganel, 2004, v Šimunič, Volmut in Pišot, 2010).

1.1 DEDNOST, OKOLJE, LASTNA AKTIVNOST

Otrokov razvoj je celovit proces, ki poteka hkrati s telesno rastjo in z zorenjem funkcij v družbenem okolju. Razvojne spremembe se kažejo na količinski in kakovostni ravni, pri čemer se količinske spremembe izražajo v pogostosti in intenzivnosti vedenja, kakovostne spremembe pa v načinu, strukturi, vrsti in organizaciji vedenja (Zupančič, 2004, v Pišot in Planinšec, 2005).

V vsakem otroku obstajajo težnje po razvoju in težnje po ohranjanju obstoječega stanja. To nasprotje ustvarja konflikt, ki je kot dejavnik razvoja nepogrešljiv. Otrok ves čas aktivno ohranja ravnovesje ter se tako neprestano prilagaja novim potrebam in možnostim, ki jih prinaša zorenje. Takšno aktivno prilagajanje, ki obstaja vse življenje, imenujemo adaptacija (Pišot in Planinšec, 2005).

Razvoj predstavlja spremembo različnih sposobnosti, spretnosti in značilnosti, ki so trajne v odnosu na najnižjo razvojno stopnjo in so odvisne od dednostnih dejavnikov, okolja in otrokove lastne aktivnosti. Med vsemi temi dejavniki obstaja tesna povezanost in soodvisnost. V otrokovem razvoju se vedno odražajo vplivi navedenih dejavnikov, v različnih razvojnih obdobjih se spreminja le njihova pomembnost (Pišot in Planinšec, 2005).

Dednostne dejavnike predstavljajo prirojene biološke osnove, ki so temelj razvoja človekovih sposobnosti in značilnosti. Okolje, v katerem otrok odrašča, je prav tako pomembno za njegov razvoj. Med dejavnike okolja uvrščamo – poleg življenjskega stila, prehranjevanja in bolezni – tudi gibalno dejavnost. Neprimerni vplivi okolja ali odsotnost ustreznih vplivov imajo lahko negativne posledice v razvoju. Le vsebinsko bogato, raznoliko in dovolj stimulatívno okolje

lahko zagotavlja razvojne spodbude, ki so pogoj, da otrok vzpostavi primeren odnos z osebami in objekti v okolju. Vprašanje pa je, ali bo posameznik v odnosu do okolja pasiven ali aktiven. Zato je zelo pomembna otrokova lastna aktivnost, ki predstavlja njegovo zavestno in aktivno delovanje. Otroci naj bi bili dejavni soustvarjalci lastnega znanja, spretnosti in nenazadnje tudi lastnega razvoja (Tancig, 1997, v Pišot in Planinšec, 2005).

1.2 GIBALNA DEJAVNOST MLAJŠIH OTROK

Z gibanjem otrok zaznava in odkriva svoje telo, preizkuša, kaj zmore, doživlja veselje in ponos ob razvijajočih se sposobnostih in spretnostih ter gradi zaupanje vase. Gibanje daje otroku občutek ugodja, varnosti in veselja. Skozi gibanje, še zlasti igro, pa raziskuje, spoznava in dojema svet okrog sebe. V gibalnih dejavnostih je namreč telo izhodiščna točka za presojo položaja, smeri in razmerja do drugih; z gibanjem otrok razvija občutek za ritem in hitrost ter dojema prostor in čas (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Gibalna dejavnost je pogosto označena kot del otrokovega vedenjskega sistema, s pomočjo katerega se neposredno vključuje v celotno okolje. Pri tem se seznanja z različnimi razsežnostmi okolja, hkrati pa mu omogoča pridobivanje bogatih izkušenj in doživetij (Thelen, 2000, v Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010). Gibalni razvoj predstavljajo dinamične in večinoma kontinuirane spremembe v gibalnem vedenju, ki se kažejo v razvoju gibalnih sposobnosti (koordinacija, moč, hitrost, ravnotežje, gibljivost, preciznost in vzdržljivost) ter gibalnih spretnosti (lokomotorne, manipulativne in stabilnostne) (Gallahue in Ozmun, 2006, v Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010).

Gre za proces, s pomočjo katerega otrok pridobiva gibalne spretnosti in vzorce, kar je rezultat interakcije med genskimi in okoljskimi vplivi. Genski dejavniki so odločilni za živčno-mišično zorenje, morfološke značilnosti, predvsem v smislu velikosti, razmerij in kompozicije telesa, fizioloških značilnosti ter tempa rasti in zorenja (Malina, Bouchard in Bar-Or, 2004, v Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010).

Med okoljskimi dejavniki imajo najpomembnejši vpliv predhodne gibalne izkušnje, tudi iz prenatalnega obdobja, in pridobivanje novih gibalnih izkušenj (Videmšek in Pišot, 2007, v Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010).

Gibanje šestletnikov je že podobno odraslemu. Med naravnimi oblikami gibanja že osvojijo potrebne gibalne vzorce do stopnje zanesljivosti; tako je hoja zanesljiva, tek pa pravilen in ga že lahko sestavljajo tudi različni skoki. Med igrami prevladujejo tekalne igre. Za to starostno obdobje je pomembno tudi dejstvo, da se v njem začne razvijati tekmovalni duh. Pri različnih gibanjih z žogo opazimo vedno boljšo manipulacijo. Šestletniki že dobro mečejo, lovijo in zadevajo cilje, ki so lahko negibni, premikajoči se, različno oddaljeni in različnih velikosti. Tudi ravnotežje se postopno razvija in šestletniki povečini brez težav hodijo po različnih

orodjih z zmanjšano, neravno, različno trdo ali nagnjeno podporno ploskvijo. Zaradi vedno močnejšega socialnega vidika se v tej starosti otroci začnejo vključevati v organizirano vadbo, kjer do izraza pride tekmovalnost. Na tej stopnji morajo pomembno vlogo odigrati ravno učitelji in starši, ki morajo tekmovalnost primerno dozirati. Razlike med otroki so še vedno očitne in v tej starosti je potrebno posebno pozornost nameniti tudi učenju medsebojnega spoštovanja in upoštevanja različnosti. Otroci naj bi tekmovali predvsem sami s seboj in se veselili svojega napredka (Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010).

1.3 VPLIV STARŠEV NA OTROKOVO GIBALNO DEJAVNOST

Družina je v sleherni družbeni skupnosti osnovna celica družbenega življenja in najmanjša ter hkrati najpomembnejša organska enota in oblikovalka otrokove celovite osebnosti.

Številni strokovnjaki opozarjajo na pomemben vpliv družine pri otrokovem razvoju, saj dobi otrok v navedenem mikrosocialnem okolju prve in osnovne izkušnje o telesnem, čustvenem, duševnem, socialnem, duhovnem in osebnostnem razvoju. Veliko tega lahko pridobi prav s telesnim gibanjem in z osnovnimi športnimi (športnorekreativnimi) dejavnostmi (Kajtna in Tušak, 2005).

Šport oziroma njegova različica športna rekreacija ima torej pri zorenju otrok v družini izjemno pomembno mesto. Znano je, da je prav v zgodnjem otrokovem obdobju mogoče najučinkoviteje vplivati na njegov celostni razvoj, še zlasti pa na njegov gibalni razvoj (Kajtna in Tušak, 2005).

Starši se morajo zavedati, da sta potrebi po gibanju in igri temeljni otrokovi potrebi. Večina otrok uživa v gibanju in se z veseljem vključuje v spontane in vodene športne dejavnosti. K motivaciji za njihovo izvajanje odločilno vpliva prijetno in zaupno ozračje, ki je nedvomno prisotno pri športni vadbi, v katero so dejavno vključeni tudi starši (Videmšek, Strah in Stančevič, 2001).

Šport je lahko prijetno in koristno preživljanje prostega časa. Pomembno je, da starši otroku z lastnim zgledom in podporo vcepijo ljubezen do športne dejavnosti. Podpora staršev sodi med ključne socialne dejavnike gibalno/športne aktivnosti otrok in mladostnikov. Starševsko podporo lahko definiramo kot: čustveno podporo (spodbuda, pohvala, sodelovanje in prisotnost staršev pri aktivnosti), podporo v smislu zgleda, vzora (gibalna dejavnost pri starših, aktivni življenjski slog staršev) in kot materialni vidik podpore (finančna podpora pri nakupu športne opreme, financiranje organiziranih aktivnosti, organizacija in izvedba prevoza in dostop do športne infrastrukture) (Šimunič, Volmut in Pišot, 2010).

Raziskave dokazujejo, da sta življenjski slog odraslih in otrok pogosto prepletena. Pri analizi statusa ter vedenjskega sloga otrok in mladostnikov lahko opazimo, da se tako kot pri odraslih tudi pri otrocih kaže izredno podobna težnja vpliva sodobnega življenja. Življenjski slog vsakega posameznika se namreč razvija vse življenje. Različne raziskave kažejo, da se temelji življenjskega sloga začenjajo oblikovati v ozkem družinskem krogu (Štihec in Strel, 1998; Štihec, Karpljuk, Videmšek in Kondrič, 2000, v Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010).

V družinah, kjer gojijo športno aktivnost, so pri otrocih opaznejše sposobnosti, kot so vztrajnost, discipliniranost, natančnost, zaupanje vase, strpnost, potrpežljivost, zdrava tekmovalnost in spoznanje, da se je potrebno potruditi, če hočemo doseči cilj (Videmšek, Strah in Stančević, 2001).

Starši predstavljajo pomemben dejavnik vpliva na izbiro zdravega življenjskega sloga otrok, zato sta njihovo mnenje in zgled izrednega pomena. Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič (2010) so v raziskavi (v vzorec je bilo vključenih 520 staršev 3- do 6-letnih otrok) ugotovili, da je mnenje staršev o dovolj pogosti in intenzivni vadbi izredno visoko, saj povečini ocenjujejo, da so njihovi otroci dovolj gibalno/športno dejavni kljub ugotovitvam, da več kot polovica otrok ne dosega minimalnih standardov ukvarjanja z gibalno/športno dejavnostjo, ki jih priporočajo nekateri strokovnjaki. To pomeni, da se starši ne zavedajo pomena količine dnevnih gibalnih/športnih dejavnosti svojih otrok.

Pretekle raziskave potrjujejo (Doupona Topič, 2007; Petrovič, Ambrožič, Bednarik, Berčič, Sila idr., 2001; Sila in Krpač, 2004), da sta izobrazba staršev in stopnja gibalne/športne dejavnosti v veliki koleraciji. Višja izobrazba staršev namreč pomeni pogostejše ukvarjanje z gibalno/športno dejavnostjo. Sila (2007) v letu 2006 zaznava že nekoliko manjše razlike v stopnji izobrazbe in pogostosti gibalnih/športnih dejavnosti, kot so bile ugotovljene v preteklih letih. Stopnja izobrazbe tako po njegovem mnenju izgublja pomen v povezavi s pogostostjo ukvarjanja z gibalno/športno dejavnostjo (Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010).

1.4 VPLIV ŠOLE NA OTROKOVO GIBALNO DEJAVNOST

Strokovnjaki predvidevajo, da se bo trend upadanja gibalne aktivnosti ter posledično gibalnih sposobnosti in hkrati vse večje prekomerne telesne teže in debelosti nadaljeval še v prihodnje, zato je potrebno čim prej ukrepati. Pomembno vlogo pri tem lahko imajo vrtci in šole, saj vemo, da otroci tu preživijo precejšen del dneva. Športna vzgoja pa pomembno vpliva na otrokov interes za vključevanje v gibalne aktivnosti (Trudeau in Shephard, 2005, v Šimunič, Volmut in Pišot, 2010). Mnogi predlagajo (Naul, 2005; Zimmer, 2005, v Šimunič, Volmut in Pišot, 2010), da bi bilo v šolah smiselno v času, ki ga otroci preživijo v oddelkih podaljšanega

bivanja, ponuditi vsakodnevne kakovostne in zanimive programe gibalnih/športnih aktivnosti. Poleg tega je smiselno tudi v šolske odmore vključiti čim več gibanja, ki bi imelo predvsem sprostitveno in rekreativno funkcijo. Prav tako kaže spodbujati ostale možnosti za gibalno aktivnost, kot so prihodi in odhodi v in iz vrtca oz. šole – pogosto bi lahko namreč prepogost transport z avtomobilom nadomestili s hojo ali kolesom (Šimunič, Volmut in Pišot, 2010).

Otrok skozi različne gibalne dejavnosti usvaja osnovne oblike gibanja, razvija gibalne in funkcionalne sposobnosti ter se postopno uči osnovnih prvin različnih športnih zvrsti. S pestro izbiro različnih vsebinskih in organizacijskih dejavnikov lahko posežemo v hitrejši in učinkovitejši razvoj otroka (Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010). Pri tem ima veliko vlogo profesor športne vzgoje, ker lahko z »orodjem«, ki ga ima v šoli na voljo, znatno prispeva k boljši telesni pripravljenosti in počutju otrok.

Vloga tako staršev kot tudi vzgojno-izobraževalnih inštitucij je, da otroci in mladina v svoj sistem vrednot vključijo tiste elemente kakovosti življenja, ki zagotavljajo čim manj odklonov od zdravega načina življenja, kar v največji meri pripomore k harmoničnemu razvoju mladega človeka. Otroci naj bi v času, ko nanje starši in učitelji še lahko vplivajo, sprejeli pozitiven odnos do športnega življenja in pravila zdrave prehrane, kar je prvi pogoj za normalno življenje brez nepotrebnih zapletov zaradi različnih škodljivih razvad in sodobnih bolezni (Šimunič, Volmut in Pišot, 2010).

1.5 GIBALNE SPOSOBNOSTI OTROK

Gibalne sposobnosti predstavljajo temelj za izvajanje različnih gibalnih spretnosti, čeprav je treba poudariti, da so pri tem pomembne tudi druge človekove sposobnosti in značilnosti. Prenizka raven gibalnih sposobnosti pogosto zmanjšuje možnosti uspešnega učenja na gibalnem področju, nasprotno pa visoka raven gibalnih sposobnosti omogoča osvajanje in uporabo zahtevnejših gibalnih spretnosti. Razvoj na gibalnem področju zagotavlja otroku pridobivanje gibalnih kompetenc, ki jih otroci v otroštvu visoko vrednotijo in pomembno vplivajo tudi na druga razvojna področja. Gibalne sposobnosti se razvijajo kontinuirano, in sicer dalj časa. Seveda pa nekatere dosežejo najvišjo raven prej kot druge. Zanje so značilna tudi občasna obdobja stagnacij (Videmšek, Štihec in Karpljuk, 2008).

Razvoj nekaterih gibalnih sposobnosti, npr. hitrosti in koordinacije gibanja, je v zgodnjem otroštvu zelo intenziven, razvoj drugih, npr. ravnotežja, moči, gibljivosti in vzdržljivosti, pa nekoliko počasnejši (Malina idr., 2004, v Videmšek, Štihec, Karpljuk, Meško in Zajec, 2010). Prav tako je za to obdobje značilno, da se pojavljajo pomembne individualne razlike, saj ima vsak posameznik lasten tempo razvoja, ki ga določa njegova »biološka ura«. Učenje in izvajanje novih, zahtevnejših gibalnih spretnosti je v precejšnji meri pogojeno z ravnijo gibalnih sposobnosti (Videmšek, Štihec, Karpljuk, Meško in Zajec, 2010).

Tako kot je značilna celostnost (integrativnost) v celotnem razvoju otroka, tako je prisotna tudi znotraj gibalnega prostora, ki opredeljuje gibalne sposobnosti otrok. V splošnem je za človeka značilno, da njegovo gibalno učinkovitost omejuje šest gibalnih sposobnosti in funkcionalna sposobnost. Moč, hitrost, koordinacija, gibljivost, ravnotežje, natančnost in vzdržljivost so sposobnosti, ki določajo učinkovitost posameznika pri realizaciji različnih gibalnih nalog, ob določenem prispevku ostalih dimenzij (socialnih, čustvenih, spoznavnih...). Pri otroku je ta prispevek veliko večji (predvsem spoznavne (kognitivne) aktivnosti in emocionalni prostor) kot pri odraslem človeku, ključni pomen pri uresničevanju gibalnih nalog pa imata med gibalnimi sposobnostmi predvsem koordinacija gibanja in ravnotežje. Predvsem slednje predstavlja filter, ki omogoča ali onemogoča (otežuje) realizacijo večine gibalnih nalog (Pišot in Planinšec, 2005).

Gibalne sposobnosti so:

MOČ je sposobnost za učinkovito izkoriščanje sile mišic pri premagovanju zunanjih sil. Sila mišic je sila, ki nastaja na osnovi delovanja mišice kot biološkega motorja. Aktivno gibanje človeka v prostoru se lahko izvede le ob uporabi njegove lastne sile mišic. Ni aktivnega gibanja brez moči, t.j. brez mišičnih kontrakcij.

Oblike mišičnega napenjanja so sledeče: izometrično (statično) in izotonično (dinamično). Dinamično potem še razdelimo na koncentrično (pozitivno) in ekscentrično (negativno). Glede na akcijske kriterije; t.j. glede na to, kako se mišična sila pojavlja pri aktivnostih človeka, se moč deli na tri osnovne pojavne oblike in to so: eksplozivna moč, repetitivna moč in statična moč.

KOORDINACIJA je sposobnost za učinkovito oblikovanje in izvajanje kompleksnih (sestavljениh, zapletenih) gibalnih nalog. Osnovne značilnosti koordiniranega gibanja so: pravilnost, pravočasnost, racionalnost, izvornost, stabilnost.

HITROST je sposobnost izvesti gibanje z največjo frekvenco ali v najkrajšem možnem času. Pomembna je predvsem pri premagovanju kratkih razdalj s cikličnim gibanjem (tek, plavanje, kolesarjenje ipd.) in v gibalnih nalogah, ki zahtevajo hitro izvedbo posameznega giba.

RAVNOTEŽJE je sposobnost hitrega oblikovanja kompenzacijskih (korektivnih, nadomestnih) gibov, ki so potrebni, za vračanje telesa v ravnotežni položaj, kadar je le-ta porušen. Glede na izsledke raziskav naj bi obstajali dve pojavnosti obliki ravnotežja: sposobnost ohranjanja ravnotežnega položaja in sposobnost vzpostavljanja ravnotežnega položaja.

NATANČNOST je sposobnost za natančno določitev smeri in sile pri usmeritvi telesa; t.j. projektila, proti zelenemu 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 (krivulji, trajektoriji).

Funkcionalna sposobnost:

VZDRŽLJIVOST sodi med funkcionalne sposobnosti, saj je odvisna predvsem od dobrega delovanja dihalnega in krvožilnega sistema (Pistotnik, 2003).

V obdobju otroštva se določene strukture centralnega živčnega sistema, ki so odgovorne za najzahtevnejše oblike človekovega delovanja in kamor uvrščamo tudi gibanje, še vedno razvijajo. Pri nas je bilo opravljenih kar nekaj raziskav, ki so obravnavale latentno strukturo in razvojne značilnosti gibalnih sposobnosti mlajših otrok (Pišot, 1997; Planinšec, 2005; Rajtmajer, 1993, 1994, 1997; Strel in Šturm, 1981; Vehovar, 2009 idr., Videmšek, 1996; v Videmšek, Štihec, Karpljuk, Meško in Zajec, 2010). Navedene študije so pokazale, da pri predšolskih otrocih težko natančno opredelimo gibalne sposobnosti, vendar na osnovi rezultatov lahko trdimo, da je latentni prostor gibanja mlajših otrok že delno diferenciran, vendar veliko manj kot pri odraslih (Videmšek in Pišot, 2007). Rezultati kažejo, da razlike nastajajo predvsem na področju koordinacije, saj je večina gibalnih nalog za otroke koordinacijsko zahtevnih. Učinkovitost gibalnih nalog je pri otrocih odvisna od koordinacije, kar je najbolj vidno pri najmlajših (Vehovar, 2009, v Videmšek, Štihec, Karpljuk, Meško in Zajec, 2010).

1.6 ČUSTVA

V Slovarju slovenskega knjižnega jezika (SSKJ) je čustvo opisano kot »duševni proces ali stanje, ki je posledica odnosa med človekom in okoljem«. Iz tega opisa razumemo, da je čustvo pravzaprav le čustven odziv na okolje, da oblikuje naše vedenje. S čustvi vedno nekaj sporočamo, zato je pomembno, kako čustven odziv uporabimo kot sporočilo okolju – na ustrezen ali morda neustrezen, za okolje nesprejemljiv način. Čustva igrajo pomembno vlogo pri oblikovanju vedenja, zato jih moramo najprej razumeti, da bi se lahko z njimi soočali (Mekota, 2011).

Čustva sestavljajo procesi, ki si sledijo v določenem zaporedju. Na primer; čustva nastanejo tako, da ljudje zaznajo spremembo v zunanjem svetu najprej zavestno ali nezavedno kognitivno ocenijo (zaznava, pripis pomena in pomembnosti). Kognitivni oceni nato sledijo telesna (fiziološka) obdelava informacij, (ponovna) sprožitev miselnih procesov, priprava na akcijo in (telesno) izražanje čustev ter delovanje ali potreba za delovanjem. Čustev pa ne smemo razumeti samo kot zaporedje ločenih procesov, ampak kot posameznikov celostni odziv v situaciji, ki jo je ocenil kot pomembno. Vsi ljudje v podobnih situacijah ne doživljamo enakih čustev. Ker smo si psihološko različni, lahko dogajanje različno ocenimo

in se nanj različno (čustveno) odzovemo. Bolj ko je situacija za nekoga pomembna in skladna z njegovimi željami in cilji, bolj intenzivna čustva bo doživljal (Smrtnik Vitulić, 2007).

Oatley in Jenkins (2002, v Smrtnik Vitulić, 2007) menita, da je pri opredelitvi čustev pomembno upoštevati naslednje:

- I. Čustva so pogosto odziv na zavestno ali nezavedno vrednotenje dogajanja kot pomembnega za nek pomemben cilj; čustvo doživljamo kot pozitivno, ko cilj dosežemo, in negativno, ko nastopi ovira pri doseganju cilja.
- II. Bistvo čustev je v pripravljenosti za delovanje in v izoblikovanju načrtov; čustva dajejo prednost tistim posameznim smerem delovanja, ki jih posameznik oceni kot pomembnejša, zato lahko prekinejo ali »tekmujejo« z alternativnimi duševnimi procesi ali delovanjem. Različne vrste pripravljenosti ustvarjajo različne vrste odnosov z drugimi ljudmi.
- III. Čustva običajno doživljamo kot posebno vrsto duševnih stanj, ki jih pogosto spremljajo ali jim slede fiziološke spremembe, izrazi, pripravljenost za delovanje ali samo delovanje.

Čustva lahko razdelimo na temeljna in kompleksna.

Temeljna čustva:

1. naj bi se v ontogenetskem (razvoj organizma od oploditve do smrti) in filogenetskem (evolucijski razvoj organizmov kot vrst) razvoju pojavila zelo zgodaj;
2. njihovo izražanje in prepoznavanje naj bi bilo enako v vseh kulturah;
3. zanje naj bi bili značilni tipični izrazi obraza, posebni vzorci možganske dejavnosti in adaptacijska funkcija (Smrtnik Vitulić, 2007).

Temeljna čustva so: veselje, žalost, jeza, strah.

Veselje

Otroci oziroma mladostniki prav tako kot odrasli doživljajo veselje, kadar se jim izpolni pomembna želja (Zupančič, 1995, v Smrtnik Vitulić, 2007). Kaj je posamezniku določene starosti pomembno, je odvisno od razvojnih značilnosti tega obdobja, njegovih sposobnosti in osebnostnih lastnosti. Otroci se v zgodnjem otroštvu veselijo materialnih dobrin (npr. ko dobijo darilo), pomembnih dogodkov (npr. rojstnega dne) in dejavnosti (npr. igre), ki so zanje pomembne in »sprožajo« trenutno ugodje. V srednjem otroštvu in mladostništvu narašča veselje zaradi sprejetosti med vrstniki, šolske uspešnosti in drugih dosežkov (Smrtnik Vitulić, 2007).

Strah

Ne glede na starost otroka sprožajo strah nenadni, nepričakovani dražljaji. Večina otrokovih strahov je povsem običajnih in njihovo premagovanje pomaga otrokom pri odraščanju, doseganju identitete in obvladovanju sveta. Kateri dogodki in situacije bodo v otroku vzbudili strah, ni odvisno le od narave dražljajev, temveč tudi od individualnih razlik v mentalnem in telesnem razvoju ter od individualnih izkušenj (Zupančič, 1995, v Smrtnik Vitulić, 2007). Nekateri strahovi so značilni za določene starosti (tipični strahovi). Postopoma se iz njih lahko razvijejo splošni strahovi.

V srednjem otroštvu upadejo strahovi pred izmišljenimi junaki in naraščajo strahovi pred dejanskimi nevarnostmi, ki so realne in samoocenjevalne (npr. strah pred neuspehom). Otroke v tem obdobju začne skrbeti za njihov lastni položaj v skupini, zato jih je strah, da bi se osmešili pred drugimi, bojijo se drugačnosti, zafrkavanja, zavračanja s strani vrstnikov in socialne neustreznosti. Prav tako nastopi strah pred fizično nevarnostjo, poškodbo sebe in drugih ter smrtjo (Smrtnik Vitulić, 2007).

Jeza

Jeza je pri otrocih pogostejše čustvo kot strah, saj je dražljajev, ki jo sprožajo, več (Zupančič, 1995, v Smrtnik Vitulić, 2007).

V srednjem otroštvu in mladostništvu se otrok jezi zaradi omejevanja njegovih želja in načrtov, če pri njem vedno najdemo napake, če mu pridigamo, ga primerjamo z drugimi, ga dražimo, ob neuspehih, zasmehovanju, nepravilnosti in zanemarjanju. V pogostosti in intenzivnosti doživljanja jeze obstajajo individualne razlike, ki so odvisne od sposobnosti spoprijemanja z neugodnimi situacijami, od potreb, ki so blokirane, ter od telesnega in čustvenega stanja otrok (Smrtnik Vitulić, 2007).

Rezultati raziskav so pokazali, da je materin odziv na otrokovo izražanje negativnih čustev (tudi jeze) povezan z njegovimi strategijami uravnavanja čustev. Dvajset do trideset mesecev stari otroci, katere matere so se ustrezno odzivale na njihovo izražanje jeze v vsakodnevnik situacijah, so izbrali ustrežnejše načine nadzora nad čustvi med materino odsotnostjo kot otroci z neustreznim odzivom mater. Dve-, tri- ali štiriletni otrok bo s telesno agresivnostjo skušal pridobiti zeleni predmet, od četrtega leta pa že pogosteje uporabi besedne oblike agresivnosti, kot so zmerjanje, zbadanje, dajanje vzdevkov, grožnje in druge. S starostjo se odzivi na jezo s telesno agresivnostjo zmanjšujejo, saj otroci ponotranjijo pravila o sprejemljivem vedenju in drugih načinih uveljavljanja volje. Po šestem ali sedmem letu večina otrok ni več tako fizično agresivna, saj postajajo bolj sodelovalni, manj egocentrični, bolj empatični in spretnejši v sporazumevanju. Zdaj se že lahko živijo v drugega in razumejo, zakaj se drugi obnaša tako, kot se. Ob tem, ko fizična agresivnost splošno upada, pa

dejanja, s katerimi posamezniki prizadenejo drugega, sorazmerno naraščajo (Smrtnik Vitulić, 2007).

Razlike med spoloma so pri izražanju jeze vidne že od drugega oziroma tretjega leta naprej. Fantje so bolj odkrito agresivni, fizično ali besedno, in večkrat tarča agresivnih dejanj. Dekleta kažejo bolj prikrito, posredno ali psihološko agresijo, s katero ogrožajo odnose, ugled ali psihično stanje druge osebe (Smrtnik Vitulić, 2007).

Žalost

Otroci oziroma mladostniki tako kot odrasli doživljajo žalost predvsem zaradi izgube ljubljene osebe ali objekta (Zupančič, 1995, v Smrtnik Vitulić, 2007). Pri večini otrok intenzivna žalost ni pogosta. Intenzivno žalost lahko doživljajo otroci, ki so izgubili ljubljeno osebo, od katere so bili odvisni. Bolj ko je otrok ali mladostnik čustveno odvisen od izgubljene osebe ali objekta, bolj bo žaloval. Osamljeni posamezniki bodo žalovali bolj kot zaposleni in v družbi sprejeti. Intenzivnost žalovanja z leti raste.

Kompleksna čustva, med katera prištevamo na primer ponos, sram, krivdo, zavist, se v primerjavi s temeljnimi pojavijo v razvoju kasneje, šele po drugem letu otrokove starosti. Gre za skupino čustev, ki izvirno niso pomembna za preživetje ali biološko utemeljene odnose, kot je na primer pripadnost, ampak so socialna čustva, pomembna za življenje z drugimi ljudmi (Smrtnik Vitulić, 2007). Med kompleksnejša čustva uvrščamo še razočaranje, pogum, vznemirjenje, olajšanje, anksioznost idr.

1.6.1 ZNAČILNOSTI OTROKOVIH ČUSTEV

Zupančič (1995, v Smrtnik Vitulić, 2007) opisuje značilnosti otrokovih čustev glede na čustva odraslih:

- × otroci doživljajo čustva tudi v (za odrasle) trivialnih situacijah;
- × pogostost otrokovih čustev se z razvojem spreminja (otrok se postopno uči zmanjševati čustvene izraze, z razvojem spoznavnih sposobnosti se uči odzivati – za odrasle – primerno);
- × otroci hitreje kot odrasli prehajajo iz enega skrajnega intenzivnega doživljanja čustev k drugemu;
- × z razvojem se spreminja moč posameznih čustev (ena postanejo intenzivnejša, druga šibkejša).

Čustveni odzivi otroka že zgodaj izražajo individualnost. Razlike ob rojstvu pripisujemo predvsem temperamentu, pozneje pa na izražanje čustev vplivajo tudi dejavniki okolja (Zupančič, 1995, v Smrtnik Vitulić, 2007). Za otroke, ki doživljajo intenzivna neugodna

čustva, je značilno, da se tega pogosto ne zavedajo. Tipični obrambni mehanizmi v otroštvu so regresija, represija in zanikanje, ki otroka ščitijo pred zelo intenzivnimi negativnimi čustvi (Smrtnik Vitulić, 2007).

1.6.2 RAZUMEVANJE ČUSTEV V SREDNJEM OTROŠTVU

Otroci z leti vedno bolj razumejo čustva. Izkušnje in razvoj kognitivnih sposobnosti jim pomagajo pri oblikovanju vedno bolj zapletenih »teorij« o čustvih. Otroci vedno bolj kompleksno razumejo, kakšni so lahko razlogi za čustva ljudi, kaj pomeni doživljati čustva, kaj lahko ljudje razmišljajo ob posameznih čustvih, kako se lahko na čustva odzivajo, oblikujejo vedno bolj izdelane sisteme za prepoznavanje čustev, vedno bolj razumejo možnost nadzora oziroma prikrivanja čustev, pogosteje razumejo možnost hkratnega doživljanja dveh različnih čustev kot enega samega ali dveh zaporedno in v vedno večji meri ugotavljajo, da nimajo popolnega zavestnega nadzora nad svojim doživljanjem (Smrtnik Vitulić, 2007).

Otroci v srednjem otroštvu povedo, da čustva ljudi sprožijo zunanji dejavniki, čeprav v večji meri kot mlajši razumejo, da so čustva odvisna predvsem od posameznikovih subjektivnih želja in pričakovanj. Tako kot mlajši so sposobni naštetih vsebine razmišljanja ljudi ob posameznih čustvih. Več kot polovica jih na vprašanje o doživljanju ljudi ob čustvih odgovori z opisi telesnih izrazov (npr. ko so ljudje veseli, se smejejo) in dejavnosti posameznikov (npr. od veselja skačejo). Otroci v tem obdobju podobno kot mlajši povedo, da prepoznavajo čustva ljudi na podlagi zaznanih »atributov«. Podobno kot mlajši odgovarjajo, da se ljudje na čustva odzovejo s telesnimi izrazi in dejavnostmi. Večina jih poroča, da se ljudje čustev ves čas zavedajo. Poleg »pasivnih« strategij nadzora čustev, kot so na primer umik iz situacije, zamenjava dejavnosti, hitra preusmeritev misli na druge vsebine, predlagajo »aktivne« načine upravljanja s čustvi, kot sta na primer dalj časa trajajoča sprememba dejavnosti in trajajoča miselna angažiranost. Le nekateri med njimi zagovarjajo stališče, da ljudje ne morejo nadzorovati svojih čustev, ker niso odvisna od njihove volje, ampak od situacij. Skoraj vsi otroci v srednjem otroštvu opisujejo pretvarjanje kot razliko med posameznikovim izražanjem in doživljanjem čustev (Smrtnik Vitulić, 2007).

Izpostavili bomo šest bistvenih značilnosti razvoja razumevanja čustev:

- v zgodnjem otroštvu prevladuje uporaba manj kompleksnih razlag čustev,
- pogostost uporabe kompleksnejših razlag s starostjo narašča,
- otroci postopno »dodajajo« kompleksnejše razlage čustev manj kompleksnim,
- razvoj razumevanja čustev je specifičen glede na področje,
- največje spremembe v razumevanju čustev se kažejo na prehodu iz otroštva v mladostništvo,
- razvoj razumevanja lastnih čustev in čustev drugih ljudi poteka vzporedno (Smrtnik Vitulić, 2007).

1.7 TEMPERAMENT IN OSEBNOST OTROK

Temperament predstavlja posameznikovo celovito organizacijo razmeroma stabilnih značilnosti v kakovosti in intenzivnosti njegovega čustvenega odzivanja. Ima biološke temelje, ki primarno uravnavajo posameznikovo odzivanje. Temperamentne razlike med posamezniki so opazne že v prenatalnem obdobju in potem tudi po otrokovem rojstvu ter so od obdobja malčka naprej razmeroma stabilne. Po McCall-u (1987, v Stritih, 2011) razlikujemo štiri temeljne dimenzije temperamenta:

- aktivnost (tempo in jakost posameznikovega vedenja),
- odzivnost (vzorec približevanja oz. umika na dražljaje),
- čustvovanje (kako se lahko vznemiri in razburi),
- sociabilnost (obseg iskanja oz. izogibanja družbi drugih).

Določene komponente temperamenta (Thomas in Chess, 1977, v Stritih, 2011) se pri večini otrok združujejo v tri tipe temperamenta. Tako prepoznamo *lahko vzgojljive otroke*, ki so pretežno dobre volje, veseli, optimistični, ritmični, sprejemajo nove izkušnje in se z lahkoto prilagajajo spremembam. Takih je okoli 40% vseh otrok. *Težavni otroci* so pogosto razdražljivi, neredni (neritmični), se močno odzivajo, so pretežno negativno razpoloženi in se počasi prilagajajo na spremembe (10%). *Počasni otroci* se čustveno odzivajo počasi in blago, počasi se prilagajajo spremembam, težje sprejemajo novosti, so razmeroma pasivni, bolj negativno razpoloženi kot pa vzgojljivi, a bolj pozitivno kot težavni otroci (15%). Avtorji tretjine otrok niso mogli razvrstiti v nobeno kategorijo, ker izražajo raznolike specifične kombinacije temperamentnih značilnosti.

Raziskave so pokazale, da individualne razlike v otrokovem temperamentu prispevajo k razlikam v naklonjenosti staršev (oz. odraslih) do otrok ter k razlikam v količini in kakovosti nadzora, ki ga odrasli izvajajo nad otroki. To je dobro vedeti in tudi večkrat povedati staršem otrok (Stritih, 2011).

Študije temperamentov mlajših otrok govorijo tudi o tem, da bo otrokov razvoj bolj optimalen, če se njegov slog odzivanja ujema z zahtevami okolja in okolje ustreza otrokovemu temperamentu. Tveganja za razvoj težav v otrokovem socialnem prilagajanju tako naraščajo, če se temperament otroka in (pričakovanja) okolja ne ujemata. Vzgojiteljice in otrokovi starši naj bi že v vrtcu zavestno poskušali oblikovati okolje, ki ustreza otrokovim temperamentnim značilnostim, istočasno in postopno pa naj bi spodbujali tiste vzorce otrokovega odzivanja, ki so v njegovem okolju bolj prilagojeni (sprejemljivi in pričakovani). To ne pomeni otroka razvajati (Stritih, 2011).

Malčki s težavnim temperamentom so po raziskavah razvojno bolj rizični za vedenjske težave kasneje v življenju, ker se nanj ustrezno prilagajajo socialnemu okolju. Za starše oz. odrasle so ti odzivi otroka manj sprejemljivi in se zato nanje pogosteje negativno odzovejo z jezo in

sovražnostjo do otroka. Pogosteje pa uporabljajo tudi kaznovalne vzgojne tehnike, kar pa še podkrepi otrokovo neugodljivost in nasprotovanje odraslim osebam (Stritih, 2011).

Pojem osebnosti je nadreden temperamentu, saj osebnost poleg slogov vedenja in značilnosti samouravnavanja vključuje tudi spoznavne strukture, kot so npr. pojem o sebi in strategije posameznikovega prilagajanja na okolje. Osebnost predstavlja celovito organizacijo razmeroma trajnega skupka psiholoških značilnosti, ki konstituirajo enkratno individualnost posameznika in se izražajo skozi različne oblike vedenja in v različnih situacijah (Stritih, 2011).

1.8 PROSOCIALNO VEDENJE

Prosocialna vedenja so tista vedenja, ki drugim koristijo, povzročajo pozitivne učinke; izboljšajo njihovo telesno ali duševno počutje. K prosocialnemu vedenju prištevamo sposobnost živeti se v drugega (empatija), altruizem, enakopravnost, spodbujanje skupine in razne druge oblike sodelovanja in konstruktivnega reševanja problemov na področju medosebnih odnosov (Horvat in Magajna, 1987).

Za prosocialna vedenja je značilno upoštevanje potreb drugega in prizadevanje za njegovo blaginjo oz. pravično razporeditev dobička. Z izrazom individualizem označujemo vedenje, pri katerem si posameznik prizadeva, da bi dosegel kak absolutni dobiček zase. Za tekmovanje, rivaliteto ali superiornost pa je značilno, da skuša posameznik doseči relativen dobiček zase (v primerjavi z drugimi) ali pa si prizadeva, da bi korist ali dobiček drugega zmanjšal. Najbolj se od prosocialnega vedenja oddaljuje agresivnost, saj vključuje povzročanje duševne ali telesne škode drugemu (Horvat in Magajna, 1987).

1.9 ČUSTVENE IN VEDENJSKE TEŽAVE OTROK

Psihopatologija je znanstvena disciplina, ki se ukvarja s preučevanjem ekstremnih psihičnih, fizičnih in vedenjskih odzivov oziroma stanj, ki posameznikom onemogočajo uspešno upravljanje s svojim življenjem (Oatley in Jenkins, 2002, v Smrtnik Vitulić, 2007). Tovrstna stanja, ki se lahko pojavijo tudi v otroštvu in mladostništvu, imenujemo »motnje« (Smrtnik Vitulić, 2007).

Psihiatrične diagnoze psihopatologije temeljijo na t.i. »modelu bolezni«. Nekdo ima neko motnjo, če izpolnjuje določene kriterije, s katerimi jo opredelimo. O vedenjskih in čustvenih motnjah pri otrocih in mladostnikih lahko govorimo, če določeni simptomi, po katerih motnjo prepoznamo, trajajo dalj časa in bistveno ovirajo otroka pri njegovem funkcioniranju v vsakodnevem življenju (predvsem v družinskih odnosih in v šoli) (Smrtnik Vitulić, 2007).

Strokovnjaki pri identifikaciji vedenjskih in čustvenih motenj uporabljajo različne sheme, ki vključujejo različne kriterije za diagnosticiranje posameznih motenj. Ena od takšnih shem je tudi CDI 10, ki jo je izdelala Svetovna zdravstvena organizacija leta 1992. Omenjeno klasifikacijsko shemo uporabljamo tudi v Sloveniji (MKB-10: Mednarodna klasifikacija bolezni in sorodnih zdravstvenih problemov za statistične namene) Po omenjeni mednarodni klasifikacijski shemi razlikujemo med različnimi skupinami vedenjskih in čustvenih motenj v otroštvu in mladostništvu:

1. hiperkinetične motnje in motnje vedenja,
2. čustvene motnje (v ožjem pomenu besede),
3. kombinirane motnje vedenja in čustvovanja,
4. motnje v socialnem funkcioniranju,
5. tike in
6. heterogeno skupino vedenjskih in čustvenih motenj, ki jih glede na njihove značilnosti ne moremo uvrstiti v ostale skupine.

V nadaljevanju so predstavljene zgoraj navedene skupine motenj po MKB-10 in najpogostejši razlogi za nastanek in pogostost motnje v normativni populaciji (Kaplan in Sadock, 1994, v Smrtnik Vitulić, 2007).

Za hiperkinetične motnje so značilne predvsem motnje pozornosti in aktivnosti. Otrokom in mladostnikom z omenjenimi motnjami primanjkuje vztrajnosti pri dejavnostih, ki zahtevajo kognitivno zavzetost, saj prehajajo iz ene aktivnosti na drugo, ne da bi katero dokončali. V odnosih z drugimi so pogosto brezobzirni in impulzivni, brez socialnih zavor, ne poznajo običajne previdnosti in zadržanosti, »izzivajo« nezgode in se pogosto znajdejo v konfliktnih zaradi nepremišljenih kršitev pravil, ne pa iz namernega kljubovanja. Med vrstniki niso priljubljeni in lahko ostanejo osamljeni (Smrtnik Vitulić, 2007).

Za motnje vedenja je značilen ponavljajoč in trajen vzorec agresivnega ali predrznega vedenja, ki traja najmanj šest mesecev. Gre za vedenja, ki pomenijo hujšo kršitev družbenih norm. Primer vedenja, na katerem temelji diagnoza, vključuje pretirano bojevitost in ustrahovanje, krutost do ljudi ali do živali, hudo uničevalno težnjo do lastnine, požigalstvo, tatvine, pogosto laganje, »špricanje« šole in pobege od doma, pogosto in hudo jezo ter neubogljivost. Katerakoli od izrazitih oblik takega vedenja zadostuje za diagnozo, posamezna dejanja pa ne. Med motnje vedenja uvrščamo tudi kljubovalno vedenje, ki se običajno pojavi pri osmih letih in ponavadi ne vztraja dlje kot do mladostništva. Zanj so značilni impulzivno vedenje, pogosti prepiri z odraslimi, pogosto neupoštevanje prošenj in zahtev odraslih, namerno počenjanje stvari, ki so za druge moteče, nagla jeza, pogosta kljubovalnost in zvrčanje krivde za lastne napake na druge (Smrtnik Vitulić, 2007).

Za otroke in mladostnike s hiperkinetičnimi motnjami in motnjami vedenja je značilno, da se od večine vrstnikov razlikujejo po intenzivnosti doživljanja jeze, po številu agresivnih

odzivov v različnih situacijah, po pogostem opravičevanju svojega ravnanja, po pogostem nerazumevanju razlogov za doživljanje negativnih čustev in po slabšem spominjanju celotnega dogajanja, ki je v njih sprožilo čustva (Smrtnik Vitulić, 2007).

Pri *čustvenih motnjah* (v ožjem pomenu besede) se kot ključna diagnostična značilnost v že omenjeni mednarodni klasifikacijski shemi motenj (MKB-10) uporablja odstopanje od družbeno pričakovanih norm na področju čustvenega razvoja. V omenjeno skupino motenj uvrščamo ločitveno tesnobo – separacijsko anksioznost, fobično tesnobo – bojazni, socialno tesnobo – socialno anksioznost, tekmovanje sorojencev in druge čustvene motnje, kot sta na primer identitetna motnja in motnja pretirane anksioznosti. Oglejmo si merila za posamezne čustvene motnje. Separacijska anksioznost se razlikuje od normativnega doživljanja strahu pred izgubo pomembne osebe (skrbnika ali drugih družinskih članov), ki je običajna v zgodnjem otroštvu, po intenzivnosti doživljanja strahu (otrokov strah se lahko stopnjuje do groze ali panike), po času nastanka motnje (starosti otroka ali mladostnika), po dolžini njenega trajanja in po hudih težavah v socialnem funkcioniranju, ki jih posameznik zaradi omenjene motnje ima. Bojazni, ki jih obravnavamo kot motnje, so pri posameznikih zelo intenzivne. Pri socialni anksioznosti je strah pred tujci ali bojazen pri srečevanju z novimi, tujimi in socialno ogrožujočimi situacijami zelo izrazit in ga spremljajo težave pri socialnem funkcioniranju. Tekmovalnost sorojencev je motnja, ki se pojavi zaradi rojstva novega člana družine. O njej govorimo v primerih, ko otrok doživlja do brata ali sestre močna neugodna čustva, ki trajajo daljši čas in jih otrok izraža na socialno nesprejemljiv način. Identitetna motnja se v obdobju mladostništva kaže na različne načine. Zanja so značilni intenzivno čustvovanje, menjava razpoloženja, izrazita impulzivnost in vznurljivost, depresivnost, bojazni, tesnobe in negotovosti, ki mladostnika ovirajo v dejavnostih in v socialnih odnosih vse do socialne izolacije. Za motnjo pretirane anksioznosti je značilna pretirana vznemirjenost ali bojazen pred vsemi zunanjimi in notranjimi pojavi. Otroci in mladostniki z omenjeno motnjo so tako rekoč stalno »na preži«, v neki obrambni naravnosti. Anksioznost se pri posamezniku izraža večinoma prek somatskih pojavov: motenj spanja in apetita, prebavnih motenj, težav z dihanjem in motenj v delovanju srca, ki nimajo organskih vzrokov (Smrtnik Vitulić, 2007).

Za *kombinirane (ali mešane) motnje* vedenja in čustvovanja je značilna stalna kombinacija agresivnega, nenavadnega ali nesramnega vedenja z odkritimi in očitnimi znamenji depresije, tesnobe ali drugih čustvenih težav. Med omenjeno skupino motenj uvrščamo tudi depresivno motnjo vedenja, ki vključuje trajno in pomembno depresivno razpoloženje in se kaže s simptomi, kot so globoka žalost, izguba zanimanja ter ugodja pri običajnih dejavnostih, samoobtoževanje in brezup, lahko pa nastopijo tudi motnje spanja in apetita (Smrtnik Vitulić, 2007).

Motnje v *socialnem funkcioniranju* so heterogena skupina motenj, ki jih opredeljujejo težave v interakcijah z drugimi ljudmi in spremljajo motnje čustvovanja. V omenjeno skupino

motenj uvrščamo: selektivni mutizem, reaktivno motnjo in razvrtost pri navezovanju odnosov ter druge motnje v socialnem funkcioniranju. Selektivni mutizem označuje pomembna čustveno pogojena selektivnost pri uporabi govora. Otrok v nekaterih okoliščinah govor obvladuje, v drugih okoliščinah pa je videti, kot da ne more govoriti. Otroci s selektivnim mutizmom so večinoma sramežljivi, anksiozni in depresivni. Reaktivne motnje pri navezovanju stikov so na primer velika prestrašenost ali prevelika previdnost v odnosih z drugimi, šibke socialne interakcije z vrstniki, agresivnost do sebe in drugih, pretirana žalost, v posameznih primerih pa celo zastoj v rasti. Sindrom verjetno nastopa kot neposreden rezultat hudega zanemarjanja s strani staršev, zlorabe ali trpinčenja. Razvrtost v socialnih odnosih pomeni nasprotje zavrtosti in je hujša motnja pri navezovanju medosebnih odnosov in nesposobnost pristnega komuniciranja s svojim okoljem. Pri razvrtosti gre za neustreznost v navezovanju odnosov, za neustrezno uravnavanje interakcij z vrstniki in pritegovaje pozornosti, ki jih občasno spremljajo čustvene ali vedenjske motnje. Osebe, ki imajo tovrstne težave, zelo hitro in nekritično navezujejo stike z neznanimi ljudmi, jim takoj pretirano zaupajo in z njimi kmalu vzpostavijo telesni kontakt (Smrtnik Vitulić, 2007).

Tik je nehoten, nagel, ponavljajoč se, neritmičen gib, ki navadno zajema omejene mišične skupine, ali glasovna produkcija, ki se sproži naenkrat in nima navidez nobenega smisla. Posameznik ponavadi doživlja tik kot neustavljiv, čeprav ga lahko za določen čas tudi potlači. Stres stanje poslabša, v spanju tik preneha. Preprosti motorični tiki vključujejo mežikanje, sukanje vratu, skomigaje z rameni, delanje grimas. Preprosti glasovni gibi vključujejo hrkanje, pokašljevanje, smrkanje in sikanje. Kompleksni tiki pa vključujejo na primer poskakovanje ali ponavljanje posameznih besed, ki so pogosto socialno nesprejemljive. Kaplan in Saddock (1994, v Smrtnik Vitulić, 2007) navajata, da imajo otroci, pri katerih so se tiki pojavili med šestim in osmim letom starosti, največ možnosti, da se jim izboljša stanje po štirih ali šestih letih oziroma na začetku mladostništva.

Po uporabljeni mednarodni klasifikacijski shemi (MKB-10) uvrščamo med druge *vedenjske in čustvene motnje* tisto heterogeno skupino motenj, ki je ne moremo dodati k ostalim. Sem štejemo uhajanje vode (enureza) in blata (enkopreza), motnjo hranjenja, uživanje neužitnih snovi (t.i. »pica« motnja), motnjo stereotipnega gibanja, jecljanje, prehitevajoče govorjenje in druge specifične vedenjske in čustvene motnje (npr. pretirana masturbacija, grizenje nohtov, vrtanje po nosu, sesanje palca). Enureza je motnja, za katero je značilno nehotno izpraznjevanje mehurja, podnevi in ponoči, ki ni skladno s posameznikovo mentalno starostjo. Enureza je motnja, ki ni posledica kake nevrološke motnje, epileptičnih napadov ali strukturnih anomalij urinarnega trakta. Navajanje na čistočo je pogojeno z nevrološkim in kognitivnim razvojem, socialnimi dejavniki, toaletnim treningom in verjetno tudi genetskimi dejavniki. Otrok ali mladostnik z diagnozo enureza je tisti, ki namerno ali nenamerno urinira v hlače oziroma v posteljo najmanj dvakrat tedensko v zadnjih treh mesecih. Večina posameznikov, pri katerih gre za motnje uhajanja vode, ima nizko samopodobo, pogosto doživljajo sram zaradi odzivov drugih na njihovo stanje in se zato začnejo izogibati socialnim

odnosom. To so sekundarne čustvene težave, ki nastopijo kot posledica neugodnih odzivov okolice na motnjo. Enkopreza je ponavljajoče se hotno ali nehotno puščanje blata. Pri posamezniku se lahko omenjena motnja sproži, ko je že kontroliral črevesje ali pa pomeni nadaljevanje običajne otroške inkontinence. Omenjena motnja je lahko posledica fizioloških težav, ki otroku ali mladostniku onemogočajo nadzor mišic, ki skrbijo za izločanje. Otroku lahko na izločanje tudi pozabi zaradi vključenosti v druge dejavnosti, ki preusmerjajo njegovo zavestno pozornost na nekaj drugega (in ne na izločanje). Večina otrok in mladostnikov s to motnjo na začetku nima vedenjskih in čustvenih težav, pogosto pa te nastopijo kot posledica odziva okolja (npr. socialnega zavračanja ali izolacije) na motnjo. Pri nekaterih otrocih je nekontrolirano izločanje blata povezano s čustvenim zanemarjanjem, s pogosto nezavednim doživljanjem jeze na enega izmed staršev, lahko je izraz posameznikovega kljubovalnega vedenja ali vzbujanja pozornosti, pogosto pa tudi odziv na stresno situacijo. Motnja hranjenja na splošno vključuje zavračanje hrane in skrajno svojeglavost pri jemanju obrokov hrane, ob ustreznem skrbniku in brez kake organske bolezni. Pri motnjah za katere je značilno uživanje neužitnih snovi, otroci najmanj mesec dni uživajo nenavadne snovi, kot so prst, ostružki zidne barve itd. Omenjena motnja se pojavlja pri tretjini otrok med prvim in šestim letom starosti. Motnje stereotipnega gibanja vključujejo hotene, ponavljajoče se, stereotipne, nefunkcionalne in pogosto ritmične gibe, ki ne sestavljajo dela kakega psihiatričnega ali nevrološkega stanja. Gibi, s katerimi se otrok ne more poškodovati, lahko vključujejo gibanje telesa, zibanje z glavo, sukanje las, gibanje s prsti, ploskanje, primeri stereotipnega vedenja, ki lahko povzročajo poškodbe, pa so ponavljajoče se trkanje z glavo, klofutanje po licu, tiščanje oči, grizenje rok, ustnic in drugih delov telesa. Za jecljanje, ki ga prav tako uvrščamo v skupino drugih vedenjskih in čustvenih motenj, je značilno pogosto ponavljanje in podaljševanje glasov, zlogov ali besed, lahko pa gre tudi za premore, ki raztrgajo ritmični potek govora. Jecljanje uvrščamo med motnjo le, če je njegova izraznost tolikšna, da bistveno moti potek govora. Prehitevajoče govorjenje označuje tako hiter tempo govorjenja, da je že manj razumljiv; govor je prenapet in neritmičen, z naglimi zagoni, ki običajno povzročajo napačne vzorce izražanja (Smrtnik Vitulić, 2007).

Čustvene in vedenjske težave se pri otrocih, mladostnikih in odraslih pogosto pojavijo tudi skupaj z drugimi telesnimi in duševnimi motnjami (težavami, boleznimi, okvarami), na primer ob različnih kroničnih telesnih boleznih, nevroloških motnjah želodčnih boleznih, ob različnih telesnih okvarah, kot so naglušnost, slabovidnost in telesna prizadetost ter so pogost spremljevalec duševne prizadetosti. Čustvene in vedenjske težave, ki spremljajo omenjene telesne in duševne motnje (težave, bolezni, okvare), nastopijo predvsem zaradi neustreznega in odklonilnega odziva socialnega okolja na posameznikovo stanje (pojavijo se t.i. »sekundarne« čustvene in vedenjske motnje, ki se »priključijo« primarnim težavam) (Smrtnik Vitulić, 2007).

Nekatere motnje, ki se kažejo pri otrocih, se nadaljujejo tudi v odraslost. Na podlagi rezultatov raziskav številnih avtorjev navajamo šest najpomembnejših dejavnikov, ki vplivajo na nastanek vedenjskih in čustvenih motenj pri otrocih in mladostnikih:

- prepiri med starši,
- depresivnost staršev in psihiatrične težave,
- zanemarjanje, zlorabe in druge vrste slabih odnosov staršev do otrok,
- slabi socialnoekonomski pogoji,
- veliko število družinskih članov,
- kriminalno vedenje odraslih (Oatley in Jenkins, 2002, v Smrtnik Vitulić, 2007).

1.10 PROBLEM, CILJI IN HIPOTEZE

Gibalna dejavnost pomembno vpliva na otrokov razvoj. Organizem se brez delovanja, dejavnosti, ne razvija, temveč krni. Zato si lahko organizem večja delovno sposobnost in prilagaja novim zahtevam samo s tem, da deluje.

Intenzivno delovanje mišičja proži intenzivnejše delovanje vseh organov, ki se s tem razvijajo in krepijo. S te strani je za skladen razvoj organizma dragocena otrokova gibalna dejavnost (hoja, tekanje, skakanje) in igra. Z igro otrok izraža svoje doživljanje in čustva. Rečemo lahko, da se vzgoja najmlajših začne z gibanjem in igro, gibalna dejavnost pa je tisto primarno vzgojno-izobraževalno in razvedrilno področje, preko katerega si predšolski otroci razvijajo ne le gibalne in intelektualne sposobnosti, marveč neposredno vpliva tudi na proces njihove socializacije (Videmšek in Pišot, 2007).

Čustva so v predšolski dobi v otroku najmočnejša od vsega doživljanja. Otroka spodbujajo k aktivnosti in mu pomagajo ustvarjati prijetne odnose z okolico. Afekti so še vedno dokaj pogostni. Otrokovo čustvovanje je na splošno pristno, iskreno. Prevladuje pa prijetno, igrivo razpoloženje, malokdaj razdražljivo in še manjkrat žalostno (Žlebnik, 1963).

Za zdrav otrokov čustveni razvoj so osnovnega pomena zdravo čustveno ozračje v družini, lepi odnosi med družinskimi člani, zlasti ljubezenski in spoštljivi odnosi med roditelji, potem pa njihovo razumevanje otrokovega razvoja (Žlebnik, 1963).

V otroku so seveda čustva najdlje razvijajo in poglobljajo. Čim več je v njem zaupanja, samostojnosti, iniciativnosti, tem več je v njem veselja in ljubezni, in čim manj je vsega tega, tem več je v njem jeze, strahu in slabe volje.

Tu naj izrecno poudarimo nenavadno velik pomen starševske razumne ljubezni do otrok, ki je osnova otrokovega zdravega čustvenega razvoja. Taka ljubezen omogoča otrokovo ustrezno telesno in psihološko nego, to pa zopet vpliva na uspešen razvoj dispozicij.

Otrok za zdrav čustven razvoj posebej potrebuje atmosfero čustvene gotovosti, pozitivnega čustvenega izkustva, atmosfero veselja, miru, ljubezni in razumevanja. Če pa se otrok čustveno ne razvija v redu, če je ta razvoj oviran, zadržan, če se pojavlja notranja tesnoba in če traja to dolgo časa, se lahko poraja pri otroku problematično obnašanje. Ni že vsako problematično obnašanje, ki se slučajno pokaže, zaskrbljujoče, če pa se problematično obnašanje vzdržuje pri otroku dalj časa, je to gotovo znamenje, da se otrok s takim obnašanjem rešuje nekih svojih notranjih čustvenih napetosti, tesnob. Nič posebnega ni torej, če se otrok slučajno kdaj ziblje v postelji, če pa to stalno dela, tako da je od vsega tega ves izmučen, potem je to najbolj verjetneje znamenje neke večje notranje napetosti. Podobno je s sesanjem prsta. Iz čustvene napetosti si iščejo izhod še z grizenjem nohtov, z otroško masturbacijo, jecljanjem, upornostjo, kljubovanjem, muhavostjo itd. (Žlebnik, 1963).

Namen diplomskega dela je ugotoviti, ali obstaja povezanost med gibalnimi sposobnostmi šestletnih otrok in njihovimi čustvenimi in vedenjskimi motnjami.

Glede na predmet in problem raziskave smo si postavili naslednje cilje:

- analizirati gibalne sposobnosti šestletnih otrok;
- ugotoviti, v kolikšni meri šestletni otroci kažejo znake čustvenih in vedenjskih težav;
- ugotoviti, ali obstaja povezanost med gibalnimi sposobnostmi šestletnih otrok ter njihovimi čustvenimi in vedenjskimi težavami.

Na osnovi zastavljenih ciljev smo oblikovali naslednjo **hipotezo**:

H1: Otroci, ki so bolj gibalno sposobni, imajo manj čustvenih in vedenjskih težav.

2 METODE DELA

2.1 PREIZKUŠANCI

V vzorec anketirancev smo vključili 84 otrok; od tega je 48 deklic in 36 dečkov. Izhajali so iz Osnovne šole Šentvid (Ljubljana), Osnovne šole narodnega heroja Rajka (Hrastnik) in Osnovne šole Franceta Bevka (Ljubljana). Vsi otroci so iz prvega razreda. Stari so šest let.

2.2 PRIPOMOČKI

V raziskavi smo uporabili anketni vprašalnik (z 31 spremenljivkami) in šest merskih postopkov za oceno gibalnih sposobnosti šestletnih otrok. Vprašanja so zaprtega tipa, starši so morali na vprašanje odgovoriti po principu ocenjevalne lestvice (možnost od ena do pet). Otroci so testne naloge izvajali v športni dvorani. Merski postopki so v celoti povzeti po športno-vzgojnem kartonu (Kovač in Jurak, 2010).

2.3 POSTOPEK

Vprašalniki so bili razdeljeni med prvošolce po šolah potem, ko smo pridobili dovoljenje staršev za sodelovanje njihovih otrok v raziskavi. Anketni vprašalnik so rešili starši, njihovi otroci pa so v športni dvorani izvajali testne naloge, kjer smo jim podali natančna in razumljiva navodila za izvajanje.

Statistično analizo smo izvedli s pomočjo računalniškega programa SPSS 15.0 (Statistical Package for the Social Sciences). Za preverjanje hipoteze smo uporabili regresijsko analizo, analizo variance (ANOVA) in hi-kvadrat (χ^2) test. Statistično značilnost smo ugotavljali na ravni petodstotnega tveganja. Za vse gibalne spremenljivke smo izračunali osnovne statistične kazalnike (aritmetična sredina, standardni odklon, minimalni in maksimalni rezultat).

3 REZULTATI

Na podlagi zastavljenih ciljev in na podlagi anketnih vprašalnikov, ki jih je izpolnilo 84 staršev otrok na štirih osnovnih šolah, smo dobili rezultate, ki jih predstavljamo v nadaljevanju diplomskega dela. V spodnjih tabelah so prikazani rezultati. Obdelali smo podatke.

Tabela 1

Osnovna statistika po številu in spolu

Spol	Število otrok	Odstotek
Dečki	36	42,9
Deklice	48	57,1
Skupaj	84	100,0

V raziskavi je sodelovalo 84 otrok; od tega je 48 deklic (57%) in 36 dečkov (43%).

Tabela 2

Opisna statistika za gibalne teste

	Število vseh otrok	Minimum	Maksimum	Povprečje	Standardni odklon
DPR	84	13	27	21	2,93
SDM	84	50	140	107	18,19
PON	84	13,7	52	23,9	7,24
DT	84	0	34	21	7,85
PRE	84	28	54	45	4,85
VZG	84	0	81	15,4	14,65
XTv	84	38,19	61,31	49,94	4,54
XTslo	84	35,41	60,42	48,10	4,88
OCENA	84	36	104	65	15,73

Opombe:

DPR – dotik plošče z roko

SDM – skok v daljino z mesta

PON – poligon nazaj

DT – dvig trupa

PRE-predklon

VZG – vesa v zgibi

XTv – povprečna T vrednost na najinem vzorcu

XTslo – povprečna T vrednost na slovenski populaciji

OCENA – število doseženih točk pri psihološkem testu

Tabela 3

Opisna statistika za psihološki test

	Število vseh otrok	Minimum	Maksimum	Povprečje	Standardni odklon
1. MORA JESTI	84	1	5	2,16	1,18
2. NEPRIJETNE SANJE	84	1	5	2,14	1,16
3. AGRESIVNO VEDENJE	84	1	5	1,96	1,08
4. GRIZE NOHTE	84	1	5	1,96	1,40
5. ŽIVAHEN	84	1	4	2,24	0,96
6. VZAME STVAR	84	1	5	2,24	1,08
7. NEPOSLUŠEN	84	1	5	3,12	0,82
8. PREPIRLJIV	84	1	5	1,89	0,94
9. PRETEPA	84	1	5	1,54	0,91
10. JOČE	84	1	5	1,94	1,00
11. PLAŠEN	84	1	4	1,98	0,91
12. ZADRŽAN	84	1	5	2,27	1,04
13. STRAH TEME	84	1	5	2,17	1,12
14. STRAH PSOV	84	1	5	2,08	1,23
15. SE JEZI	84	1	5	2,46	1,12
16. NEZAUPLJIV	84	1	5	1,98	0,95
17. UPORNIK	84	1	5	2,57	0,87
18. JECLJA	84	1	5	1,49	0,92
19. SVOJEGLAV	84	1	5	2,47	1,00
20. LAŽE	84	1	5	2,14	0,99
21. JEMLJE IGRACE	84	1	5	1,76	1,10
22. IZOGIBAJO SE GA	84	1	5	1,69	1,17
23. RAZVAJEN	84	1	5	2,28	1,03
24. MENJA RAZPOLOŽENJE	84	1	5	1,98	1,02
25. TRMAST	84	1	5	2,61	0,96

	Število vseh otrok	Minimum	Maksimum	Povprečje	Standardni odklon
26. SRAMEŽLJIV	84	1	5	2,24	0,93
27. MENJA VRSTNI RED	84	1	5	1,72	0,98
28. MEČE STVARI	84	1	5	1,76	1,02
29. OBČUTLJIV	84	1	5	2,51	1,06
30. RAZBIJA SVOJE IGRAČE	84	1	5	1,69	0,91
31. Z JOKOM IZRAZI SVOJO VOLJO	84	1	5	2,35	1,05
Skupno število otrok	84				

Opombe:

1. MORA JESTI – pogosto starš sili otroka, da mora jesti
2. NEPRIJETNE SANJE – včasih se otrok zbudi zaradi neprijetnih sanj
3. AGRESIVNO VEDENJE – včasih se otrok vede preveč agresivno
4. GRIZE NOHTE – otrokova navada je grizenje nohtov
5. ŽIVAHEN – otrok je preveč živahen
6. VZAME STVAR – zgodi se, da otrok vzame kakšno stvar brez dovoljenja
7. NEPOSLUŠEN – včasih je otrok neposlušen
8. PREPIRLJIV – otrok se velikokrat prepira z drugimi otroki
9. PRETEPA – velikokrat se zgodi, da se otrok pretepa s prijatelji
10. JOČE – otrok veliko joče
11. PLAŠEN – otrok je precej plašen
12. ZADRŽAN – otrok je zadržan
13. STRAH TEME – boji se teme
14. STRAH PSOV – boji se psov
15. SE JEZI – otrok se močno jezi, če ne dobi tistega, kar želi
16. NEZAUPLJIV – otrok je precej nezaupljiv
17. UPORNIK – otrok se upre, ko more nekaj narediti
18. JECLJA – otrok včasih jeclja
19. SVOJEGlav – otrok je precej svojeglav
20. LAŽE – včasih se zlaže
21. JEMLJE IGRAČE – otrok jemlje igračke, ki pripadajo drugemu otroku
22. IZOGIBAJO SE GA – drugi otroci se izogibajo našemu otroku
23. RAZVAJEN – otrok je preveč razvajen
24. MENJA RAZPOLOŽENJE – otrok velikokrat menja razpoloženje brez pravega razloga
25. TRMAST – otrok je precej trmast
26. SRAMEŽLJIV – otrok je preveč sramežljiv
27. MENJA VRSTNI RED – otrok pri govoru menja vrstni red
28. MEČE STVARI – ko je otrok jezen, meče stvari vse naokrog
29. OBČUTLJIV – otrok je zelo občutljiv
30. RAZBIJA SVOJE IGRAČE – dogaja se, da otrok pokvari ali razbije svoje igračke
31. Z JOKOM IZRAZI VOLJO – otrok z jokom poskuša izraziti svojo voljo

Pri testu dotik plošče z roko je bil minimum 13 ponovitev, maksimum pa 27. Srednja vrednost je 12 ponovitev.

Otroci so najmanj skočili 50 cm v daljino, največ pa 140 cm. Povprečje pri tem testu je znašalo 107 cm.

Za poligon nazaj so manj sposobni otroci porabili 52 sekund, tisti najhitrejši pa 13,7 sekund. Povprečje za premagovanje poligona je bilo 23,9 sekund.

Pri dvigu trupa je bil minimum 0 ponovitev, maksimum pa 34 ponovitev. V povprečju so otroci naredili 21 ponovitev.

Predklon na klopici so otroci izvedli, tako da je najmanjša vrednost znašala 28 cm, največja pa 54 cm. Povprečje pri predklonu je bilo 45 cm.

Otroci so na drogu (vesa v zgibu) največ zdržali 1 minuto in 21 sekund, najmanjša vrednost pa je bila 0 sekund. Povprečje pri vesi v zgibi je znašalo 15, 4 sekunde.

Če smo sešteli vse vrednosti, ki so jih starši v anketi obkrožili, je bila največja vrednost 104 (če bi starš v celotnem vprašalniku obkrožil vse s 5, bi bila največja vrednost 155), najmanjša pa 36. Povprečje seštevka vseh odgovorov v vprašalniku pa je 65.

V vprašalniku, kjer je bilo 31 trditvev, so starši obkroževali po ocenjevalni lestvici od 1 do 5. Ocena 1 je pomenila, da se starš sploh ne strinja s trditvijo, 2 je pomenila, da se ne strinja, ocena 3 je pomenila, da se starš delno strinja, ocena 4, da se strinja in ocena 5, da se s trditvijo popolnoma strinja. Pri skoraj vseh trditvah je vsaj en starš obkrožil najvišjo oceno 5 in najmanjšo oceno 1. Samo pri trditvi 5 (otrok je preveč živahen) in 11 (otrok je precej plašen) pa je bila najvišja vrednost, ki jo je označil starš, 4, najmanjša pa 1.

*Ocena pomeni število doseženih točk pri psihološkem testu.

Najmanjše povprečje sta imela simptoma »jeclja« in »pretepa« (vrednost 1,49 in 1,54). Pri simptomih: »drugi otroci se izogibajo našega otroka«, »dogaja se, da otrok pokvari ali razbije svoje igračke«, »otrok pri govoru menja vrstni red«, »otrok jemlje igračke, ki pripadajo drugemu otroku« in »ko je otrok jezen, meče stvari vse naokrog« je povprečje v vrednostih od 1,69 do 1,76. Povprečje pri »prepirljiv« je 1,89, »jоче« 1,94, »agresivno vedenje« 1,96, »grize nohte« 1,96, »plašen« 1,98, »nezaupljiv« 1,98 in »menja razpoloženje« 1,98. V skupino po povprečju (vrednosti od 2,08 do 2,17) smo uvrstili: »boji se psov«, »včasih se zlaže«, »včasih se otrok zbudi zaradi neprijetnih sanj«, »pogosto starš sili otroka, da mora jesti«, »boji se teme«. Naslednja skupina ima povprečje od 2,24 do 2,27. Simptomi so naslednji: »otrok je preveč živahen«, »zgodí se, da otrok vzame kakšno stvar brez dovoljenja«, »otrok je preveč sramežljiv«, »otrok je zadržan« in »otrok je preveč razvajen« ter »otrok z jokom poskuša izraziti svojo voljo«. Povprečje med 2,46 in 2,61 imajo: »se jezi« (vrednost 2,46), »svoje glav« (vrednost 2,47), »občutljiv« (vrednost 2,51), »upornik« (vrednost 2,57), »trmast« (vrednost 2,61). Po povprečju najbolj izstopa simptom »včasih je otrok neposlušen« (vrednost 3,12).

Tabela 4

Vpliv rezultatov gibalnih testov na čustvene in vedenjske težave otrok

Model	R	R ²	Popravljeni R ²	Standardna deviacija
1	,261 ^a	,068	-,005	16,075

a. Prediktorji: (konstantni), vesa v zgibi, predklon na klopci, dotik plošče z roko, dvig trupa, poligon nazaj, skok v daljino z mesta

Tabela 5

Preverjanje regresijskega modela s pomočjo analize variance za odvisno in neodvisno spremenljivko

ANOVA^b

Model	Vsota kvadratov	Stopnja prostosti	Povprečje Kvadratov	F vrednost	Statistična značilnost
1 Razloženo z modelom	1449,95	6	241,66	,935	,475 ^a
Nerazložena odstopanja	19897,20	77	258,41		
Skupaj	21347,14	83			

a. Prediktorji: (konstantni), vesa v zgibi, predklon na klopci, dotik plošče z roko, dvig trupa, poligon nazaj, skok v daljino z mesta

b. Odvisna spremenljivka: OCENA

Tabela 6

Regresijski koeficienti za dimenzijo OCENA

Neodvisne spremenljivke	Nestandardizirani regresijski koeficienti		Standardizirani regresijski koeficienti	t vrednost	Statistična značilnost
	B	Standardna napaka	Beta		
1 Konstanta	72,221	30,204		2,391	,019
DPR	-,264	,692	-,048	-,381	,704
SDM	,116	,150	,132	,777	,440
PON	,062	,361	,028	,171	,865
DT	,263	,265	,129	,993	,324
PRE	-,365	,378	-,110	-,965	,338
VZG	-,272	,139	-,248	-1,960	,054

a. Odvisna spremenljivka: OCENA

Če pogledamo Tabeli 5 in 6, vidimo, da rezultati pri gibalnih testih ne pokažejo statistično značilnega vpliva (pri vseh gibalnih testih je $p > 0,05$). S 5% tveganjem trdimo, da med gibalnimi sposobnostmi in čustvenimi in vedenjskimi težavami pri šestletnih otrocih ni

statistično značilnega vpliva. To se pravi, da smo H1 zavrnil. Naša predpostavka, da imajo tisti otroci, ki imajo boljše gibalne sposobnosti, manj čustvenih in vedenjskih težav, ne drži.

Z nadaljnjo analizo (analizo variance) smo želeli ugotoviti ali obstajajo statistično značilne razlike med rezultati gibalnih testov in posameznimi čustvenimi ter vedenjskimi predpostavkami.

Tabela 7

Analiza variance za gibalne teste in posamezne čustvene ter vedenjske predpostavke

ANOVA

		Vsota kvadratov	Stopnja prostosti	Povprečje kvadratov	F vrednost	Statistična značilnost
MORA JESTI	Variabilnost med skupinami	112,5	79	1,42	1,71	0,374
	Variabilnost znotraj skupine	2,5	3	0,83		
	Skupaj	115	82			
NEPRIJETNE SANJE	Variabilnost med skupinami	100,3	79	1,27	0,38	0,944
	Variabilnost znotraj skupine	10,0	3	3,33		
	Skupaj	110,3	82			
AGRESIVNO VEDENJE	Variabilnost med skupinami	90,4	79	1,14	0,76	0,723
	Variabilnost znotraj skupine	4,5	3	1,50		
	Skupaj	94,9	82			
GRIZE NOHTE	Variabilnost med skupinami	150,9	79	1,91	0,57	0,835
	Variabilnost znotraj skupine	10,0	3	3,33		
	Skupaj	160,9	82			
ŽIVAHEN	Variabilnost med skupinami	72,2	79	0,91	0,91	0,644
	Variabilnost znotraj skupine	3,0	3	1,00		
	Skupaj	75,2	82			
VZAME STVAR	Variabilnost med skupinami	92,7	79	1,17	1,41	0,451
	Variabilnost znotraj skupine	2,5	3	0,83		
	Skupaj	95,2	82			

		Vsota kvadratov	Stopnja prostosti	Povprečje kvadratov	F vrednost	Statistična značilnost
NEPOSLUŠEN	Variabilnost med skupinami	53,8	79	0,68	2,04	0,309
	Variabilnost znotraj skupine	1,0	3	0,33		
	Skupaj	54,8	82			
PREPIRLJIV	Variabilnost med skupinami	69,5	79	0,88	1,06	0,578
	Variabilnost znotraj skupine	2,5	3	0,83		
	Skupaj	72,0	82			
PRETEPA	Variabilnost med skupinami	68,1	79	0,86	5,17	0,049*
	Variabilnost znotraj skupine	0,5	3	0,17		
	Skupaj	68,6	82			
JOČE	Variabilnost med skupinami	81,7	79	1,03	3,10	0,191
	Variabilnost znotraj skupine	1,0	3	0,33		
	Skupaj	82,7	82			
PLAŠEN	Variabilnost med skupinami	65,5	79	0,83	0,99	0,605
	Variabilnost znotraj skupine	2,5	3	0,83		
	Skupaj	68,0	82			
ZADRŽAN	Variabilnost med skupinami	84,2	79	1,07	0,80	0,703
	Variabilnost znotraj skupine	4,0	3	1,33		
	Skupaj	88,2	82			
STRAH TEME	Variabilnost med skupinami	99,1	79	1,26	0,84	0,683
	Variabilnost znotraj skupine	4,5	3	1,50		
	Skupaj	103,6	82			
STRAH PSOV	Variabilnost med skupinami	119,4	79	1,51	0,91	0,647
	Variabilnost znotraj skupine	5,0	3	1,67		
	Skupaj	124,4	82			
SE JEZI	Variabilnost med skupinami	102,1	79	1,29	7,76	0,038*
	Variabilnost znotraj skupine	0,5	3	0,17		
	Skupaj	102,6	82			

		Vsota kvadratov	Stopnja prostosti	Povprečje kvadratov	F vrednost	Statistična značilnost
NEZAUPLJIV	Variabilnost med skupinami	73,5	79	0,93	5,58	0,040*
	Variabilnost znotraj skupine	0,5	3	0,17		
	Skupaj	74,0	82			
UPORNIK	Variabilnost med skupinami	60,9	79	0,77	1,54	0,414
	Variabilnost znotraj skupine	1,5	3	0,50		
	Skupaj	62,4	82			
JECLJA	Variabilnost med skupinami	66,3	79	0,84	1,01	0,600
	Variabilnost znotraj skupine	2,50	3	0,83		
	Skupaj	68,8	82			
SVOJEGLAV	Variabilnost med skupinami	80,2	79	1,02	1,22	0,514
	Variabilnost znotraj skupine	2,5	3	0,83		
	Skupaj	82,7	82			
LAŽE	Variabilnost med skupinami	78,8	79	0,10	1,99	0,318
	Variabilnost znotraj skupine	1,5	3	0,50		
	Skupaj	80,	82			
JEMPLJE IGRAČE	Variabilnost med skupinami	96,2	79	1,22	1,22	0,514
	Variabilnost znotraj skupine	3,0	3	1,00		
	Skupaj	99,2	82			
IZOGIBAJO SE GA	Variabilnost med skupinami	111,4	79	1,41	8,46	0,031*
	Variabilnost znotraj skupine	0,5	3	0,17		
	Skupaj	111,9	82			
RAZVAJEN	Variabilnost med skupinami	82,1	79	1,04	0,69	0,763
	Variabilnost znotraj skupine	4,5	3	1,50		
	Skupaj	86,6	82			
MENJA RAZPOLOŽENJE	Variabilnost med skupinami	85,0	79	1,08	3,23	0,182
	Variabilnost znotraj skupine	1,0	3	0,33		
	Skupaj	86,0	82			

		Vsota kvadratov	Stopnja prostosti	Povprečje kvadratov	F vrednost	Statistična značilnost
TRMAST	Variabilnost med skupinami	74,2	79	0,94	1,88	0,339
	Variabilnost znotraj skupine	1,5	3	0,50		
	Skupaj	75,7	82			
SRAMEŽLJIV	Variabilnost med skupinami	70,7	79	0,90	5,37	0,045*
	Variabilnost znotraj skupine	0,5	3	0,17		
	Skupaj	71,2	82			
MENJA VRSTNI RED	Variabilnost med skupinami	77,6	79	0,98	2,95	0,203
	Variabilnost znotraj skupine	1,0	3	0,33		
	Skupaj	78,6	82			
MEČE STVARI	Variabilnost med skupinami	83,2	79	1,05	1,58	0,404
	Variabilnost znotraj skupine	2,0	3	0,67		
	Skupaj	85,2	82			
OBČUTLJIV	Variabilnost med skupinami	91,8	79	1,16	3,48	0,165
	Variabilnost znotraj skupine	1,0	3	0,33		
	Skupaj	92,8	82			
RAZBIJA SVOJE IGRAČE	Variabilnost med skupinami	67,4	79	0,85	5,12	0,041*
	Variabilnost znotraj skupine	0,5	3	0,17		
	Skupaj	67,9	82			
Z JOKOM IZRAZI VOLJO	Variabilnost med skupinami	89,4	79	1,13	2,26	0,276
	Variabilnost znotraj skupine	1,5	3	0,50		
	Skupaj	90,9	82			

Pri preverjanju H1 smo z ANOVO, katere rezultati so navedeni v Tabeli 7, ugotavljali razlike med gibalnimi sposobnostmi in posameznimi čustvenimi in vedenjskimi težavami otrok.

Rezultati kažejo statistično značilne razlike med gibalnimi sposobnostmi in posameznimi čustvenimi in vedenjskimi težavami otrok ($p < \alpha$, ki je 0,05) pri šestih predpostavkah, in sicer:

- PRETEPA/ velikokrat se zgodi, da se pretepa s prijatelji ($p=0,049$)
- SE JEZI/ otrok se močno jezi, če ne dobi tistega, kar želi ($p=0,038$)
- NEZAUPLJIV/ je nezaupljiv ($p=0,040$)

- IZOGIBAJO SE GA/ drugi otroci se ga izogibajo (p=0,031)
- SRAMEŽLJIV/ preveč je sramežljiv (p=0,045)
- RAZBIJA/ dogaja se, da otrok pokvari ali razbije svoje igračke (p=0,041)

Ti rezultati dokazujejo, da imajo tisti otroci, ki so pri gibalnih testih dosegli slabše rezultate, pri zgoraj napisanih trditvah čustvene in vedenjske težave oziroma tisti otroci, ki imajo boljše rezultate pri gibalnih testih, nimajo težav pri zgoraj naštetih simptomih.

Ugotavljali smo tudi razlike med spoloma in čustvenimi ter vedenjskimi težavami otrok.

Tabela 8

Osnovna statistika rezultatov po spolu

Spol	Število	Povprečje	Standardna deviacija	Povprečje standardne napake
OCENA Dečki	36	68,81	15,31	2,55
Deklice	48	62,65	16,22	2,34

Tabela 9

Kontingenčna tabela za ugotavljanje razlik med spoloma in čustvenimi ter vedenjskimi težavami

	OCENA opis				Skupaj
	Ni čustvenih težav	Nekaj čustvenih težav	Srednje veliko čustvenih težav	Veliko čustvenih težav	
Spol Dečki	5	11	10	10	36
Deklice	13	16	9	10	48
Skupaj	18	27	19	20	84

Tabela 10

Hi kvadrat test za ugotavljanje razlik med spoloma in čustvenimi ter vedenjskimi težavami

Test χ^2

	Vrednost	Stopnja prostosti	Statistična značilnost
Pearsonov χ^2	2,879 ^a	3	,411
Likelihood Ratio	2,947	3	,400
Število	84		

a. 0 celic (,0%) so pričakovale vrednost manj kot 5. Pričakovan minimum minimalne vrednosti je 7,71.

Zanimalo nas je tudi, če obstajajo razlike med dečki in deklicami. S dvosmernim χ^2 koeficientom smo ugotavljali, ali obstajajo razlike med spoloma in čustvenimi ter

vedenjskimi težavami. Iz Tabele 10 je razvidno, da med spoloma in čustvenimi ter vedenjskimi težavami ni statistično značilnih razlik ($p=0,411$).

4 RAZPRAVA

Gibalna/športna dejavnost je eno najpomembnejših področij v otrokovem razvoju, vendar ni pomembna le s stališča telesnega zdravstvenega stanja, ampak odločilno vpliva tudi na razvoj duševnih in socialnih sposobnosti posameznika. Primerna gibalna/športna dejavnost omogoča sprostitve, obvladovanje stresa, tesnobe in potrnosti, spodbuja gradnjo samospoštovanja in pozitivne samopodobe ter pomaga pri socializaciji in oblikovanju dejavnega odnosa do samega sebe in sveta (Tomori, 2005, v Zajec, Videmšek, Štihec, Pišot in Šimunič, 2010).

Z različnimi dejavnostmi otrok pridobiva zaupanje v svoje telo in gibalne sposobnosti, si s tem gradi ustrezno predstavo o sebi, se potrjuje in si ustvarja čustveno vez z okoljem (Videmšek in Visinski, 2001).

V našo raziskavo smo vključili 84 otrok (48 deklic in 36 dečkov); starih 6 let iz ene hrastniške šole in njene podružnice in dveh ljubljanskih osnovnih šol. Učiteljicam smo razdelili anketne vprašalnike in soglasja ter jih prosili, če lahko ankete posredujejo staršem. Starši so jih izpolnili in jih vrnilo učiteljicam. Z učiteljicami smo se potem dogovorili za izpeljavo merjenja gibalnih sposobnosti. Želeli smo ugotoviti, ali obstaja povezanost med gibalnimi sposobnostmi in čustvenimi ter vedenjskimi težavami šestletnih otrok.

Podobno raziskavo je že izvedel Bala (2007). Sestavil je test (anketni vprašalnik, ki so ga izpolnili starši) z napisanimi 36 simptomi, ki ponazarjajo odklonsko vedenje (ti simptomi so nakazovali izredno pomembne značilnosti različnih vedenj: agresivnost, jokavost, odvzemanje igrač, laganje, svojeglavost, trdoglavost, pretirana živahnost in zelo jezne reakcije, če ne dobijo tega, kar želijo, močenje postelje, zadržanost, prepirljivost, nezaupanje, jecljanje...). V našem vprašalniku je 31 simptomov. Dobljene količine smo vnesli v SPSS za nadaljnjo obdelavo. Z analizo variance (ANOVA), regresijsko analizo in hi-kvadrat (χ^2) testom smo nato dobili končne rezultate.

Našo alternativno hipotezo smo na podlagi teh rezultatov zavrnilo; to se pravi, da ne moremo posplošiti, da tisti šestletni otroci, ki so dosegli boljše rezultate pri gibalnih testih, nimajo čustvenih in vedenjskih težav. To velja splošno, za vse simptome skupaj.

Ko pa smo se poglobili na posamezne simptome, smo ugotovili, da obstajajo statistično značilne razlike med gibalnimi sposobnostmi in čustvenimi ter vedenjskimi težavami šestletnih otrok pri šestih simptomih. Ti simptomi so:

- velikokrat se zgodi, da se pretepa s prijatelji,
- otrok se močno jezi, če ne dobi tistega, kar želi,
- je nezaupljiv,
- drugi otroci se ga izogibajo,
- preveč je sramežljiv,

- dogaja se, da otrok pokvari ali razbije svoje igračke.

To se pravi, da se pri otroku z boljšimi gibalnimi sposobnostmi manjkrat zgodi, da se pretepa s prijatelji, otrok se ne jezi, če ne dobi tistega, kar želi, ni nezaupljiv, drugi otroci se ga ne izogibajo, ni preveč sramežljiv, ne dogaja se, da otrok pokvari ali razbije svoje igračke.

Podobne rezultate je dobil tudi Bala (2007), ki pravi, da so od simptomov, ki so po svoji teži psihološko pomembni, najbolj pogosti: agresivnost (27%), nekontrolirano mokrenje (19%), jokavost (30%), bojzljivost (24%), mučenje živali (6%), laganje (13%), jemanje igrač (30%), jecljanje (11%), metanje stvari v ljudi (34%), izsiljevanje z jokom, da otrok dobi kar želi (69%), občutek, da ga nihče ne mara (19%), zamenjava vrstnega reda besed (25%).

Bala (2007) navaja, da je razlika med deklicami in dečki, ki so nad mejo, ki kaže odklonsko vedenje ta, da imajo dečki več izrazitih simptomov (72%) kot deklice (28%). Vendar moramo vedeti, da je vzorec vseboval več dečkov (61%) kot deklic (39%).

Pri naši raziskavi nismo ugotovili statistično značilne razlike med čustvenimi in vedenjskimi težavami pri deklicah in dečkih.

Z gibalnimi dejavnostmi razvijamo svoje gibalne sposobnosti (moč, hitrost, preciznost, koordinacija, gibljivost, ravnotežje). Gibalne sposobnosti so po eni strani prirojene (dane ob rojstvu), po drugi strani pa prirojene (odvisne od načina življenja). Več kot se ukvarjamo z gibalnimi dejavnostmi, bolj razvijamo in izboljšujemo svoje gibalne sposobnosti.

Gibalne sposobnosti so torej v osnovi odgovorne za izvedbo naših gibov. Z njihovo pomočjo lahko opravljamo neko gibalno nalogo. Gibalne sposobnosti so v določeni meri pridobljene z vadbo in načinom življenja, kar povzroči različno raven njihove razvitosti pri posameznikih (Pistotnik, 2003).

Otrokova gibalna dejavnost je zelo pomembna za njegov gibalni razvoj. Vzroke in razloge za dobljene rezultate smo iskali, ne samo na gibalnem področju, ampak tudi na drugih področjih. Zanimalo nas je, kje so tiste razlike, ki se kažejo med otroki s slabšimi gibalnimi sposobnostmi in otroki z boljšimi gibalnimi sposobnostmi.

Mera in kakovost vzgajanja ter mera in kakovost čustvenega odnosa starša do otroka so tisti pomembni dejavniki, ki največkrat oblikujejo otrokovo vedenje in, ki največkrat povzročajo motnje v otrokovem vedenju. Če iščemo izvire za nastanek motenj pri vzgajanju oziroma v čustvenem odnosu staršev do otroka, bomo ugotovili, da so otroci toliko bolj moteni, kolikor bolj se starši s svojim vzgojnim ravnanjem in čustvenim odnosom oddaljujejo od neke zmerne, povprečne mere. Seveda je težko natančno določiti, kaj je zmerno oziroma normalno,

vendar pa se hude skrajnosti hitro odkrijejo (zanemarjen otrok, pretirana strogost, pretirana grobost, pretiravanje v ljubkovanju) (Jelenc, 1966).

Vzgojne situacije, ki po svoje barvajo otrokovo vedenje, so: grobo zavajanje zaradi neugodnih osebnostnih in moralnih kvalitet staršev samih, nezadostna vzgoja, popustljivost pri vzgojnem ravnanju, nedoslednost pri vzgoji, čustveno neustrezen odnos starša do otroka, grobo čustveno odklanjanje in surovost starša v odnosu do otroka (Jelenc, 1966).

Ustrezno s tem se oblikuje tudi otrokova motnja. Medtem ko bodo prve nepravilnosti povzročale vzgojno zanemarjenost, bomo pri zadnjih z večjo verjetnostjo lahko pričakovali motnje v otrokovem čustvovanju. To pa nikakor ni obvezno pravilo, po katerem bi lahko z gotovostjo napovedovali razvoj motenj (Jelenc, 1966).

Tudi odzivanje pomembnih odraslih na otrokovo agresivno vedenje (nagrajevanja in odobravanje, dovoljevanje, kaznovanje itd.) pomembno vpliva na pogostost in intenzivnost bodočih agresivnih vedenj. Kako reagirajo na otrokovo agresivnost odrasli? Če se na neko agresivno dejanje (otrok udari lutko in ji zbije nos; pretepe sosedovega otroka) odzovemo z odobravanjem in nagrajevanjem (»Krasno, dobro da si ga pretepel – res je zaslužil.« » Ti si pa res pogumen!« ipd.), bomo to vedenje okrepili. Agresivno ravnanje se bo torej pojavilo še večkrat in se bo posplošilo tudi na druge situacije. Na otroka deluje ojačevalno tudi že samo to, da ga nagradimo za gledanje agresivnega modela (naučil se bo tehnik agresije). Učinki dovoljevanja agresivnega obnašanja so podobni učinkom nagrajevanja – agresivno vedenje se bo okrepilo in posplošilo na druge situacije (Horvat in Magajna, 1987).

Čas, ki ga otrok preživlja v interakciji z mamo, se krajša, medtem ko se izjemno podaljša čas v interakcijah s starejšimi sorojenci. Razlike med otrokovimi interakcijami s sorojenci in starši se ne pojavljajo le v njihovi pogostosti, ampak tudi v kakovosti. Rezultati opazovanja interakcije otrok v zgodnjem in srednjem otroštvu z njihovimi starši in sorojenci (Baskett in Johnson, 1982, v Kavčič in Zupančič, 2006) so pokazali, da v interakciji s starši prevladujejo pozitivni vidiki vedenja, negativni pa so usmerjeni predvsem v pritegovanje pozornosti staršev. Nasprotno so otroci v interakciji s sorojenci pogosteje kričali, izražali neposredno agresivno vedenje in so bili gibalno dejavnejši, kot med interakcijo s starši (Dunn, 1983, v Kavčič in Zupančič, 2006).

Za odnose med sorojenci je značilen tudi izjemen razpon individualnih razlik. V nekaterih odnosih prevladuje izražanje naklonjenosti in pozitivnih čustev, v drugih sovražnost in negativna čustva in v tretjih ambivalentnost; torej izražanje sovražnosti in naklonjenosti med sorojenci (Kavčič in Zupančič, 2006).

Konflikti so v odnosih med sorojenci pogostejši kot v drugih socialnih odnosih. Glede na vsebino od obdobja malčka dalje prevladujejo konflikti glede lastnine in pravic ter telesne in

besedne agresivnosti posameznega otroka do drugega, ne pa toliko glede naklonjenosti in pozornosti, ki jo starši izkazujejo enemu ali drugemu otroku (Dunn in Munn, 1987; Eftekhari in Dunn, 2000; McGuire in Manke, v Kavčič in Zupančič, 2006).

Rivalstvo pomeni tekmovalnost za pozornost staršev in naklonjenost ter je verjetno specifična značilnost odnosov med sorojenci (Kavčič in Zupančič, 2006).

Sorojenci otroku ponujajo priložnost za *socialni* (npr. razvoj občutljivosti in skrbi za druge), *spoznavni* (npr. spoznavanje vzrokov in posledic vedenja), *socialnospoznavni* (npr. razumevanje napačnih prepričanj, vključevanje v sodelovalno simbolno igro) in *čustveni* (npr. pogovarjanje o lastnih čustvih in čustvih drugega, tolaženje) *razvoj* (Brown in Dunn, 1992; Dunn, 1983, 2003; Howe in Ross, 1990, v Kavčič in Zupančič, 2006).

Z različnimi vidiki razvoja otrok se povezujejo ne le pozitivni, ampak tudi negativni vidiki odnosa med sorojenci. Tudi konflikti so za sorojence priložnosti za razvoj npr. zavzemanja glediščne točke drugega, upoštevanja čustev in prepričanj drugega, argumentiranje, reševanje konfliktov ipd. Dolgotrajni in intenzivni konflikti ob sočasni prisotnosti nizke ravni izražanja naklonjenosti pa pomenijo neugoden dejavnik za otrokov razvoj. Večina konfliktov med sorojenci v otroštvu je zmerno intenzivnih in trajajo od nekaj sekund do nekaj minut (Kramer, Perozynski in Chung, 1999, v Kavčič in Zupančič, 2006).

Ker se morajo doma »boriti« s sorojencem za pozornost in naklonjenost staršev, prenesejo ta vzorec v šolsko okolje, ker mislijo, da jim bo ta način obnašanja prinesel enako odzivnost učiteljice ali vrstnikov kot doma. Vendar v šoli veljajo enaka pravila za vse otroke, tako da hitro pride do konfliktov, ki jih je potrebno sproti reševati. Otrok s tem dejanjem, ko učiteljica posreduje in mu pove, kaj je dovoljeno in kaj ne, postavi mejo, ki se je mora držati.

Šesto leto pomeni začetek obdobja spoznavne empatije – sposobnosti pogleda na stvari z gledišča drugega in ustreznega vedenja. Veščine, ki otroku omogočajo, da se vživi v drugega, mu povedo, kdaj naj se približa nesrečnemu prijatelju in kdaj ga mora pustiti pri miru. Spoznavna empatija ne zahteva čustvenega sporazumevanja (kot je jok), kajti otrok ima že razvito izhodišče ali zgled, po katerem presoja, kako se drugi počuti v stiski, pa naj to pokaže ali ne. Spodbujanje otrok k empatiji ima izjemen vpliv in se bogato obrestuje. Otroci z razvitejšo empatijo so manj agresivni in raje sodelujejo v družbenih dejavnostih pomoči. Bolj priljubljeni so pri vrstnikih in odraslih in dosegajo večji uspeh v šoli in na delu. Nič presenetljivega ni, da so v odraslosti bolj sposobni zaupnih odnosov s partnerji, prijatelji in z otroki (Shapiro, 1999).

Vpliv vrstnikov je lahko pozitiven, pogosto pa opažamo, da postanejo otroci, potem ko so bili vključeni v vrstniško skupino, bolj agresivni. Vrstniki so torej pogosto pomemben dejavnik, ki prispeva k ohranjanju že prej obstoječih agresivnih vedenj, zato je v vrstniški skupini zelo

težko zmanjšati agresivno vedenje kakega otroka, ki je prišel v skupino z že vzpostavljenim agresivnim vedenjem. Tudi nekateri otroci, ki so bili pred vstopom v vrstniško skupino pasivni ali zmerno agresivni, lahko postanejo agresivnejši, če so bili njihovi »protinapadi« proti agresivnim vrstnikom uspešni (sprva je tak otrok žrtev, nato pa se začanja braniti). Neagresivni in pasivni ostajajo v takih situacijah pasivni otroci, katerih »protinapadi« so bili neuspešni, in otroci, ki nimajo take potrebe po odnosih z vrstniki (Horvat in Magajna, 1987).

Pogosto otroci v igri zelo pogosto pretiravajo s čustvi, tako z vrsto kot intenzivnostjo in prehajanjem iz enega čustva v drugega. Razloga za to, kot navajata Wood in Attield (1996), sta najmanj dva: ker je "to igra" in se sme iti preko tistega, kar je običajno sprejeto in tolerirano, in ker jim situacija "kaj če", "če bi" dovoljuje neposredno in bolj intenzivno izražanje tudi tistih čustev, ki sicer niso zaželeni, npr. jezo, strah, izgubo, moč. V simbolni igri mlajših otrok je npr. pogosto prisotna jeza, ki jo otrok kaže z nasiljem do svojih igrač, največkrat punčk, medvedkov; te kaznuje tako, da jih npr. oklofuta, trese, udari, jim grozi. V tak način igranja so močno vpletene socialno-čustvene komponente otrokovega aktualnega razvoja, zato primer take igre sam po sebi ne pomeni, da imata otrok ali njegova družina socialno-čustvene probleme. Taki zaključki so običajno mnogo prehitri in kažejo zgolj na to, da simbolne oz. domišljajske igre ne znamo razumeti tudi skozi kontekst doživljanja in izražanja otrokovih čustev, ki so zlasti pri otrocih v prvih letih življenja bolj intenzivna in neposredna (Marjanovič Umek in Zupančič, 2006).

Otroci so zelo občutljiva bitja, ki se hitro učijo. Iz okolja vseskozi srkajo nova znanja in nove izkušnje. Največ zaslug za vedenje mlajših otrok imajo starši, ker jim s svojim obnašanjem, ki ga neposredno kažejo otroku in vzgojo, za katero menijo, da je tista prava, kažejo smernice za pravilno vedenje in obnašanje v družbi. Starševska vloga naj bi bila, da otrokom povedo, kaj je prav in kaj narobe. Otroku moramo povedati, kako se spopadati in kako reševati vsakodnevne težave na prijazen, nestresen način. Eden od načinov je ta, da je otrok s starši gibalno/športno dejaven, najsi bo to izlet v naravi, kolesarjenje, plavanje, rolanje ali pa le igranje na igrišču. Z različnimi dejavnostmi se nauči strpnosti do drugih otrok in sodelovanja. Čez čas, ko že dobro osvoji določeno gibanje, pridobi samozavest in zaupanje vase. Poleg tega se otrok v igri nauči deliti stvari, navaja pa se tudi na pravila in se uči fair play igre.

Kasneje, ko je otrok že malo večji in družina postane premajhen »svet« zanj, imajo vpliv tudi vrstniki. V tem obdobju dobijo vrstniki večjo vlogo, kot so jo imeli prej, ker otrok išče nove stike in izkušnje zunaj družine, z novimi ljudmi. Z vrstniki se zelo rad igra različne igre (npr. hišo, različne poklice, rajalne, elementarne igre) in v teh dejavnostih se morajo upoštevati pravila. Če se jih otrok ne drži, se drugi otroci naslednjič nočejo igrati z njim. V naši raziskavi, kjer se je pokazala statistično pomembna značilnost in kjer igrajo vlogo tudi sovrstniki, so rezultati sledeči: otrok, ki ima boljše gibalne sposobnosti ni preveč sramežljiv in drugi otroci se ga ne izogibajo. Iz tega lahko sklepamo, da je otrok konformističen in

družaben, ker se je preko gibalnih/športnih dejavnosti naučil vzorcev sprejemljivega obnašanja. Med vrstniki je zaželen, je zaupanja vreden, zato se z njim radi družijo.

Naši rezultati so pokazali, da se ne zgodi, da se pretepajo s prijatelji, ker znajo reševati probleme brez fizičnega nasilja. Sklepamo lahko, da (zdravo) agresivnost pokažejo v gibalnih/športnih dejavnosti in ne med prijatelji. Isto bi lahko rekli za igrače; se ne dogaja, da pokvari ali razbije svoje igrače, ker ve, da s tem dejanjem ne bo naredil nič koristnega, sprostitveni ventil poišče raje v gibanju. Otroci z boljšimi gibalnimi sposobnostmi se tudi manj jezijo, če ne dobijo tistega, kar želijo, ker znajo prenašati poraz.

5 SKLEP

Z diplomskim delom smo želeli preučiti vpliv gibalnih sposobnosti na čustvene in vedenjske težave šestletnih deklic in dečkov. V skladu s predmetom in problemom smo si zastavili nekaj ciljev, ki so nam ustvarili celotno predstavo o gibalnih sposobnostih ter o čustvenih in vedenjskih težavah otrok v srednjem otroštvu. Naš cilj je bil predstaviti pomen gibanja in njegov vpliv na celosten razvoj otrok. Poleg tega smo predstavili tudi čustven razvoj otrok in vedenjske težave, ki se pojavljajo v tem obdobju. Omenili pa smo tudi vpliv predmeta športne vzgoje in učitelja, ki je velikokrat odgovoren za otrokovo dožemanje športnega udejstvovanja zdaj in potem, v odrasli dobi. Nismo pa pozabili na starše, ki so pomembni člen zaradi tega, ker lahko otroku prvi približajo gibalno dejavnost, ki jo potem sprejme kot vrednoto zdravega načina življenja.

V raziskavo smo vključili 84 otrok (48 deklic in 36 dečkov); starih 6 let iz ene hrastniške šole in njene podružnice in dveh ljubljanskih osnovnih šol. Učiteljicam smo razdelili anketne vprašalnike in soglasja ter jih prosili, če ankete lahko posredujejo staršem. Starši so jih izpolnili in jih vrnilo učiteljicam. Z učiteljicami smo se potem dogovorili za izpeljavo merjenja gibalnih sposobnosti. Dobljene rezultate smo nato obdelali in analizirali z računalniškim programom SPSS 15.0. Uporabili smo analizo variance (ANOVA), regresijsko analizo in hi-kvadrat test.

Z analizo variance smo ugotovili, da ne moremo posplošiti trditev, da imajo tisti otroci, ki imajo boljše gibalne sposobnosti, manj čustvenih in vedenjskih težav. To hipotezo smo zavrnilo s 5% tveganjem.

S testom ANOVA smo ugotovili statistično značilne razlike med čustvenimi in vedenjskimi težavami šestletnih otrok, če primerjamo gibalne sposobnosti s posameznimi simptomi. Rezultati so pokazali, da pri šestih simptomih lahko s 5% tveganjem trdimo, da obstajajo razlike med gibalnimi sposobnostmi in čustvenimi ter vedenjskimi težavami šestletnih otrok. Ti simptomi so naslednji: *velikokrat se zgodi, da se pretepa s prijatelji, *otrok se močno jezi, če ne dobi tistega kar želi, *je nezaupljiv, *drugi otroci se ga izogibajo, *preveč je sramežljiv, *dogaja se, da otrok pokvari ali razbije svoje igračke.

Ugotovili smo tudi, da med spoloma ni statistično značilnih razlik med čustvenimi in vedenjskimi težavami šestletnih otrok.

Vedeti moramo, da otroci v prvih letih potrebujejo gibanje bolj kot karkoli drugega. Gibanje jim pomeni sprostitev in igro, osvajanje in zavedanje svoje okolice in objektov, ki se nahajajo v njej. Z igro, v kateri igrajo vloge, ki si jih lahko sami sproti izmišljujejo, razvijajo tako gibalne sposobnosti, kot tudi čustva, navezujejo stike z vrstniki in odraslimi, se učijo lepega vedenja, deljenja stvari itd. Preko igre sproščajo (odvečno) energijo in se igrajo z domišljijo.

Zato je zelo pomembno, da otrokom starši in vzgojitelji ter kasneje v šolskem obdobju, učitelji, nudimo kar se da največ možnosti za gibalno dejavnost, da bodo otroci kasneje v življenju vzeli to dejavnost za vrednoto. S tem bomo pripomogli, da bodo otroci en korak bližje k zdravemu načinu življenja.

V prihodnje bi bilo v vzorec dobro vključiti večje število otrok, ki bi v širšem krogu predstavilo vpliv gibalnih sposobnosti na izražanje čustvenih in vedenjskih težav šestletnih otrok. Lahko bi naredili raziskave v vseh slovenskih pokrajinah in jih nato primerjali med seboj. Napotek za naslednjo raziskavo bi bil ta, da bi anketne vprašalnike izpolnjevale tudi učiteljice in ne samo starši, kot smo to storili v naši raziskavi.

Naše diplomsko delo je namenjeno študentom Fakultete za šport, študentom Pedagoške fakultete, profesorjem športne vzgoje, vzgojiteljem v vrtcu, staršem in vsem, ki delajo z otroki in jih zanima področje čustvenih in vedenjskih težav.

6 VIRI

Bala, G. (2007). *Antropološke karakteristike i sposobnosti predšolske dece*. Novi sad: Univerzitet u Novom Sadu, Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.

Doupona Topič, M. (2007). Družina kot gibalno športne aktivnosti. *Polet – magazin Dela in Slovenskih novic*, 6(10), 44–45.

Horvat, L. in Magajna, L. (1987). *Razvojna psihologija*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.

Jelenc, Z. (1966). *Motnje in težave našega šolarja*. Ljubljana: Cankarjeva založba.

Kajtana, T. in Tušak, M. (2005). *Psihologija športne reakcije*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Kavčič, T. in Zupančič, M. (2006). *Osebnost otrok in njihovi medsebojni odnosi v družini*. Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.

Kovač, M. in Jurak, G. (2010). *Izpeljava športne vzgoje: didaktični pojavi, športni programi in učno okolje*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Marjanovič Umek, L. in Zupančič, M. (2006). *Psihologija otroške igre: od rojstva do vstopa v šolo*. Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.

Mekota, K. (2011). Prepoznavanje čustev in upravljanje z njimi v predšolskem obdobju. V M. Željeznov Seničar in E. Šelih (ur.). *Socialni in čustveni razvoj predšolskega otroka – IV. mednarodna strokovna konferenca vzgojiteljev v vrtcih* (str. 21–33). Ljubljana: MiB d.o.o.

Petrovič, K., Ambrožič, F., Bednarik, F., Berčič, H., Sila, B. in Doupona Topič, M. (2001). Športnorekreativna dejavnost v Sloveniji 2000. *Šport*, 49(3), 1–48, pril. Ljubljana: Fakulteta za šport.

Pistotnik, B. (2003). *Osnove gibanja*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Pišot, R. in Planinšec, J. (2005). *Struktura motorike v zgodnjem otroštvu*. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče Koper, Inštitut za kineziološke raziskave.

Shapiro, L. E. (1999). *Čustvena inteligenca otrok: kako vzgojimo otroka z visokim čustvenim količnikom*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Sila, B. in Krpač, T. (2004). Nekatere značilnosti odraslih športno dejavnih Slovencev, posebno na področju fitnesa in aerobike. *Šport*, 52(1), 23–28.

Smrtnik Vitulić, H. (2007). *Čustva in razvoj čustev*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.

Stritih, B. (2011). *Socialne kompetence predšolskih otrok – napovednik uspeha v šoli*. V M. Željeznov Seničar in E. Šelih (ur.). *Socialni in čustveni razvoj predšolskega otroka – IV. mednarodna strokovna konferenca vzgojiteljev v vrtcih* (str. 72–79). Ljubljana: MiB d.o.o.

Šimunič, B., Volmut, T. in Pišot, R. (2010). *Otroci potrebujemo gibanje*. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče, Inštitut za kineziološke raziskave, Univerzitetna založba Annales.

Videmšek, M., Berdajs, P. in Karpljuk, D. (2003). *Mali športnik*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M. in Pišot, R. (2007). *Šport za najmlajše*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M., Strah, N. in Stančevič, B. (2001). *Igrajmo se skupaj*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Videmšek, M., Štihec, J. in Karpljuk, D. (2008). *Analysis of preschool physical education*. Ljubljana: Faculty of sport, Institute of kinesiology.

Videmšek, M., Štihec, J., Karpljuk, D., Meško, M. in Zajec, J. (2010). Nekateri vidiki športnih dejavnosti predšolskih otrok. *Šport*, 58(1–2), 11–17.

Videmšek, M. in Visinski, M. (2001). *Športne dejavnosti predšolskih otrok*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani,

Zajec, J., Videmšek, M., Štihec, J., Pišot, R. in Šimunič, B. (2010). *Otrok v gibanju doma in v vrtcu*. Koper: Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče, Inštitut za kineziološke raziskave, Univerzitetna Založba, Annales.

Žlebnik, L. (1963). *Psihologija otroka in mladostnika – drugi del*. Celje: Državna založba Slovenije.

7 PRILOGE

7.1 ANKETNI VPRAŠALNIK

7.2 SOGLASJE STARŠEV

ANKETNI VPRAŠALNIK

Sem Maja Ivanušič, absolventka Fakultete za šport v Ljubljani.

Pri predmetu elementarna športna vzgoja pripravljam diplomsko delo o povezanosti med gibalnimi sposobnostmi šestletnih otrok ter njihovim čustvenim in vedenjskim stanjem, za kar potrebujem Vašo pomoč.

Prosim, da si vzamete nekaj minut in odgovorite na naslednja vprašanja.

Anketiranje bo anonimno; podatki bodo uporabljeni zgolj v študijske namene.

Pri vsaki trditvi obkrožite oceno, za katero mislite, da je značilna za vašega otroka. Ocene so opisane v tabeli spodaj.

<i>OCENJEVALNA LESTVICA:</i>
1- se sploh ne strinjam
2- se ne strinjam
3- se delno strinjam
4- se strinjam
5- se popolnoma strinjam

ŠTEVILKA	SIMPTOM	OCENJEVALNA LESTVICA
1	pogosto silite otroka, da mora jesti	1 2 3 4 5
2	včasih se zbudi zaradi neprijetnih sanj	1 2 3 4 5
3	včasih se vede preveč agresivno	1 2 3 4 5
4	njegova navada je grizenje nohtov	1 2 3 4 5
5	preveč je živahen	1 2 3 4 5
6	zgodí se, da vzame kakšno stvar brez dovoljenja	1 2 3 4 5

7	včasih je neposlušen	1	2	3	4	5
8	velikokrat se prepira z drugimi otroki	1	2	3	4	5
9	velikokrat se zgodi, da se pretepa s prijatelji	1	2	3	4	5
10	veliko joče	1	2	3	4	5
11	precej je plašen	1	2	3	4	5
12	je zadržan	1	2	3	4	5
13	boji se teme	1	2	3	4	5
14	boji se psov	1	2	3	4	5
15	močno se jezi, če ne dobi tistega, kar želi	1	2	3	4	5
16	precej je nezaupljiv	1	2	3	4	5
17	se upre, ko more nekaj narediti	1	2	3	4	5
18	včasih jeclja	1	2	3	4	5
19	precej je svojeglav	1	2	3	4	5
20	včasih se zlaže	1	2	3	4	5
21	jemlje igračke, ki pripadajo drugemu otroku	1	2	3	4	5
22	drugi otroci se ga izogibajo	1	2	3	4	5
23	preveč je razvajen	1	2	3	4	5
24	velikokrat menja razpoloženje brez pravega razloga	1	2	3	4	5
25	precej je trmast	1	2	3	4	5
26	preveč je sramežljiv	1	2	3	4	5
27	pri govoru menja vrstni red besed	1	2	3	4	5
28	ko je jezen, meče stvari vse naokrog	1	2	3	4	5
29	je zelo občutljiv	1	2	3	4	5
30	dogaja se, da pokvari ali razbija svoje igračke	1	2	3	4	5
31	z jokom poskuša izraziti svojo voljo	1	2	3	4	5

SOGLASJE STARŠEV

Spoštovani starši!

Sem Maja Ivanušič in pripravljam diplomsko nalogo na Univerzi v Ljubljani na Fakulteti za šport pri predmetu elementarna športna vzgoja. Ker sem hodila v osnovno šolo narodnega heroja Rajka in ker sem lani tu opravljala pedagoško prakso, si želim, da bi tukaj naredila tudi diplomsko nalogo. Vendar brez Vaše pomoči, ne bo šlo, zato Vas prosim za soglasje.

Moja diploma je raziskovalne narave in je sestavljena iz dveh delov:

1. ankete, ki jo rešite vi, starši in se vprašanja nanašajo na vašega otroka,
2. gibalnih vaj, ki jih bodo vaši otroci opravljali v telovadnici med poukom športne vzgoje (vaje so preproste, tako, da jih bo vaš otrok z veseljem opravil; tu sem prisotna jaz).

Vsak otrok bo v raziskavi zabeležen samo s šifro. Kakršnokoli fotografiranje ali snemanje otrok je izključeno.

Želim si, da bi mi pri diplomi pomagali s sodelovanjem (vi in vaš otrok), zato Vas prosim za dovoljenje. Če se strinjate, da bo vaš otrok vključen v raziskavo, prosim, da izpolnite in podpišete izjavo ter jo vrnete učiteljici.

Za sodelovanje se vam iskreno zahvaljujem.

S spoštovanjem!

Maja Ivanušič

IZJAVA

Podpisani/a _____, dovoljujem, da moj otrok _____,
(ime in priimek starša)

rojen/a _____, lahko sodeluje v raziskavi, kateri rezultati bodo uporabljeni zgolj
v diplomski nalogi.

Podpis staršev
